



**UNIVERSIDADE DA INTEGRAÇÃO INTERNACIONAL
DA LUSOFONIA AFRO-BRASILEIRA
INSTITUTO DE HUMANIDADES E LETRAS DOS MALÊS
LICENCIATURA EM PEDAGOGIA**

GEISLA SANARA SILVA DE ABREU

**CORPO-SANKOFA: PEDAGOGIA DOS CORPOS, MEMÓRIA E
ANCESTRALIDADE EM PROCESSOS FORMATIVOS DE ARTE-EDUCAÇÃO**

SÃO FRANCISCO DO CONDE

2026

GEISLA SANARA SILVA DE ABREU

**CORPO-SANKOFA: PEDAGOGIA DOS CORPOS, MEMÓRIA E
ANCESTRALIDADE EM PROCESSOS FORMATIVOS DE ARTE-EDUCAÇÃO**

Trabalho apresentado a Universidade da
Integração Internacional da Lusofonia Afro-
Brasileira – UNILAB, como requisito para
obtenção do título de Licenciada em Pedagogia.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Lia Dias Laranjeira.

SÃO FRANCISCO DO CONDE

2026

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Sistema de Bibliotecas da Unilab
Catalogação de Publicação na Fonte

A145c

Abreu, Geisla Sanara Silva de.

Corpo-Sankofa : pedagogia dos corpos, memória e ancestralidade em processos formativos de arte-educação / Geisla Sanara Silva de Abreu. - 2026.
55 f.

Monografia (Licenciatura em Pedagogia) - Instituto de Humanidades e Letras dos Malês, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, 2026.
Orientadora: Prof.^a Dr.^a Lia Dias Laranjeira.

1. Sankofa. 2. Descolonização. 3. Memória. 4. Arte na educação. I. Título.

BA/UF/BSCM

CDD 371.90445

GEISLA SANARA SILVA DE ABREU

**CORPO-SANKOFA: PEDAGOGIA DOS CORPOS, MEMÓRIA E
ANCESTRALIDADE EM PROCESSOS FORMATIVOS DE ARTE-EDUCAÇÃO**

Trabalho apresentado a Universidade da
Integração Internacional da Lusofonia Afro-
Brasileira – UNILAB, como requisito para
obtenção do título de Licenciada em Pedagogia.

Data de aprovação: 17/06/2026.

BANCA EXAMINADORA

Orientadora: **Prof.^a Dr.^a Lia Dias Laranjeiras**

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira – UNILAB

Examinadora: **Prof.^a Dr.^a Cristiane Santos Souza**

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira – UNILAB

Examinadora: **Prof.^a Dr.^a Maria Andrea dos Santos Soares**

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira – UNILAB

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao Tempo, que, em seu giro de sabedoria, me ensinou a olhar para trás e para a frente, revelando-me caminhos de sustentação diante dos desafios da caminhada.

Aos ancestrais e orixás, que não me deixaram desistir e me sustentaram quando o chão pareceu sumir.

Aos meus avôs e avós, ao meu pai e à minha mãe, tias e tios, primos e primas, irmã e sobrinha, agradeço pelas formas singulares com que cada um de vocês esteve disponíveis e afetuosos em minha caminhada, ajudando-me a compreender que meus passos vêm de longe e, justamente por isso, podem seguir ainda mais longe.

Ao meu companheiro, Rael, que acreditou em mim, apoiando-me e incentivando-me incondicionalmente para que eu pudesse seguir realizando os trabalhos que fazem sentido para minha caminhada acadêmica, artística e de propósito.

À minha orientadora, Lia Laranjeiras, pela companhia em minha longa trajetória acadêmica na Unilab, por acreditar na possibilidade de transformar meus trabalhos em escrita, pelo respeito à minha humanidade e à minha história.

À Unilab, pois muito do que sou e dos saberes que me constituem nasceu de uma formação comprometida com epistemologias não hegemônicas e com encontros diversos, que ampliaram minha compreensão de mundo e de mim mesma.

Aos meus amigos das artes cênicas, Kadu Lima e Ruth Leão, que, todas as vezes em que o mundo capitalista tentou matar em mim as possibilidades de reencantamento da arte, me puxaram de volta e reacenderam em mim a força de continuar criando e existindo através dela.

Agradeço ao meu corpo e à força do meu ori, que, mesmo diante de instabilidades, souberam se reestruturar diversas vezes nesta estrada, sem desistirem da caminhada.

*Nos ensinaram a correr atrás da vida
como quem tenta pegar o vento com as mãos.*

*Mas a vida nunca fugiu
foi você quem saiu do corpo.*

(Onawale)

RESUMO

Esta pesquisa, intitulada Corpo-Sankofa: pedagogia dos corpos, memória e ancestralidade em processos formativos de arte-educação, investiga as relações entre corpo, memória e ancestralidade em práticas artístico-pedagógicas, buscando compreender suas contribuições para a construção de processos formativos comprometidos com a descolonização dos corpos e a valorização de saberes não hegemônicos. Desenvolvida a partir de uma abordagem qualitativa de caráter teórico-prático, a pesquisa articula a análise de oficinas, laboratórios artístico-pedagógicos e processos performativos idealizados e mediados pela pesquisadora, incluindo experiências realizadas anteriormente e ações desenvolvidas no decorrer da investigação. Em diálogo com estudos sobre corpo, educação, memória, ancestralidade e colonialidade, o trabalho parte da compreensão de que os processos históricos de dominação têm contribuído para o silenciamento de saberes corporais e ancestrais, fragilizando vínculos com a experiência sensível, a memória e o pertencimento. Nesse contexto, a arte é compreendida como campo de criação, cuidado e reencantamento do corpo, capaz de mobilizar memórias, fortalecer relações com a ancestralidade e ampliar possibilidades de existência. A análise das experiências investigadas e dos relatos de participantes possibilitaram a identificação e organização de fundamentos que contribuíram para a construção do Corpo-Sankofa, compreendido como um conceito-metodológico que emerge dos saberes do corpo, articulando memória, ancestralidade, criação e aprendizagem como dimensões integradas.

Palavras-chave: Sankofa; descolonização; memória; arte na educação.

ABSTRACT

This research, titled *Corpo-Sankofa: Pedagogy of Bodies, Memory, and Ancestry in Art Education Processes*, investigates the relationships between body, memory, and ancestry in artistic-pedagogical practices, seeking to understand their contributions to the development of processes committed to the decolonization of bodies and the valorization of non-hegemonic knowledge. Developed from a qualitative theoretical-practical approach, the research combines the analysis of workshops, artistic-pedagogical laboratories, and performative processes conceived and facilitated by the researcher, including previously conducted experiences and actions developed during the course of the investigation. In dialogue with studies on the body, education, memory, ancestry, and coloniality, the work is grounded in the understanding that historical processes of domination have contributed to the silencing of bodily and ancestral knowledge, weakening connections to sensory experience, memory, and belonging. In this context, art is understood as a field of creation, care, and re-enchantment of the body, capable of mobilizing memories, strengthening relationships with ancestry, and expanding possibilities of existence. The analysis of the experiences studied and the participants' accounts made it possible to identify and organize the foundations that contributed to the construction of *Corpo-Sankofa*, understood as a methodological concept that emerges from bodily knowledge, linking memory, ancestry, creation, and learning as integrated dimensions.

Keywords: Sankofa; decolonization; memory; art in education.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	10
2	CAMINHOS TEÓRICO-METODOLÓGICOS	13
2.1	FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA QUE SUSTENTA O CORPO-SANKOFA	13
2.2	PERCURSO FORMATIVO E AMADURECIMENTO METODOLÓGICO: CAMINHOS PARA A CONSTITUIÇÃO DO CORPUS DA PESQUISA ("QUEM FORMA SE FORMA E RE-FORMA AO FORMAR")	24
2.2.1	Materiais e contexto	27
2.2.2	Análises	27
3	OFICINA, LABORATÓRIOS E PERFORMANCE: A TRAJETÓRIA DO CORPOSANKOFA	29
3.1	OFICINA CORPO-MEMÓRIA: TERRITÓRIOS DOS SABERES	29
3.1.1	Participantes	29
3.1.2	Descrição das atividades – dia 09 de fevereiro de 2023	29
3.1.3	Descrição das atividades – dia 10 de fevereiro de 2023	33
3.1.4	Relatos, análises e performances	36
3.2	PERFORMANCE RITUAL – DIDÉ	39
3.2.1	Processo criativo e construção da performance	40
3.2.2	Breve descrição da performance	41
3.2.3	Recepção do público e reverberações da performance	42
4	CONSIDERAÇÕES FINAIS: TESSITURA DOS FUNDAMENTOS DO CORPOSANKOFA	46
	REFERÊNCIAS	54

1 INTRODUÇÃO

Este trabalho propõe discorrer sobre a tessitura conceitual e metodológica do *Corpo-Sankofa*, compreendido como um modo de pensar, viver e expressar a partir dos saberes do corpo. O tema Corpo-Sankofa: pedagogia dos corpos, memória e ancestralidade em processos formativos de arte-educação emerge da confluência de três vivências que atravessam minha trajetória: a atuação como educadora em espaços escolares e não-escolares; a experiência como atriz e performer que, desde 2014, investiga as potências dos corpos, a consciência corporal e suas rupturas nos processos de colonização; e o percurso acadêmico, cujas pesquisas se ancoram nos campos da colonização mental, pedagogias dos corpos, teatro físico, saúde holística e ancestralidades.

As bases referenciais deste trabalho estão fincadas em estudiosos e sabedores que investigam os impactos da colonização na saúde mental (Souza, 1983; Fanon 2008; Kilomba, 2019); a performance enquanto arte, ritual e manifestação de memórias (Martins, 2021; Azevedo, 2009); o corpo como arquivo de memórias e fonte de saberes (Martins, 2021; Sodr , 1997); e os saberes ancestrais como instrumentos de retomada daquilo que foi historicamente roubado dos sujeitos pela colonização (Krenak, 2019; Bispo dos Santos, 2023; Carneiro, 2025).

Na base desta pesquisa se inscreve a importância da descolonização dos corpos como movimento de reencontro consigo, com a própria ancestralidade e como caminho para o bem viver. A descolonização apresenta-se, assim, como resposta a um problema social que atravessa a organicidade dos corpos e suas subjetividades, produzindo dissociações, adoecimentos e silenciamento.

A hegemonia de padrões ocidentais instaurados no Brasil desde a colonização imp s viol ncias n o apenas aos corpos, mas   mente.   na mente que se elaboram valores, modos de perceber o mundo, autoestima, espiritualidade, mem ria e a capacidade de imaginar futuros. Compreender essa dupla coloniza  o   fundamental para situar o problema central desta pesquisa: os processos de dissocia  o, adoecimento e silenciamento dos corpos racializados e dissidentes, que n o se enquadram nos padr es  ticos,  st ticos e culturais impostos, e cujas experi ncias seguem atravessadas por mecanismos de domina  o que perduram na contemporaneidade.

A l gica de domina  o se atualiza ao longo do tempo. Como discute An bal Quijano (2005), tais estruturas perpetuam-se por meio da colonialidade do poder, padr o de domina  o que organiza hierarquias sociais, raciais, culturais e epistemol gicas. Essas din micas se manifestam, inclusive, nas formas de educar, quando modelos de base colonial e ocidental

tendem a privilegiar determinados modos de conhecimento em detrimento de outros, contribuindo para o afastamento dos sujeitos de sua natureza orgânica, de suas histórias e cosmologias ancestrais. Nesse modelo educacional hegemônico, o corpo é relegado a lugar secundário (Hooks, 2013), promovendo seu engessamento por meio de couraças instintivas, criadas como estratégias de sobrevivência diante das violências simbólicas que o atingem, desde cedo, por educandos que não se enquadram nesses padrões.

Ao reconhecer as múltiplas camadas desse problema social e educacional, este trabalho justifica-se pela urgência de iniciar processos de descolonização a partir do território-corpo – compreendido como o primeiro território que o sujeito conhece ao nascer e o último que permanece, independente de deslocamentos, até a morte no ayê¹. Tal perspectiva possibilita que sujeitos atravessados pelas mazelas sociais da colonização possam reencontrar-se consigo mesmos enquanto força da natureza, sujeitos singulares e coletivos. Essa urgência nasce não apenas da observação crítica dos impactos da colonização na saúde integral dos sujeitos marginalizados, mas também da experiência pessoal de perceber a repetição dessas prisões subjetivas em si e em outras pessoas, sobretudo em espaços educativos – escolares e também escolares. É desse lugar que emerge a necessidade de criar práticas imersivas e formativas capazes de intervir e transformar essas realidades.

As experiências como performer e atriz, aliadas à formação pedagógica e aos estudos empíricos e teóricos com guardiões dos saberes ancestrais afro-diaspóricos, africanos e indígenas, ofereceram aportes para construção de metodologias pedagógicas e artísticas comprometidas com processos educativos contra-coloniais, sensíveis e humanizados. Essas metodologias, instrumentalizada pela arte, reconhecem o corpo como guardião e portador de saberes, bem como espaço potencial para a transmutar e curar de feridas e traumas coloniais que se perpetuam na contemporaneidade.

Nessa trajetória de práticas reflexões emerge o *Corpo-Sankofa*, apresentado neste trabalho como uma metodologia pedagógica e artística alinhada à ancestralidade, desenvolvida a partir de vivências no campo das artes cênicas e da educação escolar e não escolar. O objetivo deste trabalho é refletir sobre como as práticas do *Corpo-Sankofa* podem contribuir para processos formativos em arte-educação, confluindo em experiências de cura, presença e descolonização corporal. O conceito metodológico de *Corpo-Sankofa* é dinâmico, assim como a vida orgânica: adapta-se às realidades que encontra, mantendo foco nos sujeitos e em suas

¹ Ayê: termo de matriz iorubá utilizado para designar o mundo terreno.

singularidades, sem perder suas bases fundantes, essenciais para pensar a retomada dos territórios corporais.

A pesquisa fundamenta-se em uma abordagem metodológica que articula pesquisa-ação e revisão bibliográfica. Parte-se do entendimento de que teoria e prática, em pesquisas de intervenção social, caminham de forma indissociável, como defendem bell hooks (2013) e Grada Kilomba (2019) ao afirmarem a biografia como fonte legítima de construção teórica. Essa legitimidade é reforçada no dialogar com os estudos de Leda Maria Martins (2021), nos quais o corpo é reconhecido como portador de conhecimentos e saberes expressos performaticamente no mundo. Essas dimensões são consideradas fundamentais para compreender os caminhos possíveis no desenvolvimento de processos educativos comprometidos com a transformação social.

2 CAMINHOS TEÓRICO-METODOLÓGICOS

2.1 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA QUE SUSTENTA O CORPO-SANKOFA

Quando a colonização se impôs sobre os territórios originários, instaurou-se um projeto de disritmia: um desalinho no tempo orgânico dos seres vivos para viabilizar a exploração colonial. Tal projeto degenerou sujeitos, saberes e terras, operando por meios suficientemente eficazes para que, mais de 450 anos após o fim formal da escravização, seus dispositivos continuem ativos, sustentando genocídios e epistemicídios².

Sob a lógica da chamada missão civilizatória, impôs-se uma noção de mundo tomada como parâmetro universal, promovendo desterritorialização de povos múltiplas dimensões de seu ser, saber e poder. Esse processo produziu um profundo esvaziamento cosmológico ao deslegitimar sistemas de conhecimento diversos, sobretudo aqueles orientados pelo bem viver e pelo cuidado mútuo com a Mãe Terra. Ao dissociar pessoas da terra e converter o mundo natural em recursos, a racionalidade eurocêntrica não apenas operou genocídios em níveis físicos e epistemológicos, como contribuiu decisivamente para a atual crise socioambiental (Krenak, 2019) cujos impactos recaem de forma mais violenta sobre povos que mantêm relações físicas, subjetivas e espirituais de subsistência com a terra.

A colonialidade – compreendida como a persistência estrutural das lógicas e hierarquias instauradas pela colonização – manifesta-se de maneira contundente na atualidade, orientando tanto a produção de desigualdades quanto a homogeneização do modo de existir. O pensador e quilombola Nêgo Bispo (2023, p. 12), ao comparar colonização e adestramento, explicita esse mecanismo ao afirmar que colonizar é “desterritorializar o ente atacado quebrando-lhe a identidade, tirando-o de sua cosmologia, distanciando-o de seus sagrados, impondo-lhe novos modos de vida e colocando-lhe outro nome.” Assim, a colonialidade reconfigura subjetividades e sustenta categorias que inferiorizam tudo o que escapa aos padrões eurocêntricos de branquitude, heteronormatividade, cisgeneridade e outras normativas sociais, produzindo racismo, sexismo, LGBTI+fobias e desigualdades de classe. Trata-se de uma reconfiguração contínua dos mecanismos de manutenção do poder que exploram corpos dissidentes e deslegitimam racionalidades, modos de existir e cosmologias outras.

² Conforme Sueli Carneiro (2005, p. 96), o epistemicídio constitui um dos instrumentos mais eficazes e duradouros da dominação colonial, operando por meio da deslegitimação e do apagamento de saberes.

Essas opressões atravessam diretamente os territórios dos corpos, produzindo feridas e traumas que se estendem ao longo da vida. Como aponta Grada Kilomba (2019), em *Memórias da Plantação*, o colonialismo se perpetua no racismo cotidiano, operando não apenas no plano físico, mas sobretudo no mental. Mesmo sujeitos conscientes de sua posição social podem não perceber como seus corpos — aqui compreendidos em suas dimensões física, emocional, mental e espiritual — permanecem em estados de encarceramento colonial ou de trauma, resultado de fronteiras continuamente violadas.

A educação constitui um dos principais dispositivos de manutenção dessas violências. Conforme afirma Hilliard (2009, p. 317), a colonização se utiliza da educação como estratégia para ampliar os efeitos de séculos de “deseducação consciente e estratégica”, responsável pela colonização integral dos corpos africanos. Tal lógica educativa, alinhada à racionalidade ocidental, dicotomiza corpo e razão, produzindo pedagogias homogeneizadoras que negligenciam o sujeito em sua integralidade. Como observa Spagolla (2008, p. 18), fatores biológicos, emocionais, afetivos e sociais integram-se na formação do eu, sendo cada sujeito singular e, simultaneamente, constituído na relação com o outro e com o mundo.

A combinação entre deseducação e interesses coloniais sustenta a permanência da subalternização social, anulando singularidades, potências e reconhecimentos. A exposição contínua a práticas discriminatórias — como racismo, sexismo, homofobia, lesbofobia, transfobia, etc — aliada a modelos educativos estruturados como linhas de produção, gera danos psíquicos profundos. Diante desses impactos educativos, sociais e, consequentemente, de saúde, torna-se urgente a criação de espaços e métodos pedagógicos que dissolvam essas dicotomias e reintegrem o corpo como dimensão importante nos processos de ensino-aprendizagem.

Como lembra Krenak (2019), a modernização deslocou povos do campo e da floresta para viver periferias urbanas, transformando-os em mão de obra para engrenagens produtivas alheias às suas cosmologias. Desde a educação infantil efetuada na rotina de linha de produção — como descreve bell hooks (2013), práticas pedagógicas ignoram necessidades básicas como o respeito ao tempo do corpo, o direito à ludicidade e às práticas integrativas de corpo e mente, perpetuando modelos de servidão que se estendem para além do espaço escolar. Essa lógica também orienta a relação predatória com a natureza, concebida como recurso a ser explorado e descartado.

Essas violências explícitas e veladas — como a repressão da singularidade, o medo constante, o rompimento com a própria origem, a deslegitimação da própria história, a internalização da inferioridade e a constante necessidade de provar existência diante de um

mundo que insiste em negá-la – acumulam-se ao longo das gerações e produzem modos de ser atravessados por feridas silenciosas. Ainda que o silenciamento social persista, os corpos não silenciam essas dores. No entanto, pouco se discute, especialmente nos espaços educativos, sobre as consequências do colonialismo e sobre como tais violências se expressam corporalmente.

Nas instituições de ensino e nos ambientes de aprendizagem, esses corpos seguem submetidos a normas que reprimem suas espiritualidades, afetos, gestualidades e modos próprios de perceber o mundo, gerando bloqueios expressivos, rupturas identitárias e formas de defensividade somática que Reich denomina encorajamento. Como alerta Krenak (2019), ao deslocar povos de seus territórios e modos de vida para engrenagens produtivas que nada têm a ver com suas cosmologias, a modernidade destitui também o “território do corpo”, empurrando sujeitos para uma existência comprimida e dissociada de si.

Diante desse contexto, este trabalho reconhece que a educação, quando alinhada à racionalidade colonial, contribui para a perpetuação desses danos psíquicos e corporais, tornando urgente a criação de práticas educativas que promovam reintegração, presença e o cuidado. É nesse horizonte que a arte se apresenta como campo fundamental de reencantamento e descolonização do corpo: enquanto gesto sensível, ritual de conexão com outras temporalidades e prática política capaz de dissolver couraças de silenciamento, abrindo caminhos para que epistemologias ancestrais, memórias e modos de existir possam novamente florescer.

Durante o período de escrita mais intensa deste trabalho, sonhei que vomitava um emaranhado de cabelos. Na leitura deste sonho sob análise psicanalítica, entendi o processo de expurgo que estava ocorrendo. Compreendi, assim, que esta pesquisa e escrita, para além de seu caráter acadêmico, configuram-se também como um movimento de elaboração e liberação de dores e traumas acumulados por uma existência atravessada por violências estruturais relacionadas ao fenótipo, à orientação sexual e afetiva, ao gênero, à classe social e à não adequação a outros padrões hegemônicos. Ao longo dessa trajetória, observei outras pessoas, inclusive não racializadas, também serem atravessadas por processos de adoecimento ocasionados em decorrência das violências sofridas.

Diante disso, compreendi a necessidade de oferecer caminhos de cura impulsionados pelo encontro entre artista e educadora, desejando para si, para os educandos e para a sociedade em geral a possibilidade de reencontro consigo mesmos. Nessa perspectiva, compreendo, em consonância com Sueli Carneiro (2005, p. 303), que esse movimento se volta à "construção de sujeitos coletivos libertos dos processos de subjugação e subalternização", para os quais "o

cuidado de si se realiza [...] no cuidado do outro, cuja libertação é a estética de suas existências" . E o reencontro configura-se como uma forma de dissipação das marcas coloniais: as vergonhas, as culpas, a máscara de invisibilidade e inferioridade que foram colocadas, sobretudo, sobre os corpos e subjetividades que não cabem no padrão hegemônico de uma sociedade estruturada pelo eurocentrismo, patriarcado e racismo.

A partir desse lugar, demarco essa sessão como espaço no qual são apresentados estudiosos que dão consistência teórica à construção de ações socioeducativas e artísticas de caráter contra-colonial no *Corpo-Sankofa*. Essas fundamentações também se ancoram nas minhas próprias experiências — enquanto corpo marginalizado, artista, educadora e candomblecista, que vivencia muitos dos saberes ancestrais aqui citados — que constituem o solo a partir do qual as práticas refletidas neste trabalho foram projetadas, concebidas e desenvolvidas.

Nesse sentido, dialoga com autoras como bell hooks (2013) e Grada Kilomba (2019), que reconhecem a biografia como fonte legítima de construção teórica e política, especialmente em pesquisas comprometidas com processos de transformação social e enfrentamento das violências estruturais. Nessa perspectiva, as experiências vividas não são antagônicas ao rigor intelectual, mas parte constitutiva dele. Tais autoras ampliam os horizontes epistemológicos e legitimam modos de produzir conhecimento situados, encarnados e comprometidos.

Iniciando pelas bases teóricas que permitem compreender a profundidade do problema social e educacional aqui colocado e seus impactos na formação integral do sujeito, Grada Kilomba (2019) e Frantz Fanon (2008) constituem referências cruciais nesse trabalho. Ambos, oferecem ferramentas fundamentais para pensar o trauma colonial e social. Frantz Fanon, em especial, descreve a experiência negra de diversas perspectivas em um mundo que racializa sujeitos como estratégia de esvaziamento ontológico e cosmológico e, consequentemente, de ruptura com o próprio sentido de existência. Em um trecho do livro “Peles Negras, Mascaras brancas” Fanon (2008, p.125), em sua linguagem singular, demonstra alguns dos sentimentos que as experiências de preconceito e discriminação podem trazer para os sujeitos: “sentimento de inferioridade? Não, sentimento de inexistência. O pecado é preto como a virtude é branca. Todos estes brancos reunidos, revólver nas mãos, não podem estar errados. Eu sou culpado. Não sei de quê, mas sinto que sou um miserável”.

Relatos como este ajuda-nos a reconhecer que os apagamentos de referências, a inferiorização de traços fenotípicos, assim como de subjetividades, levam ao sentimento que vão da inferioridade à própria inexistência. O contraponto de pecado – preto x virtude – branca, denota a como a lógica dualista eurocêntrica cria uma noção de subjugação, inferiorização e

‘pecado’ que exclui e invalida toda referência diferente do padrão hegemônico, o qual o colonizador chama de Outro. A imagem de violência física e simbólica evocada no trecho revela como o medo e a culpa são projetados sobre corpos racializados e dissidentes, considerados incompatíveis com o ideal socialmente valorizado. Essa culpa internalizada, percorrida na narrativa do trecho “[...] não podem estar errados. Eu sou o culpado.” funciona como uma manipulação social que reduz e dissocia o sujeito de si e de sua humanidade.

Essa exposição constante a violências em diversos níveis geram traumas sobre os quais Grada Kilomba (2019, p. 216) discorre:

Eu gostaria, portanto, de conceitualizar a experiência do racismo cotidiano como traumática. O relato psicanalítico do trauma traz três ideias principais implícitas: primeira, a ideia de um choque violento ou de um evento inesperado para o qual a resposta imediata é o choque; segunda, a separação ou fragmentação, pois esse choque violento inesperado priva a relação da pessoa com a sociedade; e, terceira, a ideia de atemporalidade, na qual um evento violento que ocorreu em algum momento do passado é vivenciado no presente e vice-versa, com consequências dolorosas que afetam toda a organização psicológica, entre as quais se encontram pesadelos, flashbacks e/ou dor física (Bouson, 2000; Kaplan, 1999; Laplanche e Pontalis, 1988). Nesse sentido, vincularei o ‘trauma colonial’ ao ‘trauma individual’.

Ao compreender o trauma colonial como essa ferida histórica deixada pela colonização e como esse trauma atravessa os corpos integralmente afetando memórias, afetividade, identidade e saúde integral, tomo a experiência negra como ponto de partida para pensar práticas de descolonização que possam, contudo, atravessar e cuidar de outros corpos também marcados por violências estruturais — como corpos LGBTQIA+, sujeitos precarizados economicamente, mulheres, povos originários, dentre outros.

Ao refletir sobre como práticas educativas podem contribuir para a descolonização dos sujeitos e para o fortalecimento de si, torna-se fundamental reconhecer que ideias, conceitos e práticas institucionais, presentes desde a infância, operam como mecanismos de manutenção da hegemonia. Em contraponto, os processos educativos aqui propostos fundamentam-se em epistemologias africanas, afrodiaspóricas e indígenas, orientando ações formativas e artísticas de caráter descolonizador e alinhadas ao que Mignolo (2008) denomina Desobediência Epistêmica, a partir da qual se compreende a descolonização na perspectiva a seguir apresentada.

Ao refletir como práticas educativas podem contribuir para a descolonização dos sujeitos e ao fortalecimento de si torna-se fundamental reconhecer como ideias, conceitos e práticas educativas institucionais, que formam os sujeitos desde a infância, operam como mecanismos de manutenção da hegemonia. Em contraponto, os processos educativos aqui

propostos pautam-se em epistemologias africanas, afrodiaspóricas e indígenas para construir ações formativas descolonizadoras. Com isso, efetivamos o que Mignolo (2008, p. 313) chama de Desobediência Epistêmica sobre a compressão de descolonização na perspectiva a seguir:

Descolonização, ou melhor, descolonialidade, significa ao mesmo tempo: a) desvelar a lógica da colonialidade e da reprodução da matriz colonial do poder (que, é claro, significa uma economia capitalista); e b) desconectar-se dos efeitos totalitários das subjetividades e categorias de pensamento ocidentais (por exemplo, o bem sucedido e progressivo sujeito e prisioneiro cego do consumismo). Por desconectar como descolonialidade, começo e me afasto da introdução de Samir Amin do termo dentro da visão marxista de um mundo policêntrico.

Nessa retomada dos saberes de si e na conexão com as epistemologias dos povos colonizados, este trabalho também se embasa nas reflexões e metodologia de Grada Kilomba (2019) para pensar processos de descolonização dos sujeitos. Um dos aspectos centrais dessa perspectiva, que dialoga diretamente com as práticas do *Corpo-Sankofa*, está na afirmação de Kilomba (2019, p. 230): “Como o racismo cotidiano é invasivo, é o estabelecimento de limites que leva à própria descolonização, não a explicação”. No entanto, como estabelecer limites quando se vive em estados de dissociação, nos quais os próprios limites corporais, emocionais e subjetivos foram sistematicamente violados desde a infância, especialmente por meio de modelos educativos hegemônicos. Diante desse dilema, coloca-se a questão de como mediar ações educativas que favoreçam a reconexão dos sujeitos consigo mesmos, possibilitando o reconhecimento de seus limites naturais e a construção de relações mais saudáveis com o outro.

Uma das respostas emerge da compreensão de que todo processo de cura exige o reconhecimento e o diagnóstico do problema. Considerando o problema da dissociação, assim como outros sintomas do trauma produzido pelas hegemonias, usemos como referência para a solução a pergunta que Grada Kilomba (2019, p. 227) propõe: “O que o racismo fez com você?”. Essa pergunta, como a autora afirma, “é direcionada para o interior e não para o exterior”. É uma pergunta que faz o sujeito olhar para si.

Kilomba (2019) nos lembra que, socialmente, somos condicionados a ter o olhar voltado para os sujeitos opressores. Isso reflete até no campo das pesquisas e análises sobre violências, nas quais, em sua maioria, aprofunda-se para entender a lógica do opressor, enquanto se negligencia o olhar para a ferida dos sujeitos oprimidos. Assim, ao pensar caminhos para a descolonização do sujeito e para a retomada dos territórios de seus corpos, este trabalho, a partir dessas referências, volta-se o foco para o sujeito oprimido e incentiva um olhar sensível e político voltado para si mesmo.

Em uma sociedade produzida para nos tornar sintéticos, objetos de realização de desejo das potências hegemônicas, na qual o tempo orgânico é sistematicamente surrupiado pelo tempo de produção capitalista, olhar para si é subverter o sistema. Trata-se de um movimento de reconexão com o orgânico, de re(conhecimento) de si e de construção de uma outra relação consigo mesmo. Contudo, para que esse processo seja possível, é necessário despir-se da fantasia de perfeição construída e imposta pela colonialidade. Como propõe Kilomba (2019, p. 235), descolonizar-se implica "despedir-se dessa fantasia de perfeição [...], a fim de não se limitar á/ao 'outra/o' desidealizado nem à/ao "Outra/o" idealizado, mas para chegar ao eu complexo."

Em um processo de formação acadêmica que ocorre desde 2016, marcado pelo contato, reflexão e descoberta dos teóricos que embasam os trabalhos desenvolvidos antes e ao longo dessa pesquisa, vivenciei fases de dores crônicas que a medicina ocidental não soube diagnosticar. Nesse contexto, emergiu a pergunta: “se já sei que os fármacos não curarão, o que fazer com as memórias que causam essa dor?” Psicólogos não souberam responder, amigos silenciaram e os referenciais teóricos pareciam não falar a mesma língua. Foi então que o próprio corpo, no conforto que encontrava nas práticas artísticas em que podia se expressar, teceu caminhos de cura. O corpo – oráculo que fala mesmo quando não é consultado – tem muito a dizer. Como lembra Leda Martins (2021) e Luiz Rufino (2019), ele é o canal de comunicação entre o visível e invisível não só nessa ligação aye e orun, mas entre nosso consciente e inconsciente.

A partir dessa escuta atenta às referências visíveis e invisíveis, este trabalho compreende o corpo como território primeiro para ser pensado e descolonizado. Para isso, apoia-se em conceitos e modos de ver contra-hegemônicos, como a compreensão do corpo nas culturas afro-brasileiras. Nesse sentido, Muniz Sodré (1997, p. 25) afirma:

Numa cultura de arkhé, como a ketu-nagô brasileira, ganha primado a relação integrativa do corpo com o território ou com os outros homens, mas também com a terra, os minerais, os vegetais, as águas. É na verdade uma relação integrativa com a própria realidade do corpo humano, feito de mineral, líquidos, vegetais e proteínas. O corpo é aí, como na tradição africana, um microcosmo do espaço amplo (o cosmo, a região, a aldeia, a casa) tanto físico como mítico, o que faz da conquista simbólica do espaço uma espécie de “tomada de posse da pessoa”.

Para além dessa compreensão do corpo em ligação intrínseca com o cosmo — visão que dialoga com perspectivas indígenas e orientais —, amplia-se a reflexão para uma noção de integralidade física, mental, emocional e espiritual, compreendendo o corpo como um organismo de inteligência autônoma e expressiva. Sônia Machado de Azevedo (2009) no livro

“O papel do corpo no corpo do ator”, em diálogo com o pensamento de Antonin Artaud — que investigava o corpo em relação à performance ritual —, relembra que o autor “sabia que a alma se dá a conhecer através de mensagens altamente sinalizadas e organizadas numa espécie de mapeamento corpóreo; cada ponto é a morada de uma paixão: cada ponto do corpo é a morada de uma dor. Louco, visionário, o lúcido Artaud aponta a Medicina Chinesa como um campo de estudos providencial ao ator em busca de um ‘atletismo da alma’” (Azevedo, 2009, p. 126).

As práticas teatrais e de preparação de ator — que também englobam práticas da dança, terapias corporais, dentre outras áreas que trabalham com a consciência corporal — são aqui mobilizadas como bases de reflexão e de elaboração de métodos capazes de dialogar sensivelmente com as singularidades dos sujeitos. Tais práticas propõem conexões individuais e coletivas, considerando a potência do corpo e os processos de descolonização do sujeito.

A partir dessas bases, as práticas desenvolvidas neste trabalho se apoiam em alguns aportes teóricos fundamentais, entre os quais se destacam:

Augusto Boal, sobretudo a partir dos estudos e técnicas sistematizados no livro “O Arco Íris do Desejo: Método Boal de Teatro e Terapia (1996)”. Nessa obra, Boal descreve seu aprofundamento no projeto metodológico do Teatro do Oprimido e se debruça em práticas teatrais que possibilitam aos sujeitos lidar com as opressões, voltando-se, nessa vertente, especialmente às opressões do mundo interior dos sujeitos — do território íntimo e psicológico — que vão além aquelas opressões concretas e visíveis.

Konstantin Stanislávski, por meio de práticas teatrais que visam despertar a liberdade do ator, possibilitando seu desenvolvimento expressivo a partir da redução das tensões musculares. No trabalho de Stanislávski “o corpo sente-se livre para submeter-se às ordens do artista”, sendo concedida ao intérprete a liberdade de criar (Azevedo, 2009, p. 8).

Nas práticas do *Corpo-Sankofa*, a busca por condições e exercícios que favoreçam essa liberdade corpórea ancora-se em estudos como os de Wilhelm Reich que afirma que “toda rigidez muscular contém a história e o significado de sua origem”, sendo possível a diluição somática dessas tensões (Azevedo, 2009, p. 104 *apud* Reich, 1977). Soma-se a essas referências a Bioenergética, definida por Alexander Lowen, cujo fundamento — segundo os estudos de Sônia Azevedo (2009) — reside na compreensão de que o que ocorre na mente se reflete no corpo e vice-versa. Os exercícios bioenergéticos também visam à diluição das tensões musculares e à restauração do equilíbrio orgânico corporal.

Esses referenciais contribuem não apenas para a consciência corporal, mas também para processos de autoconhecimento e autorregulação emocional, além de oferecerem técnicas para

o desenvolvimento das potências de expressão artística, constituindo, assim, uma base teórica fundamental para práticas que reconhecem o corpo como território sensível de saber.

Para pensar o corpo como um lugar de produção de conhecimento, este trabalho dialoga com diferentes pesquisas acadêmicas e vivências, destacando-se os estudos de Leda Maria Martins, que oferecem fundamentos para compreender as relações entre corpo, arte, memória e performance a partir de uma perspectiva não ocidental dialogam e podem ser ferramentas de resistência e libertação.

Em “Performances do Tempo Espiral”, Leda Martins (2021, p. 30) ressalta o corpo como espaço de conhecimento e guardião de memórias ao afirmar que,

para os povos das florestas, a produção, inscrição e disseminação do conhecimento se davam, primordialmente, pelas performances corporais, por meio de ritos, cantos, danças, cerimônias sinestésicas e cinéticas. Por meio delas, uma pletora de conhecimentos se retransmitia através do corpo em movimento e por sua vocalidade, desde comportamentos mais simples, expressões práticas e hábitos do cotidiano até as mais sofisticadas técnicas, formas, processos cognitivos, pensares mais abstratos e sofisticados, entre eles a cosmo percepção ou filosofia.

A autora também evidencia a força da arte ao constatar que “as artes e os constructos culturais matizados pelos saberes africanos e dos povos indígenas ostensivamente nos revelam engenhosos e áduos meios de sobrevivência dessa herança, durante os séculos de sistemática repressão social e cultural da memória africana” (Martins, 2021, p. 43)

Nesse sentido, a performance emerge neste trabalho como espaço de expressão corporal e artística, no qual o corpo pode falar, se expressar, recordar, narrar, ressignificar e criar. Essa possibilidade dialoga com a noção de que “a linguagem constituída pelo corpo em performance, pelo corpo vivo que, em si mesmo, estabelece e apresenta uma noção cósmica, ontológica, teórica e também rotineira da apreensão e da compreensão temporais” (Martins, 2021, p. 14). Ao mobilizar experiências sensíveis, a performance assumiu uma dimensão conscientemente pedagógica que parte da compreensão de que as performances, como afirma Taylor (apud Martins, 2021, p. 34) “funcionam como atos vitais de transferência, transmitindo saber social, memória e sentido de identidade através de ações reiteradas”.

A concepção de performance aqui adotada compreende que “o termo performance é inclusivo e abriga uma ampla gama de ações e de eventos que requerem a presença viva do sujeito para sua realização e ou fruição, funcionando como atos de transferência, pois em certo plano as performances funcionam como atos vitais de transferência, transmitindo saber social, memória e sentido de identidade através de ações reiteradas” (Martins, 2021, p. 34). Nesse

sentido, após processos históricos de silenciamento e domesticação dos corpos, a performance emerge como espaço de reinscrição da presença e da voz.

Como nos lembra Petit (2015, p. 148), o corpo é guardião da nossa memória ancestral. O que ajuda a compreender por que corpos conectados às suas ancestralidades foram historicamente alvos de processos de silenciamento eurocêntrico. Ainda assim, o corpo permanece como território orgânico e inteligente de produção de saberes.

Ao reconhecer a inteligência do corpo, compreende-se o encorajamento como uma estratégia orgânica de sobrevivência e proteção. Diante das violências diretas e simbólicas sofridas por sujeitos marginalizados ao longo da vida – como ter singularidade repreendida para se adequar ao padrão imposto – o corpo desenvolve coraças emocionais e musculares como mecanismo de defesa. Contudo, Reich explica que “se, por um lado, esse encorajamento tem pelo menos sucesso temporário ao evitar estímulos pulsionais internos, por outro, constitui forte bloqueio não só contra estímulos externos, mas também contra influências educacionais posteriores” (Reich, 2001 *apud* Almeida; Albertini, 2014, p. 139). Com isso, dos encorajamentos podem advir o que chamamos depois de dores e doenças psicossomáticas, e a dificuldade de assimilação de informações e saberes.

Em contrapartida, este trabalho almeja a expansão dos corpos oprimidos de modo que os sujeitos possam reconhecer-se se imensos: cheios de possibilidades, mesmo em uma sociedade ocidentalizada que almeja amputações da singularidade dos sujeitos e a exploração de suas potências. Almeja que todos esses corpos vibrem no sentimento descrito por Frantz Fanon (2008, p. 126) nesse trecho:

Apesar de tudo, recuso com todas as minhas forças esta amputação. Sinto-me uma alma tão vasta quanto o mundo, verdadeiramente uma alma profunda como o mais profundo dos rios, meu peito tendo uma potência de expansão infinita. Eu sou dádiva, mas me recomendam a humildade dos enfermos... Ontem, abrindo os olhos ao mundo, vi o céu se contorcer de lado a lado. Quis me levantar, mas um silêncio sem vísceras atirou sobre mim suas asas paralisadas. Irresponsável, a cavalo entre o Nada e o Infinito, comecei a chorar.

Por fim, para sustentar essa perspectiva, este trabalho se ancora em uma pedagogia sensível – aqui compreendida também como pedagogia dos corpos – que reconhece cada corpo em sua singularidade histórica, física e ancestral, demandando práticas e processos de ensino-aprendizagem igualmente singulares.

Na pedagogia sensível, o corpo é compreendido como dimensão indispensável da experiência educativa, conforme apontam Surdi, Freire e Mello (2016, p. 368): “o corpo é fundamental como campo existencial que consegue contemplar e absorver o ilimitado. Abrange

o inteligível e o sensível, indo além. Possibilita novas significações e ressignificações que transcendem a relação de espaço e tempo, por permitir a reinterpretação de questões já analisadas sob outras abordagens.” Nessa perspectiva: “A corporeidade, assim, abre um espaço de sensibilização do mundo, vincula tempo-espaço individual e tempo-espaço coletivamente instituído em um movimento no qual o sujeito interpreta a si, o outro e o mundo.” (Surdi; Freire; Mello, 2016, p. 368)

Tendo em vista a importância de compreender o sujeito de forma integral – incluindo sua corporeidade nos processos educativos – este trabalho dialoga com a concepção de educação como prática descolonizadora proposta por bell hooks, que compreende o ensino como um processo que envolve não apenas a dimensão intelectual, mas também a espiritual. Para a autora,

a educação como prática da liberdade é um jeito de ensinar que qualquer um pode aprender. Esse processo de aprendizado é mais fácil para aqueles professores que também creem que sua vocação tem um aspecto sagrado; que creem que nosso trabalho não é o de simplesmente partilhar informação, mas sim o de participar do crescimento intelectual e espiritual dos nossos alunos. Ensinar de um jeito que respeite e proteja as almas de nossos alunos é essencial para criar as condições necessárias para que o aprendizado possa começar do modo mais profundo e mais íntimo. (Hooks, 2013, p. 25).

Tal perspectiva reforça a necessidade de práticas educativas que respeitem, protejam e acolham os sujeitos em sua integralidade, criando condições para um aprendizado profundo e comprometido com a vida. Na construção dessa educação, os espaços e práticas que constituem o *Corpo-Sankofa* se orientam por três pilares fundamentais: senso de comunidade, fortalecimento da autoestima e o amor compreendido como tecnologia ancestral de cura.

A noção de comunidade embasa-se em perspectiva como a de Sobonfu Somé (2003), que compreende como a comunidade é importante no desenvolvimento integral do sujeito e pontua: “o objetivo da comunidade é assegurar que cada membro seja ouvido e consiga contribuir com os dons que trouxe ao mundo, de forma apropriada. A comunidade é uma base na qual as pessoas vão compartilhar seus dons e recebem as dádivas dos outros” (20023, p. 35).

A autoestima, por sua vez, é compreendida como um processo de autoconstrução do sujeito. Conforme indicado pelo Programa de Desenvolvimento Educacional (PDE, 2008, p. 13), estima “é uma palavra que se origina do latim ‘aestimar’ que significa apreço, valor, afeição, gostar de apreciação favorável de uma pessoa ou de uma coisa, amizade, consideração”. A autoestima relaciona-se ao apreço, ao valor e à visão que cada pessoa constrói de si. Está associada ao entusiasmo e desempenha papel fundamental nos processos de

autorrealização e bem-estar. Nesse sentido, em espaços comunitário, educativos e artísticos comprometidos com uma educação contra-colonial, tanto a estima comunitária quanto a autoestima individual precisa ser cultivada.

O amor, entendido como tecnologia de cura, fundamenta-se na concepção apresentada por bell hooks, para quem o amor é uma ação ética e comprometida. No livro “Tudo sobre o amor” (2021) reafirma o amor como um verbo de ação, baseada na vontade de nutrir o nosso crescimento espiritual e o de outra pessoa. A autora enfatiza que amor não pode coexistir com práticas abusivas ou negligentes, pois cuidado, respeito e responsabilidade são princípios indissociáveis do ato de amar.

Por fim, este trabalho dialoga com Nego Bispo (2023), ao compreender a educação e a convivência a partir de uma relação orgânica com todas as formas de vida, reconhecendo que todas são necessárias por fazerem parte de um mesmo todo interdependente. Nessa perspectiva, almeja-se a construção de espaços educativos e artísticos nos quais cada sujeito possa experimentar viver consciente de sua própria imensidão.

2.2 PERCURSO FORMATIVO E AMADURECIMENTO METODOLÓGICO: CAMINHOS PARA A CONSTITUIÇÃO DO CORPUS DA PESQUISA (“QUEM FORMA SE FORMA E RE-FORMA AO FORMAR”)

Esta seção tem como objetivo apresentar o percurso formativo, artístico e pedagógico que conduziu à constituição do *corpus* da pesquisa e à definição da abordagem metodológica adotada. Considerando que este trabalho se inscreve no campo das pesquisas qualitativas, com ênfase na pesquisa-ação, compreende-se que o corpus não é dado a priori, mas emerge de um processo contínuo de experiências, reflexões e práticas que articulam corpo, memória, ancestralidade, pedagogia e cura.

O primeiro espaço formativo idealizado e mediado por mim ocorreu em outubro de 2018, com a realização do “*Círculo de cura: saúde integral de mulheres*” na Casa do Samba em Santo Amaro-BA. A proposta buscava favorecer encontros de mulheres consigo mesmas, enquanto parte da natureza e em diálogo com sua ancestralidade, construindo outras formas de relação e cuidado com os corpos, ancoradas nos saberes e práticas ancestrais afro-diaspóricos e indígenas. Esse princípio permanece vivo e estruturante nos fundamentos do conceito-metodológico *Corpo-Sankofa*.

Entre os anos de 2019 e 2022, o processo de amadurecimento foi profundamente atravessado por experiências individuais e coletivas, como minha iniciação no candomblé, o

contexto da pandemia de Covid-19 e o deslocamento territorial entre o Recôncavo Baiano e a cidade de Salvador. Esses atravessamentos contribuíram para a consolidação de uma compreensão do corpo como território de memória, ancestralidade e saberes, bem como ferramenta de cuidado e cura. Essas perspectivas passaram a orientar tanto as minhas práticas artísticas quanto as práticas pedagógicas.

No ano de 2022, em Salvador, foram gestadas e realizadas as performances *Nador* (apresentada no Sesc-Senac Pelourinho, em fevereiro de 2022) e *Atemporal* (performance ritual itinerante apresentada nas ruas de um bairro periférico de Camaçari-Ba, em abril de 2022). Soma-se a esse percurso a experiência como preparadora e pintora corporal de uma atriz, na construção do personagem Katendê, que foi atuado na Mostra de Teatro Poético-Ritual do Barracão das Artes, em maio de 2022. Essas experiências artísticas, fundamentadas em conhecimentos afrocentrados e em práticas de performance ritual, constituíram-se como importantes dispositivos formativos e investigativos, ao possibilitarem a experimentação e compreensão da potência de metodologias de cuidado, criação e partilha de saberes a partir do corpo.

A partir desse conjunto de experiências, tornou-se evidente a importância da criação de espaços pedagógicos que integrassem arte, corporeidade, ancestralidade, processos de autoconhecimento e cura. Esse movimento marca como emergiu a noção de corpo-memória, que, a partir de um processo de amadurecimento teórico, metodológico e temporal, deu origem à elaboração progressiva de um campo conceitual e metodológico mais amplo, posteriormente reconhecido como *Corpo-Sankofa*.

Em diálogo com esse percurso e articulando às formações em teatro físico, dança contemporânea, performance ritual e à base pedagógica construída ao longo da trajetória, foram idealizadas e mediadas ações formativas como a *Oficina Corpo-Memória: território de saberes* (9 e 10 de fevereiro 2023) e o *Laboratório Corpo-Memória* (25 de outubro de 2023), ambas desenvolvidos na Biblioteca Central do Estado da Bahia em Salvador.

O amadurecimento teórico, artístico e metodológico decorrente dessas ações possibilitou a ampliação das perspectivas inicialmente trabalhadas, culminando, em 2025 no processo de sistematização dos fundamentos do conceito-metodológico *Corpo-Sankofa*. Esse processo ocorreu de forma síncrona e articulada às experiências mais recentes que também compõem o núcleo desta pesquisa.

Nesse contexto, em setembro de 2025, no Museu de Arte Contemporânea da Bahia (MAC-BA), foi gestada e apresentada a performance *Didé*. Sua criação e desdobramentos ocorreram no momento em que o conceito-metodológico estava ancorado nas pesquisas

acadêmicas e artísticas da pesquisadora, configurando-se como expressão performática do Corpo-Sankofa. Na sequência, em outubro de 2025, ainda no MAC-BA, foi idealizado e mediado o *Laboratório de Performances Corpo-Sankofa*, integrado no processo de formação de atores e atrizes da oficina Teatro nos Ônibus. O laboratório foi uma ação formativa realizada em um único encontro, que aprofundou a aplicação prática dos fundamentos em sistematização, permitindo observar de forma mais direcionada como o conceito-metodológico se materializava em exercícios e dinâmicas corporais e coletivas.

Desse modo, o corpus da pesquisa se constitui a partir de um recorte temporal e experiencial que abrange práticas desenvolvidas entre 2023 e 2025, articulando registros retrospectivos das primeiras ações formativas, materiais produzidos nos laboratórios mais recentes, o processo de criação e apresentação da performance *Didé*, bem como a recepção do público. Por compreender que a trajetória, as práticas e os contextos de atuação, para além de objetos de análise, constituem parte do próprio processo de investigação, a pesquisa adota uma abordagem qualitativa articulada aos procedimentos da pesquisa-ação.

A pesquisa-ação fundamenta-se nas intervenções realizadas nos contextos das ações formativas e de criação, nos quais práticas e reflexões se retroalimentam em um movimento espiralar. Nesse processo, as ações propostas são continuamente observadas, analisadas, reelaboradas e adaptadas, possibilitando aprimoramento das práticas, ajustes metodológicos e aprofundamentos conceituais à medida que o processo se desenvolve, fortalecendo a dimensão reflexiva da pesquisa.

As análises desenvolvidas ao longo da pesquisa são atravessadas pela trajetória artística, pedagógica e ancestral da pesquisadora, mobilizando memória, percepção, corporeidade e lugar de fala como dimensões constitutivas da reflexão. Nesse sentido, a experiência vivida articula-se à reflexão crítica e à elaboração teórica, contribuindo para a produção de conhecimento.

Na base das vivências que impulsionaram a sistematização do conceito-metodológico *Corpo-Sankofa*, encontrava-se a compreensão freireana de que os processos formativos são simultaneamente processos de transformação e autoformação. Como confirma Paulo Freire (1997, p. 25) ao escrever: “Quem forma se forma e re-forma ao formar e quem é formado forma-se e forma ao ser formado. [...] Quem ensina aprende ao ensinar e quem aprende ensina ao aprender”.

2.2.1 Materiais e contexto

A pesquisa pautou-se na análise de trabalhos formativos desenvolvidos entre os anos de 2023 e 2025. Sendo as experiências realizadas em 2025, produzidos e analisadas à luz da sistematização dos fundamentos presentes nas formações anteriores, inicialmente orientadas pela noção de corpo-memória e, posteriormente, reconhecida como *Corpo-Sankofa*, a partir do amadurecimento teórico, metodológico e ancestral do trabalho. Diante desse percurso, a pesquisa analisa três conjuntos de materiais:

- (a) registros retrospectivos da Oficina e Laboratório *Corpo-Memória* (2023)
- (b) materiais produzidos no Laboratório *Corpo-Sankofa* (2025)
- (c) registros do processo de criação, apresentação da Performance *Didé* e recepção do público (2025).

2.2.2 Análises

A análise dos materiais apoia-se em um método processual e sensível, que articula a experiência corporal e teatral da pesquisadora, que lhe dá uma leitura corporal construída ao longo de 14 anos de experiência com artes do corpo, com as memórias dos encontros, os registros disponíveis (fotos, vídeos e áudio) e os relatos de participantes.

Os parâmetros de análise incluem: (1) mudanças sensíveis no corpo; (2) diagnósticos iniciais produzidos por exercícios desenvolvidos; (3) dinâmicas relacionais que emergem durante as práticas, compreendendo como o grupo responde aos objetivos de conexão, escuta, confiança e cuidado; (4) falas das participantes, compartilhadas nas rodas de partilha ou posteriormente por redes sociais; (5) observação dos registros fotográfico e audiovisual, que complementam a percepção do processo.

Dessa forma, combina-se leitura somática, diagnóstico corporal, análise relacional e relatos de participantes para compreender como os objetivos e princípios das práticas são percebidos e vivenciados por quem as experienciou.

No capítulo seguinte, serão apresentadas a descrição e a análise da Oficina Corpo-Memória e da Performance *Didé*. As análises produzidas a partir das demais experiências não serão apresentadas de forma isolada, mas retomadas e articuladas nas considerações finais, compondo a reflexão sobre o percurso investigativo e construtivo como um todo.

Nos relatos apresentados ao longo das análises, as participantes serão identificadas por nomes fictícios ou letras iniciais, com o objetivo de resguardar sua identidade e em respeito aos acordos éticos construídos ao longo das ações que compõem este estudo.

3 OFICINA, LABORATÓRIOS E PERFORMANCE: A TRAJETÓRIA DO CORPO-SANKOFA

3.1 OFICINA CORPO-MEMÓRIA: TERRITÓRIOS DOS SABERES

A Oficina Corpo-Memória: Territórios dos Saberes foi a primeira experiência voltada à construção de processos formativos baseados na consciência corporal como caminho de descolonização e reflorestamento corpo-território. Embora essa investigação já atravessasse meus processos de criação como atriz e performer, foi nesse contexto que iniciei um movimento mais intencional de compartilhamento e experimentação pedagógica desses saberes com outras pessoas. Realizada nos dias 9 e 10 de fevereiro de 2023, na Biblioteca Central do Estado da Bahia, em Salvador, integrou o ciclo de formações artísticas do projeto “Férias na Biblioteca”.

Com duração de dois encontros presenciais, totalizando seis horas, a oficina contou também com horas a mais de acompanhamento remoto via WhatsApp. A atividade buscou estimular expressividades performáticas a partir da percepção corporal, da relação consigo e com o outro, compreendendo o corpo como território de memórias e afetos. As experiências emergentes foram direcionadas à criação de material cênico, em diálogo com perspectivas da performance ritual e saberes afro-diaspóricos e indígenas.

3.1.1 Participantes

Participaram, em média, 10 pessoas, entre 18 e 50 anos, com trajetórias sociais e formativas diversas. O grupo era composto majoritariamente por pessoas de baixa renda, incluindo estudantes da rede pública e universitários, além de participantes oriundos do interior da Bahia. Embora a maioria já tivesse algum contato com as artes cênicas, alguns não possuíam experiência prévia. Essa heterogeneidade produziu diferentes níveis de disponibilidade corporal e expressiva, aspecto que atravessou os processos vivenciados ao longo da oficina.

3.1.2 Descrição das atividades – dia 09 de fevereiro de 2023

Nos dias da oficina de corpo, antes da chegada das/os participantes, realizei a organização do espaço de modo a favorecer a circulação e a criação de um ambiente sensível e acolhedor. Preparei o ambiente com alguns elementos simbólicos: posicionei um mineral em cada canto da sala e organizei uma pequena mesa contendo um quartzo rosa (elemento mineral),

uma folha de arruda (elemento vegetal) e uma carta de oráculo de animais de poder (elemento animal). Também disponibilizei uma garrafa térmica com chá e copos, criando um espaço de partilha. Após a organização, realizei um momento individual de respiração, buscando me colocar em estado de presença para a condução da atividade.

Para iniciar o encontro, convidei o grupo a sentar-se em círculo no chão, descalços, e pedi licença aos presentes visíveis e invisíveis, marcando a dimensão simbólica e ritual da oficina. Em seguida, apresentei brevemente minha trajetória e a proposta da oficina, convidando os participantes a compartilharem seus nomes e motivações para estarem ali, instaurando um primeiro momento de escuta e construção coletiva do espaço. Na sequência, apresentei fundamentos conceituais da oficina — como o corpo enquanto guardião de memória e a performance como ritual — dialogando com referenciais teóricos e ancestrais do trabalho e mobilizando uma conversa para entender as compreensões do grupo acerca do corpo e da performance ritual. Convidei cada participante a compartilhar sua intenção para a oficina, compreendo-a como algo a investigar, mover ou transformar ao longo do processo, instaurando um campo coletivo de presença, escuta e direcionamento simbólico para o início das práticas corporais.

Após esse momento inicial, convidei o grupo a levantar-se e iniciar uma caminhada pelo espaço, conduzida como exercício de presença e ativação sensorial. Enquanto caminhavam, propus perguntas voltadas à ampliação da percepção do presente, estimulando a escuta dos sentidos e a relação entre corpo e ambiente. Em seguida, cada pessoa escolheu um lugar para deitar-se no chão. Com os olhos fechados, iniciei uma condução voltada à escuta interna e ao reconhecimento de tensões corporais, utilizando a oralidade como recurso sensível de mediação. A condução se dava por uma linguagem sensorial inspirada em práticas de narração, buscando acessar dimensões subjetivas para além do racional. Simbolicamente, com o gesto de soltar, que era impulsionado algumas vezes por mim, construía-se como uma liberação de pesos, reconhecimento do corpo como território de memória, acúmulo e sensação e entrega à terra.

Posteriormente, acionei o elemento água como imagem de fluidez, acalento. Para ampliar essa atmosfera sensorial, utilizei a musicalização do pau de chuva. Nesse embalo entre sons e silêncios, convidei o grupo a tocar lentamente o próprio corpo enquanto movimentava-se lentamente a uma posição embrionária. Essa posição dialoga simultaneamente como gesto simbólico de recolhimento e renascimento e como postura de descanso físico, permitindo que cada pessoa encontrasse seu próprio tempo de reorganização interna. Durante a prática, caminhei lentamente próxima a algumas pessoas e ao perceber tensões específicas utilizei

também óleos essenciais de folhas, sem contato físico direto, como apoio ao relaxamento e ao assentamento corporal, em diálogo com saberes ancestrais sobre o uso das ervas no cuidado do corpo. Ao retomarmos devagar a posição em pé, desenvolvemos exercícios de respiração voltados à ampliação da consciência diafragmática e ao reencontro com uma respiração mais orgânica, frequentemente comprometida pelos ritmos acelerados da vida cotidiana.

Na sequência, propus um exercício de conexão entre o grupo através do olhar. Inicialmente, as pessoas caminhavam pelo espaço e, ao se encontrarem, sustentavam o olhar por alguns instantes antes de se despedirem e retomarem a caminhada. Porém, no decorrer da atividade, ao perceber a potência e o desconforto em alguns encontros, adaptei a proposta, e eles se firmaram em duplas – mobilizando uma comunicação mais profunda, marcada pela presença e escuta sensível. Com o avanço do exercício, os corpos e olhar pareciam mais disponíveis e as trocas mais abertas e afetivas com sorriso e olhar mais tranquilo. Ao final, atravessada pelas afetações produzidas, sugeri que, caso desejassem, as/os participantes se despedissem com um abraço – todos acolheram a proposta. A prática do olhar ocorreu como um dispositivo afetivo de reconhecimento, abertura e comunicação não verbal.

Na etapa seguinte, convidei o grupo a retomar a caminhada pelo espaço, conduzindo reflexões sobre as relações entre corpo, emoção e sentimento. A proposta partiu da compreensão de que os estados emocionais não emergem apenas de dentro para fora, mas também podem ser produzidos pelo próprio corpo de fora para dentro — através da respiração, expressão e organização corporal. A partir dessa perspectiva, iniciamos uma prática que articulava imaginação guiada, respiração e mobilização emocional como caminhos de acesso às memórias do corpo.

A condução iniciou-se pela contação de história, que construiu inicialmente um campo imagético de acolhimento, evocando paisagens de descanso e presença. Enquanto isso, os participantes caminhavam pelo espaço e eram conduzidos à respirações mais amplas e profundas, preparando o corpo para atravessar diferentes estados internos. Em seguida, introduzi gradualmente imagens de ruptura, insegurança e deslocamento, através de citação de momentos da rotina – aproximando a experiência de situações cotidianas marcadas pela aceleração, excesso de demandas, desrespeito aos limites e sufocamento urbano. Ao acessarem memórias correlacionadas, pedi que as corporificassem por meio do movimento, observando aspectos como respiração, ritmo e estados corporais.

Ao longo do processo, minha própria condução também se transformava em diálogo com o campo coletivo: a respiração acelerava, a voz ganhava intensidade e os deslocamentos pelo espaço tornavam-se mais rápidos, acompanhando as movimentações emocionais e

corporais do grupo. Em determinado momento, incentivei também a expressão vocal, introduzindo a música *Gasolina*, da Teto Preto, como impulso para o atravessamento catártico da experiência.

A catarse foi trabalhada como possibilidade de descarga emocional e elaboração de tensões associadas às experiências cotidianas opressoras, dialogando com perspectivas de Augusto Boal (1996), Frantz Fanon (2008) e Machado e Petit (2022) que entendem a catarse como possibilidade de transformar emoções e memórias corporais em experiência ativa e coletiva, permitindo que as pessoas reconhecessem, expressassem e reorganizassem afetos atravessados pelo corpo. À medida que expressões mais livres emergiam no grupo, a intensidade coletiva cresceu espontaneamente, atingindo o ápice com em gritos que surgiram organicamente entre os participantes e continuaram a ser incentivados por mim.

Como já mencionado, a perspectiva da catarse foi inspirada nas compreensões de Machado e Petit (2022), e Fanon (2008, p. 130) que apontam:

Todo esse imaginário de desumanização do não branco construído em mais de 500 anos, é algo que continua exigindo um largo esforço de catarse espiritual, não somente das pessoas negras vitimadas, mas também dos descendentes dos colonizadores europeus que nesse processo também se desumanizaram (Machado; Petit, 2022).

Em toda sociedade, em toda coletividade, existe, deve existir um canal, uma porta de saída, através do qual as energias acumuladas, sob forma de agressividade, possam ser liberadas (Fanon, 2008, p. 130).

Ao perceber sinais de cansaço após a catarse, iniciei um processo gradual de aterramento e reintegração corporal, conduzido por respirações alongadas, desaceleração dos movimentos e uma ambiência sonora mais suave, retomando simbolicamente a terra – evocada na contação de história – como espaço de sustentação e reorganização interna.

Na etapa final do encontro, convidei as/os participantes a realizarem uma cartografia livre da experiência vivida, registrando sensações, afetos, memórias e deslocamentos emergidos ao longo das práticas, por meio da escrita, do desenho ou de outras formas de expressão. O momento também buscava favorecer o reconhecimento dos saberes produzidos pelo corpo e a sistematização de percepções e insights para construção de suas performances. Após esse tempo individual, retornamos ao círculo para um espaço de partilha coletiva, no qual cada participante pôde compartilhar, se desejasse, aspectos do vivido, abrindo caminhos para os processos criativos posteriores.

3.1.3 Descrição das atividades – dia 10 de fevereiro de 2023

O segundo dia da oficina ocorreu em 10 de fevereiro. Mantive a preparação do espaço com os mesmos elementos simbólicos utilizados no encontro anterior, como forma de dar continuidade ao processo iniciado. Entre um encontro e outro, o grupo permaneceu em interação por meio de trocas no WhatsApp, espaço aberto para dúvidas, partilhas e acompanhamento do processo, especialmente considerando a proposta de criação de uma performance individual a ser apresentada ao final do laboratório.

Nesse dia, houve ausência de parte das/os participantes do encontro anterior e a chegada de duas novas pessoas. Considerando o caráter contínuo da formação, dediquei um momento inicial para contextualizá-las sobre as experiências vividas no primeiro dia, explicando os objetivos do processo e reforçando que a participação nas práticas e na performance ocorreria sempre respeitando os limites e desejos individuais.

Iniciamos as atividades sentados em círculo, realizando uma conversa que se iniciou com a escuta de como cada pessoa estava naquele dia, seus estados emocionais e o processo de elaboração da performance proposta. O diálogo buscava acolher o grupo, fortalecer a escuta coletiva e ampliar a percepção de si, consolidando um espaço de presença, cuidado e comunidade.

Posteriormente, realizamos uma prática meditativa baseada em vocalização, percepção corporal e atenção à energia interna do corpo, trabalhando sons associados a regiões corporais em diálogo com centros energéticos do corpo, conforme proposto por Queen Afua em *Mulher Sagrada* (2021)³. A proposta buscava ampliar estados de presença, escuta corporal e equilíbrio interno.

Ao perceber relatos de ansiedade e dor de cabeça trazidos pelo grupo no diálogo inicial, introduzi também um exercício de Do-In, prática de autoestimulação corporal, voltado ao relaxamento e desaceleração mental, adaptando a condução às necessidades observadas naquele encontro. O momento inicial foi encerrado com o compartilhamento das intenções individuais para o dia, instaurando novamente um campo coletivo de força intencional, escuta e direcionamento para as práticas seguintes.

Após esse momento inicial, retomamos práticas corporais em pé, iniciando com alongamentos e exercícios de sensibilização voltados ao aterramento corporal. Em seguida,

³ Em *Mulher Sagrada*, Queen Afua estabelece aproximações entre centros energéticos corporais vinculados a tradições do antigo Kemet ao que, em saberes orientais, é denominado como chakras.

realizamos uma caminhada pelo espaço, orientada ao reconhecimento do ambiente, à escuta sensorial e à percepção do outro. Na sequência, desenvolvi exercícios de ativação corporal com foco na região dos quadris, compreendendo-o como território de tensões e memórias atravessadas por repressões sociais, culturais e comportamentais. A prática buscou ampliar a mobilidade, flexibilizar rigidezes e estimular novas formas de mover-se e existir corporalmente. Ao final, de forma descontraída, o grupo experimentou com liberdade movimentos amplos e livres, que mobilizaram o corpo como um todo.

Posteriormente, realizamos uma prática de partitura corporal voltada às possibilidades do movimento, pausas, congelamentos e ocupação dos diferentes planos espaciais do corpo. A proposta articulava sensibilizações a partir dos elementos terra, água, fogo e ar, explorando corporalmente qualidades como fluidez, densidade, expansão, delicadeza, impulsão e enraizamento. Ao mesmo tempo, trabalhei a relação entre corpo, espaço e intenção, propondo exercícios de intenção para onde se encaminha. A partir dessas experimentações, cada participante foi convidada/o a permitir que corpo, rosto e olhar comunicassem aquilo que emergisse do estado corporal acessado, sem elaboração racional prévia. Gestos, palavras e expressões surgiam da própria experiência vivida no instante, estabelecendo um fluxo entre presença individual e relação coletiva.

Durante essa atividade, observei que algumas pessoas ainda apresentavam tensões corporais significativas. Nesse contexto, adaptei a condução de forma mais individualizada: com um participante que demonstrava maior racionalização do processo, utilizei movimentos improvisados e dança compartilhada como forma de favorecer maior estado de fluxo corporal; com outra participante, que apresentava forte contenção física, especialmente na região superior do corpo, realizei, com consentimento, pequenas ações de descompressão e soltura corporal. Em ambos os casos, foi possível perceber mudanças graduais de disponibilidade e entrega ao exercício.

Posteriormente, retomamos práticas de conexão em duplas. Propus um exercício de sustentação do olhar à distância e, em seguida, as/os participantes caminhavam até encontrar uma dupla, permanecendo frente a frente e falando: “eu te enxergo”, antes de seguirem novamente pelo espaço. Diferente do primeiro encontro, percebi maior disponibilidade nas trocas, sem sinais marcantes de desconforto. Em algumas duplas, o exercício mobilizou afetações intensas, expressas por olhos úmidos e abraços espontâneos; em outras, as trocas ocorreram de forma mais silenciosa, porém igualmente atravessadas pela experiência do encontro.

Em seguida, realizamos um exercício coletivo de confiança. Em círculo, uma pessoa de cada vez ocupava o centro e se deixava cair enquanto o grupo sustentava seu corpo, após orientações prévias de consciência corporal sobre como amparar e como se deixar cair em segurança. O exercício evidenciou inscrições subjetivas presentes nos corpos — como medo, rigidez, vigilância, dificuldade de confiar e diferentes modos de entrega — ao mesmo tempo em que a roda criou um espaço de possível ressignificação corporal e subjetiva, produzindo, ainda que brevemente, experiências de cuidado, amparo mútuo. Ao longo da atividade, foi possível perceber mudanças graduais como corpos progressivamente mais disponíveis ao gesto de confiar.

Após a intensidade da experiência coletiva, conduzimos uma prática de reconexão consigo através do afeto. Em roda, ao som de músicas e sons do mar, convidei o grupo a realizar um percurso de autotoque lento e consciente, inicialmente de olhos fechados, articulado a perguntas voltadas ao reconhecimento do próprio corpo, ao cuidado e à memória sensível. Perceptivelmente, o exercício favoreceu estados de relaxamento, acolhimento e aprofundamento da escuta de si.

Após esse momento, iniciamos a preparação para as apresentações performáticas, retomei reflexões desenvolvidas ao longo da oficina sobre a intenção como eixo da cena ritual, convidando cada participante a refletir sobre o que queria levar para o momento e quais energias pretendia mobilizar. Lembrei-os sobre a orientação para organizar a performance: clareza quanto ao início, ao meio do processo e ao encerramento, permitindo, contudo, que o percurso emergisse de forma sensível.

Com o espaço reorganizado em semicírculo, iniciamos as apresentações performáticas, nas quais cada participante ocupou a outra extensão do círculo para performar. As performances revelaram diferentes modos de presença, sensibilidades e atravessamentos corporais, transformando o espaço em território de experimentação e partilha coletiva.

Após as apresentações, retornamos ao círculo para um momento de diálogo e partilha sobre as experiências vividas ao longo da oficina, os atravessamentos mobilizados pelas práticas corporais e as sensações despertadas durante o processo criativo e performático. O espaço permitiu a elaboração coletiva do vivido, prolongando em palavras aquilo que já havia sido movimentado no corpo ao longo dos encontros.

3.1.4 Relatos, análises e performances

As performances e os relatos compartilhados na roda final da oficina teceram pistas sobre como a experiência pode ter mobilizado os participantes e desenvolvido os objetivos propostos. Nos retornos, emergiram aspectos relacionados ao acolhimento, à reconexão corporal, à confiança e à possibilidade de experimentar outros modos de presença consigo e com o mundo.

Ítalo, um dos participantes, relatou:

Foi incrível vir para cá, só de chegar e sentar no círculo já comecei a me tranquilizar mais e minha vontade é de que não termine. Ontem, quando terminou a oficina e fui pegar ônibus na Lapa, parecia que era outro mundo diferente! É bom porque me sinto muito mais leve dentro de mim. [...] No exercício de se jogar também foi muito interessante, porque primeiro tive medo, mas depois eu não queria mais sair da sensação de me soltar.

Nesse relato, compreendo que a oficina produziu efeitos que extrapolam a dimensão técnica, mobilizando estados de tranquilização, acolhimento e leveza. A menção ao círculo como espaço de recepção evidencia a importância do ambiente relacional e do acolhimento como condições para a experiência. O contraste estabelecido entre a oficina e o cotidiano urbano — “parecia que era outro mundo diferente” — sugere também a criação de um espaço-tempo de suspensão do ritmo cotidiano, possibilitando maior presença e escuta de si.

No exercício de confiança, o deslocamento do medo inicial para o desejo de permanecer na experiência aponta para possíveis processos de flexibilização de tensões corporais e emocionais, bem como para a construção gradual de segurança. Nesse sentido, a oficina parece favorecer não apenas experiências expressivas, mas condições para que os participantes experimentem outras formas de relação consigo mesmos, menos atravessadas pela tensão, pelo controle ou pela necessidade constante de vigilância.

Em diálogo com esse relato, Sônia compartilhou: “O exercício de meditação no início foi muito bom para mim, quando abri os olhos parecia que algo ao redor tinha mudado.” Ao comentar sua trajetória, a participante também revelou inseguranças anteriores à oficina: “Eu tinha muito tempo sem fazer teatro ou algo do tipo, muitos anos, não sabia se eu conseguiria fazer as coisas porque me sinto mais fechada, mas foi muito bom porque me senti conectada em muitos exercícios e agora estou aqui.”

Escutar esse relato foi particularmente significativo, sobretudo porque se tratava de uma das participantes mais silenciosas do grupo, cuja postura corporal frequentemente demonstrava fechamento e retraimento. Entretanto, em sua performance final, percebi intensa expressão

emocional. Embora não houvesse fala, sua cena comunicava mudanças de estados internos de maneira sensível, revelando nuances corporais que me remeteram diretamente às investigações propostas na oficina sobre respiração, tensão, distensão e comunicação com o corpo. A experiência me mobilizou profundamente enquanto observadora e arte-educadora, produzindo a sensação de testemunhar algo que encontrava caminhos de expressão através do corpo. Nesse sentido, sua performance reforçou algo central à proposta da oficina: a compreensão de que o corpo comunica memórias, afetos e estados muitas vezes inacessíveis à oralidade, mobilizando inteligências corporais que ultrapassam o campo exclusivamente verbal.

Em contraponto à performance anteriormente descrita, que mesmo mobilizando emoções íntimas produzia forte sensação de conexão, houve outra apresentação que me chamou atenção pela introspecção que parecia atravessar a performer. Sentada diante do grupo, Jaci utilizando algo semelhante a um fone de ouvido, permanecia escutando uma música enquanto gesticulava de maneira delicada, como quem canta sozinha em seu próprio espaço íntimo. Sua presença em cena me transmitia a sensação de alguém que, ao mesmo tempo em que se mostrava ao mundo, permanecia profundamente em seu próprio mundo. Uma dimensão importante para refletir sobre esse processo, refere-se ao fato dela só ter comparecido naquele dia da oficina e, desde o início, demonstrava elevado padrão de tensão corporal. Nesse sentido, sua escolha por performar, mesmo sem preparação prévia e recém-chegada ao grupo, indicava um movimento importante de vulnerabilidade e disponibilidade. Tal percepção encontra eco em seu relato compartilhado na roda final: “quando eu cheguei, pensei em não fazer nada, não tinha nada pronto nem pensado pra apresentar. Mas durante o percurso me veio uma música e pensei: farei algo com isso. E fiz. Não foi fácil, mas foi legal. No exercício do círculo foi tenso, eu senti medo que diminuiu aos poucos, mas ainda foi desafiador”.

A fala de Jaci aponta para um processo gradual de construção de segurança. Ainda que o medo permanecesse, ele parece não ter impedido a experiência e sim coexistido com ela, indicando que acolhimento e pertencimento não necessariamente eliminam a vulnerabilidade, mas podem criar condições para que ela seja vivida de forma menos paralisante.

Também é significativo que Jaci tenha construído sua performance a partir de algo que emergiu durante o próprio percurso da oficina, sem planejamento prévio. Tal aspecto sugere uma abertura para escutar impulsos, memórias e desejos que surgiram no instante da experiência, reforçando uma dimensão importante do laboratório: a valorização das inteligências do corpo e dos saberes que emergem no fazer.

Ao final, agradei sua disponibilidade em apresentar a cena e, considerando também seu interesse na construção artística — compartilhado no círculo inicial —, propus algumas

reflexões sobre as potencialidades expressivas de sua performance. Conversamos sobre como as microexpressões, os gestos sutis e a própria relação estabelecida com o fone de ouvido já comunicavam estados, intenções e atmosferas, podendo tornar-se material cênico potente sem que ela precisasse abandonar a intimidade ou o modo como desejava estar em cena. Tal diálogo também integrou a dimensão pedagógica da oficina, voltada ao fortalecimento de recursos expressivos e à construção de confiança para sustentar a própria presença artística.

Um outro relato que chamou atenção foi o Karol, que compartilhou:

Não sou de Salvador e ter essa experiência nesses dias que estive aqui me ajudou muito. O exercício de se tocar, eu me senti... nem sei explicar, mas realmente, eu não lembro quando foi a última vez que eu toquei meu corpo com carinho. E como você disse: a gente beija, abraça os outros, mas a gente pode dar esse afeto a nosso corpo também e foi muito bom fazer isso aqui. E vou levar pra vida e tentar fazer outras vezes.

Seu relato aponta para algo central na proposta da oficina: a possibilidade de retomada de práticas de cuidado consigo e de escuta do próprio corpo para além do espaço formativo. O exercício do autotoque, nesse contexto, parece ter operado como um convite ao reconhecimento do corpo como território também merecedor de afeto, cuidado e presença. Ao afirmar não lembrar da última vez em que havia tocado o próprio corpo “com carinho”, Karol evidencia possíveis distanciamentos produzidos nas relações cotidianas consigo mesma, ao mesmo tempo em que aponta para uma experiência de reencontro. Ter esse retorno confirmou a potência de continuidade da oficina, evidenciada no expresso pela participante de “levar pra vida” o exercício realizado. Além dela, outras pessoas também relataram o quanto a experiência do autotoque havia sido reveladora, manifestando interesse em continuar desenvolvendo essa prática após a oficina.

Karol realizou uma performance marcada pela delicadeza e pela intimidade. Seus movimentos lentos e cuidadosos, revelavam um olhar atento para o próprio corpo, como quem se observa sem pressa. Embora a cena também apresentasse traços de introspecção, diferentemente de outra performance anteriormente comentada, havia uma sensação de presença compartilhada, como se, ao mesmo tempo em que estivesse profundamente em si, a participante permanecesse também em relação conosco. Nesse sentido, a introspecção não apareceu como fechamento ou isolamento, mas como possibilidade de escuta e reorganização da presença. A delicadeza dos gestos, o ritmo desacelerado e a atenção dirigida ao próprio corpo pareciam evidenciar uma inteligência corporal que comunica para além da oralidade, reforçando a compreensão do corpo como espaço de memória, afeto e linguagem.

Na maioria das performances, percebi uma relação dos participantes com o corpo mediada por gestos de olhar, tocar e sentir, muitas vezes de forma sutil. Olhos fechados, pausas e movimentos lentos sugeriam uma atenção voltada às próprias sensações, como se o corpo, por instantes, se tornasse território de escuta.

Também me chamou atenção a recorrência da posição fetal em diferentes performances. Dentre diversas camadas físicas e subjetivas que esse gesto alcança, sua repetição parece sugerir, nesse contexto, movimento de recolhimento, proteção, descanso e/ou vulnerabilidade. Considerando as práticas da oficina, esse gesto também traz a possibilidade de que certos corpos, ao encontrarem um espaço de maior acolhimento e segurança, acessem camadas mais sensíveis de si, permitindo-se experimentar formas de presença menos defensivas e mais conectadas às próprias necessidades corporais e emocionais

Outro aspecto recorrente foi a capacidade de muitos participantes transitarem por diferentes estados emocionais e, posteriormente, retornarem a um estado de maior presença e aterramento. Essa observação remete às práticas desenvolvidas ao longo da oficina, nas quais momentos de intensificação emocional eram acompanhados de exercícios de respiração, percepção corporal e reintegração da presença. Para além de uma responsabilidade ética de cuidado diante de mobilizações sensíveis, esse processo também se apresenta como dimensão pedagógica importante, contribuindo para o desenvolvimento da educação emocional, da autorregulação e da escuta de si.

Em diversos momentos, percebi que o corpo parecia funcionar como eco de afetos e memórias que encontravam caminhos de expressão para além da linguagem verbal. Movimentos, respiração, quietude e gestos comunicavam. Nesse sentido, as performances reforçam uma das compreensões desenvolvidas na oficina: a de que o corpo também é arquivo de memória, linguagem e produção de conhecimento, mobilizando inteligências que ultrapassam a oralidade e ampliam possibilidades de reencontro consigo.

3.2 PERFORMANCE RITUAL – DIDÉ

Didé é uma performance solo que investiga o colapso do corpo e da psique humana diante das dinâmicas aceleradas da cidade e das tecnologias de tela. A performance emerge como demonstração de um sintoma e ritual de retomada do corpo-sankofa enquanto território ancestral. Nessa pesquisa, compreendo a performance, desde sua criação, como desdobramento dos princípios que emergem o conceito-metodológico *Corpo-sankofa*.

A performance *Didé* foi apresentada no dia 28 de setembro de 2025, durante a 2ª edição da Virada MAC_BAHIA, como parte das ações da Ocupação-Residência Curta Cena no MAC: Arte Urbana em Cena, realizada pelo Coletivo Salvador das Artes no Museu de Arte Contemporânea da Bahia (MAC), no âmbito do Programa de Residência e Ocupação Artística nos Museus do IPAC.

3.2.1 Processo criativo e construção da performance

Quando fui convidada a fazer uma performance no MAC, com base na performance *Nador* que eu havia apresentado no Sesc em 2022 – que foi um eco dos trabalhos de pesquisas de corpo e memória que eu havia começado a fazer – compreendi que por mais que eu admirasse a performance *Nador*, após tantos anos, eu já tinha uma outra dimensão de como queria performar as questões que permeavam/permeiam o corpo-memória/corpo-sankofa e caminhos para curas.

Para a performance me atentei ao desejo de despertar as pessoas do sono que as colonizações físicas, mentais, emocionais, espirituais impôs sobre nossos corpos. Esse desejo estava em consonância com o intuito e bases conceituais das formações que mediei. Em diferença, a performance possui outra didática de transmitir conhecimentos e saberes. Contudo, assim como os laboratórios, a performance tinha claro a intenção, um porque, para quê e como.

O processo criativo iniciou-se com intenção. Posto isso, organizo o que compreende que deve ser levado as pessoas, construo uma história que comunique isso, mapeio as emoções que podem transcorrer em cada momento da história e faço uma cartografia corporal e escrita das emoções e como elas respondem no corpo físico. O mapa de posicionamento em cena é marcado com posição inicial, medial e final: onde começo, onde reencontro a base, onde termino. Com isso, fundamento a performance e lhe dou uma base, mas solto o corpo integralmente para ser levada até esses pontos de meio e fim da forma que melhor corporifique a intenção comunicando o que desejo e afeto onde que for preciso para transformar. Assim como no ritual, o que é invisível conduz a caminhada para chegar na consumação da intenção.

A intenção era despertar as pessoas do sono da colonização, do capitalismo, da tecnologia cibernética, das mazelas sociais, o contraponto do tempo da ansiedade em massa para o tempo harmônico do que é vivo e orgânico. Demonstrar como entramos em colapso e caminhos de retomar nossos corpos e nos reencontrarmos, em diálogo com a reconexão ancestral.

Pensando na história, escrevi textos, frases, coisas que emergiam ao cafungar no tema. Não deixei firmado a fala em nenhum momento, sabia que ela estava ali, mas como ela sairia e se sairia ficou a serviço do tempo e fluxo do rito. Única parte oral programada era o canto trecho da música povoada de Sued, que marcava na performance o momento de uma conexão profunda com a ancestralidade e o momento de retomada de si.

3.2.2 Breve descrição da performance

As pessoas chegaram na sala que ocorreu a performance e eu não estava na sala. Uma pessoa foi posicionando todos em semicírculo, aberto na parte que eu me apresentaria. Entrei sem olhar para elas com uma rapidez de quem corre pra pegar o ônibus que está partindo. E mesmo assim o perde. Parada, esperando no mesmo lugar, as pernas e pés continuam a correr; os olhos parados olhando uma tela imaginária na mão, o dedo passa rápido na tela para ver algo e não enxergando realmente nada.

A cada perda do ônibus, cada página passada na tela, o corpo vai definhando. A paralisia e a aceleração ocorrem ao mesmo tempo, o bloqueio no fluxo corporal humano atravessado por mais estímulos do que ele poderia suportar faz o ser colapsar: respiração presa, sons de respiração saindo alto, em tempo cortado, sufoco, falta de ar e a queda. No chão, o corpo treme, chuta, trava— o sistema nervoso não consegue mais digerir tantas informações em um tempo desumano. Colapsando no chão, emergem frases, texto, poesia: reflexões sobre o que atravessava os corpos e o levava àquele estado, sobre o silêncio coletivo, o desequilíbrio social e ambiental. Em um segundo, uma questão vem e como se atravessasse o onírico da performer e passasse pelo olhar de denúncia e tristeza que encontra outro olhar na plateia e olhando fixo para ele, pergunta: “Você já viu a borboleta perdida no meio dos carros, no trânsito da cidade?” E antes de ter resposta, volta-se para si. Um engulho no estômago toma conta de si e vomita tudo que precisa sair para se transformar. Molhando a caneta invisível no que saiu, escreve no vento suas dores para transformá-las e depois cai de cansaço do trabalho árduo que é se manter vivo em um contexto adoecedor. Um respiro fundo, uma pausa, vários cansaços, um suspiro longo e um sopro de reconexão ocorre quando seu corpo parado de bruços, com ventre virado pro chão, tenta cantar algumas vezes até conseguir cantar mais algumas repetidas vezes: “povoada, quem falou que ando só?”. No alevante, solta os cabelos como quem deixa a cabeça respirar e o ar limpar as ideais, como quem solta uma força domesticada, e continua o canto-afirmação: “Tenho em mim mais de muitos. Sou uma mais não sou só.” Em uma bacia, despeja a água - símbolo de vida e conexão, lava o rosto, o corpo, coloca no pescoço o símbolo Ankh

como quem se realinha, se encontra e se nutre para prosperar enquanto semente da terra. E em reencontro com sua história, o corpo ao contrário de outro momento da performance movimenta-se em dança lenta e circular, marcando um outro tempo e outra relação com a terra.

Pega ramos de folhas, molha nas águas de cheiro e, em dança, compartilha com pessoas na plateia como quem constrói uma outra relação com o outro, com o todo – uma comunidade. Abaixa-se para entregar as folhas a quem está sentado no chão, levanta-se para dar a quem está em pé, em um movimento de horizontalidade e de que todos devem ser vistos. Após a partilha de elemento curador, sai em silêncio levando a bacia consigo, como quem finda após cumprir o que deve ser feito.

3.2.3 Recepção do público e reverberações da performance

O público organizou-se entre pessoas sentadas ao chão e em pé, formando um semicírculo ao redor do espaço performático. Durante quase toda a apresentação, a sala permaneceu em silêncio, interrompido apenas em um breve momento pela pergunta de uma criança à mãe – o que gerou um momento de descontração no público. Nos contatos visuais estabelecidos ao longo da cena, percebi um estado contínuo de atenção do público, marcado pela sustentação do olhar e pela ausência de dispersão evidente. Essa presença também me atravessou enquanto performer, compreendendo a importância de conseguir sustentar um estado profundo de presença para permanecer ancorada na ação intencionada.

A presença de pessoas de diferentes idades também me pareceu significativa. Enquanto parte do público adulto parecia acessar reflexões acerca de questões sociais, individuais e subjetivas que eu levava, a presença e interação da criança sugeria outras formas possíveis de afetação e recepção da cena.

Antes mesmo que eu perguntasse sobre a recepção da performance, pessoas da equipe de apoio aproximaram-se comentando o impacto da apresentação e a intensidade do trabalho. Após a apresentação, diferentes pessoas aproximaram-se espontaneamente para compartilhar impressões, agradecer, relatar afetos despertados pela experiência e demonstrar interesse em acompanhar meu trabalho. Entre esses encontros, uma mulher que havia recebido um galho de alecrim durante a partilha final relatou ter se arrepiado durante a performance e me abraçou longamente antes de partir. Posteriormente, algumas pessoas presentes compartilharam comigo, relatos escritos e em áudio, sobre a experiência vivida.

Dentre os relatos, começo pelo de R. que sugeriu uma recepção que ultrapassar uma interpretação estritamente racional, aproximando-se de uma experiência sensorial e afetiva da

performance. Sobre isso, ele relatou: “Enquanto eu assistia eu fiquei tentando sentir mais do que entender, sabe? Me atravessou muito essa ideia de expressão, de dor, presença, silêncio e corpo falando coisas que às vezes palavra nenhuma consegue explicar.” O trecho também indica uma percepção do corpo como território expressivo capaz de comunicar conteúdos que escapam à elaboração verbal, evidenciando como estados emocionais, memórias e presenças puderam ser acessados e percebidos para além da linguagem verbal e racional. Isso se reafirma no relato, quando ele pontua: “Teve parte que me deram incômodo no sentido de reflexão mesmo, porque faz a gente pensar em sentimentos que normalmente ficam guardados. E ao mesmo tempo achei bonito porque parecia muito verdadeiro...” e também sugere que a performance operou não apenas pela identificação ou contemplação estética, mas pela mobilização de um incômodo reflexivo. Ao afirmar que a experiência o fez pensar em “sentimentos que normalmente ficam guardados”, sua fala indica a possibilidade de abertura para dimensões subjetivas pouco acessadas no cotidiano, evocando afetos e memórias frequentemente silenciados.

O relato parece apontar para uma aproximação com conteúdo que a performance, assim como as ações formativas, buscava mobilizar: a potência da presença, a dimensão sensível do corpo e a expressão de memórias nem sempre traduzíveis em palavras. E também dialoga com aspecto dos fundamentos do *Corpo-Sankofa* ao compreender o corpo como território atravessado por camadas sensíveis nem sempre evidentes, mas passíveis de serem despertadas pela experiência ritualizada. Contudo, a percepção de algo “bonito” e “verdadeiro” na performance sugere que o atravessamento ocorreu em uma dimensão de reconhecimento sensível, na qual o desconforto não apareceu como rejeição, mas como possibilidade de reflexão e contato consigo.

O momento em que emergiu trechos do canto “Povoada” de Sued Nunes, foi mencionado por R. como especialmente significativo:

Aquela parte em que você cantava sou uma, mas não sou só me trouxe muita reflexão. Porque a letra fala de um jeito muito bonito sobre tudo que a gente carrega dentro da gente: histórias, dores, força, memória, ancestralidade. Como se ninguém fosse realmente sozinho. [...] Quando você cantou “tenho em mim mais de muitos”, eu senti muito isso na sua performance também. Parecia que tinham várias camadas suas ali, várias emoções ocupando o mesmo corpo e o mesmo espaço. [...] Foi uma das partes que mais me atravessou, porque me fez pensar que a gente também é terra povoada cheio de vivências, marcas e presenças [...].

O relato sugere aproximações entre a intenção performática e os sentidos elaborados por quem assistiu à performance, indicando reverberações para além de uma recepção estritamente racional. O momento do canto de *Povoada*, pensado dramaturgicamente como

retomada ancestral e reorganização do corpo atravessado por múltiplas camadas de experiência, apareceu como um dos momentos de maior atravessamento. Ainda que sem acesso prévio à lógica conceitual da cena, R. evocou imagens que dialogam diretamente com aspectos centrais do processo criativo ao afirmar perceber “várias camadas” e “várias emoções ocupando o mesmo corpo e o mesmo espaço”, bem como a compreensão de que “a gente também é terra povoada, cheio de vivências, marcas e presenças”. Essa percepção sugere uma compreensão sensível do corpo como espaço plural, atravessado por diferentes camadas de existência. Nesse sentido, o atravessamento produzido pela performance parece ir além da contemplação, mobilizando um reconhecimento de si e do próprio corpo como território habitado por memórias, afetos e coexistências, e não apenas uma leitura da cena.

A compreensão do corpo como território de memória e saberes parece reverberar na recepção da performance à medida que diferentes espectadores reconheceram tais sentidos no corpo performático, mesmo sem que esses conceitos fossem explicitamente nomeados em cena. Esse aspecto sugere uma dimensão pedagógica mediada pela experiência sensível e simbólica da arte-ritual, na qual a elaboração de sentidos emerge do atravessamento vivido. Nesse contexto, R. descreveu a percepção de que “a gente carrega dentro da gente... histórias, dores, força, memória, ancestralidade...” enquanto E. afirmou sobre o corpo em performance: “É um corpo que não está só, mas povoado por memórias, presenças e heranças ancestrais que o sustentam e o movem”. Os relatos convergem, assim, no reconhecimento do corpo como território povoado por múltiplas camadas de experiência, memória e ancestralidade.

Por partir do olhar de um espectador que atua no campo das artes da cena, o relato de E. possibilita observar não apenas aquilo que a performance comunicou, mas também aspectos relacionados aos modos de presença, à linguagem performática e às continuidades entre experiências anteriores e *Didé*.

Outro aspecto significativo refere-se à potência simbólica dos elementos mobilizados em cena como portadores de sentido. Ainda que a ancestralidade não tenha sido nomeada ou explicada em nenhum momento da performance, ambos os relatos trazem a percepção do corpo ligado à ancestralidade e à memória. Isso sugere que os símbolos escolhidos e os modos como foram mobilizados em cena contribuíram para comunicar o caminho de retomada proposto pela performance. Essa reverberação parece ter ultrapassado a elaboração discursiva dos relatos, manifestando-se em gestos de respeito observados durante a cena.

Também se destaca, no relato de E., a compreensão da performance como travessia simbólica. Ao afirmar que “entre o caos e o silêncio, a performance constrói uma travessia em direção ao retorno às raízes: ao barro, à terra, à folha, à natureza e à cura”, bem como ao

reconhecer “um corpo em constante experimentação, enraizado no chão e aberto ao encontro”, o relato sugere a percepção de uma estrutura processual de transformação, marcada pela passagem de um estado de excesso e fragmentação para uma reorganização sensível vinculada ao reencontro com as raízes. Nesse sentido, a leitura de E. parece dialogar com a compreensão da performance ritual como procedimento metodológico adotado nesta pesquisa, na medida em que reconhece não apenas elementos simbólicos isolados, mas um percurso corporal e sensível de travessia, reorganização e retomada.

Também é significativo perceber como ambos os relatos apontam para experiências de atravessamento e transformação sensível. Enquanto R. afirma ter sido “muito atravessado” pelo momento do canto. E. descreve *Didé* como uma experiência de “forte impacto sensorial e poético” e a afirmação que “a performance atravessa o espectador”. Tais recepções reforçam a compreender da performance ritualizada como experiência capaz de sensibilizar e mobilizar reflexões, memórias e outras percepções sobre o corpo, à ancestralidade e os modos de existir.

Quando E. afirma que a performer “entrega um corpo profundamente comprometido com esse manifesto poético de reconexão com a ancestralidade e com forças que ultrapassam o indivíduo”, seu relato evidencia a percepção de uma experiência que excede a dimensão pessoal da cena, expandindo-se para um campo simbólico e coletivo. Essa leitura dialoga com a intenção da performance de mobilizar percepções corporais e outras formas de relação consigo, com o outro e com o mundo, indicando que os sentidos ativados em *Didé* não se restringem à experiência individual da performer, nem a experiência imediata da apresentação, mas se desdobram em modos ampliados de percepções corporais e outras possibilidades de relação. A continuidade de reverberação pode ser percebida também em um relato espontâneo recebido meses após a apresentação, no qual A. menciona ter sido atravessada pela imagem da borboleta presente na performance, associando-a a um processo pessoal de transformação e desprendimento, reconhecendo o caráter simultaneamente doloroso e necessário desse movimento. Tal retorno reforça a potência das imagens performáticas como dispositivos de afetação prolongada, capazes de seguir produzindo ressonâncias internas no público mesmo após o término da cena.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS: TESSITURA DOS FUNDAMENTOS DO CORPO-SANKOFA

Esta seção retoma aspectos já discutidos separadamente, buscando perceber os fios que conectam as experiências. Para isso, reviso e analiso as ações de forma ampliada, a partir das observações produzidas ao longo do processo, dos retornos dos participantes e das experiências vividas, a fim de reconhecer suas potências e limitações enquanto espaço educativo e social, bem como sistematizar os fundamentos educacionais e éticos que as orientam.

Dentre os princípios que se fizeram presentes em todas as ações e um dos princípios orientadores dos trabalhos, temos a circularidade⁴. Compreendida como um importante valor civilizatório afro-brasileiro (Trindade, 2010). Ela fundamentou a construção das rodas como espaços ontológicos e pedagógicos de encontro e confluência, nos quais todos ocupavam um lugar de horizontalidade, pertencimento e não hierarquização. Nesse sentido, relatos como o de Ítalo, participante da *Oficina Corpo-Memória*, que fala sobre a transformação positiva em seu estado emocional ao sentar para conversarmos na roda inicial; a vulnerabilidade percebida com o choro de uma das participantes ao relatar sua experiência de vida na roda final da mesma oficina; e os diálogos tecidos em círculos de todas as ações formativas evidenciaram sua importância na construção de um espaço comunitário. Também se mostrou fundamental na construção de vínculos, confiança e da ética do cuidado – especialmente em práticas corporais em roda de entrega e sustentação coletiva, nas quais a responsabilidade pelo outro foi continuamente reforçada, fazendo do cuidado não apenas uma intenção, mas um princípio ético vivido na experiência.

A importância da roda também se evidenciou pela ausência de um momento de fechamento com tempo de qualidade para partilha e escuta sensível no *Laboratório Corpo-Memória*. A falta de um acompanhamento mais aprofundado do vivido tornou perceptível sua potência enquanto dispositivo de acolhimento, elaboração da experiência e integração, reafirmando a centralidade da roda no *Corpo-Sankofa* como espaço de escuta e compartilhamento das percepções emergidas.

Outra base presente em todas as ações, formativas e performática, refere-se à força da intenção. As ações foram conduzidas a partir de propósitos gerais e específicos. Embora cada pessoa chegasse com motivações singulares, as vivências eram orientadas por uma

⁴ Para aprofundamento das discussões sobre circularidade mobilizadas neste trabalho, recomenda-se a leitura de Petit (2015) e Santos (2023).

intencionalidade coletiva ancorada em éticas comunitárias e ancestrais, voltada à construção de um campo de cura, aprendizagem sensível, criação cênica engajada e libertação contra-colonial. A compreensão da força da intenção, discutida neste trabalho e presente nas ações, inspira-se em Sobonfu Somé, que também fundamenta a dimensão ritual da performance ao compreender o ritual como uma prática capaz de conectar indivíduo, comunidade e forças naturais, exigindo clareza de propósito e intenção transformadora.

A arte é um meio para essa transformação, assim como para expressão e curas. Essa perspectiva atravessou todas as experiências analisadas ao propor espaços de livre expressão, ressignificação e criação. Na *Oficina Corpo-Memória*, ela se mostrou de maneira mais evidente ao desdobrar-se em uma construção performática organizada pelos participantes. A possibilidade de criar e apresentar algo próprio coloca sujeitos em um espaço de vulnerabilidade, elaboração e exposição sensível de si. Esse processo nas ações, foi perceptível pelas transformações corporais e comportamentais, especialmente em participantes que inicialmente demonstravam resistência, racionalização excessiva da experiência ou insegurança quanto à apresentação. O fato de participantes que hesitavam em performar terem escolhido ocupar esse lugar ao final do processo também sugere que a arte, em processo coletivo, exerceu um papel importante de acolhimento e sustentação da vulnerabilidade de ser visto em manifestação expressiva.

O alongamento inicial nas ações formativas, mostrou-se potente como prática de investigação corporal, na qual sensações, tensões e desconfortos tornaram-se caminhos para compreender memórias corporais e modos de existência. No *Laboratório Corpo-Sankofa*, experiência em que os alongamentos ocorreram por maior duração, os participantes passaram a nomear dores, rigidez e desconfortos, frequentemente relacionando-os a aspectos da rotina. Ao mesmo tempo, aprendiam meio a esses diálogos, práticas de mobilidade realizadas de forma consciente, ampliando possibilidades corporais e incorporando saberes compartilhados no laboratório ao cuidado cotidiano. Não apenas nesse exercício, mas ao longo de outras práticas, os diálogos tecidos a partir das experiências dos participantes possibilitavam reconhecer hábitos e construir aprendizados coletivamente, ampliando a percepção corporal e o cuidado consigo.

Para além da repetição de exercícios, adaptados às especificidades de cada grupo, as análises permitiram identificar fundamentos recorrentes que se manifestavam em exercícios distintos e em diferentes níveis de aprofundamento. Tal variação esteve também relacionada ao tempo de duração de cada formação, fator que influenciou a profundidade com que esses fundamentos puderam ser trabalhados em relação aos objetivos propostos.

Nesse contexto, o princípio da descolonização, sobretudo por meio da desmecanização corporal, esteve presente em todas as ações, uma vez que constitui um dos propósitos sociais que orientam minha atuação como arte-educadora e pedagoga, compreendendo a descolonização como um processo de múltiplas dimensões e caminhos. Entre os caminhos trabalhados nas ações, as práticas dialogam com a perspectiva de Grada Kilomba (2019) sobre processos de descolonização, especialmente ao incentivar um olhar sensível e político voltado para si. Em diferentes níveis, os relatos dos participantes nas ações formativas e performativas apontaram para movimentos de auto-observação e ampliação da percepção de si, evidenciando que a intencionalidade pedagógica de incentivar um olhar sensível e político voltado para si encontrou materialidade nas experiências vividas.

Sobre tal aspecto, trago dois exercícios onde foi possível reconhecer e experienciar esse retorno de maneira mais profunda enquanto mediadora: exercício de condução por diferentes estados internos, desenvolvido na *Oficina Corpo-Memória*, e o exercício de autotoque para re.sentir o corpo, realizado tanto na *Oficina Corpo-Memória* quanto no *Laboratório Corpo-Sankofa*.

O exercício de condução por estados internos, ao convidar os participantes a observarem respiração, tensões, ritmos e impulsos de movimento, criava condições para interromper automatismos e ampliar a escuta corporal. Por meio da arte, a prática possibilitava acessar memórias e afetos para além da racionalização, permitindo que histórias e tensões emergissem corporalmente. Nesse processo, o corpo era reconhecido como território de saber, elaboração e memória, capaz de comunicar processos internos antes mesmo de sua formulação discursiva, reafirmando o fundamento do corpo como organismo inteligente e espaço de memória (Martins, 2021). E a arte opera como mediadora de processos subjetivos, favorecendo a expressão e a transformação coletiva de vivências cotidianas marcadas pela aceleração, tensão e sufocamento.

Uma das evidências de que os participantes mergulhavam nos estados internos mobilizados pela história, pelas frases condutoras e pela musicalidade foi o momento catártico. A catarse foi conduzida com base em técnicas teatrais, experiências vivenciadas, com ética, e mediada em espaço seguro. Para além de um expurgo emocional, foi um movimento possível de elaboração coletiva, reconhecimento dos próprios estados e transformações emocionais.

A emergência espontânea das expressões sugere que foi possível criar um espaço de segurança e disponibilidade nos quais emoções, tensões e afetos puderam encontrar formas de manifestação e reorganização. O processo de aterramento e reintegração corporal, realizado por meio da desaceleração, da respiração e do retorno simbólico à terra – mediado ao final da

experiência, evidenciam o cuidado como dimensão fundamental da prática pedagógica, reconhecendo a necessidade de incentivar experiências profundas, assim como o cuidado com processos de reorganização interna.

O exercício de autotoque consciente favoreceu uma reaproximação e reapropriação do próprio corpo, incentivando um olhar sensível e político voltado para si, em ruptura com modos colonizados de habitá-lo. Ao suspender automatismos cotidianos, a prática pôde ser compreendida como um movimento de desmecanização corporal, no qual o corpo é convocado a sentir, perceber e habitar conscientemente seus gestos. Os retornos dos participantes parecem evidenciar esse processo, seja pela descoberta de partes antes negligenciadas: “eu nem lembrava que existia, tipo, cotovelo!”, seja pela retomada do afeto consigo: “não lembro quando foi a última vez que toquei meu corpo com carinho” ou “amei beijar meu corpo, sentir meu cheiro”. Tais experiências demonstram que um dos caminhos percorridos por esses trabalhos, por meio de uma pedagogia sensível do cuidado, possibilita outras formas de habitar o corpo e estar presente, nas quais o afeto amplia a escuta de si.

A cartografia, exercício proposto ao final do primeiro dia da *Oficina Corpo-Memória*, reforça os processos vividos de escuta de si e cria um espaço de pausa, registro e reflexão sobre o que emergiu e os afetou ao longo das experiências. Compreendida como uma ponte entre experiência e consciência, favorecia a elaboração dos processos, saberes e percepções produzidas, além de interromper automatismos cotidianos ao convidar à reflexão: “o que aconteceu comigo?”. A proposta cartográfica foi pensada para todas as ações propostas e, nesse sentido, reconheço a ausência dela nos laboratórios como a não realização de um exercício metodologicamente potente. Contudo, embora as limitações de tempo tenham impossibilitado desenvolvê-las como na oficina, foram desenvolvidas adaptações para contemplar esses processos por outras vias: no *Laboratório Corpo-Memória*, isso ocorreu por meio dos improvisos e da construção de cenas a partir dos materiais emergidos durante os exercícios. Já no *Laboratório Corpo-Sankofa*, a integração do percurso pôde ser percebida no exercício coletivo final de atravessamento da barreira, descrito por S. como “a parte que integrou tudo!”, e na construção das cenas desenvolvidas pelos participantes. Assim, embora a cartografia seja um recurso potente do *Corpo-Sankofa*, seus objetivos de integração e consciência do percurso demonstraram poder emergir também por diferentes estratégias pedagógicas, conforme o contexto e o tempo disponível.

A análise das três experiências formativas evidenciou a influência do tempo no aprofundamento das vivências, configurando este estudo como um aporte inicial e aberto a futuros desdobramentos com acompanhamentos mais prolongados. Ainda assim, isso não

diminuiu as potências dos princípios éticos e pedagógicos das ações em formações mais curtas, especialmente mediante a clareza nas intencionalidades pedagógicas da prática.

A *Oficina Corpo-Memória*, por ter oportunizado maior continuidade do vínculo entre participantes e mediadora, revelou um aprofundamento mais significativo da consciência corporal e da liberdade expressiva. Esse aspecto sugere que o *Corpo-Sankofa* encontra maior potência quando há mais tempo para construção de confiança e para o aprofundamento das relações consigo, com o outro e com o mundo. Em contrapartida, os laboratórios ocorreram em contextos de criação já estruturados, com demandas cênicas previamente estabelecidas. Ainda assim, os resultados demonstraram a capacidade de adaptação do *Corpo-Sankofa* a diferentes contextos artísticos, sem perder seus fundamentos ético-políticos. Nesse sentido, a performance ritual *Didé* oferece um campo fértil de observação, uma vez que mesmo em outra linguagem e contexto, os mesmos fundamentos emergem.

Ainda que fruto de experiências corporais situadas e de processos de observação de si atravessados pela pesquisa, a performance não se organiza em torno de uma elaboração individual, é, sobretudo, da transformação de experiências pessoais em linguagem simbólica capaz de comunicar questões coletivas e caminhos de retomada. Sua dimensão pedagógica e social reside na capacidade de tornar perceptíveis processos frequentemente naturalizados, mobilizando reflexões sobre mecanização corporal, possibilidades de relação com o corpo, consigo, com a ancestralidade e com o coletivo.

A arte apresenta sua possibilidade de expressão, elaboração e transformação desde a própria constituição de *Didé*. Contudo, em momentos específicos — quando no pós-colapso corporal, quando a performer escreve simbolicamente no ar com a caneta molhada pelo que foi expurgado, transformando aquilo que adoece em gesto expressão — essa dimensão torna-se mais visível no momento da apresentação.

O fundamento da desmecanização e descolonização corporal também se constitui como um dos mais visíveis na performance, ao corporificar a mecanização e tornar perceptíveis seus impactos sobre o corpo; ao manifestar a catarse como ponto de interrupção do automatismo; e ao propor caminhos de reconexão consigo, com a ancestralidade e com a natureza, evocando outros modos de habitar o corpo e o tempo. A partilha das ervas e águas de cheiro com o público também aponta uma dimensão relacional e de cuidado coletivo, reafirmando princípios de horizontalidade, expandindo o cuidado individual ao coletivo como gesto de partilha e reconexão.

A performance emergiu no próprio processo de reflexão sobre as ações formativas e de sistematização do *Corpo-Sankofa*, articulando observações, experiências formativas e

cartografias corporais. Desde sua criação, constituiu-se não como produto artístico, mas como campo de investigação de si e desdobramento da intenção de descolonização dos corpos. Nesse contexto, a performance ritualizada pôde configurar-se simultaneamente como experiência pedagógica artístico-ritual e travessia metodológica, constituindo-se como espaço de investigação, elaboração simbólica e transformação social.

E é nessa encruzilhada entre pedagogia, performance, ritual, corpo e memória que os fundamentos do *Corpo-Sankofa* emergem. Na relação entre prática, experiência, escuta, observação e fundamentação teórica, posteriormente organizada e sistematizada como fundamentos de um conceito-metodológico em construção. Contudo, é importante ressaltar que esses fundamentos não se expressem apenas como elementos conceituais e metodológicos, mas como uma ética de relação presente nos modos de ser e estar na estruturação das práticas e na condução delas. Dito isso, os fundamentos que sustentam o conceito-metodológico *Corpo-Sankofa* são:

1. A roda como princípio pedagógico, relacional e de horizontalidade — inspirada em práticas afrodiaspóricas e indígenas, como a capoeira e o candomblé, a roda constitui um espaço ontológico, pedagógico e relacional de compartilhamento, ancestralidade e horizontalidade, reafirmando o pertencimento coletivo.

2. Preparação ritual do espaço como campo de cuidado e fortalecimento — inspirado em saberes afrodiaspóricos, indígenas e nos ensinamentos de Sobonfu Somé, este fundamento compreende o espaço como agente relacional da experiência, reconhecendo que sua preparação influencia estados de presença, confiança, abertura e disponibilidade para processos de criação, elaboração e transformação. A ambientação com elementos naturais vinculados aos reinos mineral, vegetal e animal mobiliza memórias corporais e ancestrais, evocando formas de relação com o mundo que, para muitos participantes, já não fazem parte do cotidiano.

3. Desmecanização e descolonização corporal — propõe a libertação dos automatismos e condicionamentos coloniais inscritos no corpo, estimulando uma escuta corporal integral e o resgate de gestualidades próprias, sensíveis e mais conectadas às singularidades do sujeito.

4. A intencionalidade como força ritual e criadora — fundamenta-se no cultivo da consciência acerca da intenção que orienta gestos, palavras e criações, compreendendo que ações realizadas com propósito consciente podem adquirir potência ritual e transformadora.

Inspirado em Sobonfu Somé, este fundamento entende a intenção como força capaz de alinhar corpo, emoção, pensamento e criação.

5. Arte como expressão, possibilidade de elaboração e transformação — no Corpo-Sankofa, a arte é compreendida como meio de encontro consigo, reconhecimento de si, ressignificação de memórias e transmutação de dores, a arte torna-se prática de autoconhecimento e transformação coletiva.

6. Escuta, acolhimento e construção do espaço relacional — Parte do princípio de que todos os educandos merecem ser vistos, escutados e acolhidos, reafirmando o respeito às singularidades de cada sujeito. Inspirado na compreensão de comunidade como espaço de fortalecimento coletivo, o Corpo-Sankofa constitui-se como ambiente de partilha, criação e coaprendizagem. A construção de vínculos de confiança favorece maior abertura para experiências de troca, vulnerabilidade e reconhecimento de potências, expandindo as formas de perceber a si e estar no mundo."

7. Respeito aos tempos e formas de aprendizagem — reconhecer que cada sujeito possui ritmos, tempos e formas singulares de aprendizagem, acolhendo diferentes percursos educativos como parte construtiva do processo e tendo disponibilidade para adaptações necessárias.

8. O amor como prática pedagógica — sustenta-se na compreensão do amor como ação concreta de cuidado, presença e atenção às singularidades e histórias de cada pessoa. Nesse contexto, o amor é compreendido como método e ética de relação.

9. Reconhecimento do corpo como organismo inteligente, território de memória e saberes — fundamenta-se no reconhecimento e valorização dos saberes que constituem cada sujeito, compreendendo que o corpo produz conhecimento a partir das experiências vividas. A escuta sensível das expressões corporais favorece o acolhimento das singularidades e a construção de abordagens pedagógicas mais conectadas às necessidades do contexto.

10. A performance ritualizada como procedimento metodológico – no *Corpo-Sankofa*, a performance ritual constitui procedimento metodológico, compreendendo o ritual não como espetáculo exotizado e a performance não apenas como estética, mas como prática simbólica

de elaboração e passagem. Os elementos emergentes no processo criativo são compreendidos como portadores de sentido, favorecendo organização interna pela elaboração, reconhecimento ancestral, e transformação individual e coletiva. Dependendo da intencionalidade, a performance pode configurar-se como fim ou como travessia do processo.

Embora apresentados separadamente, os fundamentos do *Corpo-Sankofa* se articulam em dimensões relacionais, corporais e criativas, sustentando conjuntamente os processos pedagógicos, artísticos e de elaboração vivenciados.

No processo inicial de sistematização desta pesquisa, compreendi que já não cabia nomear os processos formativos e vivenciais que ansiava desenvolver como corpo-memória, pois, ao longo do percurso, despertei para outras formas de compreender o corpo. A noção de corpo-memória evocava o entendimento do corpo como território de memórias individuais e coletivas, onde tudo o que o afeta se inscreve com a mesma potência com que comunica. Contudo, em amadurecimento, passei a perceber não apenas aquilo que o corpo guarda, mas também como ele organicamente opera, responde e se orienta diante da vida. Essa inteligência orgânica pode ser percebida, por exemplo, no sistema imunológico: os anticorpos só existem porque, em algum momento, o corpo encontrou um agente externo e, a partir desse encontro, registrou, aprendeu e desenvolveu formas de proteção para possíveis contatos futuros.

Mais do que um corpo que guarda memórias, passei a compreender um corpo que opera sobre elas: um corpo que, em sua inteligência orgânica, seleciona, reorganiza, protege e projeta caminhos de continuidade a partir daquilo que o atravessou. Nesse sentido, o passado não aparece como algo encerrado, mas como matéria viva que orienta modos de existir no presente e possibilidades de futuro.

É nesse contexto que o conceito-metodológico *Corpo-Sankofa*, sistematizado no presente trabalho de pesquisa, emerge do reconhecimento do movimento orgânico e ancestral que o corpo realiza — semelhante ao gesto simbólico do pássaro Sankofa: olhar para trás para orientar o presente e construir o futuro. Na encruzilhada do tempo, compreendo o corpo como matéria do presente, continuamente em movimento em direção ao futuro, sem deixar de ser atravessado pelo passado. Foi por meio de uma escuta sensível e atenta aos saberes do corpo que ele me mostrou o caminho. Assim, o *Corpo-Sankofa* passa a nomear uma compreensão do corpo cuja inteligência orgânica e ancestral revisita aquilo que o atravessou para sustentar modos de existência no presente e criar possibilidades de futuro.

REFERÊNCIAS

- AFUA, Queen. *Mulher Sagrada: um guia para curar o corpo, a mente e o espírito*. Tradução: Taís Costa. Ed. São Paulo, SP: nVersos, 2021.
- ALMEIA, Bruno; ALBERTINI, Paulo. A noção de couraça na obra de Wilhelm Reich: publicações de 1920 a 1933. *Psicologia USP*, São Paulo, v. 25, n. 2, p. 134–143, maio/ago. 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-656420130040>. Acesso em: 1 nov. 2025.
- AZEVEDO, Sônia Machado de. *O papel do corpo no corpo do ator*. São Paulo: Perspectiva, 2009.
- BOAL, Augusto. *O arco íris do desejo: o método Boal de teatro e terapia*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1996.
- CARNEIRO, Aparecida Sueli. *A construção do outro como não-ser como fundamento do ser*. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2005.
- FANON, Frantz. *Pele negra, máscaras brancas*. Tradução de Renato da Silveira. Salvador: EDUFBA, 2008.
- FREIRE, Paulo. *Pedagogia da Autonomia. Saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Editora Paz & Terra, 1997.
- HILLIARD III, Asa G. O rabequista e a festa: uma crítica africana à “educação multicultural” nos Estados Unidos. In: NASCIMENTO, Elisa Larkin (org.). *Afrocentricidade: uma abordagem epistemológica inovadora*. São Paulo: Selo Negro, 2009. (Coleção Sankofa: matrizes da cultura brasileira, 4).
- HOOKS, bell. *Ensinando a transgredir: a educação como prática da liberdade*. Tradução de Marcelo Brandão Cipolla. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2013.
- HOOKS, bell. *Tudo sobre o amor: novas perspectivas*. São Paulo: Editora Elefante, 2021.
- KRENAK, Ailton. *Ideias para adiar o fim do mundo*. 1ed. São Paulo: Companhia das letras, 2019
- KILOMBA, Grada. *Memórias da plantação: episódios de racismo cotidiano*. Berlim: Editora Cobogó, 2019.
- MACHADO, Adilbênia Freire; PETIT, Sandra Haydée. Filosofia africana para afrorreferenciar o currículo e o pertencimento. *Revista Exitus*, Santarém, v. 10, p. 1–31, e020079, 2022.
- MARTINS, Leda Maria. *Performances do tempo espiralar: poéticas do corpo-tela*. Coleção Encruzilhada. Rio de Janeiro: Editora Cobogó, 2021.

MIGNOLO, Walter D. Desobediência epistêmica: a opção descolonial e o significado de identidade em política. Tradução de Ângela Lopes Norte. *Cadernos de Letras da UFF*, Niterói, n. 34, p. 287–324, 2008. Dossiê: Literatura, língua e identidade.

PETIT, Sandra Haydée. *Pretagogia: pertencimento, corpo-dança afroancestral e tradição oral: contribuições do legado africano para a implementação da Lei 10.639/03*. Fortaleza: EdUECE, 2015.

QUIJANO, Aníbal. Colonialidade do poder, eurocentrismo e América Latina. In: LANDER, Edgardo (org.). *A colonialidade do saber: eurocentrismo e ciências sociais: perspectivas latino-americanas*. Buenos Aires: CLACSO, 2005. Disponível em: <http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/ar/libros/lander/pt/Quijano.rtf>. Acesso em: 7 jan. 2026.

RUFINO, Luiz. *Pedagogia das encruzilhadas*. Rio de Janeiro: Mórula Editorial, 2019.

SANTOS, Antônio Bispo dos (Nêgo Bispo). *A terra dá, a terra quer*. São Paulo: Ubu Editora / Piseagrama, 2023.

SOUZA, Neuza Santos. *Tornar-se negro ou as vicissitudes da identidade do negro em ascensão social*. 2ed. Rio de Janeiro: Graal, 1983.

SANTOS, Inaicyra Falcão dos. Dança e pluralidade cultural: corpo e ancestralidade. *Revista Múltiplas Leituras*, v. 2, n. 1, p. 31–38, jan./jun. 2009.

SODRÉ, Muniz. Corporalidade e liturgia negra. In: SANTOS, Joel Rufino dos (org.). *O brasileiro negro. Revista do Patrimônio*, Rio de Janeiro: Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (IPHAN), n. 25, p. 29–35, 1997.

SOMÉ, Sobonfu. *O espírito da intimidade: ensinamentos ancestrais africanos sobre maneiras de se relacionar*. São Paulo: Odysseus, 2003.

SPAGOLLA, Rosimeiri de Paula. *Afetividade: por uma educação humanizada e humanizadora*. Programa de Desenvolvimento Educacional (PDE). Secretaria de Estado da Educação (SEED). Orientação: Antonio Carlos de Souza Ueno. In: *O professor PDE e os desafios da escola pública paranaense*. Cadernos PDE, v. 1, 2008. ISBN 978-85-8015-039-1.

SURDI, Aguinaldo Cesar; FREIRE, Érica Janaína Santiago Moreira; MELLO, José Pereira de. Corpo, educação e saber sensível. *HOLOS*, [S. l.], v. 3, p. 363–370, 2016. DOI: 10.15628/holos.2016.3739. Disponível em: <https://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/HOLOS/article/view/3739>. Acesso em: 28 nov. 2025.

TRINDADE, Azoilda Loretto da. “Valores civilizatórios afro-brasileiros e Educação Infantil: uma contribuição afro-brasileira”. In: *A Cor da Cultura – Saberes e Fazeres – Modos de Brincar*. Rio de Janeiro: Fundação Roberto Marinho, 2010.