

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



## **Para quê a dança**

Amélia Bentes

Instituto Politécnico de Lisboa (IPL)

Escola Superior de Dança (ESD)

### **Resumo**

Bentes, A. (2025). **Para quê a dança.** Neste artigo, a autora reflete sobre a dança como prática artística, **linguagem sensível** e forma de pensamento em movimento, a partir da sua experiência enquanto coreógrafa e intérprete. Através do exemplo do seu solo mais recente, *(In)visibility*, explora temas como a visibilidade e a invisibilidade, a presença e a percepção de sensações subtis. A dança é apresentada como uma forma de organizar **emoções**, orquestrar **afetos** e amplificar a energia — com ênfase na escuta interior, na fragmentação e na expressão autêntica. Surge como um gesto de escuta íntima, resistência poética e partilha afetiva com o mundo.

*Palavras-chave:* emoções, afetos, coreografia, corpo sensível.

### **Abstract**

Bentes, A. (2025). What is dance for? In this article, the author reflects on dance as an artistic practice, a sensitive language, and a form of thinking in motion, drawing from her experience as a choreographer and performer. Through the example of her recent solo *(In)visibility*, she explores themes of visibility and invisibility, presence, and the perception of subtle sensations. Dance is presented as a way to organize emotions, orchestrate affects, and enhance energy — emphasizing inner listening, fragmentation, and authentic expression. It emerges as a gesture of intimate listening, poetic resistance, and affective sharing with the world.

*Keywords:* emotions; affects; choreography; sensitive body.

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

**Boa tarde a todos.**

Começo por cumprimentar por todos os presentes; agradeço ao Cesar Silveira o convite e o acolhimento que faz regularmente do meu trabalho no Musibéria, agradeço aos meus colegas de conversa, o **professor José Gil**; e o **professor investigador Vitor Garcia**.

Este artigo resulta de uma comunicação oral apresentada na conferência realizada em Serpa, no Musibéria, sob o tema: "O porquê da dança?", integrada no projeto "Maior".

Hoje o que partilho convosco vai mais na direção do *sentir*, que foi sempre a base de tudo o que faço na dança.

A dança não serve — revela.

Não explica — toca.

Não resolve — move.

Partilho não apenas uma prática artística, mas uma forma de pensamento em movimento. Para mim, uma forma de estar no mundo com o corpo todo.

A pergunta que guia este encontro é simples, mas imensa: **Para quê a dança?**

Para explicar melhor o "**Para quê a dança**" na minha experiência como coreógrafa/intérprete, trago o exemplo do solo que criei e interpretei recentemente intitulado (*in*)*visibility*. O jogo entre os dois estados: invisibilidade (aquilo que não se vê) e visibilidade (aquilo que se mostra) sugere a oscilação entre a presença do invisível dentro do visível



Foto 1: “No, me”

Nota: Foto de Joaquim Leal

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



Foto 1: “Drop”

Nota: foto de Joaquim Leal

Foi um estudo físico e sensível. Nele, explorei a ausência dentro da presença. Um mapa de orientação energética, onde o corpo deixou de se vigiar por fora e começou a sentir-se por dentro. A ideia era desarticular o organismo, e apoiar-se numa organicidade muito verdadeira e sensível — ouvir as vibrações interiores. Na prática, o corpo esquece-se de si próprio — e nesse esquecimento, encontra-se.

Este solo era acompanhado de uma exposição de fotografia em Realidade Aumentada e cada fotografia deste solo capta uma emoção suspensa, uma ideia interior cristalizada no corpo da bailarina. Mas essa emoção não está presa — pode ser ativada e revisitada vezes sem conta. É a potência do fragmento vivo: uma imagem que guarda movimento, uma cristalização que pode voltar a pulsar.

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

A ideia de fragmento é uma constante no meu trabalho. Fascina-me explorar pedaços, inícios, interrupções. Não há narrativa fechada, mas momentos intensos. Como diz Gonçalo M. Tavares: "O fragmento é uma clínica de nascimentos." (Tavares, 2013 pág. 41)

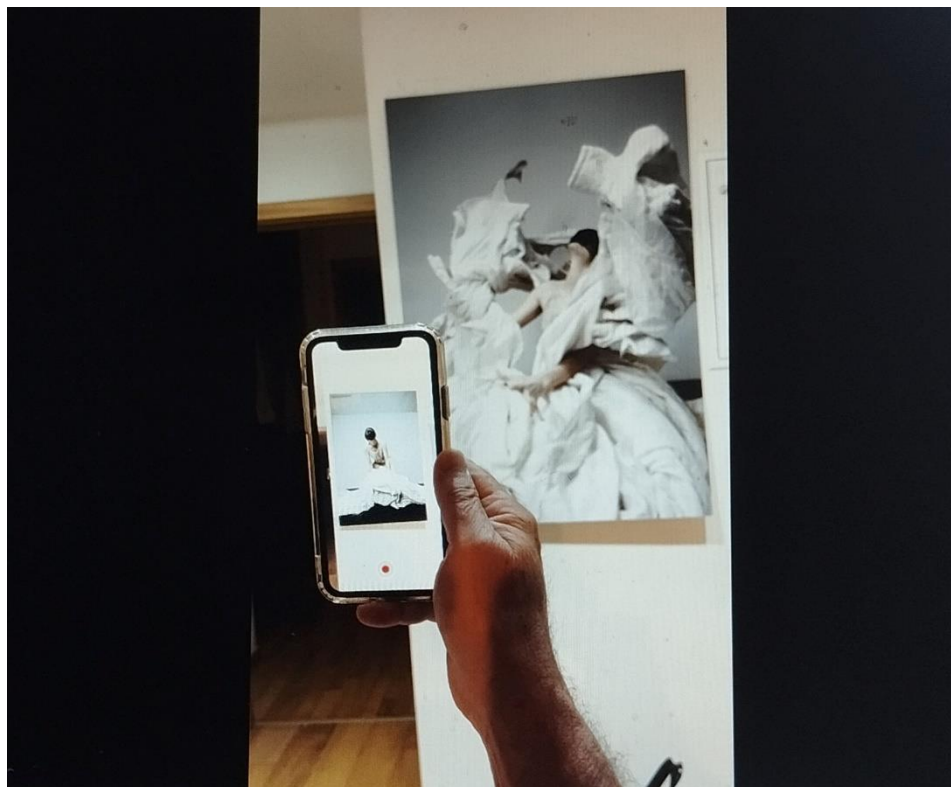


Foto 3: Realidade aumentada

Nota: foto Joaquim Leal

Se tivesse de resumir o que me move, seria:

- **Organizar emoções**
- **Orquestrar afetos**
- **Potenciar energias**

### **Organizar Emoções**

A dança organiza as minhas emoções, mas não para as conter — para lhes dar passagem, forma, linguagem. A emoção surge como resposta a um pensamento, uma sensação, uma imagem — e no movimento, ela ganha forma, ritmo, expressão.

O primeiro movimento é sempre interior: um espaço de escuta onde algo pode surgir sem ser forçado.

Como realça Laurence Louppe, na dança contemporânea “o corpo em movimento é ao

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

mesmo tempo sujeito, objeto e ferramenta do seu próprio saber” (Louppe, 2012, p. 32), legitimando-o como fonte de conhecimento e escuta sensível. É dessa escuta que nasce o gesto — interior, intuitivo, não forçado. O corpo não imita — traduz. Gosto do que se transmuta, não do que permanece igual

### **Orquestrar Afetos**

Orquestrar afetos é transformar tudo o que me afeta — e tudo o que eu afeto — em matéria coreográfica. Os acontecimentos deixam de ser apenas tema e tornam-se gesto. A escuta é constante, intuitiva, mas também consciente e precisa. Cada afeto torna-se um elemento vivo na composição. Desta ideia nasceu uma metodologia de composição que aplico, a que chamo: Geometria dos afetos.

### **Potenciar Energias**

Não é apenas a energia física, mas a presença viva do corpo. Um corpo que vibra, que é veloz também na mente. O movimento oscila entre forma e não-forma, entre excesso e quase-nada. É no risco, no limiar, no entre, que a energia encontra expressão.

O meu processo criativo parte de uma intenção intuitiva, transformada em metáforas poéticas. Estas criam pontes entre o imaginário e o real. O solo inteiro é uma metáfora que amplia o meu universo interior.

Na minha estética, preciso de contrastes:

- caos organizado
- abandono sustentado
- confuso definido
- fragilidade potente

É a instabilidade que gera verdade. É no contraste que o gesto se torna necessário.

Danço, não para caber em moldes, mas para lembrar com o corpo o que a alma já sabia. Resistir à invisibilidade. Permitir que o corpo ainda seja foco, presença, poesia. É um ato íntimo que continuo a expor. Como diz Merleau-Ponty, o corpo é o nosso modo de estar no mundo, e quando dançamos, não habitamos apenas o espaço — habitamos a sensação (1964).

É uma vontade de liberdade. De simplesmente ser. E na minha idade, dançar tem um peso e uma leveza diferentes. Carrega memórias, resistências, sabedorias.

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

**Para quê a dança?** Clarissa Pinkola Estés, *Mulheres que correm com os lobos*, refere que a mulher selvagem dança com os olhos fechados, ouvindo a música do seu coração. É isso que procuro: dançar para dentro, não para desaparecer, mas para me encontrar. Dançar é a minha forma de escuta mais íntima — e, ao escutar-me, partilho o que ainda tenho para oferecer.

**Referências bibliográficas:**

Estés, C. P. (1994). *Mulheres que correm com os lobos* (M. A. B. Silveira, Trad.). Rio de Janeiro: Rocco.

Loupe, L. (2012). *Poética da dança contemporânea* (R. A. P. e Costa, Trad.; Pref. M. J. Fazenda). Orfeu Negro.

Merleau-Ponty, M. (1964). *Le Visible et l’Invisible*. Gallimard.

Tavares, G. M. (2013). *Atlas do corpo e da imaginação*: Caminho.