

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LISBOA  
ESCOLA SUPERIOR DE TEATRO E CINEMA



*ALBUS:*

**REGISTOS DE UM CICLO QUE É UM PROJETO DE ARTES  
PERFORMATIVAS**

MESTRADO EM TEATRO – ESPECIALIZAÇÃO EM ARTES PERFORMATIVAS

Adriana Figueiredo das Neves

Agosto, 2022

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LISBOA  
ESCOLA SUPERIOR DE TEATRO E CINEMA



*ALBUS*

TRABALHO DE PROJETO

Adriana Figueiredo das Neves

Trabalho de Projeto submetido à Escola Superior de Teatro e Cinema para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre - especialização em Artes Performativas, realizada sob a orientação científica do Professor Doutor Armando Nascimento Rosa e sob a coorientação do Professor Joclécio Azevedo.

Agosto, 2022

## **Agradecimentos**

Em primeiro lugar, ao artista senense Ricardo Cardoso, por ter aceitado aventurar-se comigo neste projeto.

Aos meus pais, Maria do Rosário e José Neves, que me apoiaram incondicionalmente desde que me recordo de ser gente.

À minha irmã de sangue, Telma, que foi incapaz de recusar qualquer contributo que eu lhe solicitasse.

À minha melhor amiga, Ana Cláudia, por me ter suportado nos momentos mais difíceis e ter feito tudo o que podia para me ajudar o melhor que sabia e conseguia.

À família do Ricardo: Sónia, Cândida, João, Sr.<sup>a</sup> Onélia, por todo o auxílio e apoio.

Aos meus orientadores, Armando Rosa Nascimento e Joclécio Azevedo, pelo tempo e disponibilidade concedida na conceção deste projeto.

## Resumo

### *ALBUS*

Álbum ou “*ALBUS*”<sup>1</sup> tem origem no latim e significa “branco”: “Em tempos clássicos, era o livro em branco onde o Pontífice Máximo registava factos transcorridos durante o ano, bem como nomes importantes.”. Neste projeto, o “*ALBUS*” ganha mais dimensões, da folha de papel cresce uma coleção que se pode absorver com todos os sentidos.

Este processo surge da cocriação entre dois artistas com raízes na mesma terra que se provocam a desacelerar para poder observar melhor os ciclos da natureza e de si mesmos. A partir daqui surgem questões que não têm como princípio serem respondidas, mas sim exploradas: Como é que entender os ciclos que nos rodeiam, nos ajuda a viver melhor as diferentes fases? Como olhar para os ciclos e ver a dualidade das passagens? Como é que compreender o ciclo pode trazer a aceitação do fim?

Para o nosso laboratório começámos por reunir materiais relacionados às questões que foram surgindo “por analogia ou associação morfológica (forma e estrutura), semântica (significados e evocações psicológicas) e sensorial (textura, cor, aroma, sabor, luz e as suas inflexões, sons)”<sup>2</sup>. Deparámo-nos com um chão atolado de tecidos, memórias, experiências gráficas, terra, sons, palavras que se cozzem sozinhas, movimentos que surgem de improvisações que trazem estímulos intemporais e que ficam gravados no nosso corpo. A partir daqui é necessário organizar o caos. Formam-se partituras, que, em modo “tentativa - erro” começam a ser refinadas para encontrarmos uma ordem que nos satisfaça, mesmo que esta satisfação seja momentânea e por isso o processo não tem fim. A regra é a mesma para todos: nascer, viver e morrer. Mas e se pudéssemos renascer as vezes que quiséssemos? Recomeçamos as vezes que forem necessárias, e cada momento vivido será absorvido para se refletir no seguinte. A procura é constante, a repetição, exaustiva, e torna-se “não-repetição”, originando momentos singulares.

**Palavras-Chave:** Ciclo, Resiliência, Gaia, Performance

---

<sup>1</sup> Álbum ou *albus* tem origem no latim e significa “branco”: “Em tempos clássicos, era o livro em branco onde se registavam factos transcorridos durante o ano, bem como nomes importantes.”

<sup>2</sup> (Afonso Becerra, 2018).

## ***Abstract***

### *ALBUS*

Album or "*ALBUS*" which has its origin in Latin and means "white": "In classical times, it was the blank book where the Pontiff Maximus recorded facts occurred during the year, as well as important names." In this project, the "*ALBUS*" gains more dimensions, from the sheet of paper grows a collection that can be absorbed with all the senses.

This process arises from the co-creation between two artists with the roots in the same land that provoke each other to slow down to be able to better observe the cycles of nature and themselves. From here arise questions that do not have as a principle to be answered, but rather explored: How does understanding the cycles that surround us help us to live better the different phases? How to look at the cycles and see the duality of the passages? How can understanding the cycle bring acceptance of the end?

For our laboratory we started by gathering materials related to the questions that were emerging "by analogy or morphological association (shape and structure), semantic (meanings and psychological evocations) and sensorial (texture, color, aroma, flavor, light and its inflections, sounds)<sup>3</sup>". We find ourselves on a ground swamped with fabrics, memories, graphic experiences, earth, sounds, words that spit themselves out, movements that emerge from improvisations that bring timeless stimuli that are engraved in our bodies. From here on it is necessary to organize the chaos. Scores are formed, which, in a "trial and error" mode, begin to be refined to find an order that satisfies us, even if this satisfaction is momentary and therefore the process has no end. The rule is the same for everyone: be born, live and die. But what if we could be reborn as many times as we wanted? We start over as many times as necessary, and each moment lived will be absorbed to be reflected in the next. The search is constant, the repetition, exhaustive, and becomes "non-repetition", giving rise to singular moments.

**Keywords:** Cycle, Resilience, Gaia, Performance

---

<sup>3</sup> (Afonso Becerra, 2018).

# Índice

<b><u>Agradecimentos</u></b> .....	2
<b><u>Resumo</u></b> .....	3
<b><u>Abstract</u></b> .....	4
<b><u>Contexto e questões iniciais</u></b> .....	6
<u>Contexto</u> .....	6
<u>Atividades iniciais</u> .....	10
<u>Ciclo como tema inicial</u> .....	13
<u>Estações do ano e elementos da natureza</u> .....	14
<u>Tempo como elemento responsável para a consciência da sucessão dos eventos</u> .....	17
<u>Gaia</u> .....	20
<b><u>Processo de trabalho e materiais</u></b> .....	23
<u>ALBUS, como tudo começou – Formação e deformação</u> .....	23
<u>Processo enquanto ciclo</u> .....	25
<u>Coreografia</u> .....	29
<u>Figurino</u> .....	32
<u>Partituras de sons   Vídeos</u> .....	34
<b><u>Diário dos ensaios</u></b> .....	36
<b><u>Apresentações públicas</u></b> .....	45
<u>ARTIS XVII – Uma instalação performática</u> .....	45
<u>Inauguração Espaço Moinhos</u> .....	46
<u>Romaria Cultural de Gouveia</u> .....	48
<b><u>Workshop – Testar o processo</u></b> .....	49
<b><u>Considerações Finais</u></b> .....	52
<b><u>Bibliografia</u></b> .....	57
<b><u>Anexos</u></b> .....	60

## **Contexto e questões iniciais**

### **NOTA**

É importante destacar que este relatório foi elaborado com base no conhecimento empírico, ou seja, em experiências e observações práticas adquiridas durante o desenvolvimento do projeto. Além disso, é relevante ressaltar que o estilo de escrita adotado em alguns momentos pode se assemelhar ao de um diário.

### **Contexto**

Aquando da necessidade de escolher um tema para desenvolver este projeto e, por consequência, de escrever este relatório, encontrava-me em Seia, uma cidade descentralizada da Serra da Estrela onde a natureza se envolve com a população e vice-versa. Foi nesta cidade onde nasci e cresci, mais especificamente na vila de São Romão, e que, assim como muitos, e devido à pandemia da Covid-19, tive a oportunidade de regressar e, dessa forma, concluir aqui o meu mestrado em Artes Performativas.

Ao viver deslocada de grandes centros, tive a possibilidade de crescer conectada com toda a biodiversidade que me rodeava. Durante muitos anos brinquei numa quinta onde subia às árvores que se transformavam em casas e fontes de alimento - a tangerineira da minha avó tinha quartos e salas e eu ficava sempre por entre os ramos a lanchar, mesmo quando as tangerinas ainda estavam acidas ou já começavam a secar; apanhava minhocas da terra para dar às galinhas; ia buscar a água à fonte e ajudava a minha avó a lavar a roupa nos tanques da minha vila; lembro-me de sempre andar descalça na terra e todos ajudávamos a apanhar batatas ou a debulhar as espigas. Não foram muitos os anos deste contacto direto com os elementos, mas sei que ficaram bem guardados dentro de mim. Mais tarde, fui percebendo que toda a cidade de Seia estava empenhada em manter uma consciência e sensibilidade ecológica bem nítida nos seus ocupantes e em quem a visita. Os mais velhos relembram-nos dos sabores e cheiros das frutas e legumes que antes eram mais saborosos e intensos, lembram-nos dos grandes nevões que cobriam as ruas e as casas.

Aqui o tempo parece mais elástico, depois de uns meses em Lisboa o contraste embate-me fortemente. Este voltar fez-me desacelerar, observar melhor a passagem das estações, das cores, dos cheiros e dos sons a modificarem-se com a passagem do tempo. Por momentos, a natureza

que me rodeava dava-me sentido, ser capaz de A ouvir e de A sentir, dava-me ferramentas para me conhecer melhor enquanto Ser. O ser humano é um animal frágil, tornou-se insensível às mudanças que o rodeiam, às mudanças dos outros seres, tornámo-nos seguidores de rotinas e entrámos nestes ciclos e rodopios que nem sempre são capazes de responder às nossas necessidades. Estamos incapazes de acompanhar o ritmo que criámos nesta Era em que a produção é à larga escala; o planeta no qual vivemos está prestes a colapsar, os recursos são finitos, mas a exploração desses recursos aumenta a largos passos e não tende a abrandar.

São vários os movimentos que vão surgindo com o propósito de acordar e abanar a população. Entre associações e festivais, pensados essencialmente para desenvolver uma comunidade mais ativa e consciente dos problemas ambientais que se vão agravando notoriamente (desde as alterações climáticas, aos incêndios florestais, à exploração de minério), destaco os seguintes, enumerados não pela sua ordem de importância, mas pela relevância que têm no meu crescimento enquanto cidadã e ser humana e pelo impacto que tiveram neste processo:

Em primeiro lugar referir o festival *CineEco*, Festival Internacional de Cinema Ambiental da Serra da Estrela, que é o único festival de cinema português exclusivamente dedicado à temática ambiental. Este festival realiza-se por iniciativa do Município de Seia, anualmente em Outubro e de forma ininterrupta, desde 1995. Este festival teve sempre um grande marco em toda a programação cultural anual da cidade de Seia e cada vez se torna maior, não só pela sua importância face à emergência climática na qual vivemos, mas também na qualidade dos objetos cinematográficos que têm vindo marcar presença nas várias edições.

Em segundo lugar temos o Movimento Estrela Viva, uma “Associação pela defesa das pessoas, lugares e tradições da serra da estrela”<sup>4</sup>, organizam várias atividades ligadas com a ecologia desde ações de reflorestação, a manifestações contra a exploração de lítio, a *ploggings* (caminhadas e recolhas de lixo), etc.

Também na Serra da Estrela formou-se, em 2016, a AGE, Associação Geopark Estrela, uma associação que tem como objetivos: promover ações de desenvolvimento socioeconómicos, cultural e ambiental, sustentável e equilibrado; “(...) conservar, promover e valorizar o seu património cultural, natural e geológico; promover o turismo sustentável (...)”<sup>5</sup>; entre outros...; e que, em 2020, permite que a Serra da Estrela seja reconhecida como Geopark Mundial da

---

<sup>4</sup> (Facebook, consultado em <https://www.facebook.com/PorUmaEstrelaViva>, no dia 16 de outubro de 2022)

<sup>5</sup> (ESTRELA, *Geopark*, consultado em <https://www.geoparkestrela.pt/> no dia 15 de novembro de 2022)

UNESCO: “Este é o reconhecimento internacional que esta montanha tanto merecia e que coloca a Estrela num patamar de relevância global”. Em Portugal, a Estrela junta-se assim a *geoparks* nos Açores, Arouca, Naturtejo e Terras de Cavaleiros.”<sup>6</sup>.

Também aqui é possível visitar o Centro de Interpretação da Serra da Estrela (CISE) que “é uma estrutura do Município de Seia vocacionada para a promoção do conhecimento e divulgação do património ambiental da serra da Estrela, que apresenta como objetivos principais: promover atividades no âmbito da interpretação da natureza, apoiar a investigação científica, desenvolver projetos de educação ambiental e fomentar o turismo de natureza.”<sup>7</sup>.

Parece-me importante também mencionar o CERVAS que, “Situado na pacata cidade de Gouveia, (...) é uma estrutura do Parque Natural da Serra da Estrela e que tem como objetivos detetar e solucionar diversos problemas associados à conservação e gestão das populações de animais selvagens e dos seus habitats. O CERVAS está incluído na Rede Nacional de Recolha e Recuperação de Animais Selvagens, da qual fazem parte cerca de uma dezena de centros de recuperação, e cuja entidade gestora é o instituto de Conservação da Natureza e das Florestas (ICNF).”<sup>8</sup>.

Não poderia deixar de referir o Clube de Montanhismo de Seia, que, apesar de ser uma associação ainda pequena, me ajudou a reconhecer melhor toda a fauna e flora da “nossa Serra” para além de ser capaz de unir pessoas com os mesmos interesses e sensibilidades; com a sua sede na Aldeia da Serra tem como principal foco dar a conhecer melhor os caminhos por entre os vales da Serra da Estrela.

Com o avançar do tempo parecem surgir cada vez mais associações preocupadas com o tema da ecologia, da sustentabilidade, com a natureza e toda a vida que nos rodeia, infelizmente ainda me parecem insuficientes para combater a destruição dos ecossistemas, por exemplo: “Os fogos deste ano provocaram prejuízos na ordem dos 85 milhões de euros e afetaram 57 mil hectares, entre a serra da Estrela e outros concelhos com grandes áreas ardidas (...)”<sup>9</sup>. Ainda assim, sinto-me privilegiada por ainda ser capaz de presenciar toda a vida que resta. Muita gente vinda de

---

<sup>6</sup> (PUBLICO, consultado em <https://www.publico.pt/2020/07/10/fugas/noticia/serra-estrela-confirmada-geopark-mundial-unesco-1923992>, no dia 15 de novembro de 2022).

<sup>7</sup> (CISE, consultado em <http://www.cise.pt/pt/>, no dia 10 de novembro de 2022).

<sup>8</sup> (CERVAS, consultado em <http://cervas-aldeia.blogspot.com/p/sobre-o-cervas.html>, no dia 10 de novembro de 2022).

<sup>9</sup>(SAPO, consultado em <https://rr.sapo.pt/noticia/pais/2022/09/17/incendios-serra-da-estrela-e-concelhos-com-maior-area-ardida-com-prejuizos-de-85-milhoes-de-euros/300119/>, no dia 10 de novembro de 2022).

grandes centros opta por procurar aqui novas formas de viver, mais afastados da civilização, em busca de um outro tempo, mais calmo e flexível.

Em suma, não acontece muita coisa na cidade de Seia e arredores, mas aqui, consegui os estímulos necessários que deram asas a este projeto. Disponibilizou-me o tempo que me faltava para me questionar todo o ciclo da vida, reconectar-me com a Terra e dar a atenção merecida a temas que me têm vindo a preocupar.

## **Atividades iniciais**

Quando comecei este trabalho senti a necessidade de me despertar para atividades que estavam a acontecer, algumas delas cíclicas e mais conectadas com a agricultura, como por exemplo a apanha da azeitona, e outras, mais voltadas para a preservação da natureza ou simplesmente da sua observação e contemplação. A partir destes momentos fui captando ideias, imagens, sons e vídeos que fui aproveitando à medida que o processo se desenvolveu, tanto para a montagem de músicas, por exemplo, como simplesmente para cruzar ideias ou sensações.

Tenho memórias de infância de guinchos de um suíno a morrer, nunca mais me esqueci de como eu e o meu primo nos escondíamos por entre os infíndos quartos da casa da minha avó para fugir daquele som pavoroso.

Uma das primeiras experiências, e talvez das mais fortes, foi a matança do porco da minha família, onde, infelizmente, mas felizmente, não estive presente aquando da sua morte, apenas nos momentos a seguir, onde foi feita a divisão da carne pelos irmãos da minha mãe, e que, ainda assim, deu para perceber um pouco o que aquele ato causou nas pessoas. As minhas tias pareciam tristes quando lhes perguntei pelo sucedido na noite passada, mas rapidamente passou, quando viram a carne que começava a aparecer na mesa.

Este episódio foi só uma amostra, mas nada se compara à realidade do mundo em que vivemos agora, onde o consumo, e por sua vez a indústria de carne suína, e outras, atingem números cada vez maiores. Esgotamos os recursos que temos e esquecemos os nossos limites.

O que mais me impressionou foi a frieza de como se falava da situação: aquela porca deixou de ter nome e passou apenas a ser carne, alimento, e, mais uma vez, a vontade do ser humano prevaleceu, fizeram-se de deuses e quebraram um ciclo – “Ontem, dia 12, mataram a Rosalina, “a porca mais linda” como dizia a minha mãe (...). Tudo para saborear um pouco desta carne “Linda! Parece vaca. E sumarenta.” Transformamo-nos em animais, em leões, tigres, hienas, HUMANOS (...) Do que somos capazes? Porque é que nos afeta e ainda assim continuamos, (...) O que faz de nós, todos os nossos atos? Somos o que fazemos? Somos o que comemos? Criámos esta criatura durante 2 ou 3 anos e agora colecionamos o animal em várias arcas.”

Uns dias depois participei numa atividade desenvolvida pela associação Movimento Estrela Viva: “Reflorestar Alvoco da Serra”, “Entre medronheiros, sobreiros e pinheiros, foram 1000 as árvores que foram plantadas numa área de monocultura de pinheiro cronicamente devastada pelos incêndios florestais. “Uma “praga” que urge evitar, reflorestando com critério, evitando

extensas áreas de monocultura, intercalando, em mosaico, as espécies produtivas como o pinheiro com áreas de espécies mais resilientes, mais resistentes ao fogo e mais adaptadas às alterações climáticas que são já uma realidade" (...) “Esta iniciativa contou com o esforço e persistência do atleta de *trail* Armando Teixeira que, em maio de 2021, correu 24 horas seguidas o “Km vertical de Alvoco da Serra”, apelando à doação de árvores para contribuir para a reflorestação das encostas ardidas da zona.”<sup>10</sup>.

Estas duas experiências contrastaram bastante. Num lado criámos vida para depois nos deliciarmos com o seu alimento, do outro lado tirámos vida para agora tentar repor todo o estrago feito, mesmo este sendo um ato praticamente em vão, como diz James Lovelock: “(...) *I’m afraid I see such efforts as at best romantic nonsense, or at worst hypocrisy. (...) Thirty years ago, I foolishly planted twenty thousand trees, hoping to restore to nature the farmland I had bought. I now realize it was a mistake: I should have left the land untouched and let an ecosystem, a natural forest, emerge filled with biodiverse and abundant life, in Gaia’s own time. Unlike a mere plantation, such a forest could evolve, or die if it had to, as the climate changed. Planting a tree does not make an ecosystem any more than putting a liver in a jar fed with blood and nutrients makes a man.*”<sup>11</sup>(Lovelock, 2009, p. 28)

*“We as a civilization are all too much like someone addicted to a drug that will kill if continued and kill if suddenly withdrawn. We are in our present mess through our intelligence and inventiveness. It could have started as long as 100,000 years ago, when we first set fire to forests as a lazy way of hunting. We had ceased to be just another animal and begun the demolition of the Earth.”*<sup>12</sup> (Lovelock, 2007, p. 8)

*“Before we discovered and began to use technology, we were the prey of numerous other organisms that kept our numbers in check and so kept Gaia stable by curbing excessive multiplication by any species. But when our ancestors started using fire to cook, they denied a contingent of micro-predators, from viruses to worms, their natural*

---

<sup>10</sup>(Facebook, consultado em <https://www.facebook.com/jornaldesantamarinha/posts/pfbid0GZjNNt9wsPVzzKcg3SQ1hcN81WJWCR44ALqc9WQHfyrZMZxpfKRhtVycAQDREXmm1>, no dia 12 de novembro de 2022).

<sup>11</sup>(...) Receio ver esses esforços como, na melhor das hipóteses, um disparate romântico ou, na pior, uma hipocrisia. (...) Há trinta anos, insensatamente, plantei vinte mil árvores, na esperança de devolver à natureza os terrenos agrícolas que tinha comprado. Agora percebo que foi um erro: devia ter deixado a terra intocada e deixar que um ecossistema, uma floresta natural, surgisse repleta de vida biodiversa e abundante, no tempo de Gaia. Ao contrário de uma mera plantação, essa floresta poderia evoluir, ou morrer se fosse necessário, à medida que o clima mudasse. Plantar uma árvore não faz um ecossistema, tal como colocar um fígado num frasco alimentado com sangue e nutrientes não faz um homem”.

<sup>12</sup>“Nós, enquanto civilização, somos demasiado parecidos com alguém viciado numa droga que vai morrer se continuar e morre se a droga for subitamente retirada. Estamos na situação atual devido à nossa inteligência e inventividade. A situação pode ter começado há muito tempo, quando pegámos fogo às florestas como forma preguiçosa de caçar. Tínhamos deixado de ser apenas mais um animal e começámos a demolição da Terra.”

*prey. Soon we discovered that the fire kept burning all night scared away the lions and tigers, and finally we began to burn down forests for easy hunting or to clear the ground for farming. Those events hundreds of thousands of years ago mark the time when we broke the rules of Gaia and our numbers grew out of control. We have continued to break them ever since.*"<sup>13</sup> (Lovelock, 2009, p. 232)

Outra experiência que pude acompanhar foi a apanha de azeitona, cantou-se e conversou-se imenso. No fim, todos almoçámos em casa da Dona Isabel, também dona da propriedade em questão, apesar de tudo, estas relações humanas dão-me esperança.

O que todas as atividades tinham em comum é que cada uma delas tinha um tempo para acontecer. Neste caso, o ser que me desilude surpreendeu-me e apaixonei-me novamente, e que bom que tenho destes momentos de lucidez que me salvam e ajudam-me a não desistir. Sentir que mesmo que as vezes pareçamos a “maior infeção da terra”, somos ao mesmo tempo o ser mais surpreendente de todos. Somos mais do que o instinto para nos conseguirmos amar e contemplar a arte que daí surge.

*“We are what we are because natural selection has made us the toughest predator the world has ever seen”*<sup>14</sup> (Lovelock, 2009, p. 231)

Na apanha da azeitona, observei o ser humano a adequar-se ao que o rodeia. Quando se vive a partir do que nos circunda, as nossas atividades ganham também elas um ciclo, o tempo de cada substância influencia também a atividade de cada ser humano interveniente, e em uníssono mantêm um ritmo cíclico.

---

<sup>13</sup> "Antes de termos descoberto e começado a utilizar a tecnologia, éramos presas de numerosos outros organismos que mantinham o nosso número sob controlo e, assim, mantinham Gaia estável, travando a multiplicação excessiva de qualquer espécie. Mas quando os nossos antepassados começaram a usar o fogo para cozinhar, negaram a um contingente de micropredadores, desde vírus a vermes, as suas presas naturais. Depressa descobrimos que o fogo aceso toda a noite afugentava os leões e os tigres e, finalmente, começámos a queimar florestas para facilitar a caça ou para limpar o terreno para a agricultura. Estes acontecimentos, ocorridos há centenas de milhares de anos, marcam o momento em que quebrámos as regras de Gaia e o nosso número ficou fora de controlo. Desde então, continuámos a quebrá-las".

<sup>14</sup> "Somos o que somos porque a seleção natural fez de nós o predador mais forte que o mundo já viu".

## Ciclo como tema inicial

Este tema surgiu da vontade incessante, que acredito ser comum a qualquer ser humano, de encontrar algum sentido na vida. Talvez a busca de algum padrão que explicasse a forma de como os seres vivem neste planeta, me acalmasse um pouco. Encontrar um padrão neste ciclo.

Ciclo, nome masculino com imensas ramificações talvez ilimitadas “Ciclo é uma palavra com origem no termo grego *kýklos*, que significa uma série de fenómenos cíclicos, ou seja, que se renovam de forma constante”. Quando falamos de um ciclo podemos estar a referir-nos do “(...) espaço de tempo durante o qual se completa um fenómeno ou uma sequência de fenómenos inter-relacionados (...)”; de “(...) cada um dos níveis em que se divide o ensino básico (...) ou o ensino superior (...)”. Em astronomia, um ciclo, poderá ser o “(...) número de anos no fim dos quais se devem repetir pela mesma ordem os fenómenos astronómicos (...)”; na física, o “(...) conjunto de transformações por que pode passar um sistema material que, partindo de um dado estado inicial, volta ao mesmo estado (...)”. Um ciclo pode ser um “(...) conjunto de eventos, atividades ou espetáculos relativos a um determinado tema que ocorrem de forma coordenada e concentrada no tempo”; na literatura podemos chamar de ciclo ao “conjunto de poemas que celebravam lendas e feitos da antiga Grécia” ou ao “conjunto de tradições épicas relativas a determinada época ou de factos atribuídos a uma pessoa considerada herói” ou a uma “série de obras do mesmo autor ou de diversos autores que se encontram tematicamente inter-relacionadas”. Na economia podemos falar de ciclos económicos como na “flutuação recorrente da atividade económica (...)”. Na biologia temos o ciclo evolutivo relacionado com a “evolução de um ser vivo, considerando a série normal de estados diferentes por que passa”; na fisiologia, o ciclo ventilatório, que diz respeito ao conjunto de uma inspiração seguida de uma expiração <sup>15</sup>. Este conjunto é apenas um exemplo do quão vasta pode ser a ideia de ciclo, por onde olhamos conseguimos relacionar tempo e a mudança que com ele se faz notar, podemos presenciar movimentos circulares, em nós humanos, nos seres que nos rodeiam, no planeta e fora dele.

Para este projeto explorei essencialmente os ciclos da natureza e a relação destas alterações com o ser humano. Observo cada etapa do mundo natural e como nos adaptamos a ele, observo com mais atenção o mudar de cor das árvores e o som da chegada dos pássaros, vejo os pores do sol que mudam de hora de dia para dia enquanto ouço os sons dos sinos que tocam enquanto a temperatura desce e faz congelar narizes.

---

<sup>15</sup>(Infopedia, consultado em <https://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/ciclo> , no dia 20 de outubro de 2022).

## Estações do ano e elementos da natureza

*“In the intermediate state that is this life, the present moment, one does not realize one’s own mind and is distracted by deluded activities, does not remember impermanence and death, pursues only the goals of this life and is bound by the suffering of birth, old age, sickness, and death.”*<sup>16</sup> (Tenzin Wangyal Rinpoche, 2002, p.14).

No início desta introspeção, era outono, as cores que me rodeavam começavam a mudar drasticamente; os tons verdes passavam a vermelhos e castanhos, e cada vez mais me sentia atraída a ouvir e a sentir cada mudança. Este projeto e todo o contexto de pandemia que estava a ser vivido, fizeram-me estar mais atenta às estações do ano e, por consequência, mergulhar um pouco nos elementos do planeta Terra.

Interessou-me ver as dualidades das estações do ano, o que representam para cada um de nós e em nós, quais são as principais características de cada estação e como poderemos encontrar esse mesmo ciclo em tudo o que nos rodeia, mantendo assim um percurso saudável e estável mesmo com todas as “tempestades”.

Este tema, mesmo parecendo clichê, foi um princípio importante, ajudou-me a ver de forma mais clara o que na natureza parece transformar-se em caos quando não contemplada. A partir desta pesquisa, melhorei o respeito que tinha por mim mesma, pelo meu tempo; o que preciso para me renovar, para escutar melhor as minhas verdadeiras necessidades? É obra apenas do Ser Humano reger-se por horários estipulados por relógios, pois a maior parte dos animais sabe perfeitamente o que tem de fazer e quando tem de fazer, quando fugir para zonas mais quentes, quando hibernar para se protegerem de climas mais drásticos.

Comecei por tentar perceber qual seria o elemento que mais faria sentido para cada estação do ano, mostrando-se uma atividade bastante complicada pois todos os elementos se conectam e separá-los seria reduzir um processo a apenas um passo. Ainda assim, vou tentar evidenciar um elemento para cada estação segundo o livro “Los cinco rostros de la unidad” de Valerie Gaillard. Este livro baseia-se essencialmente na filosofia taoista, e Valerie foi sem dúvida uma inspiração para o início desta pesquisa, cheguei a fazer um dos workshops dinamizados por ela onde nos fazia mergulhar em cada uma das fases que aborda no seu livro. Em cada uma das estações,

---

<sup>16</sup>“No estado intermédio que é esta vida, o momento presente, a pessoa não se apercebe da sua própria mente e é distraída por atividades ilusórias, não se lembra da impermanência e da morte, persegue apenas os objetivos desta vida e está presa ao sofrimento do nascimento, velhice, doença e morte.”

cada parte da coreografia tinha instruções de como submergir em cada período, e numa manhã viajámos desde o nosso nascimento até ao nosso envelhecimento onde encontrámos um conhecimento superior que nos faz aceitar o descanso.

Neste livro os elementos são 5, 5 ritmos, 5 suspiros: Água, Madeira, Fogo, Terra e Metal e são estas as forças que se refletem nas passagens das nossas vidas, são elas que decidem o que chamamos de sorte ou azar, e por isso ter consciência delas é ter consciência da própria vida. Toda esta ideia é um Mundo inteiro, e explorá-lo ocuparia todo o meu tempo, apenas invoco algumas ideias que me acompanharam e que são óbvias quando vemos todo o processo do trabalho que foi desenvolvido.

Em primeiro lugar temos o elemento Água, origem da vida, mistério e fluidez, somos 70 por cento de água num invólucro sólido, está relacionada com o Inverno e com a noite, associa-se à necessidade de descanso, ao tempo dos sonhos “Para preparar y reparar este elemento en nosotros, lo principal es... dormir!” (Valérie, 2018, p. 63); a Madeira, Árvore “Raíces profundas que se hunden en las entrañas de la tierra, ramificándose de forma invisible para crear un equilibrio con lo que se ve (...)” (Valérie, 2018, p. 69), a sua estação é a Primavera e tem a sua atividade essencialmente à tarde e à noite, se não tiver havido descanso suficiente durante os meses de Inverno, esta fase poderá ser bastante desafiante. Depois vem o elemento do Fogo, quente, vermelho e vibrante, o fogo é a transformação e a destruição, o fogo é insaciável, remete à embriaguez, à festa, ao delírio e mesmo que pareça apagado, permanece guardado até ao fim das nossas vidas, o fogo são as horas mais quentes do dia e os dias mais quentes do ano e este em extremo procura a água e a escuridão: “No se trata de crear orden ni belleza simétrica, sino de dar libre curso a los impulsos más profundos, amar, celebrar, proyectando nuestra voz y elevando neutros candos hacia el Universo infinito.” (Valérie, 2018, p. 85). A Terra, o nosso planeta, a Terra está sempre presente e é a nutrição, a segurança, a fertilidade e é associada à “mente pensante”, a sua hora é a tarde, antes de terminar o dia, a Terra é o que está “entre”. Por fim, o elemento do Metal, o Outono simétrico e precioso, repleto de limites é aqui que se finalizam os ciclos e por isso é tempo de introspeção, de encontrar equilíbrio, de preparação para o descanso que desperta a nostalgia ou a sensação de plenitude e não convive bem com a desordem “Si el Árbol organiza, el Metal pule, solidifica, cuida detalles.” (Valérie, 2018, p. 101).

Esta ordem é apaziguadora e dá-me mais vontade de que ela se mantenha constante num momento em que parece que o ser humano controla todos os elementos, que os leva a limites

cada vez maiores e é capaz de os manipular como mais lhe convém. Este olhar mais atento à mudança durante o ano por parte do ambiente externo, aumenta o meu respeito pelo ambiente que precisa de amadurecer para evitar a degradação da vida humana, compreender melhor os elementos pode ser uma forma de despertar o corpo que habitamos antes que os elementos e toda a natureza se vire contra nós.

## **Tempo como elemento responsável para a consciência da sucessão dos eventos**

Achei que faria sentido mergulhar um pouco sobre o que é o tempo, já que é ele o responsável pela sucessão de eventos. Só assim conseguimos evidenciar que há uma sequência de ações que se costumam repetir, e só por isso é possível criar padrões que nos ajudam a viver com mais harmonia conosco e com todos os seres que nos rodeiam. Segundo Whitrow, “(...) já o primata era capaz de se preparar para aspectos cíclicos previsíveis do seu futuro próximo – seleção natural – adquiriam uma certeza sobre o fim inevitável de si mesmos e por isso uma preocupação de se manterem vivos, ou até mesmo, de conseguirem conquistar a vida eterna.” (Whitrow, 1972, p. 6).

“A primeira questão é a origem da ideia de que o tempo é uma espécie de progressão linear medida pelo relógio e pelo calendário. Na civilização moderna, esse conceito de tempo domina de tal forma a nossa vida que parece ser uma necessidade inevitável de pensamento. Mas isso está longe de ser verdade. Não só as culturas primitivas têm uma ideia muito vaga sobre relógios e calendários como a maioria das civilizações anteriores à nossa, nos últimos 200 a 300 anos, tendia a considerar o tempo essencialmente cíclico na natureza. À luz da história, nossa concepção de tempo é tão excepcional quanto nossa rejeição ao mágico.” (Whitrow, 1972, p. 13).

O ser humano sempre se preocupou com a morte, “toda criatura viva nasce e morre, incluindo ele próprio” (Whitrow, 1972, p.16). Pensa-se que já o homem *Neanderthal* enterrava os mortos, há aproximadamente 35 mil anos a.C., e, nessa altura, já existiam rituais de sepultamento onde “Em geral enterrava-se o corpo agachado, talvez se inspirando na ideia de que o morto estava sendo colocado no ventre da Mãe Terra para um renascimento futuro.” (Whitrow, 1972, p.16).

“Ao longo de sua estranha e memorável história, usando a inteligência, a perseverança e a crueldade, e empregando seus conhecimentos do tempo como uma arma, as criaturas que enterraram seus mortos e se preocuparam com a vida após a morte fizeram da terra inteira a sua casa” (Arquimedes, *The Natural Philosophy of Time*)

Inicialmente, quando o poder se encontrava na terra, o tempo era considerado abundante e associado ao ciclo imutável da terra, mas, quando surgiu a moeda, o ritmo de vida foi aumentando cada vez mais e o tempo cada vez parecia ser mais valioso “tempo é dinheiro”. O filósofo Kant dizia que o tempo fazia parte apenas da nossa “intuição”, o tempo é uma ideia

concebida apenas por seres humanos, “o tempo não é uma característica dos objetos externos, e sim da mente subjetiva que deles tem consciência” (Whitrow, 1972, p. 29).

“Não há uma forma de medir o tempo mais certa que outra; aquela geralmente adotada é apenas a mais conveniente” (Whitrow, 1972, p.89).

Mas apesar de todos os variados relógios que se vão criando para medir o tempo da forma mais perfeita possível, o homem sempre foi capaz de sentir a passagem da vida, com todas as fases que esta acarreta, e com tudo o que pode ser observado no mundo natural. São os momentos e os eventos que nos fazem perceber a continuidade do tempo.

Acredito que, se voltássemos a estar mais atentos a esta forma de contar o tempo, entenderíamos melhor as crises pelas quais passamos, perceberíamos e respeitaríamos melhor a natureza que nos rodeia. “As principais transições de uma fase para a outra eram consideradas crises, e em consequência disso a comunidade à qual ele pertencia ajudava-o com os rituais apropriados.” (Whitrow, 1972, p. 16). Estamos tão intrínsecos neste conceito de tempo criado, que não conseguimos perceber a relatividade do tempo, e que conseguimos e podemos trabalhar com ele de outras maneiras que se adequem melhor á nossa vida e ao nosso ser. “(...) o tempo não pertence a nada que seja verdadeiramente “real”, apenas ao mundo logicamente insatisfeito...” (Whitrow, 1972, p. 148).

“A natureza foi vista como um processo de luta entre os poderes cósmicos divinos e os poderes caóticos demoníacos no qual o homem não era mais um mero espectador, mas estava obrigado a tomar parte ativa para ajudar a realizar os fenômenos necessários, atuando em completo uníssono com a natureza.” (Whitrow, 1972, p. 17).

Somos reféns da convenção do tempo que é contínuo e não dá pausas; vivemos numa sociedade em constante movimento e mudança e raramente sentimos que agarramos o tempo. A repetição faz-nos recordar, viajamos em *flashbacks* ou temos *déjà-vus*. Perto da natureza sinto que respeito melhor o meu tempo, sou orientada pelo que me rodeia, e sinto-me mais presente. Gostaria de poder aproximar-me mais deste tempo natural e biológico, onde é a natureza e o meu corpo a identificar o que preciso, sentar-me mais vezes nos jardins de Epicuro. De repente, dou por mim a questionar-me do porquê de existirem relógios e como me orientaria se eles não existissem. Alguns momentos têm-me provado o quão importante é parar, e com parar quero dizer concentrar a nossa atenção, controlar o descontrolo e deixarmos os sentidos comandarem-se uns aos outros. Neste projeto tento fugir imensas vezes da morte, ou fingir que esta não é um

final, que temos mais oportunidades e que esta criatura humana que sou eu, pode descansar e voltar a renascer cada dia.

## Gaia<sup>17</sup>

*“We are creatures of Darwinian evolution, a transient species with a limited lifespan, as were all our numerous distant ancestors. But, unlike almost everything before we emerged on the planet, we are also intelligent, social animals with the possibility of evolving to become a wiser and more intelligent animal, one that might have a greater potential as a partner for the rest of life on Earth.”* (James Lovelock, 2009, p.9).

Desde que o conceito de Gaia foi proposto por James Lovelock na década de 1970, a ideia de que a Terra é um organismo vivo tem sido cada vez mais aceita. Gaia, a deusa grega da terra, é vista como um símbolo para a noção de que o planeta é um sistema interconectado, onde todos os organismos e elementos do ambiente estão em constante interação e equilíbrio.

Os seres humanos são vistos como parte integrante do sistema da Terra, mas também como uma ameaça para o equilíbrio ecológico. O desmatamento, a poluição do ar e da água, as mudanças climáticas, a extinção de espécies e outras atividades humanas estão a perturbar o equilíbrio natural da Terra e a ameaçar a sobrevivência de muitas formas de vida.

*“(...) it has taken Gaia 3.5 billion years to evolve an animal that can think and communicate its thoughts. If we become extinct, she has little chance of evolving another.”* (James Lovelock, 2009, p.28)

Levou bilhões de anos para produzir seres capazes de pensar e comunicar, e a humanidade é a expressão mais avançada desse processo. No entanto, se os humanos forem extintos, é pouco provável que a Terra possa desenvolver outro animal com a mesma capacidade intelectual. É importante que a humanidade assuma a responsabilidade de proteger o planeta e garantir a sua sobrevivência, não apenas por questões ambientais, mas também por consideração a todo o processo evolutivo que resultou na nossa existência.

*“The cosmos is within us. We are made of star-stuff. We are a way for the universe to know itself.”* (Carl Sagan).

*“The Earth is the only world known so far to harbor life. There is nowhere else, at least in the near future, to which our species could*

---

<sup>17</sup> “Significado de Gaia O que é Gaia: Na mitologia grega, Gaia é o nome da deusa da Terra, companheira de Urano (Céu) e mãe dos Titãs (gigantes). Gaia é a personificação do planeta Terra, representada como uma mulher gigantesca e poderosa. Em homenagem à deusa grega, a Teoria de Gaia (também conhecida como Hipótese de Gaia) foi criada pelo cientista britânico James E. Lovelock. Nela o cientista descreve o planeta Terra como um organismo vivo, que apresenta algumas características como a atmosfera com química e a capacidade para manter e alterar suas condições ambientais - o que não acontece com outros planetas do sistema solar.” (Significados, consultado em <https://www.significados.com.br/gaia/>, no dia 20 de novembro de 2022).

*migrate. Visit, yes. Settle, not yet. Like it or not, for the moment the Earth is where we make our stand.*

*It has been said that astronomy is a humbling and character-building experience. There is perhaps no better demonstration of the folly of human conceits than this distant image of our tiny world. To me, it underscores our responsibility to deal more kindly with one another, and to preserve and cherish the pale blue dot, the only home we've ever known<sup>18</sup>.” (Carl Sagan, *Pale Blue Dot: A Vision of the Human Future in Space*).*

Para evitar impactos negativos no nosso planeta é necessário que os humanos mudem a sua relação com a natureza. Isso inclui a adoção de práticas sustentáveis, como a conservação de recursos naturais, o uso de fontes renováveis de energia e a redução da pegada de carbono. Também é importante reconhecer que a Terra é um organismo vivo e agir de acordo com essa compreensão.

Devemos respeitar a Terra como um ser vivo, e não apenas como um recurso a ser explorado. Isso significa tratar a terra, a água e o ar como entidades vivas que merecem proteção e cuidado. Devemos garantir que as nossas atividades humanas não perturbem o equilíbrio ecológico da Terra, e que deixemos um legado sustentável para as gerações futuras.

*“Through Gaia I see science and technology as traits possessed by humans that have the potential for great good and great harm. Because we are part of, and not separate from Gaia, our intelligence is a new capacity and strength for her as well as a new danger.”* (James Lovelock, 2007, p.186)

*“We are the intelligent elite among animal life on Earth and whatever our mistakes, Gaia needs us.”* (James Lovelock, 2009, p.28).

*“It is time to wake up and realize that Gaia is no cozy mother that nurtures humans and can be propitiated by gestures such as carbon trading or sustainable development. Gaia, even though we are a part of her, will always dictate the terms of peace.”* (James Lovelock, 2009, p.31).

---

<sup>18</sup> “A Terra é o único mundo conhecido até agora para abrigar a vida. Não há outro lugar, pelo menos num futuro próximo, para onde a nossa espécie possa migrar. Visitar, sim. Assentar, ainda não. Gostando ou não, quando a Terra é onde nos posicionamos. Tem-se dito que a astronomia é uma experiência de humildade e de construção de carácter. Talvez não haja melhor demonstração da loucura dos conceitos humanos do que esta imagem distante do nosso pequeno mundo. Para mim, sublinha a nossa responsabilidade de lidarmos mais amavelmente uns com os outros, e de preservarmos e acarinarmos o pálido ponto azul, a única casa que alguma vez conhecemos”

Nós somos compostos de matéria estelar e temos o privilégio de presenciar estrelas a produzir música e outras formas de expressão que provavelmente são impossíveis noutros planetas. É inegável que Gaia é um planeta excepcional neste Universo violento. Fazemos parte de um todo, onde cada pequena partícula, por mais insignificante que possa parecer, é parte integrante deste universo interligado. Somos frutos da terra e dependemos de tudo o que ela oferece, tudo está conectado e composto pelas mesmas matérias desde o seu começo, evoluindo continuamente ao longo do tempo. Precisamos despertar para a grandiosidade daquilo que nos rodeia, e compreender que estamos ligados a tudo e por tudo, desde as coisas mais complexas até as mais simples, desde a dança ao pó das estrelas.

## Processo de trabalho e materiais

### ALBUS, como tudo começou – Formação e deformação

Tendo em conta o método de pesquisa que estava a desenvolver, este olhar atento para as fases que iam decorrendo ao longo do tempo, a minha primeira ideia era construir uma instalação performática. Nesta instalação, passaríamos por quatro estações/quatro fases, em que, cada uma delas, transparecesse não só as fases do ciclo do ano, o que dizemos ser as estações, mas também as fases da nossa vida.

Uma das vantagens de estar a viver na Serra da Estrela é conseguir acompanhar o metamorfosear da paisagem ao longo do ano, aqui ainda é nítido e é possível senti-lo de várias formas. Cada uma destas fases seria uma sala individual e à parte das outras, seria possível o público escolher onde, quando e quanto tempo estar em cada uma. Devido a esta divisão achei que seria óbvio montar esta instalação em quatro salas bastante distintas onde sempre que se entrava numa tudo mudava; desde o som, à luz, ao cheiro, e, utopicamente falando, até à temperatura e à forma de como cada um se sente, tendo em conta a subjetividade pela qual cada indivíduo estaria a passar de acordo com o momento da vida em que vive. No meu diário de bordo esta era a minha vontade poética: “Quero que cada um se consiga encontrar em cada objeto de forma única, que viaje com os sentidos e que, dessa forma, desperte emoções.”, que despertasse do transe do dia a dia e fosse capaz de ver as mudanças do ano que agora estavam nítidas e bem evidenciadas.

Para o desenvolver desta ideia de instalação performática, achei que era necessário encontrar quatro artistas, todos residentes na região da Serra da Estrela. Seria um constante *work in progress*, onde cada um de nós, performers, poderíamos dar forma a cada fase/estação que nos competisse, e eu, estaria presente em todo o processo para as salas se conectarem e formarem uma unidade.

Outro passo inicial, foi encontrar um local ideal para poder concretizar o que imaginava. A minha primeira ideia era encontrar uma casa inabitada e dar-lhe vida. Para isso tentei contactar a Câmara Municipal de Seia do qual não obtive nenhuma resposta positiva, também falei com familiares e amigos que tivessem conhecimentos ou que fossem proprietários de alguma casa com características interessantes para dar vida a todos estes ambientes que começavam a ganhar forma, mas apenas no meu imaginário. Com a ajuda de Mário Branquinho, programador da

Casa Municipal da Cultura de Seia e diretor do Festival *CineEco* anteriormente referido, chegámos à conclusão de que uma outra possibilidade seria executar a performance nas galerias da Casa Municipal da Cultura. As mesmas instalações também foram disponibilizadas para ensaiar sempre que fosse necessário. No entanto, e devido a vários fatores, esta aventura tomaria outros rumos e bastante diferentes do que, até aqui, idealizava.

Do que seria uma instalação com quatro performers passámos apenas a ser dois, este processo exigia algum tempo disponível e essencialmente entrega de corpo e mente, o que nem sempre estamos predispostos, principalmente num trabalho que não seria remunerado e em que o objeto era apenas um embrião experimental. O tempo reduzia a passos largos e precisava de ver coisas a acontecer. Arranjar novos artistas em Seia, explicar tudo de novo, delinear horários, saltei todos esses passos e decidi começar com o que tinha.

Neste projeto somos só dois, mas dois com realmente vontade de estar e aprender com o outro. Quem sabe, daqui a uns meses poderei voltar à ideia inicial, mas agora com visões totalmente diferentes e a partir de toda a coleção que o artista plástico, Ricardo Cardoso, e eu contruímos em todo este processo, poderá surgir uma mega-instalação, uma megacolecção.

## **Processo enquanto ciclo**

Era o ciclo que eu procurava, uma espécie de sonho consciente onde muito do impossível deixa de o ser. Nós, criadores e artistas, criámos um novo ciclo a explorar a partir de todos os ciclos naturais que nos iam atravessando. Aos poucos, íamos percebendo melhor qual o rumo a seguir, recomeçando as vezes que fossem possíveis e parar, para ver de dentro e de fora.

Despeguei-me da tentativa de justificar o meu tema. Quando os ensaios começaram, começou a fazer sentido. Criámos o nosso próprio ciclo que resultava em vários outros de cada vez que se começava. O processo dava frutos e dos frutos nasciam novos rebentos que maturavam do processo e ainda hoje surgem outros frutos das sementes deixadas desde o primeiro encontro. Se olhar para o panorama geral consigo ver uma imensidão de objetos artísticos: uma escultura, vários panos pintados, sons gravados e sons contruídos; separados, podem ser, mas surgiram juntos e por isso complementam-se, e a partir deles, constroem-se mais. É possível descrever-se cada passo dado desde a primeira pintura ao último movimento criado, as ramificações deram-se e todos estes materiais são alimentados.

ALBUS dá origem a uma instalação performática multidisciplinar e efémera. Acontece num tempo e num espaço, mas sem um princípio nem um fim, pois toda a ação é dependente do momento. Por entre carvalhos habitam estes seres dimórficos que procuram coexistir não só com os reinos que os circundam, mas também com eles mesmos, que desde o início deixam rastros de histórias que são obrigados a carregar e que influenciam tudo o que acontece depois.

A regra é a mesma para todos: nascer, viver e morrer. Mas e se pudéssemos renascer as vezes que quiséssemos? O ato artístico, dividido em 4 momentos, procura respostas a esta pergunta através das “não-repetições”. E em cada nascimento descobre-se uma nova existência, que está, ao mesmo tempo, a ser registada numa tarja onde é possível ver cada respiração do todo.

A performance artística é constituída por dois intervenientes. Um deles veste o papel de ser criador, capaz de conduzir a ação e dar ao solo as condições necessárias para permitir a germinação; é também este ser que carrega o resultado das experiências artísticas e vivências do ambiente circundante, pois só assim é possível que nada se perca, mas que tudo se transforme em algo maior. Do outro lado, observamos o reflexo das fragilidades e fortalezas do ser humano, que se tenta fazer “*super*” ao interlaçar-se com os recursos que, ao mesmo tempo esgota; é possível sentir cada aflição, cada prazer, cada arrependimento; e as fases estão despidas de

máscaras, estão expostas, com a esperança de que o coletivo que as observa se reveja, e que esses reflexos permitam uma autoanálise capacitando o acesso a experiências de absorção de ressonância física, onde há relações, que não dão compreensão, mas respostas individuais.

Foram várias as vezes que fui e voltei a mergulhar no livro *Confio-te o meu corpo*. Neste livro, Afonso Becerra de Becerreá, dá-nos algumas pistas de como organizar uma peça pós-dramática, de como construir uma dramaturgia pós-dramática:

1. Escolher um tema que nos interesse e afete, eu utilizei o conceito de CICLO como tema de ligação;
2. Colecionar materiais relacionados ao tema “por analogia ou associação morfológica (forma e estrutura), semântica (significados e evocações psicológicas) e sensorial (textura, cor, aroma, sabor, luz e as suas inflexões, sons)”;
3. “Trabalhar em grupo improvisações em que se introduza uma seleção dos materiais anteriores.”;
4. “Selecionar as ações cénicas atrativas dentro da coerência de sentido, entendendo por sentido algo mais físico e morfológico do que o semântico, o sentido como um movimento para algures”;
5. Anotação das reações principais previstas. Convidar espetadores para perceber se os efeitos emocionais coincidem com o desejado, ou se por outro lado não têm qualquer efeito. (Afonso Becerra, 2018, p.71).

Não segui estas instruções com o máximo de rigor, os improvisos resultam se forem feitos com grupos maiores do que duas pessoas, mas, ainda assim, pôde-se observar pelos ensaios que foram decorrendo, a conexão entre os pontos, mas já com as nossas (do Ricardo e minhas) experiências enquanto criadores e performers, com as nossas várias formas de pensar e querer agir. Ainda assim, a ideia fulcral deste livro está fortemente vertida em toda a performance:

“A arte do teatro é a do *hic et nuc*, do aqui e agora, e, portanto, da vivência presente. O espetáculo teatral é uma experiência, uma vivência e, como tal, deveria escapar, na sua potencial riqueza de impulsos a cavalo do presente contínuo, da pausa para o diagnóstico, da paragem para a análise conceptual, do *stop* para a explicação e a dedução do significado – embora, à posteriori, possamos inferi-lo, pensá-lo, refletir nele, analisá-lo e tirar as nossas conclusões.

Quanto mais vivo e vital for o teatro, mais escapará da redução a significante, mais resistirá frente a mensagem e o tema.

Quanto mais vivo e vital for o teatro, como experiência partilhada, mais poderá tocar-nos, interpelar-nos, se nos concedermos o privilégio do jogo, anulando os preconceitos e os hábitos de receção baseados no logico-causal, se nos permitirmos abrir-nos a alguém que nos confia o seu corpo, do mesmo modo que nós, eu, te confio o meu corpo.

A dramaturgia de impulso consiste numa composição a pé de cenário, uma dramaturgia de processo colaborativo, que explora esses impulsos vitais e, através das técnicas e do ofício, procura a modelagem mais adequada. Trata-se de uma dramaturgia que extrai do informe, através dos impulsos, uma forma coerente e bela que lhes faz justiça.

A forma justa e necessária, aquela capaz de irradiar energia cristalina desses núcleos que movem as atrizes e atores performers e que, por contágio, empatia, também nos movem a nós, gerando uma comunhão (comunidade) no belo”. (Afonso Becerra, 2018)

Também os ensinamentos da coreógrafa e bailarina Vera Mantero foram parte integrante de todo o processo do início ao fim, Vera Mantero foi minha professora na Licenciatura em Teatro na Universidade do Minho e com ela aprendi imensos métodos de criação baseados essencialmente na nossa atenção e observação do Mundo, em escrita criativa e movimentos livres. Com ela encontrei melhores formas de me exprimir e poder criar de forma mais livre e ao mesmo tempo poder conhecer-me mais profundamente, com uma voz com mais movimentos e um movimento com mais voz, e toda a unidade vibra com mais força.

Entretanto artistas como a Bjork, CocoRosie, Zhang Huan, Beatriz Albuquerque, também foram grandes fontes de inspiração para o nosso processo e, sem querer, quase no fim do processo e graças à estética que o Ricardo e eu transportámos até à Romaria Cultural de Gouveia, descobri, através de conversas, a companhia “Ordem do O”, em que todos os projetos que desenvolvem têm como princípio os ciclos da vida e da natureza que nos circundam. O criador Pedro Ramos, tem um trabalho fortemente ligado ao corpo/consciência “Criar acessos ao domínio do Ser através do trabalho de corpo/consciência, procurar formas mais autênticas

de se estar vivo e expressar vida através da arte e exploração da Liberdade através da Arte, como ferramenta de partilha e de afinação.”<sup>19</sup>.

E assim começamos a criar, a “pôr mãos à obra” e deixar o corpo falar mais alto a partir desta atenção agora mais refinada.

---

<sup>19</sup>(Ordem do O, consultado em <https://www.ordemdoo.com/ordem-do-o/>, no dia 20 de julho de 2022).

## Coreografia

Logo de início comecei a utilizar o corpo como uma das principais ferramentas de comunicação para a construção desta performance. Com o avançar dos ensaios apercebi-me que, apesar de ser um dos meus pontos fortes no que toca à expressão, não era, de todo, confortável para o Ricardo, ainda assim tentámos manter o movimento sempre presente essencialmente no nosso aquecimento para libertar um pouco a mente e deixar os reflexos musculares falarem mais alto.

Enquanto eu coreografava com o corpo, o Ricardo coreografava no papel ou no pano cru, os seus movimentos eram também com o corpo todo e com as mais variadas técnicas e materiais, e, apesar de parecer que o espaço que o seu corpo ocupava era menor, ele expandia-se para a tela com cada traço e borrão, e criava mais dimensões, e mesmo com materiais diferentes, dançávamos juntos, ele seguia os meus pés e eu inspirava-me nos traços desenhados a barro e a carvão.

Ao longo das várias sessões de ensaios foram surgindo textos de escrita criativa, e, a partir deles, criámos movimentos. Baseei-me em aulas com a coreógrafa Vera Mantero onde conectávamos palavras a gestos criados em situações aleatórias, mas que, dentro de um contexto criado, começavam a dar-nos mais verdade, tanto dos movimentos, como das situações em que eram apresentados. Neste projeto, a ideia de Ciclo acompanhava todo o material que surgia e era indispensável estar presente, sempre que escrevíamos. Um outro exercício de criação de movimentos a partir do aleatório foi utilizar páginas soltas de livros que falavam sobre os elementos, e transformar cada palavra num gesto.

A certa altura senti-me perdida pois não percebia como iria conectar tudo, para além de que no início ainda tentava que o Ricardo se movimentasse ao mesmo ritmo que eu, o que era impossível, os corpos são diferentes e cada individuo é único. Portanto, antes de tudo começar a ganhar forma, ainda passamos por muitas experiências. Um livro que me ajudou bastante foi *A Choreographer's Handbook*, que, de forma honesta e humilde, me foi dando várias pistas para conseguir manter-me firme, desde o lembrar-me que sentir-me perdida e confusa era normal “*It's ok not to know what you're trying to do.*” (Jonathan Burrows, 2010, p. 38); até aos exercícios práticos que fui adaptando para mim, como por exemplo o do oitavo ensaio, e mesmo algumas questões que fui fazendo ao Ricardo, que nos foram ajudando a perceber se ainda bailávamos na mesma direção. Para além disso, Jonathan Burrows utiliza bastante o tema da repetição e da não-repetição, que se conectou diretamente com o tema desta peça: o que é notado depois de vários ciclos que se repetem são as pequenas falhas que podem fazer toda a diferença

e serem realmente impactantes para quem está a ver, a repetição de um ciclo torna as coisas pacíficas e expectáveis, a surpresa vem desta diferença.

“(…) a conduta exemplar era aquela que repetia indefinidamente a criação original. Temos, assim, acontecimentos sagrados e acontecimentos profanos, os primeiros repetindo um modelo original, e os segundos sendo estranhos a esse modelo. Os atos exemplares são, portanto, a-históricos, cabendo a historicidade apenas aos atos profanos. O mundo, no que possui de verdadeiro (ou de sagrado), é uma repetição. O que não é repetição permanece imerso no caos, carecendo de sentido e de realidade. Assim, desde a mais remota antiguidade, a repetição é uma questão central para o homem, desde o mito, passando pelo "eterno retorno" de Heráclito até Nietzsche, o tema da repetição atravessa a história do pensamento ocidental (...)” (Luiz Alfredo Garcia-Roza, 1993. P.29).

Ao conversar com o meu coorientador fui desafiada a passar para o papel o espaço que alguns ensaios ocupavam, o ritmo e as formas, ou seja, resumir os ensaios em desenhos. Depois do acidente foi um método de ensaio, quando não tinha o meu corpo delineava com traços de várias cores, os movimentos que faria no espaço.

*“Working with myself is no exception; in fact, working with myself I can fool myself even more easily into thinking I can do anything. I can’t do everything. So, my question is this: what can I do?”<sup>20</sup>* (Jonathan Burrows, 2010, p. 19).

É importante para mim falar do meu corpo neste capítulo. A consciência que tanto queria perder nos ensaios, de repente, parece despedir-se graças à adrenalina, concentração e estímulos naturais. Na performance final de *ALBUS* na Romaria Cultural de Gouveia, o meu corpo ficou dormente, deixei de o sentir por vários períodos, tinha de ser consciente, no meio daquele transe que sentia. Obrigava-me a fazer pausas para respirar e perceber como sentia o meu corpo, se as costelas não magoavam e se ainda respirava fundo. O ensaio, dois dias antes, tinha sido doloroso, não conseguia respirar bem e o braço incomodava-me. Mas neste dia, não sentia nada. Preocupava-me por instantes por não sentir nada. A coreografia corria melhor que nunca, as partituras de ações conseguiam ganhar tempo e elasticidade, conseguia observar a energia das pessoas que assistiam e jogar com isso. Reduzi os meus movimentos o melhor que consegui, e isso trouxe mais para esta coreografia, sentir cada movimento com mais tempo e mais

---

<sup>20</sup> “Trabalhar comigo próprio não é excepção; de facto, ao trabalhar comigo próprio, posso enganar-me ainda mais facilmente, pensando que posso fazer tudo. Não posso fazer tudo. Por isso, a minha pergunta é a seguinte: o que é que eu posso fazer.”

consciência. Reduzir a velocidade fez-me ampliar o resto dos sentidos e os movimentos conseguiam respirar. Tornei-me mais observadora do que me rodeava. A certa altura o vento fazia as fitas dos tecidos voarem como se o próprio vento fizesse parte daquela partitura, e consegui aproveitar esses momentos. Naquele dia um espectador disse que se tinha emocionado com uma das imagens onde eu estava parada e apenas o vento dava movimento ao cenário de folhas, árvores e com tecidos emaranhados a quererem soltar-se uns dos outros.

## Figurino

Com o isolamento resultante da pandemia da Covid-19, tive o tempo que precisava para aprender a costurar, coisas simples, claro, mas que, neste projeto, me permitiu executar os figurinos que imaginava. Queria algo simples que se pudesse camuflar com qualquer terra, com as folhas ou com as ervas verdes, que me cobrisse o corpo, mas que se movimentasse comigo, dando-me liberdade de movimento ou até que ampliasse esse movimento como uma extensão de mim.

Em conversa com o Ricardo chegámos ao pano cru, também ele já trabalhara neste material, essencialmente para eventos religiosos, garantia ser de fácil utilização, económico e ecológico.

O pano cru é um tecido cem por cento algodão. “(...) “um dos maiores benefícios de usar roupas feitas de algodão nos dias mais quentes é que a matéria-prima é uma fibra natural que evita alergias e que é também permeável, garantindo mais conforto nas altas temperaturas. Os tecidos feitos a partir desse material, permitem a livre troca de ar e evaporação da transpiração, secam rápido e mantêm o equilíbrio da temperatura da pele. Ao contrário de tecidos feitos com outras fibras que podem abafar e, com isso, proliferar bactérias que causam o mau odor”, comenta Júlio César Busato, presidente da Abrapa, Associação Brasileira dos Produtores de Algodão. “Outra vantagem do algodão é a versatilidade: o tecido é usado há milhares de anos em artigos que vão desde peças de roupa até tapetes, estofados e cobertores. A maior durabilidade da fibra faz também com que o tecido seja uma escolha mais sustentável do que materiais sintéticos, que oneram mais o meio-ambiente para serem produzidos e são mais difíceis de serem reciclados. Toda a peça 100% algodão, se devidamente destinada para reciclagem, pode voltar como matéria-prima para a fabricação de novas (...)”<sup>21</sup>.

Devido à sua capacidade de absorção, toda a matéria em que tocava, entranhava-se neste tecido; todos os momentos, desde os ensaios aos enterros, estão impressos nele. O nosso figurino nunca foi lavado e transporta consigo histórias e suor. O pano cru que encontrei era bege sem qualquer corante de tinta, mas agora é preenchido com vários tons de castanhos, verdes, vermelhos, quase como uma roupa de camuflagem.

Este figurino, é mais um objeto que pode contar histórias por ele mesmo, como se tivesse vida. Foi feito com várias fitas que saem das costas e dos lados da camisola, que foram pensadas inicialmente como parte deste ser que eu criara, um ser com raízes enormes que não se querem

---

<sup>21</sup>(Exame.55anos, consultado em <https://exame.com/casual/por-que-o-algodao-virou-o-queridinho-dos-fashionistas-e-do-verao/> no dia 25 de outubro de 2022).

largar da terra, nem desembaraçar-se umas das outras. Daqui nascem imensos simbolismos, um membro do público, por exemplo, entendeu estas fitas como a sua depressão: por mais que tente desembaraçar-se, não consegue, e toda essa luta, só o cansa mais do que tentar aprender com estas amarras. Manter a calma era a única forma deste ser se desembaraçar. Por momentos, estas fitas foram para mim também o sufoco da falta de liberdade, tinha sempre algo a impedir-me de sair do solo. Um solo fértil, um solo que era a minha casa, mas que não me deixava ver para além disso.

Para as calças, tanto para mim como para o Ricardo, inspirei-me no modelo das calças páreo, que são ajustáveis à cintura pois são presas através de nós. Estas calças são bastante práticas, largas e longas e têm aberturas dos lados que lhes oferece ainda mais movimento.

As peças do figurino do Ricardo foram aumentando de dia para dia. Imaginou um chapéu que tentou explicar-me, para eu depois construir. Este chapéu era comprido e nele era possível encontrar todos os pincéis, panos e outros materiais que ele necessitasse ao longo da performance, como bocados de esponja suspensos, que eram atirados contra a tarja. Para além deste chapéu multifunções, também criei um cinto com várias cordas, capaz de transportar todos os frascos com tintas e barro que ele ia necessitando ao longo da performance. Para este cinto utilizei um cinto antigo, já gasto e forrei-o com pano cru.

As telas utilizadas pelo Ricardo durante o desenvolvimento da performance, também eram feitas de grandes pedaços de tecido de pano cru. Desta vez, foi a sua mãe que finalizou estas peças, pois eu encontrava-me em recuperação do acidente. Este material foi estimulante e de fácil transporte.

Os figurinos adaptaram-se ao nosso corpo e nós adaptamo-nos aos figurinos. Eram objetos cénicos capazes de registar memórias e criar desenhos, tanto na partitura de movimentos como também no resto do pano que o Ricardo pintava aquando das várias performances que foram decorrendo ao longo do ano.

## Partituras de sons | Vídeos

O som veio constantemente acompanhando as imagens que iam sendo capturadas ao longo do tempo. O som era uma continuação da vida que via, esta já modificada, consoante o que sentia no dia em que montava o som, com ajuda do *Ableton Lite*, guitarra, *Lounchkey Mini*, voz e sons capturados pelo telemóvel *Samsung S10*. Os vídeos foram editados com o programa *Adobe Premiere Pro 2020*.

A primeira edição de som, “1”<sup>22</sup>, foi a partir de um vídeo gravado no início do Outono de 2021. Neste vídeo, as folhas coloridas das árvores com os movimentos causados pela brisa, passam a personagem principal, as folhas dançam, as árvores sustentam, também elas, som, e, a partir disso, foi só ir encaixando tons e ritmos. Capturei a névoa num dia chuvoso e escuro, “2” e “2.22”<sup>23</sup>; filmei o rio da Sr.<sup>a</sup> do Desterro, “jan 3 1”<sup>24</sup>. O movimento que observava, a partir dos vídeos que editava, davam origem ao som, que surgia por sorte, ou porque a voz soltava notas e murmúrios quase instintivamente.

Em janeiro de 2022, filmei a primeira versão desta performance ao qual chamei “*hibernum*”<sup>25</sup>, ainda sem figurino. A partir da coreografia improvisada, fui construindo o som que tentava fazer coincidir com os vários estádios pelos quais o meu corpo atravessava. Para uma segunda versão desta mesma fase da performance, inspirei-me nos sons da música “*ancestors*” de Bjork. Foi já tarde que me apercebi que na realidade todo o vídeo que foi montado como cena principal, onde me desenterro, veio já de uma musica criada por mim em 2020, que falava do aborrecimento intitulada de “*AbhorreroHorrere*”<sup>26</sup>, e fala sobre um corpo inútil, que não deu conta do tempo passar, e quando se apercebeu, já era terra, um corpo que se magoava, um corpo que estava numa espécie de coma e que deixara de sentir. Esta música acabou por ser cantada *ácapela* por mim, no final da performance.

No que toca à construção de sons, quanto mais tempo tivesse, mais construía. Quando me apercebia tinha 6 minutos de som, e passara uma tarde inteira em hipnose. Felizmente tinha datas a cumprir, e por isso, mesmo que nem sempre satisfeita com o resultado, tinha de o deixar existir, eventualmente. Nas semanas depois do acidente, em que pouco me podia mover, ter a

---

<sup>22</sup>É possível ver “1” no seguinte link: <https://youtu.be/BapYdCDjyv0>.

<sup>23</sup>É possível ver “2” e “2.2” no seguinte link, respetivamente: <https://youtu.be/XaqR7mMjfcE>; <https://youtu.be/BaTD5NhdYI4>.

<sup>24</sup>É possível ver “jan 3 1” no seguinte link: <https://youtu.be/7EtzCsDamqI>.

<sup>25</sup>É possível ver “*hibernum*” no seguinte link: <https://youtu.be/GHbm4VkJZbY>.

<sup>26</sup>[https://soundcloud.com/adriana-neves-126133507/abhorrero?si=e67d70dc60964a89ac9147ef9a3805d5&utm\\_source=clipboard&utm\\_medium=text&utm\\_campaign=social\\_sharing](https://soundcloud.com/adriana-neves-126133507/abhorrero?si=e67d70dc60964a89ac9147ef9a3805d5&utm_source=clipboard&utm_medium=text&utm_campaign=social_sharing)

possibilidade de montar e editar todo o som desta performance ajudou-me: o som deu-me mais mobilidade.

Ter o conteúdo em formato digital era um dos meus principais objetivos.

Foi fundamental filmar todas as experiências, atividades iniciais que me inspiravam e ensaios, para não perder informações importantes do processo e para escrever este relatório. Nem todas as sessões de ensaios foram gravadas, seja porque a câmara parou sem que percebêssemos, ou porque a bateria deixava de funcionar. Mesmo assim, conseguimos capturar uma grande quantidade de imagens, que transformei em pequenas performances experimentais, algumas com efeitos exagerados, outras que combinavam perfeitamente com a energia do ensaio em questão. A experiência de trabalhar com vídeo ao longo de todo o processo, permitiu-me praticar as minhas habilidades de edição e tornou o trabalho de edição do vídeo para a instalação performática, muito mais rápido.

## **Diário de ensaios**

De seguida, apresentarei, por ordem cronológica, a sequência de ensaios que aconteceram desde o primeiro encontro com o artista plástico Ricardo Cardoso. A partir destes ensaios, foram feitas montagens de vídeo e som disponíveis nos links das notas de rodapé.

Em cada encontro, criava-se uma performance, e o conjunto de todos os encontros são a base principal do projeto: *ALBUS - REGISTOS DE UM CICLO QUE É UM PROJETO DE ARTES PERFORMATIVAS*.

Nestes registos, é possível perceber melhor os desafios enfrentados, as descobertas feitas e as soluções encontradas, refletindo a natureza performática deste projeto. Capturando a evolução e transformação ao longo do tempo, é possível observar como cada ensaio se entranhava no seguinte e assim sucessivamente, até chegarmos à apresentação pública na Romaria Cultural de Gouveia.

### **No último dia de fevereiro de 2022,<sup>27</sup>**

encontrámo-nos no Espaço Moinhos. Neste dia, definimos quando teríamos os ensaios consoante a disponibilidade dos dois e ainda tentámos perceber o que ambos pensávamos do que seria esta aventura em torno da ideia de “Ciclo”.

Comecei por perguntar ao Ricardo o que mais gostaria numa Performance, ao qual ele me respondeu que o que mais lhe importava era conseguir afetar o público. Ricardo, sente que, na maior parte das vezes, a audiência olha para ele, mas não o apoia pois não querem perder tempo e, por consequência, não conseguem entrar na ação que está a ser desenvolvida. Houve performances em que se sentia observado como se ele fosse louco, as pessoas faziam caras estranhas como se nada do que estavam a ver pertencesse à sua realidade, e desconectavam-se. Ele, por sua vez, também se desconectava do público. Acrescentou que, ao tentar encontrar um sítio onde os seus espetadores se identificassem, não se conseguia deixar levar como desejava. Admite que, atualmente, criou uma proteção e cada vez menos se importa com o olhar de quem o vê; o que o mais satisfaz e importa é ser fiel à sua arte e à vontade de agir, mesmo que possa parecer egocêntrico.

---

<sup>27</sup>Último dia de fevereiro: <https://www.tumblr.com/al-bus/679336221646929920/%C3%BAltimo-dia-de-fevereiro-o-encontro?source=share>.

Conversámos sobre como o espaço do público influencia o à-vontade para com o que está a ver. Quando a audiência está numa sala escura, sentada e quase invisível, sente-se mais descontraída para reagir ou sentir os estímulos que são oferecidos, consegue envolver-se mais rapidamente na ação que está a decorrer.

De seguida, discutimos sobre o que prevalecia, a obra ou o artista, ambos concordamos que seria a obra, pois o artista não é artista sem obra, mas a obra vive sem o artista.

O Ricardo mostrou-me algumas das suas obras, explicando-me o contexto das suas preferidas.

No final, trocámos algumas referências de artistas de que gostávamos e outros que conhecíamos em comum, como era o caso da Beatriz Albuquerque e da Vera Mantero.

Na minha primeira conversa com o Ricardo, no dia 28 de janeiro, provoquei-o com alguns *inputs* para ir pensando até nos reunirmos novamente. Dei-lhe a fase do fogo – relacionada com “música; dança; celebração; consciência das emoções; cultivando o agradecimento; procurando incessantemente a felicidade através da conexão; a luz, o sol, os astros – “Somos pó das estrelas, o fogo arde nos nossos corações”; e por outro lado, a euforia; os excessos emocionais; a loucura; a alzheimer; a substituição da consciência por falsas alegrias, consumos, ostentação; atração pelo que brilha; os escândalos, as guerras, os dramas” (Valérie, 2018). O Ricardo elaborou um esboço que intitulou de “*Regador da Alegria*”, era uma instalação feita a partir da madeira e do cobre e imaginava um ambiente com ruídos de festa, gargalhadas, confusão e copos a brindar.

### **Primeiro ensaio, dia um de março, com duração de três horas<sup>28</sup>**

Começámos com uma corrida pelo espaço para aquecer o corpo e fizemos alguns alongamentos.

O exercício proposto nesta sessão, foi movimentarmo-nos pelo espaço sem música, com o objetivo de esvaziar a mente. O exercício durou cerca de meia hora. Mal o tempo acabou, peguei em duas folhas e canetas para executarmos 2 minutos de escrita criativa a partir da palavra “Ciclo”. Como foi tudo tão rápido o Ricardo não percebeu que era para escrever sem parar tudo

---

<sup>28</sup>Primeiro ensaio: <https://www.tumblr.com/al-bus/679337152095649792/1%C2%BA-ensaio-1mar-3h?source=share>.

o que lhe viesse à cabeça. Escreveu a palavra “ciclo” incessantemente e, por cima das palavras, desenhou uma espiral que poderia não ter fim, com a qual ocupou a folha inteira.

No final da sessão, conversámos um pouco sobre os métodos que cada um tinha utilizado para manter a mente o mais limpa possível. Para o Ricardo, o mais fácil foi parar num local e focar-se nos sons que eu emitia com os meus movimentos, em oposição, o meu método foi não parar de me mexer, sempre que o movimento começava a tornar-se lógico ou sequencial, tentava cortá-lo com quedas ou mudanças bruscas de direção, no entanto, mesmo esses cortes eram pensados e começavam a parecer lógicos.

Como era o primeiro ensaio, a minha mente viajou imenso sobre o que o Ricardo acharia destes exercícios, ainda não o conhecia e não sabia os limites dele perante exercícios com objetivos tão amplos, não específicos e ilógicos.

O movimento conduzia à musicalidade, criavam-se ritmos e padrões quase hipnóticos capazes de nos transportar para uma espécie de transe, e esses mesmos movimentos, levaram-nos a um estado irracional, mais simples, como uma meditação, mas ainda assim padronizado e por isso lógico. Houve várias sensações que ambos sentimos que nos faziam voltar à realidade, como o sentir frio, que nos conduzia a pensar no tempo, no tempo que faltaria para acabar o exercício, ou mesmo questionar-nos há quanto tempo estávamos naquele estado. Quando sentíamos incomodo queríamos parar. Na realidade o exercício durou mais do que meia hora, pois o telemóvel não emitiu o som de fim, ou nós não o ouvimos por causa do transe que presenciávamos. Como éramos apenas dois só tínhamos duas opções, ou jogávamos um com o outro ou tentávamos desligar completamente, o que era um paradoxo porque o tentar desligar tornava-se também um jogo. As fugas, o momento da reação logo a seguir da ideia, era provavelmente a única pausa real, como se um intervalo no tempo do pensamento em que a ação já era inconsciente e nos esquecíamos porque a estávamos a fazer.

### **Segundo ensaio, dia 12 de março com duração de quatro horas<sup>29</sup>**

Começámos o aquecimento corporal caminhando pelo espaço com diferentes velocidades. Improvisámos movimentos que começavam num ponto do corpo e alastravam-se para os demais membros. Também realizámos alguns exercícios de alongamento e testámos algumas

---

<sup>29</sup>Segundo ensaio: <https://www.tumblr.com/al-bus/679337758029987840/2%C2%BA-ensaio-12mar?source=share>.

acrobacias. Para complementar, aquecemos os músculos faciais e praticamos exercícios de voz para melhorar a articulação e a projeção das palavras.

Selecionamos alguns textos e recortamo-los em pequenos pedaços que espalhamos pelo chão. Neste exercício, percorríamos a sala e, ao encontrar um trecho de texto, dizíamos-lo de forma diferente, modificando o tom, a velocidade e até a emoção.

Durante a sessão, discutimos a possibilidade de apresentar uma primeira parte da nossa performance no festival ARTIS. Surgiu a ideia de criar uma instalação que combinasse projeção de vídeo com elementos coreográficos.

### **Terceiro ensaio, dia 16 de março com duração de 4 horas<sup>30</sup>**

Neste ensaio, o Ricardo propôs trabalharmos com monotípias<sup>31</sup>: “Tragam resmas de folhas!”, disse ele. Pegamos em vidros circulares, tintas e várias folhas; colocamos algumas cores no vidro e depois prensávamos a folha de papel contra ele, marcando várias formas e cores no papel. Utilizávamos as mãos ou outros objetos para aperfeiçoar a imagem que estava no vidro.

A partir da experiência com as monotípias, surgiu a ideia de incorporar na performance final vários tecidos espalhados pelo espaço, nos quais eu iria imprimir imagens com meu corpo coberto de tintas, terra ou barro, através de movimentos. O objetivo era que o Ricardo depois decodificasse essas figuras que inicialmente tinham sido pintadas aleatoriamente, dando-lhes forma e criando histórias. Durante o exercício, pude entender melhor como o corpo deve colidir com o papel, vidro ou tecido e como diferentes forças de impacto, arrasto e pressão podem criar diferentes símbolos.

Neste ensaio começamos a pensar no figurino utilizando o pano cru.

### **Quarto ensaio, dia 19 de março, com duração de 4 horas<sup>32</sup>**

Neste dia, depois de aquecermos o corpo e a voz, fizemos exercícios de improviso com o corpo. Enquanto eu dançava, o Ricardo tentava registrar o que via e a partir da descrição que ele

---

<sup>30</sup>Terceiro ensaio: <https://www.tumblr.com/al-bus/679338047391793152/3%C2%BA-ensaio-15mar-4h?source=share>.

<sup>31</sup> “A monotipia é um processo híbrido, entre a pintura, o desenho e a gravura. Aproxima-se do gesto da pintura, da mancha de tinta, ou do traço, da linha. Ao mesmo tempo possui características próprias da gravura, como a inversão da imagem. Apesar de o próprio nome esclarecer, mono (único) e tipia (impressão), em alguns casos é possível conseguir mais de uma cópia, embora cada vez mais tênue, mais clara.” A monotipia teve origem no século 17, com Giovanni Benedetto Castiglione (1616-1670), do qual foram preservadas algumas monotípias.” (ARTEeBLOG, Consultado em <https://www.arteblog.com/2014/07/monotipia-uma-arte-unica.html>, no dia 16 de março de 2022).

<sup>32</sup>Quarto ensaio: <https://www.tumblr.com/al-bus/679975772073656320/4%C2%BAensaio-19-de-mar-4h-4%C2%BAensaio?source=share>.

escrevia, começámos a definir movimentos. O texto que resultou deste exercício, foi utilizado mais tarde para o som final.

Tentámos o mesmo processo, mas agora com palavras, onde um de nós falava sem parar durante dois minutos e o outro registava o que era dito. De seguida, tínhamos de falar sem parar os dois minutos, mas sem mimicar a palavra com gestos, ou seja, o movimento tinha de estar desconectado da palavra, tornando-se mais desafiante, pois os gestos acabavam por ligar-se á palavra ou a palavra derivar do movimento.

Na segunda parte do ensaio, continuámos com as nossas monotipias, desta vez tentando dar novas formas ao que tinha ficado por acaso, evidenciando imagens que víamos ou criando jogos de perspetiva. Tentávamos ordenar o caos.

No final, lemos o texto *O HOMEM-ÁRVORE (carta a Pierre Loeb)* de Antonin Artaud e, a partir dele, fizemos alguns exercícios de escrita criativa. Os textos criados foram transformados em desenhos e em partituras de movimentos.

### **Quinto ensaio, dia 23 de março, com duração de quatro horas.<sup>33</sup>**

No quinto ensaio, fizemos alguns exercícios de autoficção, um começava uma história da vida pessoal, e o outro ia interrompendo com novos factos, modificando a narrativa original.

Neste dia, levei a guitarra e um *djembe* para que pudéssemos jogar um pouco com os sons que estes emitiam e também para aprendermos melhor a dialogar um com o outro enquanto par. Numa primeira parte, o Ricardo fez alguns sons e ritmos com o *djembe* enquanto eu tentava desenvolver movimentos indo a favor ou contra esses estímulos emitidos por ele. Na segunda parte, era eu quem dava motes sonoros ao Ricardo, que, por sua vez pintava uma tela com argila da Roménia. Percebemos que a argila seria um elemento importante neste processo de trabalho.

Depois deste ensaio, estive em isolamento profilático devido à Covid 19 e por isso foquei-me em editar vídeos dos ensaios e a construir os figurinos. Durante este tempo, o Ricardo fez um desenho<sup>34</sup> baseado na estética que vínhamos a imaginar.

---

<sup>33</sup>Quinto ensaio: <https://www.tumblr.com/al-bus/680099555864395776/5%C2%BAensaio-1%C2%AAparte-5%C2%BAensaio-23-de-mar%C3%A7o-4h?source=share> e <https://www.tumblr.com/al-bus/680099704086904832/5%C2%BAensaio-2%C2%AAparte?source=share>.

<sup>34</sup>Desenho de Ricardo: <https://www.tumblr.com/al-bus/685690143146950656/r-dia-30-de-mar%C3%A7o-de-2022?source=share>.

### **Sexto ensaio, dia 2 de abril, com duração de três horas<sup>35</sup>**

Elaborámos a escultura em argila.

### **Sétimo ensaio, dia 6 de abril com a duração de três horas.<sup>36</sup>**

Neste ensaio, cada um de nós inventou um movimento curto e mecânico para ser repetido por ambos. A partir dos movimentos criados, escolhemos 2 que foram explorados durante todo o tempo que nos restava do ensaio. Um dos movimentos era saltar e o outro abanar as mãos para cima e para baixo. Repetimos os movimentos em diferentes posições, ritmos, velocidades, espaços, até o nosso corpo deixar de responder e entrar em colapso. O esgotamento físico obrigou-nos a criar inúmeras variações do mesmo movimento.

### **Oitavo ensaio, dia 9 de abril, com duração de 4 horas<sup>37</sup>**

Visitámos o jardim do CISE - Centro de Interpretação da Serra da Estrela, como uma potencial localização para a apresentação do nosso projeto. Neste espaço, podemos entrar em contacto com a natureza e apreciar uma variedade de espécies, mesmo estando no meio da cidade. É um espaço de fácil acessibilidade e aqui realizam-se várias atividades durante o ano, como festivais de música, exposições e *workshops*.

Chegados ao Espaço Moinhos, propus voltarmos ao exercício do primeiro ensaio. A partir daí, surgiu uma improvisação entre os dois. Foi evidente uma melhoria na compreensão do ritmo um do outro, houve uma maior sensação de conforto e confiança no par. Quando terminámos, escrevemos durante alguns minutos, mas, desta vez, enquanto eu escrevia palavras, o Ricardo desenhava. Por fim, fizemos algumas improvisações para a performance já com peças do figurino que tinha contruído até à data.

---

<sup>35</sup>Sexto ensaio: <https://www.tumblr.com/al-bus/680715499688067072/6%C2%BAensaio?source=share>.

<sup>36</sup>Sétimo ensaio: <https://www.tumblr.com/al-bus/681050780218818560/7?source=share>.

<sup>37</sup>Oitavo ensaio: <https://www.tumblr.com/al-bus/681346468851924992/8%C2%BA-ensaio-1%C2%AAparte-improvisa%C3%A7%C3%A3o?source=share> e <https://www.tumblr.com/al-bus/681346831614132224/8%C2%BAensaio-2%C2%AAparte?source=share>.

### **Nono ensaio, dia 13 de abril, com duração de 3 horas<sup>38</sup>**

Nesta sessão, resgatámos os textos do quarto e oitavo ensaio. Cada um de nós gravou o áudio do texto no telemóvel, para que, com auriculares sem fios, pudéssemos explorá-los livremente pelo espaço. Numa primeira fase, eu dizia o meu texto o mais quieta possível e o Ricardo movimentava-se, segundo as instruções de movimentos que o seu texto continha. Depois, declamávamos os textos ao mesmo tempo. Numa terceira etapa destes exercícios, o Ricardo dizia o seu texto em voz alta, e eu tinha de mimicar cada frase. Numa última fase, eu seguia as instruções que ele me dirigia, e, ao mesmo tempo, eu dizia o meu texto em voz alta.

### **Décimo ensaio, dia 27 de abril, com duração de 4 horas<sup>39</sup>**

Nesta sessão, experimentámos uma proposta trazida pelo Ricardo onde, enquanto eu fazia a coreografia criada até ao momento, ele registava os estímulos recebidos no papel. Todos os momentos captados através do desenho eram memórias para as próximas performances.

### **Décimo primeiro ensaio, dia 30 de abril, com duração de 4 horas**

Começámos com alguns exercícios de escrita automática. Na segunda parte do ensaio, fomos para a Sr.<sup>a</sup> do Desterro, uma localidade pertencente à Vila de São Romão, com floresta, um rio e sem pessoas. Neste ensaio, começamos a idealizar a ação da performance no meio da natureza, e cada vez mais percebíamos o quão efémera poderia ser cada atuação e cada ensaio devido à imprevisibilidade do clima, do relevo e da vegetação que nos rodeava.

### **Décimo segundo ensaio, dia 7 maio, com duração de 4 horas**

Neste dia, inscrevemos o projeto “Albus” na XXII Bienal Internacional de Artes de Cerveira. O projeto não foi selecionado, no entanto, esta etapa foi importante para percebermos em que etapa do projeto estávamos e como cada um via todo o processo que tinha vindo a ser desenvolvido.

---

<sup>38</sup>Nono ensaio: <https://www.tumblr.com/al-bus/698486614154002432/9%C2%BA-ensaio-dia-13-de-abril?source=share>.

<sup>39</sup>Décimo ensaio: <https://www.tumblr.com/al-bus/699467987510525952/10%C2%BA-ensaio-30-de-abril?source=share>.

### **Décimo terceiro ensaio, dia 11 de maio, com duração de 3 horas**

Ensaíamos na Sra. do Desterro com alguns sons que tinha vindo a compor, para perceber melhor como o som sintetizado se enquadrava em ambiente natural. Neste dia fomos devorados por insetos e tivemos de acabar um pouco mais cedo do que era previsto.

### **Décimo quarto ensaio, dia 14 de maio, com duração de 4 horas**

Criação de uma coreografia em conjunto com base nas imagens desenhadas pelo Ricardo - “memórias”. Cada imagem tinha um movimento que o Ricardo me ensinava e eu tentava levar à exaustão. Na apresentação final, na Romaria Cultural de Gouveia, estes movimentos foram reduzidos ao mínimo e era o Ricardo quem os levava ao esgotamento.

### **Décimo quinto ensaio, dia 18 de maio, com duração de 4 horas**

Neste ensaio reunimos todos os textos que tínhamos escrito ao longo das sessões para os poder melhorar e fazer as alterações que parecessem mais acertadas. No final, gravámos alguns dos textos.

Nos ensaios seguintes, do dia 25 de maio ao dia 15 de junho, com um total de 16 horas, ensaiámos a coreografia que estávamos a criar em conjunto com o som que eu estava a construir.

Entretanto, cabia-me a mim melhorar a coreografia, mais especificamente, os solos a partir dos textos de escrita criativa que tinha vindo a construir. Tinha no meu plano fazer uma “*roadtrip*” com uma amiga pelo norte de Portugal, e, por onde fossemos parando, eu iria ensaiar a coreografia. No final, resultaria um vídeo com várias paisagens, várias perspetivas, vários possíveis nascimentos e certamente novas ideias.

Infelizmente, no dia 22 de junho, depois da primeira paragem do nosso itinerário, tivemos um acidente de viação em Mirandela que transformou por completo todo o plano do que seria o meu processo de trabalho até à apresentação pública da nossa performance, na Romaria Cultural de Gouveia. Como iríamos conseguir continuar os nossos ensaios? Como é que o meu corpo iria adaptar-se a todas as partituras de movimentos criadas?

Toda esta situação foi imensamente cansativa, para além de várias fraturas nas costelas, o meu carro tinha ido para a sucata. Burocracias, idas ao hospital, cansaço do nada e traumas de tudo.

Felizmente, o Ricardo foi capaz de me descansar e relembrar-me que já tínhamos imenso material: sons, vídeos, uma variedade enorme de desenhos... Analisando tudo o que contruímos, já tinha material para criar mais do que uma obra final.

No mês que me restava até à Romaria Cultural foquei-me na produção da sonoplastia.

Pouco antes do dia da apresentação sentia-me melhor e conseguimos programar dois ensaios. Antes disso, ensaiei não com o meu corpo, mas na folha de papel. Enquanto imaginava a coreografia, ia desenhando em folhas de papel, o espaço que o meu corpo ocupava e, pouco a pouco, formavam-se mapas mentais que me ajudavam a decorar a coreografia. Mais do que passos de dança eram partituras de ações específicas, por exemplo: “(...) Cai de joelhos no chão. Bate com os braços na cabeça. Senta as pernas sobre os pés. Baixa a cabeça. Agarra no pescoço com a mão direita (...)”<sup>40</sup>, tornando-se mais simples converter as ações em movimentos possíveis para o meu corpo em recuperação.

---

<sup>40</sup> Excerto retirado do guião de movimentos para a performance “ALBUS”.

## Apresentações públicas

### ARTIS XVII – Uma Instalação Performática<sup>41</sup>

A ARTIS XVII – Festa das Artes e Ideias de Seia, é um festival organizado todos os anos pela Associação de Arte e Imagem de Seia. É composto por mostras de pintura, escultura, instalações, fotografias, concursos de piano, sessões de cinema, peças de teatro, residências artísticas, declamações, entre outras atividades, e tem como principal objetivo divulgar e promover as várias linguagens artísticas nacionais e internacionais no interior e promover a criação artística local e regional.

Este ano realizou-se entre o dia 7 de maio e 30 de julho, com a presença da nossa instalação performática intitulada: “*ALBUS – Hibernum*”. Plantámos uma eu. A partir do barro, moldámos uma face e uns pés que brotavam de terra que ainda respirava, acabada de apanhar do mato ao lado de casa da minha avó. Ainda se sentia o cheiro da terra e o barro ainda estava em perfeito estado, com o passar do tempo começaram a crescer ervas e o barro, começou a estalar. Esta instalação tinha vida, um rosto inanimado que envelhecia, o barro estalava e em torno, a terra, ganhava a cor das ervas verdes que cresciam com força.

Aqui vimos a possibilidade de apresentar uma primeira parte e possível final da performance entre 10 e 15 minutos. Para além deste retângulo com terra e barro, tínhamos também um vídeo com som original com uma pequena improvisação intitulada de *Hibernum*. Inicialmente, era suposto o vídeo estar projetado e acontecer num *loop* constante e com colunas que emitissem o som em *stereo*, mas, infelizmente, não conseguiram o material que necessitávamos, e por isso, utilizamos um código *QR* fixado à parede. Nesta apresentação queríamos transmitir a sensação de morte e de renascimento, trabalhámos o conceito da adaptação dos corpos dos seres com a matéria presente fora de nós, a partir do elemento da terra onde tudo cresce e se desenvolve.

Também organizámos um *workshop*<sup>42</sup> que era suposto ser integrado neste festival, mas que, devido ao acidente de viação e a todos os eventos associados, foi-me impossível concretizar. Mais tarde, a Casa Municipal da Cultura de Seia aceitou fazer um *workshop* mais curto do qual falarei mais à frente, neste relatório.

---

<sup>41</sup> No seguinte link é possível consultar o que foi contruído nesta fase do projeto: <https://at.tumblr.com/al-bus/684044465839669248/1f0f2h88u6jm>.

<sup>42</sup> É possível ver o plano deste *workshop* no seguinte link: <https://at.tumblr.com/al-bus/plano-do-workshop-albus-adriana-neves-e/1ms8yqohgr3>.

## Inauguração Espaço Moinhos<sup>43</sup>

“Não sei quantas memórias já têm estas paredes. Imagino que imensas... Minhas, já guardam algumas. Memórias intensas de trabalho árduo, muita liberdade e criatividade.

No “Espaço Moinhos” encontrei um habitat natural que certamente o será para muitos outros artistas ou não artistas. Com uma beleza paisagística única e com um potencial imenso para ser um futuro ponto de referência para todo o processo de descentralização cultural e reencontro de vozes pluridisciplinares.

Se não acreditam no que digo, aconselho vivamente que no DIA 21 DE MAIO estejam presentes na sua INAUGURAÇÃO”<sup>44</sup>.

No dia 21 de maio de 2022 foi a inauguração do Espaço Moinhos, um lugar localizado na vila de São Romão, mais especificamente no Bairro dos Moinhos, que outrora (fundado em 1858) fora uma fábrica de lanifícios pertencente ao Sr. Manuel Francisco Camello e Costa e que agora, depois de restaurado, se transformou num projeto maior, capaz de criar uma comunidade de trabalho “que combina espaços de trabalho partilhados e privados dirigido a atividades criativas, uma zona comum multiusos e uma zona de pátio e jardim para relaxar e conviver. É dirigido principalmente a profissionais liberais das diferentes indústrias criativas e culturais.”

Foi neste local que ensaiámos a maior parte dos dias, foi aqui que tudo foi ganhando forma.

Neste dia fizemos uma experiência com público “*prime vere*”, primeiro verão, ou primavera, baseado em alguns processos que experimentámos nos ensaios. Foi uma performance ao vivo com a participação do artista Luís Antero<sup>45</sup> na guitarra, enquanto o Ricardo ia pintando a sua tela, percebendo de que forma o som e a pintura se podiam contagiar e trabalhar em uníssono.

O elemento fogo ia fazendo aparecer imagens aleatórias feitas *à priori* com sumo de limão. Depois, utilizou-se barro e tintas para dar forma às manchas que se iam revelando através do calor. Luís Antero na guitarra elétrica, usou copos de cristal dando ainda mais efeitos sonoros somados aos que os pedais ligados ao amplificador já produziam, a guitarra chorava e gemia, e daquela dupla, surgiu a festa, com grande euforia, calor e vida: “El Fuego aporta el don de la intensidad. Se intensifican las impresiones que captamos por los sentidos, sonidos, colores,

---

<sup>43</sup>No seguinte link é possível ver mais sobre esta performance: <https://at.tumblr.com/al-bus/prime-vere/gz3r9e6y2tgp>.

<sup>44</sup>Facebook, consultado em <https://www.facebook.com/adrianasnows/posts/pfbid02h5vNfQM8XfC1SMne1CFWHJKxERigX1NeC3KrDEn7dKv6g7xKUU641SB0KX9vo2f3l> no dia 10 de novembro de 2022.

<sup>45</sup>“Paisagista sonoro. Desenvolve desde 2008 um trabalho de recolha e documentação do património acústico de várias zonas do território nacional, com base em gravações sonoras de campo...” (bandcamp, consultado a 20 de novembro de 2022). No seguinte link é possível encontrar algum trabalho do artista: <https://luisantero.bandcamp.com/>.

olores, aromas, la sensibilidade se pone a flor de piel, todo afecta, todo enciente.” (Valérie, 2019, p.83). No final, Ricardo emitiu palavras bruscas que tentam resumir a ideia que transportava enquanto todo o ato performático:

“Da terra retomo a terra.

O fogo consome por dentro.

As linhas curvas e desleixadas marcam o horizonte.

A destruição é o método de criação das novas correntes de pensamento.

Só vemos aquilo que nos é permitido. Para ver mais além só através do sonho, do pensamento e do sentimento.

Tudo tem um fim.

Da terra para a terra.

O fogo. O fogo. O fogo.

Não tem fim.”

(Ricardo, 2022)

Este poema, criado por ele, durante os ensaios, une-se com a música “*AbhorreroHorrere*”, para concluir a performance na Romaria Cultural de Gouveia.

## Romaria Cultural de Gouveia

A Romaria Cultural aconteceu na cidade de Gouveia de dia 29 a 31 de julho. Este “evento cultural inclui uma programação multidisciplinar, “ (...) destacando-se os concertos de *Alpha*, *Linda Martini*, *Verbian*, *The Quartet of Woah!*, *Maria Reis* e *Samuel Martins Coelho* e os resultados das residências de criação, com a apresentação dos espetáculos inéditos ‘Gigantes de Pedra’ e ‘*TEAR*’”<sup>46</sup>; no dia 30, no Mirante do Paixotão, destacou-se a realização da performance “ALBUS”, de *Ricardo Cardoso* e *Adriana Neves*, e do concerto de *Maria Reis* ao pôr-do-sol. Este projeto visa essencialmente promover projetos artísticos e culturais integrados na realidade social e cultural de Gouveia e da região da Serra da Estrela, a inclusão da população em processos de recuperação e divulgação da memória, tradições e histórias locais.; a promoção do concelho de Gouveia através de estratégias de valorização do património natural, cultural e gastronómico.

Nestes 3 dias houve nesta pequena cidade um pouco de tudo desde concertos, *dj ‘sets’*, exposições de artes plásticas e visuais, residências de criação, performances, oficinas, conversas e atividades de sensibilização na área da sustentabilidade ambiental que foram decorrendo por palcos jardins, museus, anfiteatros espalhados por toda a cidade “criando espaços de diálogo em torno das dimensões culturais, sociais e de sustentabilidade ambiental, com enfoque em iniciativas de interação com a biodiversidade local, em articulação com o CERVAS, e uma oficina de teatro, dirigida pela Terceira Pessoa”. “O evento cultural é promovido pela GO Romaria, uma associação sem fins lucrativos que tem como objetivo a promoção de projetos artísticos e culturais integrados na realidade social e cultural da região da Serra da Estrela, bem como a promoção do concelho de Gouveia, no distrito da Guarda, através de estratégias de valorização do património natural, cultural e gastronómico, traduzidas pela inclusão da população em processos de recuperação e divulgação da memória e tradições locais.”<sup>47</sup>

Foi aqui que se deu a última versão da nossa performance, e não poderia ter sido mais desafiante por todas as circunstâncias. Uma performance que pôde ser vivenciado em 360 graus e onde todo o ambiente natural participou ativamente.

---

<sup>46</sup>(VISÃO, consultado em: <https://visao.sapo.pt/atualidade/cultura/2022-07-21-romaria-cultural-de-gouveia-inclui-concertos-das-bandas-alpha-e-linda-martini/?fbclid=IwAR3Ds0fqUv77Do26x3OzCPgqMfx2CcQwh1Wq92OnV8Cg8gHLqqxjxciP8>, no dia 29 de outubro de 2022).

<sup>47</sup>(Facebook, consultado em <https://www.facebook.com/romariacultural>, no dia 29 de outubro de 2022).

## Workshop – Testar o Processo

Dia 20 de novembro desenvolvi um *Workshop* na Casa Municipal da Cultura de Seia com base em algumas atividades que fomos desenvolvendo ao longo do processo de ensaios. Inicialmente, esta oficina, seria para realizar-se no Festival ARTIS, dinamizado pelo Ricardo e por mim, e dessa forma ser possível mergulhar não só as mãos em tintas, mas também o corpo em movimentos e palavras, no entanto, devido ao acidente de viação foi necessário adiar e adaptar tendo em conta o tempo que me restava.

“No dia 20.11.2022, decorreu a OFICINA DE PERFORMANCE, na Casa Municipal da Cultura de Seia, orientada por Adriana Neves, uma atividade integrada no projeto *VOU LEVAR-TE COMIGO*, pela Casa de Vilar - Associação Cultural e Artística, com coordenação de Alexandre Sampaio. Da reflexão final dos participantes, destacam-se as ideias trabalhadas de: "Expressão livre e reflexos do eu e do outro. Rotina, acaso e conexões. Racionalidade, lógica e o seu oposto. O vazio para criar em liberdade. A escrita impulsiva despoleta novas visões. Ferramentas para a criatividade e expressão. Valorizar o ato performático. Seia, a cidade a mudar, o futuro, oh meu deus, tic tac, tic tac, receios e esperanças.”<sup>48</sup>

O workshop teve a duração de 7 horas. Após a minha apresentação e explicação do contexto do workshop, quis conhecer um pouco mais sobre cada um dos participantes. Perguntei-lhes o que adorariam fazer numa performance e o que nunca fariam, provocando-os um pouco com base em cada resposta. Discutimos sobre o que é a performance e como a violência ou o sentimento de desconforto no palco podem ser temas de estudo. Afinal, “qual o sítio mais seguro do que em cena, para nos testarmos enquanto seres humanos pertencentes a uma sociedade?”

Desde o início, foi possível observar um grupo muito heterogéneo e interessado, com jovens de 19 anos a adultos de 65, engenheiros, serralheiros, biólogos, pessoas que adorariam ser postas à prova e outras que nunca arriscariam fazer algo que não sabiam se conseguiam ou não. Havia quem tocasse guitarra, bateria ou nunca tivesse sequer tentado tocar num piano; quem fizesse teatro e quem nunca tivesse pensado nessa possibilidade.

Depois de aquecermos bem as articulações e os músculos, demos início com um exercício onde tínhamos de tentar esvaziar a mente durante 15 minutos. Durante este exercício, todos

---

<sup>48</sup>(Facebook, consultado em <https://www.facebook.com/alexandre.sampaio.165/posts/pfbid02ja5T6TKSJLCFNcTGAM6tEMqgZhEEegAbfq3ReUbQSCTKMbZpXFtaquv9Pm2PgVLI>, a 23 de novembro de 2022).

conseguiram sentir-se confortáveis para explorar livremente movimentos e ações que lhes surgissem naturalmente. Em seguida, cada participante pegou em papel e caneta e escreveu tudo o que lhe ocorresse durante 5 minutos, sem poder levantar a caneta do papel. A partir dos textos que foram criados cada um criou uma partitura de movimentos e/ou sons. Antes do intervalo para o almoço, fizemos uma breve reflexão sobre a experiência e houve quem se surpreendesse consigo mesmo, permitindo-se explorar territórios que nunca imaginara.

Durante a tarde, tinha planeado caminhar em silêncio até um espaço com floresta na cidade de Seia, mas, devido à chuva, fomos para o Espaço Museológico e Centro Interpretativo de Seia. A única regra era não se poder falar, e se quiséssemos comunicar algo, seria por escrito, gravação de vídeo ou áudio, fotografia; cima de tudo, deveríamos estar atentos e contemplar tudo o que experimentássemos e víssemos no trajeto até ao museu, no museu e no regresso ao local da atividade. Dividimo-nos em dois grupos e partilhámos o que cada um captou desta experiência. Surpreendentemente, tínhamos todos aspetos em comum: pessoas nos restaurantes em comparação com as ovelhas que pastavam ao fundo, os chapéus de chuva que nos tapavam a visão, as folhas amarelas e castanhas, as árvores imponentes e belas, pessoas que se cruzavam no meio da rua e conversavam, os carros que passavam rapidamente e que eram os sons mais perturbadores naquela tarde chuvosa, onde o silêncio do outono cobria as ruas da cidade. A partir daqui, foram criadas duas pequenas performances bastante ricas.

Na segunda parte da atividade, trouxe várias revistas relacionadas com a natureza e alguns jornais de Seia. Pedi que os participantes recortassem várias frases ou palavras que se destacassem para cada um, e as organizassem com alguma lógica. Depois, pedi que unissem a partitura que tinham concebido de manhã com essa partitura de palavras que tinham acabado de construir. O resultado foi uma série de pequenas performances fortes e impactantes. De repente, todos os movimentos e sons faziam sentido com as palavras que eram ditas em voz alta - palavras sobre o fim do planeta, sobre o tempo, sobre a urgência de agir e sobre a esperança por uma nova geração mais ativa e diferente. Infelizmente o nosso tempo acabou, mas daqui ficaram imensas partituras com valor e que, bem organizadas, poderiam formar algo ainda mais rico.

No fim, houve muita conversa sobre como cada um descobriu mais sobre si mesmo e sobre o que tinha escrito. Descobriram camadas cada vez mais profundas em todos os materiais que foram elaborados. Ficaram surpresos em como atividades aparentemente cotidianas, como caminhar na rua, resultaram em algo performático, dando mais potencial e interesse à vida.

Esvaziar a mente desencadeou um texto em que não podiam deixar de pensar. O melhor de tudo foi que deixaram de se importar com qualquer julgamento que pudesse surgir e, de repente, cada um deles viu-se no outro.

Para mim, este workshop foi uma das atividades mais gratificantes, pois foi capaz de unir todo o processo e, acima de tudo, unir todas as pessoas que estiveram presentes. Fiquei muito satisfeita de como o dia decorreu, e todos os participantes se mostraram imensamente agradecidos por tudo o que descobriram neles mesmos, com os outros.

## Considerações finais

Sentido é algo que se sente e se percebe, mas é difícil de descrever. Felizmente, o teatro não se limita mais à simples ilustração de um texto (teatro logocêntrico), abrindo portas para o teatro pós-dramático, performance, teatro-dança, teatro gestual, teatro de imagens, teatro de marionetes, entre outros. Ao observarmos a linguagem cênica de um espetáculo performático, encontramos uma riqueza de códigos (verbais, gestuais, cenográficos, sonoros, etc.) que despertam os sentidos, sem necessariamente transmitir um significado.

A estética é a ruptura de uma harmonia que permite a correspondência entre o teatro e a sua eficácia, como uma viagem desconhecida. A experiência estética produz uma multiplicidade de conexões e desconexões que reposicionam a relação entre os corpos e como eles vivem no mundo. A obra de arte reflete quem somos, como uma "autoanálise", e cada pessoa vê um reflexo diferente, dando-nos espaço para nos perdermos nos nossos pensamentos como uma espécie de alienação em confronto com a racionalização.

O objetivo do artista pode ser simplesmente criar espaços para experiências, sem dizer o que é certo ou errado, onde coisas simplesmente acontecem. Tratar da performance no seu sentido artístico e não nos preocuparmos se esta vai ou não atingir os objetivos visados. Para mim, todo o processo é mais importante do que o resultado em si. Transportar esse processo que me causou algo, para um público, e tornar o acontecimento real.

Na peça ALBUS, encontrei espaço para refletir sobre o que era uma experiência estética a partir da união entre a performance e as artes plásticas. Neste projeto, essas duas formas de expressão artística complementaram-se. O Ricardo criou várias obras que fizeram parte da performance, e a ação de criar essas obras também fazia parte do ato performativo. Também a escultura que criámos tinha movimento e era efêmera pois a natureza contida nela, estava viva.

Tentámos construir uma poesia em cena, procurando um equilíbrio entre as ações dos corpos e os materiais utilizados. A partir da dança, foi possível contactar com esse tipo de poesia, recusando o gesto útil, procurava um gesto mais abstrato, desfasado de uma funcionalidade, e por isso capaz de nos alargar os olhares sobre a arte e o mundo em que vivemos. Havia um esplendor na forma como os objetos negociavam com a realidade, por exemplo, como o meu corpo e as fitas do figurino entravam nas obras criadas pelo Ricardo e se ampliavam. Criou-se

uma espécie de encantamento quando os limites e as fronteiras do corpo passavam para além da tela que era desenhada, e dessa forma ser possível ver mais para além do concreto, como uma tomada de consciência de novas perspectivas e por isso de outros eus, de outros indivíduos.

Neste processo trabalhei a nível físico, principalmente no meu ser pessoa, ser uma pessoa mais reconectada com a terra e com a natureza, ganhar raízes e respeitar o outro que habita o mesmo espaço que eu. Nas coreografias, não existiam histórias, mas sim emoções, e essas emoções eram levadas ao extremo para tentar despertar a emoção também no espetador. A peça não diz que é sobre isto ou aquilo, os devaneios pelos quais estes seres passam, são a parte mais interessante. O que tudo nos diz, o que aquilo significa para nós, ou seja, o reflexo que vemos, é o mais interessante, para onde cada um de nós viaja.

Estamos numa época em que tudo é possível, mas que nada acontece. Parece que nos estamos a encaminhar para uma mega ansiedade, onde tudo avança rapidamente e nem damos por isso. A tecnologia talvez seja a única esperança do fim do mundo, mas também pode ser a razão para este fim se desencadear mais rapidamente. Conectados com a ilusão de que tudo é possível, mas que, na realidade, nada acaba, e no dia a seguir continua a ser tudo igual. Perder a escala do nosso próprio ser, é perder o controlo e perder a noção do quão nos podemos expandir.

Neste processo de trabalho vivi mais atenta ao que me rodeava e mesmo assim o tempo passou imensamente rápido. De um momento para o outro, tinha a vida “por um fio” com um embate de um *pickup* que vinha descontrolada na minha direção. De repente, já não sei nada e, de repente, tudo volta a ser frágil e pequeno, tudo fica em suspenso, menos a minha mente. Mesmo assim, quando chegou o dia da performance, a adrenalina fez-me esquecer as dores e a performance aconteceu mais verdadeira que nunca. Os impulsos do meu corpo eram diminuídos, mas, dentro de mim, sentia pequenas explosões a partir de toda a força que fazia para me conter. O público rodeava-me e chamava por mim com o olhar, e tudo o que podia usar era a minha voz, as pernas e o braço direito que tentava apelar ao toque de quem me observava. No fim, ninguém percebeu a minha falta de mobilidade, e não achei necessário abordar o tema como uma espécie de desculpa de algo que eles não pudessem ter sentido.

O ser humano é movido por impulsos. Em *O teatro e o seu duplo* de Artaud, ele fala desse virtuosismo da arte, fala de contágio, de transgressões, fala de ultrapassar barreiras... É curioso como um impulso humano derivado de emoções provoca movimento como uma corrente energética, e por isso, tensões rítmicas, estas que em cena, se vêm através de “espasmos musculares, deslocamentos do corpo, emissões sonoras, danças, luzes com uma dimensão metafórica ou associativa... que, embora ilógico e inexplicável, pode ser transmitido e captável por parte da pessoa espetadora.” .

“É com essas estranhezas, esses mistérios, contradições e aspetos que se deve compor a fisionomia espiritual de um mal que corrói o organismo e a vida até a rutura e o espasmo, como uma dor que, à medida que cresce em intensidade e se aprofunda, multiplica seus acessos e suas riquezas em todos os círculos da sensibilidade. Mas dessa liberdade espiritual com a qual a peste se desenvolve, sem ratos, sem micróbios e sem contatos, pode-se extrair o jogo absoluto e sombrio de um espetáculo...” (Artaud, *O teatro e o seu duplo*).

“Isto devia era ter uma história”, diz um espectador no fim de uma peça pós-dramática. Mas qual é o problema de não haver uma explicação lógica para o que acabámos de ver? Qual é o problema de não entendermos alguma coisa?

Em *ALBUS*, por vezes eu, enquanto criadora e performer, também não entendia, mas sentia, e no fim havia sentido, havia mais compreensão do meu eu e do que me rodeava. Entrava para um Mundo paralelo criado para ser uma outra possibilidade da realidade em que pensamos viver, aquela mostrada por uma sociedade baseada por um tempo criado, e cronometrado por ela. No final de cada performance que esta coleção englobou resultava sempre mais um objeto artístico palpável, uma tela, uma tarja, um pedaço de papel pintado a partir de momentos, e, talvez por isso, o questionamento sobre isto ser ou não algo, se reduziu, como se a satisfação de haver um produto final servisse de desfecho ou conclusão de uma história qualquer. Mas eu sei que esse objeto é só um mote para algo novo surgir.

“Em primeiro lugar, a educação ocidental, baseada no narrativo de base lógico-causal. Em segundo lugar, temos o costume de procurarmos a explicação, a causa de tudo quanto acontece à nossa volta.” (Afonso Becerra, 2019, p.70).

Estamos constantemente a tentar procurar explicações para o que sentimos ou ouvimos. Quando descobrimos o que está a acontecer sentimos uma sensação de alívio, talvez seja essa a sensação

que esta senhora procurava, ou então simplesmente sentiu como se tivesse algum problema ao não compreender, como se fosse burra ou parva, como se lhe tivesse faltado algo. Sempre presos a esta preocupação de entender tudo, a dar resposta a tudo, quando há coisas que falam por si, e não são precisas de entender. Perceber que ficar sem palavras é alguma coisa, que o não saber o que se está a ver é uma sensação, um questionamento essencial para nos fazer ir de encontro a outros tipos de purgação. Explicar o que vejo por sensações ou memórias próprias em vez de sentidos concretos. Não estar preparado para nada, mas mantermo-nos despertos para tudo, como que transparentes para que essas energias nos consigam penetrar e provocar algo em nós. Anularmo-nos de preconceitos e hábitos de receção baseados na lógica e na causalidade.

“Quanto ao espectador, ele está, assim como o performer, situado na intimidade da ação, absorvido por seu imediatismo ou pelos riscos implicados no jogo (*Le Dortoir*, de Gilles Maheu). Mas ele pode também ficar no exterior da ação, gravar com frieza as ações que se desenrolam diante dele, mantendo um direito de olhar que permanece exterior, como ele o faz diante de certas performances. Sua maneira de percepção, portanto, nem sempre implica a absorção na obra. Ele pode também sustentar um direito de olhar que permanece exterior.” (Josette Féral, *Por uma poética da performatividade: o teatro performativo*).

A realidade consiste em reconhecer a existência de uma irrealidade, é percebermos como nos devemos orientar no caos. A emoção pressupõe um objeto intencional; não podemos sentir medo em abstrato, deve haver algo concreto, mas os sentimentos podem ser abstratos como angústia, culpa, admiração, inveja, simpatia, indignação e orgulho. O teatro é uma arte em tempo real, do *hic et nunc*, e por isso é uma experiência capaz de nos apresentar diferentes possibilidades do que pode ser a realidade. Podemos perceber novas perspectivas sociais e experimentar novos "e se..." sobre o mundo em que vivemos.

A arte tem o poder de humanizar, deixando de lado o discurso articulado sobre problemas específicos e concentrando-se na criação de ambientes que geram empatia. Em vez de pensarmos em monstros, somos convidados a nos colocarmos em locais habitados por monstros, onde nós próprios nos incluímos. Quando estamos numa sala de espetáculo, queremos pertencer ao que está a acontecer, e não apenas assistir de maneira passiva. Essa conexão leva-nos a refletir sobre coisas que podem não estar diretamente relacionadas ao que estamos a ver, mas ainda assim são inspiradas por essa experiência.

Na performance, talvez por ter pessoas lá dentro, questões como “o que isso quer dizer” são mais recorrentes do que numa pintura, ou quando apreciamos uma escultura, mesmo que essa também não tenha nenhuma história. As obras artísticas que o Ricardo contruía e que resultavam da performance que acontecia, davam uma certa autenticação à ação que tinha acontecido. Eram obras concretas a partir de momentos abstratos, que confirmavam que algo tinha acontecido.

Conseguimos oferecer uma espécie de paisagem viva de uma possibilidade alternativa, para ser absorvida. Uma experiência de absorção de ressonância física, onde há relações, que não nos dão compreensão, mas respostas individuais. Um local de liberdade, onde há contágios. Uma híper presença que nos dá tranquilidade, porque nos podemos articular com ela.

## **Bibliografia**

- Artaud, Antonin. *Eu, Antonin Artaud*. 1ª. Lisboa: Sistema Solar, 2018.
- Artaud, Antonin. *O Teatro e seu Duplo*. São Paulo: Livraria Martins Fontes Editora Ltda., 2018.
- Becerreá, Afonso Berra de. *Confio-te o meu corpo: a dramaturgia pós-dramática*. 1ª. Galiza: Através Editora, 2018.
- Benjamin, Walter. *A obra de arte na época da sua reprodutibilidade técnica. Estética e Sociologia da Arte*. Porto Alegre: L&PM, 2015.
- Beuys, Joseph. *Cada Homem Um Artista*. 2ª. Porto: 7nós, 2011.
- Burrows, Jonathan. *A Choreographer's Handbook*. 1ª. New York: Routledge, 2010.
- Cohen, Renato. *Work in progress na cena contemporânea Criação, Encenação e Recepção*. São Paulo: Editora Perspectiva, 1997.
- Damásio, António. *O Erro de Descartes - Emoção, Razão e Cérebro Humano*. 1ª. Lisboa: Temas e Debates - Círculo de Leitores, 2011.
- Darwin, Charles. *A origem das espécies*. 1ª. São Paulo: Edipro, 2018.
- Deleuze, Gilles. *Diferença e Repetição*. Lisboa: Relógio d'Água, 2000.
- Dostoiévski, Fiodor. *Memórias do Subsolo*. 6ª. São Paulo: Editora.34, 2009.
- Eliade, Mircea. *Mito do Eterno Retorno*. São Paulo: Mercuryo Ltda., 1991.
- Gaillard, Valérie. *Los cinco rostros de la unidad*. 2ª. S.L.: HakaBooks.com e-editions, 2018.
- Garcia-Roza, Luiz Alfredo. *Acaso e Repetição em Psicanálise: uma introdução à teoria das pulsões*. 4ª. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 1993.
- Gil, José. *Movimento Total - O Corpo e a Dança*. Lisboa: Relógio D'água, 2013.
- Jung, Carl Gustav. *O Espírito na Arte e na Ciência*. RJ, Brasil: Vozes Ltda, 1971.
- Lehmann, Hans-Thies. *Teatro Pós-Dramático*. 1ª. Lisboa: Orfeu Negro, 2017.
- Lovelock, James. *The Revenge of Gaia*. London: Penguin Books Ltd, 2007.
- Lovelock, James. *The Vanishing Face of Gais: A Final Warning*. Basic Books, 2009.
- Marcuse, Ludwig. *Freud e a Psicanálise*. 1ª. Lisboa: Editora Livros Brasil, 2006.
- Nietzsche, Friedrich. *A vontade de poder*. Rio de Janeiro: Contraponto, 2011.
- Nietzsche, Friedrich. *O Nascimento da Tragédia ou Helenismo e Pessimismo*. São Paulo: Companhia De Bolso, 1992.
- Nietzsche, Friedrich. *Assim falou Zaratustra*. 1ª. São Paulo: Companhia das Letras, 2011.
- Rinpoche, Tenzin Wangyal. *Healing with form, energy, and light. The Five Elements in Tibetan Shamanism, Tantra, and Dzogchen*. Ithaca, NY: Snow Lion Publications, 2002.

Schopenhauer, Arthur. *Sobre a vontade da Natureza*. Porto Alegre: L&PM, 2013.

Sontag, Susan. *A estética do silêncio. A vontade radical: Estilos*. São Paulo: Companhia De Bolso, 2015.

Whitrow, G. J.. *O que é o tempo? Uma visão clássica sobre a natureza do tempo*. Jorge ZAHAR Editor, 2003.

## **Documentários**

Beuys, J. (s.d.). Joseph Beuys *Como explicar imagens a uma lebre morta*. Obtido de <https://youtu.be/t0Rz8EcAeg8>; [https://youtu.be/k-qxYxB\\_m5o](https://youtu.be/k-qxYxB_m5o).

Botton de, A. ([2015-2017]). *Humano, Demasiado Humano* (Human All Too Human). SÉRIE-Humano, Demasiado Humano (Jean Paul Sartre); Martin Heidegger - Humano, Demasiado Humano; BBC Friedrich Nietzsche Humano, Demasiado Humano, p. <https://youtu.be/uL4UVvN5C6g>; <https://youtu.be/SuD1vJQxuYs>; <https://youtu.be/gfrFsIfyLdA>.

CocoRosie. (2013). *CocoRosie interview - Sierra and Bianca*. (FaceCulture, Entrevistador) Obtido de <https://youtu.be/QmLG-JEOy74>; [https://youtu.be/7CxyHYCm\\_7w](https://youtu.be/7CxyHYCm_7w); <https://youtu.be/osiLSPEzmmY>.

Cox, Brian. (2022) *Brian Cox On The Multiverse And Life On Other Planets | Minutes With |*. Obtido de [https://www.youtube.com/watch?v=aPOCP4GHJvI&ab\\_channel=LADbibleTV](https://www.youtube.com/watch?v=aPOCP4GHJvI&ab_channel=LADbibleTV).

Saldanha, Rita. 2021. *A Arte da Cura*. Henrique Correia, Luís de Freitas, 2021.

## **Podcasts**

Gyatso, Tiffani. *Mandalas A Geometria Sagrada*. Podcast. 2021.

Inadequada, Razão. *Imposturas Filosóficas*. Podcast. 2020.

## **Música**

Björk (2011). *Ancestors*. Ancestors.

CocoRosie (2013). *Child Bride* [CocoRosie gravado]. Tales of a Grass Widow.

Emperor, G. Y. (2018). *Godspeed You Black Emperor - Live 2015* [Post Rock] [Full Set] [Live Performance] [Concert]. Obtido de <https://youtu.be/u3ohEemIQaQ>.

Ninos Du Brasil (2017) *O Vento Chama Seu Nome*. Vida Eterna.

Noiserv (2020). *Neutro* [Noiserv gravado]. *Em Uma Palavra Começada Por N*. Obtido de <https://youtu.be/dgdZJXxBY3M>.

Not Waving (2016). 24. *Animals*.

### **Videojogos**

OReilly, David. (2017). *Everything*. (Double Fine Productions)

*Radiohead*. (2021). *Kid a mnesia Exhibition*. (E. G. Publishing, Ed.)

### **Websites**

*Blogspot*. CERVAS. Consultado em <http://cervas-aldeia.blogspot.com/p/sobre-o-cervas.html>, no dia 10 de novembro de 2022.

CISE, Consultado em <http://www.cise.pt/pt/>, no dia 10 de novembro de 2022.

Estrela Geopark, Consultado em <https://www.geoparkestrela.pt/> , no dia 15 de novembro de 2022.

Infopédia. Ciclo. Consultado em <https://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/ciclo>, no dia 15 de novembro de 2022.

Razão Inadequada. *Imanência Terra*. Consultado em <https://razaoinadequada.com/2017/10/20/imanencia-terra/>, no dia 20 de outubro de 2022.

## **Anexos**

É possível encontrar todo e qualquer anexo, por ordem cronológica, no *blog* criado por mim, na plataforma *Tumblr*, através do link: <https://al-bus.tumblr.com/>.