



UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA
ESCOLA DE TEATRO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ARTES CÊNICAS
MESTRADO EM ARTES CÊNICAS

MARIA CLARA BARBOSA CAMAROTTI ROSA

CONTRAPESO:
MANIFESTO CÊNICO DE UMA CORPA GORDA

SALVADOR
2024

MARIA CLARA BARBOSA CAMAROTTI ROSA

CONTRAPESO:

MANIFESTO CÊNICO DE UMA CORPA GORDA

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação em Artes Cênicas da Universidade Federal da Bahia, como requisito para obtenção do grau de Mestra em Artes Cênicas.

Linha de pesquisa: Poéticas e processos de encenação.

Orientador: Prof. Dr. George Mascarenhas de Oliveira

SALVADOR

2024

Ficha catalográfica elaborada pelo Sistema Universitário de Bibliotecas (SIBI/UFBA),
com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

ROSA, MARIA CLARA BARBOSA CAMAROTTI
CONTRAPESO: MANIFESTO CÊNICO DE UMA CORPA GORDA /
MARIA CLARA BARBOSA CAMAROTTI ROSA. -- Salvador, 2024.
182 f. : il

Orientador: GEORGE MASCARENHAS DE OLIVEIRA.
Dissertação (Mestrado - Mestrado em Artes Cênicas) -
- Universidade Federal da Bahia, Escola de Teatro,
2024.

1. Corpa Gorda. 2. Criação Cênica. 3. Performance.
4. Somática. 5. Artivismo. I. OLIVEIRA, GEORGE
MASCARENHAS DE. II. Título.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA



TERMO DE APROVAÇÃO

Maria Clara Barbosa Camarotti Rosa

"ContraPeso: Manifesto Cênico de uma corpa gorda"

Dissertação aprovada como requisito para obtenção do grau de Mestra em Artes Cênicas, Escola de Teatro da Universidade Federal da Bahia.

Aprovada em 19 de novembro de 2024.

Banca Examinadora

Documento assinado digitalmente
gov.br GEORGE MASCARENHAS DE OLIVEIRA
Data: 19/11/2024 12:30:33-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Dr. George Mascarenhas de Oliveira (Orientador)

Documento assinado digitalmente
gov.br ELOISA LEITE DOMENICI
Data: 21/11/2024 19:08:47-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof^ª. Dr^a. Eloisa Leite Domenici (PPGAC/UFBA)

Documento assinado digitalmente
gov.br MARIA LUISA JIMENEZ JIMENEZ
Data: 26/11/2024 10:06:55-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof^ª. Dr^a. Maria Luisa Jimenez Jimenez (UFRJ)

Documento assinado digitalmente
gov.br JUSSARA BELCHIOR SANTOS
Data: 23/11/2024 12:48:30-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Dr^a. Jussara Belchior Santos (Pesquisadora Independente)

Dedico às corpulências que me fizeram existir, Marco (em memória) e Conceição, corpos enormes que primeiro me encorporaram e que dando todo seu amor e sabedoria de peso me permitiram ser e existir todos os dias.

As minhas companheiras do Encorpas Lab, Analice Croccia, Marilha Azevedo, Anna Batista e Ashley Gouveia, que com seus compartilhamentos, poesias e forças nutriram meu pulso de continuar viva em meio a tanto anúncio de morte.

A todas as mulheres e artistas gordas que me mostraram nossas inúmeras possibilidades de ser. Honro cada peso que recebi de vocês.

A cada pessoa dissidente que me ensinou a não temer, a quebrar as molduras e espelhos, e assumir a grandiosidade de sermos fora do que planejam para a gente.

A minha corpa gorda, por ser o animal de grande porte que é, e por saber que não caber me constitui.

Agradecimentos

Agora que chego ao fim desta pesquisa, o coração explode de tantos sentimentos que as palavras não acompanham. Aqui escrevo como a pernambucana brega que sou e me orgulho ser, me expressando na forma espontânea, tabacuda e sincera do que sinto, sem eloquência, apenas no fluxo simples e derramado do amor que me transborda ao sentir cada pessoa que fez parte da manada que me trouxe até aqui.

Agradeço às amigas Maria Agrelli, que sempre me amou em todos os meus tamanhos e que primeiro me chamou para dançar, e a Iris Campos, que nunca temeu o meu peso e que sempre esteve disposta a estar comigo. Ao amigo Rodrigo Cunha, que nunca deixa o nossa brega morrer. Junto a ele, sou a orca gostosa insaciável de vida. E agradeço a Ingrid Moura e Manuela Lima pelas noites de vinho, conversas e choros, pelas manhãs de silêncios, risos e fofocas, que reacenderam em mim a chama da amizade que busco viver.

Agradeço a incrível Rosane por me incentivar a tentar a seleção de mestrado, ela que sabe bem o quanto de beleza e delícia existe nas nossas curvas e volumes.

A Liana Gesteira por toda força e ensinamentos nesses primeiros passos acadêmicos baianos, e que, junto a Kiran, me possibilitaram abrigo, conversas, choros e risos em terras soteropolitanas.

A Laís Guedes, a primeira soteropolitana que me recebeu, antes mesmo de eu sonhar estar nesta pesquisa. Ela que, nas águas do Rio Vermelho, me ajudou a reacreditar nos sonhos.

A Gardênia Coletto, Gabriela Holanda e Andrea Veruska, amigas e artistas que admiro e que atendem ao chamado de ajuda para ampliar esta corpa cênica e humana que sou.

Em tempos de isolamento, em telas que às vezes se fechavam e que às vezes se abriam, agradeço a professora Nina Caetano por ter sido uma força da natureza que atravessou ondas online e me moveu, convidando-me a me revirar por dentro e redescobrir quem sou, sem desculpas ou licenças, e junto às alunas da disciplina de Performances, Gênero e Feminismos me ensinaram a ser uma mulher ainda mais perigosa na audácia de existir.

Assim como, em épocas sem contato físico, agradeço a professora Ciane Fernandes, que me estimulou a mover num quarto pequeno de casa e que com sua orientação me alimentou de novas descobertas e conhecimentos, dando mais peso e gordura a esta pesquisa.

Agradeço ao meu orientador George Mascarenhas, que pude abraçar apenas uma vez, e que, com paciência e estímulo, me ajudou a realizar o sonho de me apresentar em Salvador e a chegar ao fim de uma jornada intensa e pulsante que foi este processo.

Agradeço às três grandes mulheres da minha banca, que com seus pesos, não apenas compartilharam seu olhar sobre esta pesquisa, mas foram responsáveis pelos grandes aprendizados que aqui vivi. Jussara Belchior, a quem eu vi dançar e que me mostrou o caminho da imensidão do mar. Maria Luiza Jimenez que me ensinou a lutar como uma gorda e com isso saber que somos capazes de derrubar as barreiras que nos impõem e a destruir as amarras que nos contêm. E a professora Eloisa Domenici, minha primeira e única professora presencial do Programa, que me proporcionou ar, ensinando-me que sim é possível respirar em baixo d'água, e como uma brisa suave soube acalmar a tempestade que aqui dentro vivia, me convidando a fechar os olhos e apenas sentir a transformação acontecer.

À turma da disciplina de Práxis Somáticas em Processos Investigativos do Corpo Cênico, pelos dias de muita troca, empolgação, risos, aprendizados, me mostrando que era possível viver o mestrado com colegas/parceiros e que aceitaram meu convite a ver e viver *ContraPeso*.

A Matheuzza Xavier por estar comigo em passos e descobertas do que estava surgindo e ser um olhar de afeto e de estrutura mesmo entre telas. A Ricardo Tabosa, Igor Ribeiro e Mariana Freire, por sempre estarem abertos as minhas dúvidas e necessidades de partilha. Vocês são artistas que admiro e que levo como presente desta turma de mestrado.

Ao meu irmão Lourenço pela paciência de dividir casa numa pandemia e por segurar as pontas comigo.

A dona Ana e a Carlos Valença, que atenderam aos pedidos de se fazer presentes para receber o que aqui criávamos, e que foram olhares que afetaram e afagaram nossas corpas em processo.

Agradeço à CAPES pelo incentivo financeiro em tempos de isolamento, medo e ansiedade do desmonte do sistema educacional brasileiro por um governo que tanto tentou nos acabar. Poder receber um auxílio financeiro que possibilitou minha manutenção enquanto pesquisadora e artista nesse processo foi um privilégio.

Ao Programa de Pós-Graduação de Artes Cênicas da Universidade Federal da Bahia, obrigada por todo trabalho, esforço de manter vivo um dos maiores e mais importantes

programas de pesquisa em artes cênicas que temos no Brasil, mesmo diante de toda as adversidades. Foi um prazer poder fazer parte de sua história.

A Marcela Leite e a Franscisco Resende, por serem casa, refúgio, descanso, orientação. A quem pude recorrer para repensar as escolhas e dar as pausas necessárias de uma pesquisa.

A minha amiga, diretora e ícone Analice Croccia, por ser germinadora de campos onde se cria. Cada olhar teu, cada palavra, cada imagem faz nascer uma nova arte nos caminhos com quem contigo convive.

A Bruna Sales, por tudo, por tanto, por sempre. Sem você, *ContraPeso* não nasceria. Sem você, chegar aqui, nesse final de ciclo, não iria se concretizar. Tu que é minha parceira, co-diretora, pitaqueira, revisora, amiga, amante, esposa, companheira, que acredita mais em mim do que qualquer pessoa, até mesmo eu. Tu que é o sol que aquece e que me coloca de pé, e a noite estrelada que me acalma e faz sonhar. Sei que tás lendo e pensando “que brega!”, mas é assim que sou e é assim que tu me ama. Tu, que me surgiu quando tudo isso ainda ia começar, se tornou a força motriz para esse processo continuar. E aqui finalizamos juntas a caminhada desta trilha de viagem.

Obrigada!

RESUMO

Esta dissertação de mestrado é uma investigação autoetnográfica no domínio dos estudos somático-performativos. A questão principal deste trabalho é: Como simbologias estigmatizantes podem ser ressignificadas cenicamente, de modo a exaltar as potencialidades e elementos corporais que fazem uma corpa ser definida como gorda, através da denúncia, combate, contextualização e análise de violências gordofóbicas sociais? Com o intuito de aprofundar as vivências da corpa gorda da própria autora, o trabalho dialoga com os pensamentos e narrativas de outras corporeidades dissidentes, à luz de teorias artísticas, antropológicas, sociológicas, históricas e filosóficas, a fim de investigar, por meio da prática, alguns componentes físicos – peso, gordura e fáscia – como dispositivos criativos e de ativação corporal para a cena. Essa prática como pesquisa, especificamente a partir da abordagem da Prática Somático-Performativa, foi desenvolvida através de laboratórios criativos e exercícios corporais pautados principalmente no Movimento Autêntico, no Body-Mind Centering (BMC) e em programas performativos. Ao afirmar sua identidade e singularidade gorda, assumindo-se como uma *corpa gorda*, que desafia e desobedece a um sistema normativo social, a autora discute o seu processo criativo, apresentando estratégias e metodologias de criação, que destacam aspectos políticos da *corpa gorda*, na realização do experimento cênico-performativo intitulado *ContraPeso*.

Palavras-chave: Corpa gorda; criação cênica; performance; somática; ativismo.

ABSTRACT

This master's dissertation is an autoethnographic research in the field of somatic-performative studies. The main question of this work is: How can stigmatizing symbology be re-signified scenically in order to highlight the potential and corporeal elements that define a body as fat, by denouncing, combating, contextualising and analysing social fatphobic violence? In order to deepen the experiences of the author's own fat body, the work draws from thoughts and narratives of other dissident corporealities, in the light of artistic, anthropological, sociological, historical and philosophical theories, to investigate, through artistic practices, some physical components - weight, fat, and fascia - as devices for creative and bodily activation for the scene. This practice-led research, based specifically on the Somatic-Performative Practice approach, was developed through creative laboratories and body techniques such as Authentic Movement, Body-Mind Centering (BMC), besides other performative programs. By asserting her fat identity and singularity, assuming herself as a *corpa gorda* (a fat female body) that challenges and disobeys a social normative system, the author discusses her creative process, presenting artistic strategies and methodologies that highlight the political aspects of a *corpa gorda*, through a scenic-performative experiment named *ContraPeso*.

Keywords: Female fat body; scenic creation; performance; somatics; activism

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Registro de testemunho de uma pratica do Movimento Autentico no Diário de Bordo feito após a leitura de Jota Mombaça, 2021. Fonte: autoria própria.....	25
Figura 2 – Corpa borrada, corpa porrada, corpa bomba: pestes a explodir!, 2023. Foto: Bruna Sales. Fonte: autoria própria.....	69
Figura 3 – Corpa borrada, corpa porrada, corpa bomba: BUM!, 2023. Foto: Bruna Sales. Fonte: autoria própria.....	70
Figura 4 – Registro de anotação no Diário de Bordo, após aula da disciplina de Laboratório de Performance, 2021. Fonte: autoria própria.....	114
Figura 5– Registro de anotação no Diário de Bordo, após ciclo de movência, escrita e meditação em Salvador, 2022. Fonte: autoria própria.....	123
Figura 6 – Registro do meu encontro com as Gordinhas da Ondina: Damiana, Mariana e Catarina, na cidade de Salvador, 2022. Fonte: autoria própria.	124
Figura 7 – Registro no Diário de Bordo, após 3º ciclo de movência, meditação e escrita, sobre o que sinto ao estar na cidade de Salvador, 2022. Fonte: autoria própria.....	125
Figura 8 – Não caber me constitui - Desenho em processo criado por Analice Croccia para construção de uma possível identidade visual de ContraPeso, 2023. Fonte: Analice Croccia.	130
Figura 9 – Em qual moldura cabe sua corpa? Registros fotográficos em composição sobre a realidade virtual da pesquisa em tempos de pandemia, 2022. Fonte: autoria própria.	131
Figura 10 – Registro do primeiro ensaio aberto de ContraPeso, na minha casa em Recife, 2023. Fonte: Analice Croccia.....	134
Figura 11 – Registro do segundo ensaio aberto, no espaço Oposte em Recife, 2023. Fonte: Analice Croccia.	135
Figura 12 – Registro do terceiro ensaio aberto no teatro do Goethe Institut, na cidade de Salvador, 2023. Fonte: Bruna Sales.....	136
Figura 13 – Encartes anuncio para as redes sociais do segundo ensaio aberto em Recife e do terceiro ensaio aberto em Salvador, criação de Analice Croccia, 2023. Fonte: Analice Croccia.	137

SUMÁRIO

MANIFESTO POÉTICO AO PESO	13
1. INTRODUÇÃO	188
2. RECONHECENDO O QUE TENHO ENGOLIDO	25
2.1 Pesando a leveza.....	36
2.2 Espelho, espelho teu... sempre existe alguém mais bonita do que eu	43
2.3 #abaixo as life coaches: mostra tuas taxas que mostro as minhas	50
2.4 A gula pecaminosa: de onde nasce teu medo de engordar?	60
2.5 Explodindo espelhos com minha corpa-bomba.....	69
3. REGURGITANDO COMO O ANIMAL QUE SOU	71
3.1 Aprendendo a arte de regurgitar.....	71
3.2 Vomitando o <i>Não</i>	74
3.3 Vomitando de boca aberta.....	82
4. LIDANDO COM OS ENJOOS:	87
4.1 Inspiro	87
4.2 Expiro.....	97
5. Emporcalhando-me no mar de banhas.....	103
5.1 Primeiro Mergulho: águas pesadas, água de força.	104
5.2 Segundo Mergulho: Água Mar, Água Imensidão.....	107
5.2.1 Testemunhando a si – Movimento Autêntico.....	107
5.2.2 Me conscientizando do peso, me refrescando nas banhas	110
5.2.3 Do movimento surge o caminho	112
5.2.4 Meditar, Mover, Escrever	112
5.3 Terceiro Mergulho:Água-lama – no lodo, no mangue, purifico e retiro toxinas	119
5.3.1 Programa Performativos	119
5.3.2 Encontrando as gordinhas.....	122
5.3.3 Ensaando	125
5.4. Entre o aquário e o oceano: espaços percorridos.....	130
6. SABOREANDO O ERRO QUE SOU	139
6.1 Esculturada em Toneladas-a força do peso	143

6. 2 Retornando para Transformar: hipopocaré não é uma piada.....	150
6.2.1 Transformando para continuar: na correnteza da transmutação	155
6.3 A Orca Acordou Gostosa.	158
6.4 Um elefante incomoda muita gente...dois, três, cem incomodam muito mais.....	162
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS: AS PEDREIRAS ESTÃO ROLANDO...	168
8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	173

MANIFESTO POÉTICO AO PESO¹

Essa pesquisa, invoca, evoca peso. Alerto que daqui em diante teremos peso. Aqui manifesto meu peso. Aqui abarco, derramo, entrego todo meu peso, meu peso físico, meu peso história, meu peso simbólico, meu peso energético, meu peso arte, meu peso existencial.

Esse manifesto não busca destruir, aniquilar a leveza, mas sim questioná-la, rever sua hierarquia nas vidas; afinal, a vida também é peso. O peso aqui deseja ser visto, aceito, possível, concreto e respeitado.

Precisamos entender o peso, parar de culpá-lo, de negativá-lo, desprezá-lo. O peso pode ser belo, afirmativo, estrutura, espaço, sustento e transbordamento.

Experimente viver o peso, sem dispensá-lo, sem fingir que ele não existe; experimenta entregar teu peso, deixar se encontrar com a gravidade, ser abraçado pelos fundamentos e fundações que te constitui; se espalhar pelas superfícies que você se encontra, entregue-se ao chão, a terra e deixe o seu peso se expandir na horizontalidade.

A constante obsessão pela leveza pode consumir, cansar, desgastar. Já a aceitação do peso, a demonstração e a entrega corajosa ao peso, pode encorpar, fortalecer, expandir, até mesmo relaxar.

A vivência do mito da leveza é privilégio irreal e opressor. A incessante busca pela leveza limita ou oculta a perspectiva e a visão do real; faz sumir o palpável, defendendo apenas uma ideia, uma criação fantasiosa sobre o que a vida deve ser.

Repito, isto aqui não é um manifesto antileveza, aqui me manifesto em favor do peso com o objetivo de denunciar e refletir sobre a atual obsessão criada na sociedade contemporânea brasileira em ser leve. Contudo, ao reverenciar o peso, desejo provocar os posicionamentos antagônicos entre leve e pesado, leveza e peso, afinal, ao me entregar ao peso, pesquisá-lo, descobri o quanto de pesado existe no leve, assim como o quanto de leveza o peso possui.

Aqui dou peso à ação. Aqui ressignifico o conceito de peso para o senso comum, a fim de que ele possa existir e gerar existências. Aqui celebro a beleza, a força, a dimensão, a profundidade que o peso possui. Entregar o peso é um ato de confiança; sustentar a leveza constante é um ato de fuga.

¹ Manifesto a ser lido em voz alta. Contém ironias, sarcasmos, raivas e gritos.

A leveza se tornou um culto, criado e propagado por um sistema capitalista e hegemônico, que proporciona uma expansão monetária de mercado pela incessante busca pela leveza.

Nos é dito e ensinado que ser leve é saudável, produtivo, belo, elevado energeticamente.

Estamos o tempo todo sendo bombardeadas pela fantasia imaginária de que é na leveza que todas as questões de dor, de exclusão e de sofrimento são resolvidas. E para ser leve basta ser *fitness*; para alcançar, basta disciplinar-se; para ser amada, basta ser as medidas corretas de leveza.

É nessa fantasia da leveza que criamos o desejo desesperado por caber, caber em todos os preceitos impostos pela sociedade.

O que não é colocado é que ser leve não é a única forma de ser e de existir. Não é informado que ser *light* custa muito. Quem consegue ser *light* em uma sociedade como a brasileira é quem possui o privilégio de ser e de se adaptar à suposta liberdade concedida e concebida a quem se encaixa na hegemonia.

A indústria *fitness* é criada e propagada para que o caber nunca ocorra, pois se ganha mais dinheiro com a busca da leveza e com seus ideais de saúde e de bem-estar, do que com o desejo verdadeiro de proporcionar uma condição saudável e afetuosa com seu próprio corpo.

Em tempos atuais, o estilo de vida *light* é anunciado por seres leves, autointitulados, treinadores de vida, que de tão leves que são, vivem por molduras estabelecidas e pequenas. Divulgam sua forma leve de vida em *stories* de Instagram, apresentando seu ser através de imagens instantâneas de 15 segundos que duram 24 horas, com filtros e enquadramentos corretos que garantem que toda sua leveza seja captada. São esses seres leves que insistem em ensinar a nós, seres pesados, como devemos viver nossas vidas para alcançarmos o sucesso de nos tornarmos leves como eles.

Existe uma grande violência na leveza propagada. Foi na busca de ser leve que me maltratei, que tentei esquecer, mudar, transformar minha matéria em algo distinto de mim, para caber nos ideais que diziam como eu deveria ser. Não pesar o ambiente é não poder existir na minha realidade neste lugar.

Foi no desejo de ser leve que me cortei. Os primeiros cortes que recebi foram de olhares e de palavras, até que resolvi torná-los um único corte – físico – na esperança de que se

resolvessem e que eu finalmente pudesse ser leve. Cortei minha pele, músculos e estômago. Reduzi dentro para poder caber fora e, ainda assim, não alcancei a leveza que me demandavam.

Foi a sociedade da leveza que me humilhou por toda minha vida e foram os seres leves que me impediam de brincar, não me chamando para seus grupos. Foram os mesmos que me proibiam de fazer aula de dança, de deixar meu corpo se expressar. Foram os seres leves que riam e ridiculizavam o meu corpo ao andar na rua, ao chegar na escola, ao me alimentar, ao pisar no palco, ao respirar; foram os seres leves que me olhavam estranho ao entrar numa sala de ensaio, que duvidavam da minha capacidade física em realizar os exercícios e treinamentos corpóreos, que definiram que papéis cabiam ao meu corpo representar; foi no interesse dos seres leves que não era contratada para ensinar, para conduzir trabalhos de corpo e criação, que mesmo no ambiente artístico, repleto de discursos de aceitação e diversidade, eu era excluída e desconsiderada de pertencer ao seu mundo; foram os seres leves que cuspiam e me empurravam na parada de ônibus, rindo das minhas banhas. E foi na voz leve desses seres que ouvi os xingamentos, o quanto eu dava nojo e era repulsiva para eles.

Na vida adulta o peso aumentava, peso do corpo, da mente, do espírito. Com mais peso, menos cabia na vida, na sociedade leve.

Tentei ser leve, cultivando tudo o que poderia retirar meu peso para amenizá-lo. Ensinaaram-me a ser simpática, agradável e, assim, disfarçar meu peso.

A leveza me treinou para aceitar as dores que me eram infligidas, pedir desculpa pela minha existência e, se possível, ainda agradecer a seus ensinamentos.

Foi essa sociedade leve que me levou à solidão, a não ser vista como mulher, nem sequer como pessoa. A ser mais entendida como baleia, elefante, porca, hipopótamo, orca assassina, botijão de gás, bola, rolha de poço, tonel, saco de banha, do que como uma mulher com sentimentos e desejos.

O culto da leveza se encontra na individualização, nos interesses pessoais e únicos. O peso convoca o coletivo, a matéria se expande para além de si e se conecta com diversas existências em peso. Por isso aqui me junto a várias outras e outres² para adquirir ainda mais quilos, mais peso em ação. Juntas ganhamos toneladas, criamos movimentos rochosos e explosivos.

² Utilizo em alguns momentos nesta escrita de mestrado uma linguagem neutra, amplificando os perfis de singularidades aos quais estou me referindo como pessoas não binárias, intersexuais, trans entre outras.

Por que o peso incomoda tanto aos incansáveis seres leves? Talvez seja pelo fato de que, quando o peso é assumido, escancarado, ele então se impõe, se torna visível, demonstra sua força e ao mover, ele desloca, reestrutura, organiza. Esse movimento causa rachaduras, fricção, demolição às estruturas impostas.

Estive a engolir tudo o que o estilo de vida dos seres leves me impusera e que me enfiara goela abaixo. Engasgada, busco regurgitar, para finalmente aprender a deglutir, saborear e me empanturrar no que eu sou.

A arte aqui existe e ela não é leve; a arte aqui é peso, a matéria é peso, a existência é peso, peso é existência.

É na existência da arte com todo seu peso que me permiti ver a realidade para além dos discursos preparados e propagados por quem lucra com a demonização e exclusão do peso.

Ao longo dos anos, aprendi com os outros a rejeitar o meu corpo-ser, cortei minha carne, mutili meus órgãos na esperança da leveza. Hoje aprendi com a força do peso a assumir cada quilo, cada experiencia. E dessa forma ressignificar cada xingamento e taxamento destinado ao meu corpo.

Sim, sou o que me nomearam quando primeiro me viram. Sou a baleia, o elefante, o hipopótamo, o estranho, o nojento, o grotesco, um corpo abjeto, indesejável ao olhar dos seres leves, o que eles não querem para si.

E digo isso a partir do prazer de ser cada uma dessas coisas, que não se encaixa na sociedade da leveza, levando-me a conhecer outros prazeres, ampliando a minha visão de beleza e delícias. Graças ao peso, hoje desejo em um espectro amplo e múltiplo, desejo corpos ausentes da norma e repletos de peso, seja peso-matéria, peso-história, peso-pensamento, ou seja, peso-existência. Desejo seres que a leveza não compreende.

Antes de que você que aqui me lê, que se sente uma pessoa tão desconstruída, ampliada, descolada, que sente o peso dessas palavras – mas que faz com que você sinta incômodo, estranheza e no desejo interno pela leveza – venha e me diga o quanto sou incrível, lhe pergunto: você aceita o seu peso? Ou você luta para nunca ter esse corpo-ser que sou?

Você pode até, por constrangimento de não querer ser vista como os seres leves, me dizer: você é linda, incrível, fantástica. Mas logo vai julgar o seu próprio peso, pois estamos todas programadas, desde muito cedo, a entender que ser uma mulher, ou alguém que não se encontra nos moldes do masculino, é ser o mais leve possível.

É o peso que te maltrata ou é a negação do teu próprio peso que te faz sofrer, por tentar sustentar uma ilusão e não o real?

O peso me permitiu criar presença. Viver o peso é reconhecer e entender forças opostas que acarretam no seu corpo/ser, é jogar-se, relacionar-se com a gravidade, energia essencial para a permanência concreta no território planetário. É o peso sendo concreto, em sua interligação com a gravidade que nos ensina a ficar e manter-se de pé.

É o peso que auxilia na assertividade da ação de permanência e da continuidade. É reconhecendo o peso que possuímos que desenvolvemos o nosso domínio de si, que podemos entender o que é nosso movimento, transportando e transbordando nossos corpos sem dependência de outros, gerando a afirmação da nossa própria vontade.

Entregar-se com prazer e escuta ao peso é nossa sabedoria que descobrimos durante as tentativas de se pôr em pé, de dar os primeiros passos, para com o tempo afirmar o peso em cada passagem e construir a firmeza do caminhar. É na plena percepção do peso que o equilíbrio ocorre e acontece.

É caminhando com peso que podemos dar passos firmes, tenazes, resistentes e de poder.

E é apenas quando vivemos o peso em sua totalidade que aprendemos suas nuances e descobrimos que a leveza é também componente do peso. E que muitas vezes o leve pode ser muito pesado. Vivendo o peso entendemos que existe várias gradações de qualidades no peso e é aprendendo a viver o peso que reconhecemos suas possibilidades de suavidade e firmeza.

Aqui celebro o peso, convocando-o para conduzir cada palavra, cada movimento, cada ação. Aqui o peso vai existir e as pedreiras vão rolar. Aqui abandono a leveza do corpo e me entrego ao peso da corpa.

Uma corpa gorda disléxica

Assinatura

Em algum lugar entre Recife e Salvador, em uma data-tempo chamada Pandemia

Local e data

1. INTRODUÇÃO

Essa dissertação, desenvolvida no Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da Universidade Federal da Bahia, sob a orientação do Prof. Dr. George Mascarenhas, é resultado de uma pesquisa-criação-artivista sobre o que é ser e ter uma corpa gorda na sociedade brasileira contemporânea, e que culmina na realização e apresentação de um exercício cênico-performativo intitulado *ContraPeso*. O trabalho tem como questões principais: Como simbologias estigmatizantes podem ser ressignificadas cenicamente, de modo a exaltar as potencialidades e elementos corporais que fazem uma corpa ser definida como gorda, através da denúncia, combate, contextualização e análise de violências gordofóbicas sociais? Como ressignificar tais marcas transformando-as em denúncias e compartilhamentos performativo cênico para contribuir com a luta antigordofóbicas, amplificando as percepções simbólicas e imagéticas do que é ser uma mulher gorda artista da cena?

Busquei também investigar os componentes físico da minha corporeidade, como o peso e a gordura, que são geralmente utilizados como elementos pejorativos para estigmatizar minha corpa e descobrir outras formas de me relacionar com esses componentes, compreendendo sua potência para uma ativação corporal que estimule a criação e expressão cênica da minha corpa gorda. E partindo de tudo que ia sendo investigado, refletivo e vivenciado, encontrar um caminho para manifestar cenicamente o que significa ser esta artista gorda que sou.

Enquanto artista gorda das artes cênicas, me proponho a descobrir e aprofundar essa corporeidade gorda que sou, refletindo sobre o que é ser uma corpa fora da norma hegemônica, ao mesmo tempo que investigo os elementos físicos e simbólicos que compõem essa corporeidade, tendo-os como mecanismos de impulsionamento de criação cênica. Entre relatos pessoais, práticas de laboratório corporal, movências de corpa, criação cênica e diálogos teóricos, desejo discutir esses materiais com o intuito de reverenciar a potência e a força de corpos que não pertencem ao que a poeta e pensadora negra e lésbica Audre Lorde nomeia de *norma mítica*, conceito que aborda padrões:

Todas sabemos em nosso coração ‘que não somos nós. Nos Estados Unidos, essa norma geralmente é definida como branco, magro, homem, jovem, heterossexual, cristão e financeiramente estável. É nessa norma mítica que residem as armadilhas do poder nessa sociedade. (Lorde, 2019, p. 143).

Desejo, portanto, enaltecer corpos que não se encaixam nos padrões hegemônicos da branquitude, cisgênera, heteronormativa, magras e sem deficiência aparente.

Algumas observações referentes à escrita dessa dissertação.

Em primeiro lugar, a pesquisa se trata da criação de uma pessoa neurodivergente e, como tal, será assumida dessa maneira. Apesar de correções textuais terem sido realizadas para garantir a comunicabilidade das palavras e intenções, em alguns casos escolhemos não fazer alterações no intuito de respeitar a natureza da dislexia que possuo. Para quem não sabe, a dislexia é uma condição genética, com diferentes graus, em que o nosso cérebro usa outras lógicas para processar a linguagem, tanto escrita quanto falada. Não desejo aqui padronizar ou definir o que seria uma escrita dislexa, pois isso pertence às diversas singularidades de cada dislexo. Informo apenas que essa escrita dislexa contém o que aos olhares de outros seriam erros ortográficos e de pontuação, concordâncias gramaticas, troca de letras, reflexões que se partem e se complementam em períodos que vão além de parágrafos, convites a associação entre discurso escrito e imagens criadas, com possibilidade de neologismos e polissemias, e sem nenhuma necessidade, vontade ou energia de explicar o caminho que minha mente tomou.

Outra observação que faço é que durante esta escrita da dissertação utilizo a palavra *corpa* em oposição a *corpo* quando me refiro a corporeidades não normativas. Essa mudança de grafia ocorre, tanto para encorpar uma língua antipatriarcal e antimisógina, como também para dar ainda mais peso às corporeidades diferentes e dissidentes, e que são tratadas, nessa sociedade normativa e padronizada, como corpos abjetos, indesejáveis.

Também assumo, ao longo do texto, a contradição conceitual entre *ser corpa* e *ter corpa* compreendida como o sujeito corpa e a corpa vista como objeto. Nas práticas somáticas que compõem a metodologia desta pesquisa, a corpa é entendida e abordada como *sujeito* como afirma a educadora somática Danis Bois:

A Educação Somática visa dar ao corpo outro status, o de corpo Sujeito, o que implica uma relação ativa da pessoa com seu corpo, uma relação mais consciente. [...] A expressão “eu vivo meu corpo” traduz a ideia de um corpo sentido que necessita de um contato perceptivo, bem como um ato de consciência a partir do qual se organiza uma autoregulação viva que toca o homem em suas dimensões físicas, psíquica e emocional. (Bois, 2010, p.11-12).

Haverá em certos momentos do texto uma referência à corpa enquanto objeto, associando-a a algo fora de mim, mesmo que eu esteja me relacionando com sua existência. Esta contradição se deve ao fato de que corpas como a corpa gorda, que são constantemente colocadas enquanto corpas abjetos, corpas objetificadas, são ensinadas a não serem corpas sujeitas, e mesmo sabendo que esta pesquisa deseja apropriar-se dessa vida de ser corpa, ela ainda é um processo em construção e, sendo assim, existem instantes de consciência e a proximidade dessa relação à corporeidade que sou e possuo, ao mesmo tempo, incoerências e inseguranças desta mesma relação.

Outra observação a ser pontuada sobre a escrita deste trabalho é relacionada à forma que emprego as palavras peso, pesado, leve e leveza. Ao longo de todo o trabalho essas palavras vão permear a escrita da dissertação em um constante jogo de linguagem em que utilizo tanto o seu sentido denotativo, quanto sua noção metafórica, simbólica, buscando provocar quem lê essa mistura de sentidos ao empregar esses termos: ora estão impregnados de força irônica, ora na ilustração física da massa corporal, cabendo ao próprio contexto e a própria interpretação de quem lê a definição de seu sentido.

Por fim, intitulo esta pesquisa enquanto uma pesquisa-criação-ativista, em respeito a sua múltipla natureza, a investigação se desenvolve em íntima interligação com a subjetividade de um processo artístico criativo a qual só existe em conexão com sua dimensão política, sendo assim uma criação ativista em consonância ao que define o antropólogo português Paulo Raposo:

Artivismo é um neologismo conceptual ainda de instável consensualidade quer no campo das ciências sociais, quer no campo das artes. Apela a ligações, tão clássicas como prolixas e polémicas entre arte e política, e estimula os destinos potenciais da arte enquanto ato de resistência e subversão. [...] A sua natureza estética e simbólica amplifica, sensibiliza, reflete e interroga temas e situações num dado contexto histórico e social, visando a mudança ou a resistência. Artivismo consolida-se assim como causa e reivindicação social e simultaneamente ruptura artística. (Raposo, 2015, p. 5).

Portanto, busco nessa pesquisa-criação-ativista, uma aproximação entre investigação, arte e política, permitindo uma exposição de vulnerabilidade juntamente com as descobertas reflexivas e conceituais que nutrem a força de uma estrutura de corpa atacada e violentada por normativas sociais. Estudo, criação e vida aqui se alinham e se retroalimentam.

Logo, esta pesquisa-criação-ativista, é um trabalho investigativo cênico que reflete e aprofunda aspectos relacionados a corporeidade gorda, tanto em sua dimensão cotidiana quando em sua perspectiva cênica, por meio da ótica artística, assim trata-se de uma pesquisa que, apesar de ser alimentada e encorpada por estudos de disciplinas diversas como a sociologia, filosofia, histórica entre outras, o seu objetivo é, banhando-se no campo das artes, trazer suas descobertas e relações pautados na visão e essência de um trabalho artístico cênico.

Tendo a metodologia da Prática como Pesquisa, em específico a Abordagem Somático-Performativa (Fernandes, 2014), trago em palavras a existência da minha corpa gorda. No primeiro momento contextualizo e discuto sobre corporeidades gordas na sociedade, me pautando principalmente em estudos e teorias decoloniais da sociologia e filosofia, como também dos estudos transdisciplinares da corporeidade gorda; no segundo momento, debato sobre singularidade e relação, alicerçados em teorias feministas dissidentes, além de trazer

relatos e reflexões acerca do processo desta pesquisa-criação-artivista, que culminou na criação do espetáculo performático intitulado *ContraPeso* (2023), o qual foi apresentado no formato de exercício cênico em três ensaios abertos, em Recife-PE e em Salvador-BA. Para construir essa experimentação, busquei nas teorias de Edouard Glissant e Estela Lapponi as referências de entendimento de pertencimento de corpos dissidentes, assim como me alimentei de pensamentos oriundos de movimentos feministas, principalmente do feminismo negro, trans e gordo e do ativismo para compreender a luta política dessas corpos. Ademais, ainda discuto sobre criação performática e educação somática, interligando essas abordagens ao próprio processo de criação de *ContraPeso* e da vivência metodológica da Prática como Pesquisa; por fim, no último momento adentro mais a fundo nas questões da criação de *ContraPeso*, analisando as descobertas sobre as práticas realizadas, investigando o peso, as fáscias e a gordura como principais componentes corpóreos que dão a base e a estrutura das células cênicas que compõem o espetáculo.

É importante salientar que durante toda a escrita coloco a minha própria experiência de vida de uma mulher gorda como elemento de condução da pesquisa, pois é a partir da minha corporeidade que falo, penso e analiso. Da mesma forma, me permito seguir nessa dissertação com a liberdade de transitar entre estilos de escrita, o que acompanha um lugar criativo e performático da própria natureza dessa pesquisa.

Caminho em trilhas de matas fechadas, sinto o cheiro da terra, escuto o som da água que cai. De repente, as matas se abrem, vejo um ambiente contornado por pedras desenhadas pelas águas que nelas batem e perpassam. Mergulho em uma lagoa e nado até a queda d'água, na esperança que ela fure e remolde minha corpa costurada. Sinto todo o peso da água que recai sobre minha corpa, ao passo que a sensação de força, de sustentação e de firmeza são acordadas em minha estrutura. Percebo a água como peso.³ (Rosa, 2022).

Sou artista e aprendi a criar fazendo, na prática, então sempre me permeou a questão: como pesquisar na Academia fazendo, criando, experimentando? A prática sempre foi uma das minhas maiores forças, aprofundadas no encontro da presença. Minha mente e corpa não se separam, o que torna a experiência múltipla, de intelecto, sensoriedade, emoção, energia unidas, na vivência prática da minha corpa se conectando a si e ao seu redor, criando sua própria forma de ser e se expressar, de descobrir conhecimentos e de pesquisá-los. Apesar de saber o quanto a prática me proporciona de conhecimento, durante boa parte do meu percurso educacional, principalmente no âmbito acadêmico, não encontrava validação de ter a prática como minha própria estrutura metodológica para aprender, uma vez que existe nos espaços em que estudei

³ Anotação realizada no meu diário de bordo, após trabalho corporal realizado com a artista e performer pernambucana Gabriela Holanda, a partir do sistema de fluido do Body-Mind-Centering.

uma noção de que a prática pode fazer parte de um processo de aprendizagem, mas ela em si não seria suficiente para legitimar o conhecimento adquirido. Essa forma de entender a prática vem de uma longa tradição ocidental das estruturas das ciências exatas e que em muitas vezes desvalidou ou desconsiderou o conhecimento que surge de outras ciências, como as que encontramos nas áreas das Ciências Sociais e Humanas, em que se insere o campo das artes cênicas. É com o movimento pós-estruturalista que, como afirma a socióloga Laurel Richardson em seu artigo *Novas Práticas de Escrita em Pesquisa Qualitativa* (2018), que o campo das Ciências Sociais amplifica, rasga amarras metodológicas e se permite explorar novas maneiras de conhecer, refletindo sobre abordagens que condizem mais com a natureza específica daquela área de pesquisa.

É graças a essa nova perspectiva de pensar a pesquisa que, no final do século passado e início deste, vemos acontecer o surgimento e legitimação de inúmeras condutas metodológicas que expressam a complexidade dos estudos humanos ao mesmo tempo que humanizam os métodos de investigação e as formas de pensar os objetivos e objetos de uma pesquisa, assumindo a subjetividade dos pesquisadores e sua proximidade ao próprio objeto de pesquisa, em um processo mútuo (sujeito-objeto) de construção e aquisição de conhecimento.

Com essa mudança de paradigma da pesquisa acadêmica, a prática deixa de ser só mais um dos elementos da pesquisa e passa a ter a condição de ser a própria condutora e método, ganhando justificativa científica para a produção de pensamento e de informações.

É diante dessas mudanças de reflexões sobre a prática que fortalecemos a valorização do fazer e do acontecimento artístico que permeiam as áreas de estudos das pesquisas acadêmicas. Isso faz com que contatamos as várias novas metodologias e abordagens de pesquisa surgirem e se legitimaram como propostas de caminhos para a pesquisa nas artes cênicas. Essas abordagens, como aponta a doutora pesquisadora e artista da Universidade Federal da Bahia, Ciane Fernandes, não apenas são compatíveis com a arte, como elas nascem da arte. (Fernandes, 2013). Ela fala que:

[...] nas abordagens de pesquisa com prática artística, a realidade é dinâmica e permeada pela experiência criativa que move nossas percepções e afetos, questionando preconceitos e juízos de valor através da experiência sensível [...] as abordagens de pesquisa com prática artística transformam o ato da criação artística no próprio método da pesquisa, atravessando todas as etapas com a imprevisibilidade e autonomia inerentes ao processo artístico." (Fernandes, 2013, p. 22-23).

Entre essas novas abordagens que entendem a prática e o fazer artístico como caminho de investigação, nos deparamos com a Prática como Pesquisa, que vem sendo elaborada nas últimas décadas, cujo arsenal de pensamentos engloba outras fontes e reflexões metodológicas.

Dito isso, os diversos sistemas que estão inseridos nesse grande guarda-chuva abarcado pelo pensamento da Prática como Pesquisa se baseiam no fato de que é na realização do ato artístico que se encontra as diretrizes do trabalho, ou seja, é durante a prática que a pesquisadora vai optando por alternativas e descobrindo sua metodologia própria para criar, refletir e comunicar suas análises e construções.

Ainda sob esse aspecto, a artista e pesquisadora paulistana Melina Scialom define Prática como Pesquisa como uma abordagem que não provém de um desenvolvimento tradicionalmente científico, visto que permite uma forma particular de se investigar:

Ao se diferenciar de metodologias de pesquisa provindas das ciências exatas, humanas e sociais, a prática como pesquisa mergulha em propostas criativas e investiga maneiras em que estejam articuladas enquanto atividades de produção de conhecimento. Trata-se de uma reflexão epistemológica realizada a partir da prática (fazer técnico, artístico e criativo) ou o que chamamos de pesquisa empírica. (Scialom, s. d, p. 1).

O professor-doutor e artista da UFBA George Mascarenhas também compartilha dessa ideia ao declarar que “a *prática como pesquisa* é uma abordagem surgida do desejo de artistas-pesquisadores(as) na academia de investigar o seu processo criativo e criações a partir de uma investigação da própria prática” (2022, p. 43). Segundo Mascarenhas, a Prática como Pesquisa está interligada a movimentos de resistência de artistas-pesquisadores contra as imposições de normas acadêmicas restritivas, uma vez que buscam denunciar e amplificar as normas padronizadas da escrita e processos acadêmicos, combatendo o distanciamento entre a vida universitária e a experiência artística (2022.). Mascarenhas afirma que “através da abordagem da prática como pesquisa, em suas diversas modalidades e nomenclaturas, surgem possibilidades metodológicas originais, criativas, vinculadas diretamente aos saberes artísticos engendrados pelo fazer” (2022, p. 62). Nesse sentido, essa pesquisa-criação-artivista vem a somar com inúmeros outros artistas pesquisadores, experimentando e refletindo por meio da prática sua forma de criar e pesquisar em âmbito acadêmico, para adquirir o conhecimento que uma corpa gorda em seu estado de arte descobre, constrói e compartilha a outras corpos existentes.

Na Prática como Pesquisa, a arte, seja seu processo ou produto, deixa de ser algo a ser descrito, analisado e refletido e passa a ser o caminho pleno da pesquisa, passa a ser em si mesma, como afirma Fernandes:

O modo de (des) organizar discursos e métodos, bem como questionar a imposição de resultados quantitativos. Ou seja, a prática artística passa a ser a chave-mestra que acessa, conecta e/ou confronta os demais conteúdos, trazendo uma contribuição única para o contexto acadêmico, que muitas vezes torna-se estagnado com seu excesso de regras e normatizações (Fernandes, 2016, p 106).

Entendendo o quanto aprendo no fazer, afirmando minha necessidade constante de criar e de mover no mundo artisticamente, trazendo minha corpa como moradia, espaço e interrogação, assumindo a minha forma singular de ser/existir e me expressar. Compreendendo a existência e a experiência como arsenal epistemológico de conhecimento é que optei por, nesta pesquisa de mestrado, utilizar a Prática como Pesquisa, mais especificamente a modalidade nomeada de Somático-Performativa, que, como afirma Fernandes, tem como base a educação somática e a performance como estruturas possíveis para as artes cênicas e das artes cênicas (Fernandes, 2014), como bússola de navegação, para atracar em portos e mergulhar em estudos e construções de conhecimento.

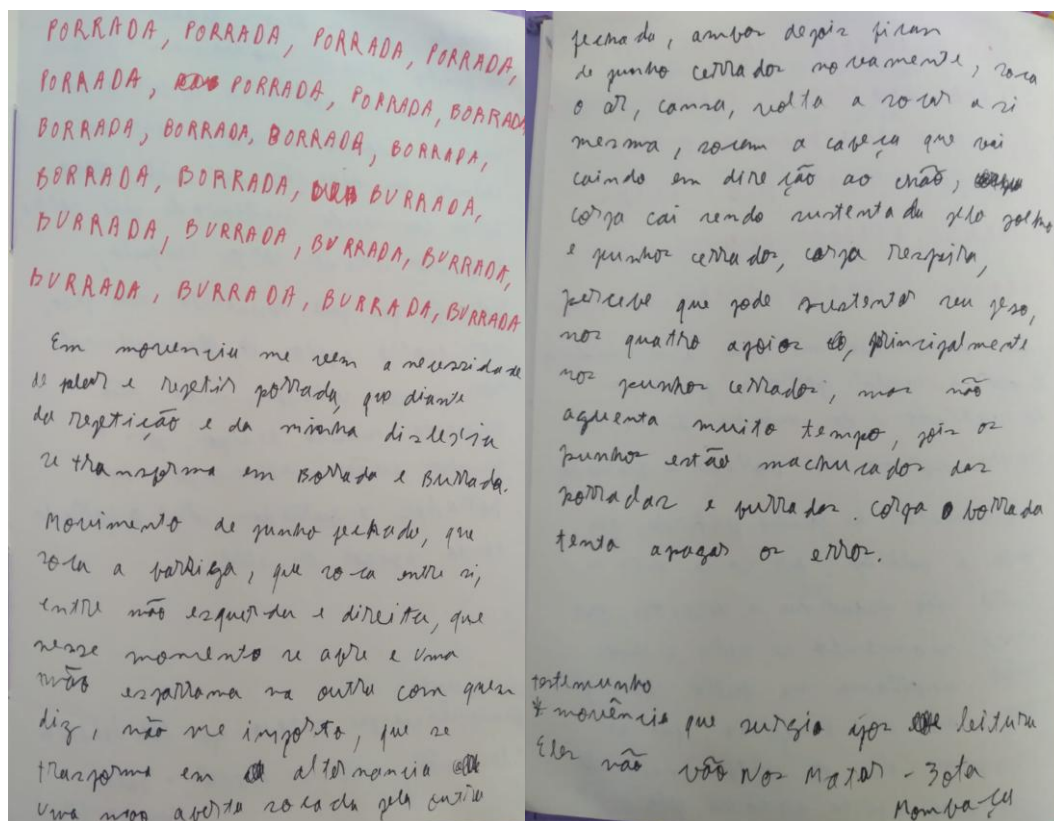
Por fim, trago meu agradecimento e admiração a mulheres gorda que com seu trabalho artístico me possibilitaram outro reflexo de imagem nos espelhos sociais e que com isso amplificaram os espaços de atuação artística desta corpa que aqui escreve e pesquisa. Mulheres como a atriz pernambucana e minha mãe Conceição Camarotti, as mineiras Grace Passô e Teuda Bara, a diretora teatral baiana Onisajê, a bailarina paulistana Jussara Belchior, aos grupos artísticos de mulheres gordas como o Manada de Florianópolis, Zona Agbara de São Paulo, a performer e artista visual paulistana Fernanda Magalhães e a pernambucana Rhaiza Oliveira, a multiartista natalense Jota Mombaça, a cantora paulistana como Jup do Bairro, a paraibana Bixarte, as pernambucanas Jessica Caetano e Isaar, as minhas artistas conterrâneas Michelli Amorim, Carol Andrade, Roberta Lucia, entre tantas outras e em especial as minhas companheiras do *EncorpasLab*⁴ grupo de teatro de artistas gordas de Pernambuco, formado em 2021, para criar, trocar, experimentar pesos de corpas gordas da cena e que forma as responsável pelos meus primeiros passos rumo a esse trabalho de Mestrado, Analice Croccia, Marília Azevedo, Anna Batista e Ashley Gouveia. Foi na imagem destas mulheres que pude entender as múltiplas potências de ser uma artista gorda da cena.

Nessas linhas que se seguem e que alimentam um manifesto em prol das corporeidades dissidentes, pretendo refletir, contextualizar, defender, gritar, abarcar, me contradizer, me experimentar no peso da corpa que possuo e sou. Aqui coloco minha corpa para mover e se mover em busca de entender a potência de uma corpa gorda em seu estado de arte.

⁴ <https://www.instagram.com/encorpas.lab?igsh=Z2hqNzdoNG12cDYz> para maiores informações sobre o EncorpasLab.

2. RECONHECENDO O QUE TENHO ENGOLIDO

Figura 1 – Registro de testemunho de uma pratica do Movimento Autentico no Diário de Bordo feito após a leitura de Jota Mombaça, 2021. Fonte: autoria própria.



Descrição da Imagem: Fotografia quadrada centralizada. Foto de duas páginas brancas de um caderno sem pauta com escrito em letra cursiva. No topo da página esquerda, escrito em vermelho e com letras maiúsculas, está escrito: “porrada, porrada, porrada, porrada, porrada, porrada, porrada, porrada, borrada, borrada, borrada, borrada, borrada, borrada, burrada, burrada, burrada, burrada, burrada, burrada, burrada, burrada”.

Abaixo dessas palavras até o fim da segunda página, está escrito na cor preta: “Em movência me vem a necessidade de falar e repetir porrada, que diante da repetição e da minha dislexia se transforma em borrada e burrada. Movimento de punho fechado, que soca a barriga, que soca entre si, entre mão esquerda e direita, que nesse movimento se abre e uma mão esparrama na outra com quem diz, não me importo, que se transforma em alternância uma mão aberta socada pela outra fechada, ambas depois ficam de punho cerrado novamente, soca o ar, cansa, volta a socar a si mesma, socam a cabeça que vai caindo em direção ao chão, corpa cai sendo sustentada pelo joelho e punhos cerrados, corpa respira, percebe que pode sustentar seu peso, nos quatro apoios, principalmente nos punhos cerrados, mas não aguenta muito tempo, pois os punhos estão machucados das porradas e burradas. Corpa borrada tenta apagar os erros. Testemunho movência que surgiu após leitura Eles não vão nos matar – Jota Mombaça”. Fim de descrição.

Corpa-porrada, corpa-borrada, corpa-burrada. Essas foram as primeiras descobertas de corpas que surgiram no início desta pesquisa, e que foram abrindo espaço para diversas outras corpas que fazem parte da minha corpa-vida, corpa-casa, corpa-pensamento, corpa-existência. Nesta pesquisa-criação-artivista fui adentrando algumas delas, fui aferindo os pesos, físicos e simbólicos, de cada uma e fui acumulando aglutinando todos esses pesos para compor e ter consciência do peso total da minha corpa.

Durante esse tempo, a minha corpa percorreu caminhos teóricos e práticos que outras já fizeram, na tentativa de intensificar um movimento e uma luta relativamente recentes, a luta contra a gordofobia social. Conforme explica a filósofa brasileira Maria Luisa Jimenez-Jimenez:

A gordofobia é uma discriminação que leva à exclusão social e, consequentemente, nega acessibilidade às pessoas gordas. Essa estigmatização é estrutural e cultural, transmitida em muitos e diversos espaços e contextos sociais na sociedade contemporânea. Esse prejulgamento acontece por meio de desvalorização, humilhação, inferiorização, ofensas e restrições aos corpos gordos de modo geral. (Jimenez-Jimenez, 2020 p. 2-3).

Desde a década de 1960, nos Estados Unidos da América surgem ativistas e movimentos em prol ao combate da patologização e discriminação de corporeidades gordas como apontam as pesquisadoras paulista Bruna Lourenço e Julio Danadone:

Em meio aos diversos movimentos sociais que se organizaram nos Estados Unidos nos anos 60, o Ativismo Gordo surgiu para combater a discriminação pelos pesos (Cooper, 2016) com primeiros registros no ano de 1967, quando um protesto reuniu centenas de pessoas no *Central Park* em Nova York (Cooper, 2016). O manifesto *Fat Liberation* (Freepirit; Aldebaran, 1983) ainda hoje ecoa no movimento social o associando às pautas feministas e lutas contra o racismo, etarismo, capitalismo e imperialismo. (Lourenço; Donadone, p.4, 2024).

É esse histórico de luta que leva a se constituir uma nova área de estudo e teoria relacionados as corpas gordas, os chamados *Fat studies*, que dizem respeito a um campo de estudo multidisciplinar que abordam a corporeidade gorda não por uma ótica estigmatizante, mas sim por um viés crítico que combate discursos limitadores e excludentes da corpa gorda. Beatriz Gama e Rogerio Azize falam que:

O campo dos “*fat studies*”, ou “estudos sobre a pessoa gorda” (tradução livre), posiciona-se criticamente em relação aos estudos sobre o “fenômeno da obesidade” que vêm sendo produzidos ao longo das últimas décadas. Constitui-se em um campo multidisciplinar que gera conhecimento científico sobre outras possibilidades e potencialidades para corpos gordos, para além dos papéis já cristalizados e estigmatizados. Estudos sobre corpo, gênero e sexualidade, sociabilidade, ciências, reflexões médicas, jurídicas e também narrativas autorais com um olhar para a autonomia e a humanidade desses corpos compõem tal campo; (Gama.; Azize, p. 2, 2019).

As artistas e pesquisadoras que estão inseridas no movimento do *Fat studies* vêm se contrapondo as inúmeras violências vivenciadas por corporeidades gordas, inclusive questionando o termo medico de “obesidade”, que se refere a essas corporeidades enquanto doença, problematizando a utilização do uso desse termo e outros similares conforme podemos observar nas notas de Gama e Azize *sobre o sexto congresso internacional de estigma do peso*:

O termo “obesidade” e seu variante “obeso(a)”, por exemplo, são apresentados como neutros pela literatura biomédica, mas segundo o primeiro artigo recomendado nessa sessão do site, seriam problemáticos e enviesados, pois transformam uma quantidade

de gordura corporal ou tamanho de corpo em uma doença – o que em si, não pode ser considerado neutralidade (MEADOWS e DANÍELSDÓTTIR, 2016. p. 1-2). Da mesma forma, “acima do peso” traria a noção de que há um peso “ideal” e que a pessoa estaria fora do que é correto. (Gama.; Azize, p. 5, 2019)

Sobre essa questão dos termos geralmente utilizados pelas pessoas ao se referirem a corporeidades gordas, trago também o apontamento que as pesquisadoras Maria Luisa Jimenez-Jimenez, Katheleen Cruz e Maria Paula Gomes fazem sobre essas linguagens:

Pensando no uso da linguagem, assim como gênero, raça, classe, sexualidade, deficiência, geolocalização, tamanho, idade, profissão, entre outras interseccionalidades relacionadas às corporeidades gordas, o uso de palavras como “obesidade”, “acima do peso”, “excesso de peso” com aspas, sempre acompanhadas de uma análise crítica-política. Problematicando o uso dessas palavras/conceitos porque são violentas com as pessoas gordas e rompem seus direitos a serem “tratadas” com respeito e dignidade. (Jimenez-Jimenez; Cruz; Gomes, 2023, p.225).

O *Fat studies* vem se fortalecendo e se amplificando nos últimos tempos. Inúmeros ativistas tem ocupado espaços da academia para debater e pesquisar outras perspectivas relacionadas a corporeidade gorda. No Brasil o diálogo entre ativismo e academia tem rendido pesquisas, trocas transdisciplinares de estudos gordos, como é o caso do grupo de pesquisa gorda mencionado por Jimenez-Jimenez, Cruz e Gomes:

No Brasil, a partir da década de 90, algumas mulheres pesquisadoras, professoras e ativistas pensam as corpos gordas em outro lugar que não seja o da patologização, nos anos 2000 começam a surgir mulheres gordas que falam sobre o estigma que sofrem, mas apenas pelos anos de 2010 começam a aparecer um campo de pesquisa focado na desconstrução e aprofundamento da crítica contra a patologização e do estigma da gordofobia dentro das Universidades brasileiras. Em 2017, é criado primeiro e acreditamos que único grupo de estudos transdisciplinares das corporeidades gordas no Brasil, hoje a Pesquisa Gorda, que conta com pesquisadoras de diversas áreas e universidades brasileiras, desde a graduação ao pós-doutorado, inclusive autônomas. (Jimenez-Jimenez et.al, 2022). (Jimenez-Jimenez; Cruz; Gomes, 2023, p.224).

Elas ainda afirmam que:

Os Estudos Transdisciplinares das Corporeidades Gordas se propõem como um campo epistemológico que questiona o preconceito estrutural que alicerça os estudos calcados no paradigma da “obesidade” e se lançam na busca por construir e provocar outros modos de olhar para essas corporeidades e de produzir conhecimento sobre elas. (Jimenez-Jimenez; Cruz; Gomes. 2023, p.235.).

Como se pode ver, esse movimento de campo de estudos tem constituídos novas epistemologias, que vem a contribuir com o que a bailarina e pesquisadora de Florianópolis Jussara Belchior Santos (2022) nomeia de *Sabere Gordos*. De acordo com a autora, o saber gordo teria a finalidade de exaltar os conhecimentos oriundos das experiências de vida de cada corporeidade gorda, reconhecendo a existência de uma diversidade de repertórios corporais,

possibilitando as pessoas gordas a criarem e terem espaço para conviverem mesmo que inseridos em um sistema excludente. (Belchior Santos, 2022, p.208.). Segundo ela:

[...] histórias de vida são cheias de saberes. Decidi então ser uma narradora de histórias. Conto coisas que se passam comigo e com o coletivo o qual faço parte, mas que percebo semelhanças em relatos de outras pessoas gordas as quais tive e tenho contato (seja por leituras, vídeos, obras artísticas, discussões presenciais ou online). [...] A noção de saber gordo vem da força do diálogo e da narração que sustentam a construção de conhecimento que se faz a partir das experiências de vida das pessoas gordas. Ao compartilhar experiências podemos entender como a gordofobia é uma questão estrutural e como podemos criar ações coletivas de transformações. A partir de nossos saberes gordos é que podemos intervir na sociedade e friccionar os entendimentos preconceituosos que consideram as pessoas gordas como doentes, preguiçosas, nojentas entre outros. (Belchior Santos, 2021, p.2-3.).

Essa pesquisa artística, além de se nutrir desses saberes e estudos gordos e de outros campos teóricos relacionados a corpos dissidentes, busca contribuir, encorpar, engordurar, dar mais peso aos estudos das corporeidades gordas, estando aberta para as contribuições das diversas áreas de conhecimento humano, mas focando e se organizando a partir de sua própria natureza epistemológica e ontológica do conhecimento artístico, por ser prioritariamente uma investigação cênica da potência e possibilidades performativas da minha corpa gorda em cena. Por isso alguns trechos e percursos deste processo foram novos para mim, os quais surgiram da prática e do afeto típicos de um processo criativo artístico, que nascem a partir de cada pisada, de cada mergulho, de uma corpa que cria, que se expressa, que relembra, que descobre. Ao longo das minhas palavras quero que você que me lê, seja um corpo, uma corpa, uma corpa gorda ou não, possa sentir, se afetar na sua própria estrutura, a beleza e força que o peso te proporciona, a delícia que a gordura lhe convida, a plenitude e a expansão que juntas podemos alcançar.

Para me debruçar sobre a questão da corpa gorda, parti da minha própria corpa, e, como tal, sei que em cada instante deste texto haverá contradições, sensações, personalizações e realizações. Não busco falar por outras corpas, pretendo escuta-las, para me aproximar e dialogar com elas, através de referências, práticas e escritas embasadas na minha própria existência corpórea. Acredito, assim, que, ao assumir minha corpa enquanto sujeito/objeto de pesquisa, me alinho ao movimento que faz parte da própria natureza dos estudos gordo, em que somos nós, pessoas gordas, que falamos e provocamos outras reflexões relacionados a corporeidade gorda, como afirma Gama e Azize:

Seguindo uma tradição que não acredita na dissociabilidade entre sujeito e objeto de pesquisa, boa parte dos/as pesquisadores/as dos *fat studies* é também ativista pela causa – e, geralmente, uma pessoa gorda. Além disso, é um campo de pesquisa predominantemente feminino, com fortes posicionamentos feministas. (Gama.; Azize, 2019, p. 2).

Dessa forma, essa pesquisa, inserida dentro deste campo de atuação almejada pelo ativismo e estudos gordos, acompanha o pensamento acadêmico contemporâneo no qual sujeito e objeto não estão distintos de si, que as vivências e experiências singulares e pessoais contêm em si processos de construção de conhecimento. Compreender e optar por esse caminho de pesquisa é também um ato de ação política, ampliando as possibilidades narrativas e de protagonismos na Academia, como aprendi com a artista e professora Grada Kilomba, ao falar da força e importância de afirmar as descobertas e narrativas a partir do nosso próprio protagonismo e realidade:

[...] Aqui eu não sou a ‘Outra’, mas sim eu própria. Não sou o *objeto*, mas o *sujeito*. Eu sou quem descreve minha própria história, e não quem é descrita. Escrever, portanto, emerge como um ato político [...] enquanto escrevo, eu me torno a narradora e a escritora da minha própria realidade, a autora e autoridade na minha própria história. Nesse sentido, eu me torno a oposição absoluta do que o projeto colonial predeterminou.” (Kilomba, 2019, p. 27-28).

A pesquisa aqui é pessoal, é vida, é minha corpa, mas que trago para me fortalecer e me unir a corpos que são subjugados, violentados dentro de um sistema social padronizador e opressor. E, apesar deste estudo ter focado em descobrir e ampliar as potencialidades e forças de uma corpa gorda como a minha, sinto a necessidade de começar pelos impedimentos, cortes, diminuições e episódios que corporeidades gordas vivenciam todos os dias, algumas mais, outras menos. Considero importante que você, sendo uma pessoa gorda ou não, reflita sobre essas corpos que são maltratadas, julgadas, desprezadas na sociedade, entendendo o que tem sido ensinado sobre pessoas gordas e, quem sabe, contribuir na derrubada dessas barreiras e dores que nos foram e nos são infligidas.

Cento e dezoito kilos, quarenta e três anos, mulher cis, branca, bissexual, nordestina, artista, classe média baixa, dislexa, bípede⁵. Essas palavras são além de informativos, são marcadores. Marcadores que compõem, conduzem, estruturam, afirmam e preenchem minha corpa/ser. Eles dizem respeito a componentes da minha identidade, persona orgânica e social, ao mesmo tempo que cada uma dessas características também demonstram lutas, privilégios, dúvidas, pertencimentos e exclusões vivenciadas por e nessa corpa que habito.

“Não posso ultrapassar problemas, pois eu sou problema. Quero criar mais problemas” (Rosa, 2021), pensamento que anoto em meu diário de bordo após uma das dinâmicas da disciplina Laboratório de Performance, ministrada pela professora dra. Ciane Fernandes, em

⁵ Trago o conceito de bipedia, conforme trabalhada pelo artista, pesquisador e professor baiano Carlos Eduardo Oliveira do Carmo - Edu O., que utiliza o termo para se referir a corpos sem deficiência aparente e que geralmente são corpos detentores de privilégios em sociedade tão capacitista, conforme pode ser conferido no seu canal de *youtube* pelo vídeo <https://www.youtube.com/watch?v=tpLn3Vr2HHk>

que refletimos sobre qual o problema da nossa pesquisa. Sou uma corpa gorda desde que nasci. Fui uma criança gorda, em seguida uma adolescente gorda, uma jovem gorda e hoje, aos 43 anos, sou uma corpa gorda. Nessa jornada existiram várias tentativas de modificação dessa característica material da minha corpa, inúmeras foram as técnicas e procedimentos para emagrecer, de conseguir alterar minha corpa e torná-la magra, leve. E outra.

Venho de uma família composta por um homem cis branco gordo e por uma mulher cis negra e também gorda. Tínhamos uma dinâmica familiar que não se envergonhava de sua corpulência. Meus pais, que também trabalhavam como artistas de teatro, me ensinaram muito cedo a respeitar e apreciar nossas corpos como elas eram/são e não havia uma pressão por parte deles para que eu fosse diferente. Foi apenas fora desse primeiro habitat natural, do núcleo central da família, que de fato fui taxada como gorda no uso pejorativo e ofensivo dessa palavra. Me recordo quando tinha 5 anos e fui levada pelo meu pai até a aula de balé da minha escola e ao ser vítima de olhares da professora e das crianças que consideravam que eu não tinha nem capacidade nem corpo para aquela dança, notei, pela primeira vez na minha vida, que havia algo que as pessoas viam em mim e que não queriam para si.

Também criança aconteceram outros episódios. Um dos mais marcantes foi quando, aos nove anos de idade, fui expulsa do grupo de amigas do conjunto habitacional em que morava por ser considerada feia, e feia por ser gorda. Eu não podia brincar com elas de ser uma das Paquitas, grupo musical que fazia parte do programa TV Xuxa e na década de 1980 e 1990 e as grandes referências de beleza e de feminilidade para a minha geração que cresceu grudada na tv, engolindo tudo que a grande mídia colocava como padrão de beleza.

No início da adolescência eram constantes os casos de violência gordofóbicas, principalmente na escola, chegando inclusive a agressões físicas no vestiário da escola e na parada de ônibus. Lembro-me com nitidez o dia em que eu, com 11 anos de idade, após o horário da saída escolar, estava na parada de ônibus lotada de alunos da minha escola e um grupo começou a rir de mim, fazendo piada com minhas gorduras, até que um deles começou a dizer que tinha algo que cheirava mal e me cuspiu, ação que foi repetida por outros presentes. Paralisada, até hoje não sei descrever o que senti e vivi nesse dia. Algumas dessas violências são mais “discretas” e nem por isso menos intensas, como sair para dançar aos 15 anos de idade com minhas amigas, e um grupo de rapazes ficarem tremendo o corpo, toda vez que me movia, como se eles estivessem perdendo o equilíbrio por meu peso causar um terremoto no local. Olhares, piadas, “brincadeiras”, xingamentos, estranhamentos eram/são comuns no meu dia a

dia, e que só agora, enquanto sociedade, começamos a discutir o termo gordofobia, o qual só foi incluso na Academia Brasileira de Letras - ABL no ano de 2021 (Jimenez-Jimenez, 2024).

A escritora estadunidense gorda de origem mexicana Virgie Tovar revela que:

Por muito tempo, fiquei alheia ao fato de que o ódio que as outras pessoas sentiam de mim não era minha culpa, e de que todo aquele ódio tinha um nome: a gordofobia é uma ideologia intolerante que inferioriza pessoas gordas e as torna objeto e escárnio (Tovar, 2018, p. 16-17).

Como podemos observar, a principal característica, do que nomeamos de gordofobia, é o ato de diminuir, humilhar, maltratar alguém por ela ser gorda, ensinando-a a não só aceitar esse horror que outras pessoas sentem por uma corpa gorda, como também condicionando ela própria a cultivar esse ódio por sua própria corpa. Entretanto, as agressões sofridas por corpos gordas não se resumem a piadas e aversões individuais. O horror a corpos gordas ganhou uma dimensão que faz parte da própria estrutura social: o comum para corpos como a minha é aceitar não caber em roupas, não caber em cadeiras, em camas, em transportes públicos, não caber no mercado de trabalho, não caber no sistema de saúde, não caber nos filmes, palcos, literatura, não caber nos afetos e desejos de outros, não caber na vida e na sociedade, a qual é estruturada a partir de medidas e padrões corporais e arquitetônicos específicos que excluem, boa parte das vezes, a corpulência gorda, como irei abordar ao longo desta escrita. Viver e se encaixar na dinâmica social é uma luta constante e exaustiva de corpos gordas.

Em minha experiência enquanto pessoa gorda tive e tenho inúmeros episódios de violências ocasionada pela gordofobia social, no entanto acreditava que ao menos nos ambientes ditos acolhedores, em espaços rodeada de afetos e maturidade, essas violências não ocorreriam. Aprendi, contudo, que nesses contextos as violências não apenas continuam, como causam feridas ainda mais dolorosas. Falarmos sobre a aversão a corpos gordas não se trata apenas de violências escancaradas, a verdade é que ela faz parte da própria estrutura social contemporânea, e como tal, são reproduzidas até pelas pessoas mais próximas afetivamente de quem é gorda.

Quando tinha 17 anos, meu irmão, de 18, que sempre foi magro e com quem na infância e pré-adolescência eu tinha como uma relação muito próxima, compartilhando uma relação não apenas de irmãos, mas também de amigos, se afasta de mim devido às pressões e ações de outros adolescentes na escola que me ridicularizavam. Ele se torna aquela pessoa que silencia e engole seco para não ser excluído das rodas de amizade e que, com o tempo, ele foi desenvolvendo uma verdadeira vergonha tanto de mim, quanto dos nossos pais, chegando a verbalizar para mim e meu pai, em um dia de férias na praia, que ele não queria ser visto com

a gente, porque as pessoas ficavam olhando e rindo das nossas corpos. Naquele momento percebi a força da contaminação da violência da gordofobia, sendo capaz até mesmo de envenenar o amor entre pessoas que tanto se querem bem, mas que passam a ser malquistas por causa do que os outros dizem.

No ano de 2000, com 19 anos, passo no vestibular e inicio o grande sonho de me tornar arte-educadora e atriz, e, com isso, penso que aquele dia a dia de exclusão e humilhação ficariam no passado, que finalmente viveria em um ambiente acolhedor, que seria um lugar onde caberia e que abarcaria minha corpa. Por influência de visão de mundo e de arte vinda dos meus pais, eu sabia desde muito cedo que ser artista e ser educadora era o que eu desejava para meu caminho profissional. Sempre acreditei na força revolucionária da arte, mas, acima de tudo, acredito no seu poder de afetar. Contudo a realidade diária dentro do curso de Licenciatura em Artes Cênicas não foi o que havia sonhado e imaginado.

Na minha turma havia apenas mais uma pessoa gorda, e ela saiu do curso logo em seguida do nosso ingresso. Não tínhamos, naquele momento, uma diversidade identitária dissidente na turma: poucos eram os alunos negros, povos originários, e não havia nem pessoas trans, nem deficientes. Olhando ao redor se via um grupo de pessoas que, apesar de não ser exatamente a representação da elite social, ainda assim se encaixavam em boas partes dos padrões e regras do mundo branco, cisgênero hegemônico.

Imagine ser uma das poucas pessoas destoantes da maioria? E sem entender o que se passava, do porquê de sentir tanto medo de frequentar aulas de corpo e de laboratório, enquanto meus colegas se divertiam tanto. Para mim era tudo muito tenso fazer exercícios corporais sabendo que tanto a turma quanto os professores duvidavam da minha capacidade de realizá-los, por isso sentia a necessidade de provar que conseguia fazer cada um deles exatamente como eram pedidos, porém sem a consciência que algumas dessas vivências não se adequavam a minha estrutura corpórea e que, inclusive, poderiam me lesionar devido a uma execução equivocada. O importante, naquele momento, era mostrar que eu podia fazer, assim como todos os seres leves da turma.

Disciplinas que envolviam montagem e interpretação também escancaravam para mim o quanto minha corpa não era desejada ali – lógico que nessas aulas, diferente de como havia aprendido nas minhas brincadeiras em casa, eu não podia ser qualquer uma, apenas certos personagens cabiam em mim e ainda escutava reclamações como: “Clara menos peso, mais leveza”, “você não pode fazer isso porque é muito pesada”, “você não tem o biotipo para essa personagem”, “talvez melhor você se concentrar nas disciplinas de educação”, “você já pensou

que ao invés de atuar, que lhe limita, você pode só escrever?”. E muitas outras coisas que saíam nas vozes de alguns professores e colegas. Hoje ao revisitar minha trajetória e ao acompanhar e estar inserida nas discussões sobre diversidade, percebo que viver dias de exclusões e impedimentos, ampliaram meu medo e insegurança de ser vista por outros.

O auge para mim foi, no início da minha vida adulta, quando estava vivenciando a dor e instabilidade do processo de luto por ter perdido meu pai, com quem eu tinha uma grande relação de amizade e de aprendizado, em uma noite com um grupo de grandes amigas em um bar, uma dessas amigas, pessoa magra e que me conhecia há anos, me pergunta: “mas fala sério, Clara, você não gosta de ser assim não, né? Não é possível que você seja feliz assim”. Aquelas palavras me atravessaram como um grande corte. Eu já estava acostumada aos cortes dos olhares e das palavras que me eram destinados diariamente na sociedade, mas aquele em específico me cortou em um momento onde eu já estava sangrando, sem força para continuar depois de uma perda tão grande. Foi ali que decidi que realmente seria diferente de mim, que seria magra.

Apesar de já ter vivenciado a insistência de alguns médicos e outras pessoas para que eu fizesse dieta de emagrecimento, e de eu mesma ter tentado, principalmente na adolescência, diante do que, na época entendia ser, pressão estética, e que hoje sei que vai além de questões de beleza e sim de gordofobia, nunca havia cogitado a possibilidade de mudar minha corpa, submetendo-a a procedimentos radicais e dolorosos para ela ser diferente do que ela era. Desejei tornar todos aqueles cortes sociais em um corte concreto que modifica minha corpa para finalmente ela ser aceita., portanto, naquela noite, decidi iniciar o processo da cirurgia bariátrica, que já tinha sido exaustivamente oferecida para mim por médicos e outros profissionais da saúde. Marquei a primeira consulta com o cirurgião e após isso, tudo se deu de forma muito rápida. Três meses depois, mesmo sem nenhuma alteração médica de taxas, de doença ou problema de saúde, estava me submetendo ao corte que mudaria tudo dentro da minha corpa e que eu não tinha dimensão. Realizei o procedimento chamado *Capella*, em que existe o corte do abdômen, a colocação de um anel compressor na entrada do estômago, assim como a modificação na posição do intestino para garantir menos absorção de comida e, conseqüentemente, perda de mais peso. Felipe Fachim, educador e psicólogo, sobre este procedimento cirúrgico fala que:

A mais agressiva põe um grampo em parte do estômago, além de cortar um pedaço do intestino. Trata-se de incapacitar parte significativa de dois órgãos fundamentais para o funcionamento humano. Com essa intervenção, a sensação de saciedade é estabelecida. Além disso, ao reduzir o caminho da comida pelo intestino, há menos absorção dos nutrientes alimentares, significando no aumento do bolo fecal. Em

síntese, faz-se uma intervenção para que se coma o menos possível e este menos possível ainda é mal absorvido pelo organismo. Há inclusive autores que comparam tal procedimento a uma intervenção de lobotomia. (Fachim apud Jimenez-Jimenez; Cruz; Gomes, 2023, p.229).

A realidade é que foi com esse corte que minha corpa começa a vivenciar vários processos de dor e ausência de saúde e bem estar. Nos primeiros meses, quando eu tomava banho, eu chorava muito com uma sensação da minha corpa indo embora, visto que a perda de peso nos primeiros meses é muito rápida e intensa, difícil de acompanhar e de entender, ao mesmo tempo que, nos primeiros dois anos pós cirúrgicos, sentia uma euforia pela minha corpa estar emagrecendo. Quando retorno ao convívio social, praticamente todos ao meu redor começam a me elogiar me dizendo que eu estava linda, maravilhosa, e recebo até olhares de desejo que antes quase nunca eram encaminhados para mim, naqueles instantes tinha a sensação de que era o corpo mais magro que me faltava, resolvendo todas as minhas questões internas de ser excluída e menos amada, por achar que agora eu poderia começar a pertencer no mundo.

Passo, então, a sentir a necessidade de mais cortes, uma sequência de cirurgias plásticas para retirar sobras de pele ocasionadas pela perda rápida de peso, cortei meus braços, meu abdômen, meus seios e a cada corte novas e difíceis sensações corpóreas surgiam, e foi quando resolvi parar, mesmo os médicos opinando sobre ainda precisar cortar minhas pernas e costas. Eu não quis mais, foram quatro cirurgias oriundas da bariátrica até então, e estava cansada. Acostumei-me a ter problemas nutricionais, como anemia e falta de cálcio, e também a sentir enjoos toda vez que me alimento. Acostumei-me a vomitar em uma frequência de duas a três vezes na semana, mesmo acostumada, estou cansada.

Algo semelhante também aconteceu com Tovar. Ela cometa como, no processo dela de emagrecimento, o médico da sua família a parabeniza por sua perda de peso, sem questionar o que estava se passando em sua corpa para alcançar esse objetivo celebrado pela sociedade, que se diz preocupada com sua saúde:

Quando me sentei na mesa de exame, ele me parabenizou pela perda de peso, ele não me perguntou o que eu tinha feito para perder aquele peso. Ele não me perguntou o que eu estava ou não estava comendo. Não importava. Ninguém parecia se importar. Ele acreditava, como a maioria das pessoas, que quando uma mulher – ou menina – gorda perde peso, isso é *sempre* algo positivo, e que a forma como a perda acontece não importa (Tovar, 2018, p. 43).

Ela fala relata ainda que:

Voltei para a escola pronta para receber elogios. Eu me sentia tão orgulhosa! Finalmente tinha feito o que todos me disseram para fazer. Finalmente tinha adotado as medidas radicais necessárias para a mudança. Para minha decepção, não foi bem assim. Claro, eu tinha perdido peso, mas não o suficiente. Para meu horror e surpresa, aos olhos de todos, eu ainda era a materialização de uma pessoa gorda. (Tovar, 2018, p. 43).

Após, então, seis anos de procedimentos cirúrgicos, optei por não realizar mais nenhuma cirurgia, descontentando os olhares ao redor, decepcionando os médicos que me acompanhavam, já que, apesar de ter perdido muito peso, nunca fiquei magra. Notei o quanto estava afastada da minha corpa e o quanto eu me sentia uma estrangeira naquela corpa que habitava, sem a reconhecer, estranhando seus movimentos e sensações, resolvi reencontrar a minha corpa e deixar ela se fazer e se molda no seu próprio tempo e ritmo, mesmo que isso significasse continuar a receber os cortes dos julgamentos a mim direcionados. Com o passar dos anos e dos acúmulos de dores e agressões vividas, fui perdendo a liberdade e a conexão que tinha na infância com minha corpa gorda, parecia que minha corpa deixava de ser minha e passava a ser dos outros, passava a ser algo que até eu não desejava em mim e com isso eu não sabia como manter-me viva em uma corpa que não deveria existir. Sobre sensações e vivências semelhantes, Torvar menciona como essas agressões direcionadas a corpas gordas fizeram ela perder o espaço de entusiasmo de vida que sentia em sua corpa durante a infância:

Meu corpo costumava ser meu. [...] Meu corpo era como aquela água, uma fonte de alívio e diversão. [...] Os meninos na escolinha me chamariam de nojenta e diriam que, por ser gordinha, nunca seria amada por alguém. Eu perderia de vista a magia do meu corpo, de mim mesma. Perderia totalmente a noção de que meu corpo era meu. (Torvar, 2018, p.7-8).

Ela diz ainda:

Toda a liberdade e o encantamento que sentia foram suplantados por uma noção dolorosa de que eu tinha falhado em algo importante. [...] Por meio de uma série de eventos violentos e culturalmente sancionados [...] o relacionamento com meu corpo foi tomado de mim e substituído por algo estranho, desconhecido e ameaçador. [...] É errado ter um corpo assim. Essa ideia ameaçaria minha felicidade e minha saúde [...] E fui lembrada de minha própria infância e minha educação em ter vergonha do meu corpo, que buscava tirar de mim as coisas mais preciosas que tinha: a magia inerente em estar viva e o veículo por meio do qual essa magia é vivenciada: meu corpo. (Torvar, 2018, p. 8 - 10).

Ser e possuir uma corpa fora de normas é lutar diariamente pelo direito de poder ser e existir no mundo. A nossa sociedade é um lugar que exclui e maltrata qualquer pessoa que, seja pela composição do sua corpa ou por sua forma de se expressar e amar, não esteja de acordo com o dito “normal”. Corpas que assumem suas singularidades dissidentes constroem movimentos de libertação de uma regra normativa que nasce de uma sociedade hegemônica e opressora. Foi novamente na arte, que reencontro minha corpa, aquela corpa que na infância brincava, sentia prazer, que sabia que tudo podia ser. Após tantos cortes, retorno ao trabalho artístico de forma mais intensa, só que dessa vez descobrindo o universo das práticas somáticas, entendendo minha corpa a partir dela, sem buscar formas pré-estabelecidas, deixando ela dançar, falar, gritar, mover, criar e pesquisar como ela é/foi então que descobri o quanto de potência existia em minha corpa-arte, como eu podia expandir essa corpa, sem contê-la.

Todavia, mesmo sabendo que ao mover minha corpa, ao criar com ela e ser criada por ela, surgia em mim um grande sentimento de prazer e plenitude, a forma como minha corpa é tratada e vista, sendo ainda fonte de recebimento dos diversos preconceitos sociais me marca por completo, me desvaloriza e me abrevia a maneira que habito no mundo. Lembro-me do sociólogo francês Jean-Pierre Poulain que menciona o trabalho de Erving Goffman, sociólogo canadense, que define a estigmatização como:

[...] Um processo que tende a desvalorizar um indivíduo considerado “anormal”, “desviante”, etc. Ele demonstra que durante o curso das interações sociais o carimbo de “desviante” é atribuído a um indivíduo por outros supostamente “normais”. Uma vez atribuído a um indivíduo por outros supostamente “normais”. Uma vez atribuído, este carimbo justifica então uma série de discriminações sociais, isto é, de exclusões mais ou menos severas.” (Poulain, 2013, p. 116).

O processo de estigmatização de pessoas gordas é um processo perverso, em que, nessa relação, a estigmatização não é apenas como o “normal” olha para os identificados como “anormais”, é um processo de interação que faz com que as pessoas estigmatizadas muitas vezes acabam por aceitar os julgamentos externos e passa a internalizar as verdades criada por outros sobre si mesma, sobre sua corpa, passando a considerar legítimo a forma com que socialmente são tratadas. A estigmatização cria o caminho onde a vítima excluída socialmente passa a ser culpada por sua exclusão.

Após anos engolindo várias coisas que não me fazem bem e que me foram enviado goela abaixo, de ser sentenciada a fechar a boca, hoje aprendi a abrir a boca, escancarada mente, hoje aprendia a regurgitar e vomitar o que não me alimenta na minha grandiosidade.

2.1 Pesando a leveza

Neste instante escrevo deitada, saio de uma posição sentada, que me traz um foco maior a minha movimentação e ação cognitiva, intelectual, para uma posição que me conecta com as diversas estruturas da minha corpa – o chão, a terra. Respiro profundamente e vou deixando toda minha corpa horizontalmente ser recebida pelo chão. Com cada respiração confio e entrego um pouco mais do meu peso ao piso, noto como tenho o costume e o hábito de segurar meu peso, de tensionar uma sustentação para que minha corpa possa ser recebida de forma mais leve nos lugares. Ao me deitar, sinto minha pele, músculos, ossos, líquidos entrarem em contato com a dureza e firmeza do chão, percebo-me confortada, entregue, abarcada. Aos poucos, entre uma frase e outra, uma pausa e um fluxo, vou movendo minha corpa, mudando de postura, buscando o máximo de contato com a superfície, vivendo meu peso sem brigar com a gravidade. Sinto que, na verdade, a gravidade me convida a mover, dançar, deixar cair, despencar e me

espamarrar, numa relação de parceria com o peso e não de disputa de forças, e com isso sinto um alívio, alegria de poder soltar e ser plenamente peso.

O que trago, parece simples e comum, principalmente para quem trabalha com a corpa que se experimenta e se exercita no mover corporal. Contudo, boa parte do tempo vivo sempre a buscar suspender o peso da minha corpa, para não incomodar ou chamar atenção, para pisar silenciosamente nos espaços. Quantas vezes você já verdadeiramente viveu o peso que te compõem sem buscar suspendê-lo? Quantas vezes você já dançou, se moveu com a integridade e inteireza do peso da sua corpa?

Vivemos em um mundo em que a noção de peso e leveza foram ganhando outras dimensões. Entendemos o peso tanto em sua forma física concreta, quando de forma simbólica, imagética, figurada. Peso-corpo, peso-matéria, também peso-alma, peso-energia, peso-história, são muitas as significações e utilizações do que consideramos pesado e leve.

O peso e a leveza, em uma sociedade de pensamento binário como a nossa, ou seja, que coloca conceitos e característica em oposição, em vez de entende-los como partes de um mesmo aspecto, envolvidos entre si, passam a ser contrários, até mesmo rivais. Eles não são apenas termos conceitos ligados aos estudos da física, direcionados para expressar características que compõem determinada matéria, eles também representam valores e julgamentos. Na sociedade contemporânea existe uma grande hierarquia de valor e de desejo entre o peso e o leve. Vivenciamos uma era que encontrou na leveza um valor imensurável, provocando um desejo obsessivo em possuir o máximo de leveza possível, enquanto o peso é constantemente indesejável, negativo, sinônimo de algo ruim que não se deve ter.

O filósofo francês Gilles Lipovetsky, em seu estudo sobre a civilização da leveza, afirma que estamos vivendo uma contemporaneidade dominada pela incessante busca da leveza: “Nunca vivemos em um mundo material tão leve, fluido e móvel. Nunca a leveza criou tantas expectativas, desejos e obsessões. [...] O leve preenche cada vez mais nosso mundo material e cultural: invadiu nossas práticas comuns e remodelou nosso imaginário.” (Lipovetsky, 2016, p. 22). Segundo Lipovetsky, a leveza tornou-se um dos grandes bens de consumo da contemporaneidade, e é hoje um dos mais importantes espelhos que reflete nossa época e sociedade. (2016). Nesse contexto, viver bem, viver melhor é sinônimo de viver leve, “viver melhor não se separa mais da leveza de ser.” (Lipovetsky, 2016, p. 26). Por isso buscamos viver a leveza em todos os formatos que ela possa existir, desejamos comprar celulares, notebooks, tecidos, moveis, objetos diversos mais leves possíveis, queremos morar em prédios e casas estruturados em materiais construtivos mais esbeltos, queremos relações amorosas, familiares,

afetuosa da maneira mais leve possível, queremos trabalhar em espaços com dinâmicas leves, queremos a leveza da riqueza, dos bens financeiros, queremos alimentos modificados quimicamente, estruturalmente, para que possam ser ainda mais leves, queremos iluminação espiritual que traga leveza as nossas almas, e, sim, queremos um corpo que expresse e viva toda essa leveza, sendo, em si mesma, o mais leve possível. Em contraponto, percebo como nesta civilização da leveza, o peso é cada vez mais renegado e indesejado. Ter peso se transformou no sinônimo de possuir diversas dores, mal estar, impossibilidades, imobilidade, estagnamento. Frases como: “isso é muito pesado”, “quanto peso no ambiente”, “clima pesado”, “pessoa pesada”, “energia pesada” são usadas cotidianamente e indiscriminadamente, sem que se reflita o que tais termos criam enquanto percepção e definição dessa característica física – peso.

A língua tem a força de perpetuar e/ou reformular, de construir e/ou destruir possibilidades de existência, de diversidade, de reparação social e histórica, ou seja, as palavras podem estremecer estruturas sociais e simbólicas, como também manter e consolidar tais estruturas, dessa forma o que se apresenta como inofensivo, natural, como um simples uso de uma palavra de forma a negatizar algo, pode atingir, repreender, reprimir, desqualificar tudo que possui peso, inclusive uma identidade humana, como bem diz Kilomba:

[...] a língua, por mais poética que possa ser, tem também uma dimensão política de criar, fixar e perpetuar relações de poder e violência, pois cada palavra que usamos define o lugar de uma identidade. No fundo, através das suas terminologias, a língua informa-nos constantemente de quem é *norma* e de quem é que pode representar a *verdadeira condição humana*. (Kilomba, 2019, p. 14).

A forma como usamos o peso para caracterizar tudo o que não se deseja na vida, no dia a dia, para expressar o que nos repudia e incomoda é um meio de perpetuar uma estrutura e pensamento social que despreza e condena corpos que não são leves, a historiadora brasileira Denize Sant’anna afirma que: “A partir de meados do século XX, sobretudo, o ideal de uma aparência física leve e longilínea conquistou uma positividade crescente” (Sant’anna, 2016, p. 14).

Ela explica como no Brasil, a partir principalmente da década de 1950, inicia uma movimentação midiática que busca incentivar as pessoas, em especial as mulheres, à perda de peso, a entender os benefícios sociais e estéticos em ter um corpo leve, magro e que com o acompanhamento constante das balanças, ela pode controlar cotidianamente seu peso (Sant’anna, 2016, p. 83):

Junto ao florescimento dos primeiros supermercados, as balanças para pesar o corpo ganharam maior visibilidade nas drogarias brasileiras. Similar à ideia de pegar e pagar, a popularização das balanças, a princípio mecânicas, significou a massificação da possibilidade de conhecer diariamente o próprio peso, bem como suas variações.

Desde então, a identidade pessoal, além de ser formada pelo sexo, cor de pele, altura e idade, tendeu a incorporar o peso. (Sant'anna, 2016 p. 12-13).

Com o passar do tempo, a balança digital é acrescentada à lista de mobiliários residenciais essenciais e compactos em muitas casas brasileiras de classe média, incentivando o ato quase que diário em pesar-se para evitar o ganho de peso. Essa constante fiscalização causa um movimento emocional intenso, principalmente nas mulheres, em que ao constatar o ganho de peso sentem-se triste e com a sensação de fracasso e quando a balança anuncia uma perda de peso, passamos a celebra, encarando este fato com alegria e como afirmação da força de vontade, autocontrole e determinação pessoal, Sant'anna informa que:

Com o novo hábito de pesar os corpos quase que diariamente, os antigos estereótipos referentes a uma suposta inferioridade intrínseca às mulheres pareciam ter uma nova oportunidade para atualizarem seus discursos: elas tendiam a ser vistas como seres mais propensos a engordar do que os homens, principalmente depois da maternidade. (Sant'anna, 2016, p. 83)

A historiadora ainda reflete que: “a balança passou a representar um meio confiável de avisar que era necessário ‘fechar a boca’, acatar os regimes e ginásticas. A mensagem já era nítida e aterrorizadora: a obesidade representava um ‘lento suicídio’, a ruína dos povos.” (Sant'anna, 2016, p. 84-85). Por essa linha de raciocínio, a busca é de ter um corpo cada vez mais leve e jovem, o qual representaria um sinônimo de produtividade, beleza, saúde e sucesso. Corpos magros e leves são corpos potentes, produtivos, desejáveis e influencia, inclusive, a sua possibilidade de integrar o mercado de trabalho, como aponta Poulain ao refletir como pessoas gordas são analisadas em entrevistas de emprego:

Nota-se aqui que o raciocínio vai de uma característica física ao julgamento moral do indivíduo. [...] um conjunto de pressupostos que geram algumas discussões. É neste universo de ideias que a estigmatização se enraíza (Puhl e Brownell, 2001). Os candidatos a uma vaga de trabalho são vistos pelos empregadores como indivíduos que têm baixo autocontrole, um péssimo potencial de enquadramento, uma má higiene pessoal, um nível de produtividade mais baixo, menos ambição pessoal e são menos dignos de confiança (Bellizzi & Hasty, 1998; Poulain et al., 2002; Amadieu, 2002). (Poulain, 2013, p. 117.).

A civilização da leveza constrói e propaga a noção de que quanto mais leve se é, mais bem estar e felicidade se possui, e cada vez mais associamos o peso a dor, sofrimento, depressão. Segundo Lipovestky na civilização da leveza, a felicidade é um estado alcançado a partir da ausência do peso, do peso de viver (Lipovestky, 2016). Aqui o peso é entendido novamente como referência a todas as experiências negativas: a vivência do medo, da dor, da solidão, contudo seria o peso apenas associado aos momentos de mais dificuldades da vida do ser humano? Experiências de amor, alegria, pertencimento, coletividade não seriam experiências também de peso? O peso é uma característica de profundidade e densidade,

portanto associá-lo, primordialmente, à negatividade é uma associação linguística e simbólica construída em uma criação social que enaltece a leveza como um bem supremo.

As experiências adquiridas em geral ao longo de uma vida são, em si mesmas, repletas de muito peso, o qual traz senso de presença e de atenção. Dessa forma, não é a evidência de peso que torna algo ruim ou bom, é necessário a contextualização dessas experiências identitárias que originará a possibilidade das sensações de felicidade ou de tristeza. Sant'Anna, sobre essas questões, cometa que, em estudos relacionados a tristeza e a depressão, a abordagem contemporânea leva a um entendimento da necessidade dos seus contextos, tanto quanto do fator biológico químico (2013). Ela cita o trabalho da pesquisadora Barbara Rosenwein, dizendo:

Apesar das várias contribuições do construcionismo social, as quais afirmam o caráter social das emoções, para Rosenwin, mesmo os socioconstrucionistas, em oposição às abordagens biológicas, “raramente olham para as dimensões históricas das emoções”. Rosenwein defendeu, em seu capítulo intitulado “em busca de uma história das emoções”, a necessidade de “abrir caminho para uma história (ou, sem dúvida, múltiplas histórias) das emoções”, com capacidade de “problematizar os sentimentos do passado, tratando se suas características distintivas”. Ela sugeriu a noção de “comunidade emocional”, propondo uma metodologia para estudá-la de maneira a não isolá-la das demais experiências sociais. (Sant'anna, 2013, p. 107-108).

O peso causa tristeza, dor, angústia, medo? Ou o peso está presente em todas as experiências vividas e cada uma delas são absorvidas a partir de um conjunto de fatores, físicos, sociais, políticos e histórico que proporcionam a possibilidade de felicidade ou tristeza? Uma pessoa gorda é a representação de uma pessoa traumatizada deprimida ou a forma como a sociedade se relaciona com seu peso lhe causa tais emoções? Trago essas indagações para estimular reflexões dos padrões já naturalizados de ver e se relacionar com o peso com a mais alta carga de negatividade e por meio dessas reflexões, incentivar a abertura para outras possibilidades de interações e associações do que é ser ou ter peso.

Em uma sociedade capitalista, que tem como base os princípios da produtividade, do sucesso e dos interesses do indivíduo privado, a leveza é compreendida como elemento essencial para obter as metas desejadas e desenhadas por esses princípios. Não alcançar tais objetivos leva as pessoas à percepção de fracasso e de falha, e isso pode atingir seu senso de interpretação de autovalor e de pertencimento. A partir disso, Lipovetsky discute sobre as ideias relacionadas a capitalismo e leveza:

Com o capitalismo de consumo, o triunfo do leve se lê tanto na vida material como na cultura, nas ideias e nos valores. Essa é de fato uma economia que se constrói moldando uma cultura de essência “leve”, por estar centrada nos referenciais hedonistas e lúdicos. (Lipovetsky, 2016, p. 45).

No entanto, dentro desse sistema capitalista, conseguir chegar à leveza, que é tão propagada e essencial para que as vidas das pessoas possam ser felizes e plenas, é uma realidade possível apenas para poucas pessoas, já que a leveza custa muito caro. Vemos um aumento significativo de produtos de alimentações *light*, de técnicas e exercícios corporais que difundem a concepção eficaz da perda de peso, além de práticas religiosas e/ou espirituais que prometem a leveza da alma e que custam valores monetários cada vez mais altos, sendo possível apenas a aqueles que possuem poder financeiro para conseguir vivenciar e consumir produtos e práticas *light*:

E quem, hoje em dia, não sonha em manter o corpo eternamente jovem e esbelto? Os livros de dieta proliferam, os produtos *light* podem ser encontrados nas prateleiras de todos os supermercados, a lipoaspiração torna-se uma prática de massa, as academias de ginástica florescem, as top models apresentam um visual “anorético”, as imagens do corpo liso e longilíneo invadem revistas e telas. Nessa cultura, que se tornou lipofóbica, “nada é tão bom quanto a magreza”, declara o ícone da moda, Kate Moss. (Lipovestky, 2016, p. 24).

Nesse mecanismo de sociedade capitalista, o qual introjeta nas pessoas a importância e a necessidade da leveza, mas que torna a própria leveza uma realidade cara e inalcançável para maior parte das pessoas, exibe-se um estímulo e transmite o pensamento do sucesso pessoal, da individualidade, do “basta querer para alcançar”, do sucesso que ocorre devido ao merecimento, determinação e trabalho individual. Essa é uma sociedade que se apresenta de forma universal, coletiva, mas que valida apenas o individual que representa poucos, levando as pessoas cada vez mais a apenas cuidar de si e de seus interesses pessoais, ignorando o bem do coletivo. Lipovestsky reflete como que na Civilização da Leveza, os grandes ideais políticos e sociais estão diminuindo, que ideias coletivas são ideias de peso, enquanto que hoje em dia os interesses políticos e sociais buscam a leveza, sendo inclusive interesses que estão estruturados na superficialidade e efemeridade:

As pesadas imposições coletivas deram lugar ao *self-service* generalizado, à volatilidade das relações e dos engajamentos. Essa é a dinâmica social da hipermodernidade que institui o reino de um individualismo de tipo nômade e zapeador. A individualização extrema da relação com o mundo constitui a principal dinâmica social situada no coração da revolução do leve. (...) não sonhamos mais nem com revolução nem com libertação: sonhamos com leveza. (Lipovetsky, 2016, p. 25-26).

Nessa sociedade obcecada pela leveza o que se tem é “uma civilização da leveza ao mesmo tempo hiperindividualista, hipernormativa e hiperconsumista.” (Lipovetsky, 2016, p. 100). O que fazer quando sua materialidade vai de contra a essa característica e possui peso? Como ser aceita em uma sociedade que quer abarcar apenas a leveza? Uma corpa repleta de peso pode ser feliz? Lipovetsky ao citar as ideias do filósofo Holandês, Baruch Spinoza, afirma que a alegria é esse “sentimento que experimentamos quando nossa força de viver se encontra

aumentada” (Lipovestky, 2016, p. 33), então como ser alegre, feliz, quando boa parte do tempo, a fisicalidade da sua corpa/casa é negatizada por causa de seu peso, sendo esse peso associado à morte, à improdutividade, à apatia, à ausência de vida e beleza? Qual a força de vida que pode existir em uma corpa composta de peso físico e simbólico?

Enquanto que no culto da leveza a felicidade se encontra na ausência do peso, na capacidade de negar o peso e de viver “levemente”, na minha existência gorda, pesada, compreendo como o peso faz parte das constituições de vida e de corpa, sinto, corporalmente, como as experiências pesadas – as que me potencializaram e as que também me cortaram – marcam cada corpa que existe. Acreditar, por conseguinte, que a felicidade só existe na leveza é uma forma de oprimir a alegria de corpos gordas que possuem seu peso-matéria, seu peso-existência, ao mesmo tempo que desconsidera todo o peso que existe na leveza, inclusive, nas corpos de pessoas leves, magras. Considero que nossas corpos são repletas de potência de vida e por isso mesmo repletas de alegrias.

Em alguns ciclos ativistas contra a gordofobia, busca-se provocar a ideia da palavra e do entendimento de peso, lutando contra uma estrutura que nega e demoniza o peso. As artistas gordes da dança, Anderson do Carmo e Jussara Belchior Santos, encontraram no peso uma forma de mover e de criar novas percepções, elas dizem que:

Pesar sobre a demanda da leveza pode ser uma tática de posicionamento crítico. Esse peso funciona como um reconhecimento da própria corpa em suas proporções, suas medidas, do espaço que ocupa, da forma como se relaciona com todas as coisas e pessoas ao seu redor. (Do Carmo; Belchior Santos, 2021, p. 13).

E ainda que:

Pesar como estratégia de posicionamento e luta política – pesar o clima, usar palavras pesadas, ter o discurso adjetivado como pesado – é reconhecer os pesos que nos moldam sem compreendê-los como fardo intransponível, mas como campos de forças que demarcam nossa posição no tecido social. [...] A ação de pesar é uma ação de resistência, para resistir a tempestade é preciso acionar a força do peso da corpa, das palavras, da memória e do coletivo (Do Carmo; Belchior Santos, 2021, p. 18 -19).

O peso me acompanhou durante todas as movências e práticas dessa pesquisa-criação-artivista, pois foi entendendo o meu peso e me movendo com ele que fui descobrindo diversas alternativas para sua existência. Nesse sentido, refiro-me também aos pesos de histórias de vida, memórias, marcas e cicatrizes, do peso que nos faz refletir, pautado no intuito do aprofundamento, do peso que compõem a existências da diversidade e ao mesmo tempo das singularidades das pessoas. Foi me movendo e me encontrando com o peso da minha corpa que fui entendendo suas diversas variações e possibilidades, sem que entrasse em guerra ou disputa

com a leveza, compreendendo também o espaço que a leveza possui na minha corpa e no meu peso, desconstruindo um contexto de hierarquização e julgamento entre peso e leveza e vivenciando as potências proporcionada por ambos, pois como afirma Belchior Santos em sua tese de doutorado e que muito me representa:

Interesso-me pelas contradições não só entre o peso e a leveza, mas também nas contradições implicadas em cada um desses conceitos. Ou seja, pensar esses termos de forma dialética para que a leveza não opere apenas no âmbito do desejável e que o peso seja abordado de forma mais complexa, ultrapassando sua conotação de “ruim”. O peso não é apenas fardo, excesso ou estagnação: ele também pode ser força motriz, de sustentação e de superação. (Belchior Santos, 2022, p. 103.)

Nesse estudo de mestrado ressignifiquei meu peso, compreendendo a potência e importância dele, acordando estados de vida e de presença na minha corpa, ganhando, como disse a educadora e terapeuta somática, Bonnie Cohen (2023) a “consciência do peso e o peso da consciência”.

2.2 Espelho, espelho teu... sempre existe alguém mais bonita do que eu

Todos os dias, durante esses quatros últimos meses, me coloco nua em frente ao espelho, durante 10 minutos, e simplesmente me olho. Existem dias que vejo uma mulher grande, com curvas e volumes que me dão gosto, com um corpa macia, convidativa. Em outros dias, é difícil manter o olhar no espelho, porque vejo defeitos, erros, marcas, exageros, elementos que combinam a idade a uma corpa volumosa. Causa-me angústia, sensações de feiura e vergonha. Impressiono-me como a percepção do reflexo da minha corpa é diferente cada dia, como se acontecimentos do cotidiano atravessassem completamente o que vejo em reflexo. Percebo que em dias com acontecimentos relacionados a gordofobia social, meu olhar se modifica quase que por completo, e olho a minha corpa com raiva, angústia e desdém. Diferentemente, por exemplo, de quando vivencio contextos de alegrias e empoderamentos que os encontros com outros me proporciona: meus olhos percorrem o reflexo da minha corpa quase que como um olhar de criança curiosa e admirada por tudo que está observando, minha corpa se torna um delicioso mergulho, um reflexo, um pátio para brincar e sentir prazer. Questiono-me como que pode, um simples ato de olhar-se no espelho abrir tantas possibilidades distintas do que é a fisicalidade da minha corpa? Que imagem é refletida no espelho, qual é o espelho no qual aprendemos a nos olhar?

Nós conhecemos o conto de fadas popular da *Branca de Neve e os Sete Anões* que foi primeiramente registrado em formato escrito pelos irmãos Grimm em 1812 e divulgada pelo ocidente, muitas vezes recriada por olhares masculinos, como em livros, filmes, desenhos

animados etc, logo muitas de nós crescemos entendendo que o espelho é aquele objeto mágico que nos diz a verdade, que é capaz de refletir qual a maior beleza que existe, gerando até competição e rivalidades entre belezas – “espelho, espelho meu, existe alguém mais bonita do que eu?” pergunta a Rainha Má, na esperança de que apenas ela é detentora da maior beleza. Pensando sobre esse viés e com o passar dos meus anos de vida, fui ficando incomoda, principalmente com a versão eternizada no cinema produzida pela Walt Disney (1937), por entender o que havia numa história infantil dita inocente. Não me adentrarei em todas as problemáticas relacionadas a contos de fadas, mas pretendo refletir sobre três aspectos que o conto da *Branca de Neve* suscita ao ser recontada nessa adaptação de 1937 realizada pelos estúdios Walt Disney dos escritos dos irmãos Grimm.

O primeiro aspecto diz respeito à busca da beleza feminina, perpetuando uma visão de universalizada, ao menos ocidentalmente, de beleza e que apenas uma mulher cis branca, magra, delicada, bípede, gentil e servil é capaz de possuir beleza, se contrapondo a toda e qualquer outra expressão de feminino. O segundo, é o incentivo à competição e inveja feminina, sentimentos representados pela Rainha Má, que, apesar de ser rainha, não pode ser feliz sabendo que existe outra mulher considerada, de acordo com esses padrões, ainda mais bela. Tudo que a rainha dispõe, portanto, encontra-se ameaçado enquanto outra mulher ainda mais bela e mais jovem existir. Já a terceira observação que faço dessa narrativa de conto e simbologia do feminino é a própria associação moral aos corpos ditos belos e às corpos ditas feias. Enquanto que a Branca de Neve, a mais bela de todas, é a vítima, mocinha da história, uma mulher bondosa que representa uma leveza de ser e interagir com o mundo ao redor, trazendo as coisas mais maravilhosa a quem estiver em sua presença, a Rainha Má, como a própria titularidade já informa, é aquela personagem que, apesar de mostra-se como uma mulher bela e sinistra, possui um outro lado, o qual é personificado e demonstrado numa figura de uma bruxa feia e grotesca e é essa feiura que traz desgraça, infelicidade e negatividade ao reino. Esses e vários outros aspectos contidos nesse conto não são aspectos inocentes ou do acaso, eles fazem parte de uma construção e manipulação social enraizada na sociedade ocidental capitalista e são elementos extremantes poderosos de controle e subjugação de diversas corpos.

Naomi Wolf ⁶, feminista e teórica estadunidense, em seu livro *O Mito da Beleza* de 1992, discorre sobre como a questão da definição e padronização de beleza relacionada a

⁶ A jornalista e escritora estadunidense Naomi Wolf, apesar de ter seu livro *O Mito da Beleza* como um importante marco referencial dentro dos estudos feministas, vem sendo criticada nos últimos anos por sua postura e posicionamentos políticos que atingem outras singularidades de mulheres e de feminino. Dentro desta pesquisa, não irei abordar tais polemicas, contudo, devido ao teor político e de defesa das múltiplas singularidades e

aparência física das mulheres e seus comportamentos sociais é uma questão criada e propagada não por uma necessidade feminina e sim por um sistema social misógino e capitalista a fim de controlar os avanços e conquistas políticas das mulheres. De acordo com ela, a partir da criação de um mito de que as mulheres só podem receber amor e ter felicidade se possuírem beleza, essas mulheres estão mais suscetíveis a se submeterem a regras e normas instituídas pelo poder político e econômico, as quais são, primordialmente, regulamentadas por homens. Ela afirma que:

A “beleza” é um sistema monetário semelhante ao padrão ouro. Como qualquer, sistema, ele é determinado pela política e, na era moderna no mundo ocidental, consiste no último e melhor conjunto de crenças a manter intacto o domínio masculino. Ao atribuir valor às mulheres numa hierarquia vertical, de acordo com um padrão físico imposto culturalmente, ele expressa relações de poder segundo as quais as mulheres precisam competir de forma antinatural por recursos dos quais os homens se apropriaram. (Wolf, 1992, p. 15).

Na sociedade moderna, principalmente entre as mulheres, a questão da aparência não é um tema supérfluo e sem importância, pelo contrário. A necessidade e busca da beleza propagada socialmente é um fator importante que vai dizer, e muito, sobre as condições de acesso e de aceitabilidade em quase todos os domínios sociais. Contos como *Branca de Neve e os Sete Anões* e tantos outros que perpetuam a imagem de uma única forma de beleza e que só as mais belas tateiam seus sonhos, as que terão as vivências mais interessantes, dar a ideia para jovens meninas que somente sendo belas, é que a vida poderá acontecer para elas.

Quem é gorda sabe muito bem essa sensação de esperar até finalmente poder ter a vida acontecendo – esperar emagrecer para ser bonita, sendo bonita será amada, sendo amada terá um par romântico, afetos, amizades, saúde, terá como trabalhar e ter condições de uma boa sustentabilidade e utilidade social, alcançando metas estabelecidas pela sociedade da leveza, para finalmente, quem sabe, por todo seu merecimento, poder ter a chance de ser feliz. E ao emagrecer você comprovará para sociedade que você é uma pessoa determinada, disciplinada e merecedora de felicidade.

A estigmatização em relação a corpos gordos é enraizada nos preceitos de que quem é gorda é porque quer, que poderia mudar sua realidade, apenas tendo autocontrole e vontade, já que, pensando por esse caminho, quem escolhe ser gorda é uma pessoa que não tem cuidado consigo mesma, que é desleixada, sem higiene corporal adequada, que é improdutiva,

identidades de gênero que realizo em todo este trabalho, pontuo que aqui trago a voz da autora, dentro dos seus estudos sobre beleza e que foram analisados contextualizando o período histórico-social de sua publicação, mas que, diante de outros avanços e reflexões dos movimentos feministas, não condizem com o meu pleno posicionamento político.

preguiçosa, entre vários outros adjetivos para descrever todas as corpos que estão fora de um padrão adequado de peso estabelecido pelas normas sociais vigentes. Não é à toa que as imagens que são divulgadas de corpos gordas nas diversas mídias, como no cinema, na televisão, no teatro, na dança, são de corpos indesejáveis, infelizes e rejeitáveis, que qualquer outra construção narrativa possível se torna impraticável, e, dessa forma, se impede de ter pessoas gordas atuando como protagonistas em histórias de amor, com sucesso e felicidade. Apesar de alguns trabalhos artístico já estarem se contrapondo a essa questão de que corpos podem fazer ou não certos personagens, e de como podemos representar corporeidades nas artes, ainda hoje é pouco comum se ter personagens cânones da dramaturgia ocidental, a exemplo de Julieta, Antígona, Medeia, Blanche, que não sejam interpretadas por uma mulher, cis, branca, magra e sem deficiência, forçando corpos dissidentes a ouvir a famosa afirmação no meio artístico de que “você não tem o biotipo da personagem”.

Apesar da existência do trabalho artístico de pessoas gordas que se contrapõem aos estigmas gordofóbicos, sabemos que, em múltiplas linguagens artísticas, as corpos gordas são geralmente representadas como uma corpa gulosa, nojenta, desengonçada, engraçada, feia, desinteressante, sendo ou sonsa e boazinha demais que acaba sempre ouvindo confissões amorosas do amigo por quem está apaixonada ou grandes vilãs monstruosas e egoístas. Que para ser um corpo da dança é exigido dos corpos serem leves, magros, pois corpos pesadas não são capazes de realizar movimentos e ações que embelezem os olhares dos espectadores.

Como então, diante dessa realidade representativa tão estigmatizada de corpos gordas, podemos nos colocar em frente ao espelho, nos olhar e perceber a beleza existente? Nesse espelho social em que a imagem refletida é, na maioria das vezes, a imagem de corpos padronizados, os quais são detentores da beleza e das virtudes, segundo as normas estabelecidas, como se olhar e não buscar outra imagem distinta ao que se vê? A verdade é que nós, principalmente mulheres, sejamos gordas ou não somos desde pequena ensinadas que o nosso papel, que a nossa meta para alcançar a felicidade e sucesso começa antes de mais nada com a nossa capacidade de sermos belas. Jimenez-Jimenez afirma que:

São tantas exigências que, cada vez mais, está impossível chegar a ter uma beleza que passe pelo termômetro social; e ficar satisfeito com o próprio corpo, seguindo o que é imposto por esta sociedade a respeito de um corpo belo, saudável e alegre, passa a ser praticamente infactível. (Jimenez-Jimenez, 2022, p. 2).

É nesse cenário que nos é ensinado, desde cedo, a valorizar a todo e a qualquer custo a chance de sermos belas, uma vez que, segundo essa teoria, na beleza podemos ser felizes, mesmo que isso custe tudo que você possui, incluindo sua corpa. O corpo, nesse raciocínio, é

colocado como o maior bem que se detém, e por isso é sua responsabilidade torná-lo o mais valioso, chamativo, produtivo e belo. Ouvimos o quanto o nosso corpo é nossa máquina, nosso templo, nosso cartão-postal e ele deve, por isso mesmo, se adequar a todas as exigências que a sociedade lhe impor, como afirma Jimenez-Jimenez:

O corpo, no mundo contemporâneo, é entendido como figuração social, é a partir dele que juízos de valores são emitidos. Esse corpo deve ser arquitetado, construído, plasmando sua forma, encobrindo suas fragilidades e envelhecimento. Assim, nosso corpo é um investimento a ser edificado numa melhor aparência possível. (Jimenez-Jimenez, 2022, p. 53).

Assim se inicia as inúmeras formas e caminhos para mudar sua corpa, tornando-a mais próxima do que é dito que deva ser. Fazemos diversas atividades físicas, realizamos restrições alimentares, recorremos até mesmo a procedimentos cirúrgicos para transformar nossas corpas. A preocupação com a forma e peso da corpa chega muito cedo, principalmente entre as mulheres. É raro você encontrar alguma mulher na sociedade contemporânea ocidental que não tenha, de alguma forma, se submetido a algum procedimento com o desejo de mudar algo em sua corpa – e geralmente é no ato de se alimentar que começam tais buscas.

O alimento deixou de ser algo natural e espontâneo para se tornar um momento organizado, planejado de acordo com metas estabelecidas, principalmente em contexto elitista e de classe média. Em geral, o desejo passou a ser o de comer e perder peso, a dieta tornou-se uma prática entre as mulheres, e, como afirma Wolf, “A seita da perda do peso recruta as mulheres desde cedo, e os distúrbios da nutrição são seu legado” (Wolf, 1992, p. 240). Ela ainda afirma que:

As mulheres não acham que têm direito a alimentos em quantidade suficiente por terem sido ensinadas desde o berço a se contentar com menos do que precisam, numa tradição passada por uma linha interminável de gerações. (Wolf, 1992, p. 253).

A indústria da dieta, ensina a nós mulheres a entender o que devemos ou não comer, pautando-se na fixação de determinadas medidas e imagem corporal, ao modelar a corpa a partir daquilo de mais íntimo para a sustentação e manutenção da vida, o alimento. Acerca desse aspecto, anuncia Virgie Tovar: “A dieta é o resultado da crença de que não merecemos viver uma vida de acordo com os nossos próprios termos, e essa crença é tão arraigada e abrangente que afeta até mesmo cada colherada de comida que consumimos.” (Tovar, 2018, p. 62)

Esse poder de definir o que se deve ou não ser consumido por uma corpa, na pressão de uma imagem de corpo a ser alcançada, muitas vezes causa diversos tipos de distúrbios alimentares, uma vez que somos apartados do processo natural do nutrir, e passamos a regular,

controlar, por preceitos externos, o que e quanto se precisa comer. Wolf denuncia que “o hábito da dieta é o mais possante sedativo político na história feminina”. (Wolf, 1992, p. 248)

O psiquiatra José Fernando Neto fala como o século XX é responsável pela criação do que ele nomeia de cultura do corpo e como, por causa dessa cultura, foram elaboradas novas concepções de beleza e saúde, e, junto a isso, novas exclusões, delimitando, então, novas patologias (Neto, 2004):

Há, sim, muitos problemas criados na vida das pessoas pelos mitos e exigências dessa cultura do peso. Em muitos, provoca apenas desconfortos e dificuldades na esfera do pertencimento a grupos sociais; em outros, causa, por exemplo, transtornos sérios à auto-imagem e à auto-estima” (Neto, 2004, p. 113).

Apesar de nos últimos anos estarem crescendo e surgindo movimentos que buscam valorizar a beleza da corpa gorda, expandindo um mercado de moda *plus size* – que se refere a um setor da moda focada em fabricar roupas para números de manequim que vai geralmente do 44 ao 60 – ainda assim esse aparente avanço constrói, em si mesmo, exclusões extremas. Hoje nesse setor é possível encontrar até mesmo uma padronização do que é ser uma gorda bonita, que tem que ter traços de rosto específicos, uma harmonia nos tamanhos de busto, barriga, braços, pernas, costas e quadril, e uma cor de pele que sempre foi associado a cor branca, perpetuando e alimentando, ainda, toda uma rede de discriminação a outros formatos de corpos, além de racismo. Além disso, muitas vezes a moda *plus size* tem valores extremamente altos, sendo possível só de ser adquirido e consumido por uma classe média e elite social. Boa parte da população não tem as condições financeiras de poder vestir-se e transformar suas gorduras em formosuras de beldades.

As pressões de uma sociedade guiada por um mito de beleza que cultiva uma cultura do corpo, faz com que corpos fora de qualquer espécie de padronização, e aqui me atenho mais a realidade que conheço na minha pele expandida de uma corpa gorda, transforma toda e qualquer percepção de si, de auto imagem em algo extremamente distorcido. E quando falhamos, quando mesmo seguindo todos os preceitos ordenados para mudarmos nossas corpos, continuamos a ser corpos pesadas, expandidas e volumosas, sentimos então a dor, angústia e decepção da constatação do nosso fracasso, Tovar diz que:

A indústria da dieta usava palavras como “fácil” e “simples” para manipular as pessoas que fazem dietas e fazê-las acreditarem que, se suas orientações não geraram os resultados esperados, a culpa é nossa – nós não as seguimos da maneira correta. [...] A dieta não leva ao resultado que, teoricamente, deveria levar, mas acarreta um monte de outras coisas: baixa autoestima e diminuição do poder de negociação durante o ato sexual [...]. Pessoas gordas sentem mais ansiedade no dia a dia. Sentimos os efeitos de algo chamado “estresse de minorias” – as consequências negativas da discriminação, da crueldade e do ostracismo social para o corpo, ao longo da vida. (Tovar, 2018, p. 28-29).

Para Tovar (2018), a indústria da dieta trata-se de um domínio econômico e político que adormece e desumaniza inúmeras corpos, e vem adotando mecanismos de ação com outras roupagens, sendo hoje, por exemplo, mais utilizado termos como *light*, *lowcarb*, *fitness*, de modo que substituem a palavra “dieta” e “regime” a fim de que possam se respaldar no argumento de saúde. No contexto cultural brasileiro, essas alterações de nomenclatura vão além, pois se escoram no estrangeirismo como verdadeiras arapucas para conservar a cultura do corpo e para emboscar corpos desavisadas. A indústria tem como finalidade buscar uma associação considerada mais positiva, um sinal de conquista para o ato de perder peso, continuando a ter a mesma essência de controle de padrão para vivências corporais específicas e subjetivas. Sobre o desaparecimento do vocábulo “dieta”, Tovar afirma que:

A ascensão concomitante da positividade corporal, da moda *plus size* e do uso de aplicativos fitness levou à quase extinção do termo “dieta”. Porém, trouxe uma linguagem nova, mais específica e dinâmica. É o processo de transmutação de “fazer uma dieta” (ou seja, a restrição de calorias) em “cuidar da saúde”. [...] Nos anos, seus benefícios foram totalmente reduzidos a perda de peso. Mas hoje, em vez de chamá-lo de “dieta de suco” ou “dieta líquida”, é simplesmente chamado de *juicing*, trazendo o termo para fora da área definida de perda de peso e o introduzindo em uma área cinza onde o objetivo da perda de peso torna-se incerto ou plausivelmente negável. No entanto, se houver a crença de que o *juicing* tem benefícios incríveis para a saúde, mas leva ao ganho de peso, a prática perderia todo apelo para as mulheres. (Tovar, 2018, p. 22-23).

As pressões que vivemos, principalmente nós mulheres, ocorrem muito cedo, antes mesmo de termos uma noção do que é nossa própria imagem. Pessoas gordas, pessoas negras, indígenas, trans, com deficiência são ensinadas que suas corpos são e estão erradas, que elas devem mudar, ou ao menos atenuar as características corporais que lhe pertencem e as fazer ser distintas da normatividade branca, cis, bípede, a todo custo, pois só assim elas terão chance de felicidade e pertencimento na sociedade. Como essas agressão e violência ocorrem ainda no início da vida, os nossos primeiros reflexos no espelho nunca dizem respeito ao que nossas corpos são, mas sim o que elas deveriam ser.

Nas últimas décadas tem surgido movimentos como o *body positive* e #CorpoLivre que buscam combater noções relacionadas as pressões estéticas sociais, principalmente interligadas a corporeidades femininas, promovendo um discurso de aceitabilidade da beleza das diversas corporeidades, no intuito de possibilitar o empoderamento corporal, como explica a artista Thaís Putti em sua dissertação de mestrado:

O Body Positive teve origem nos Estados Unidos, em 1990, e aposta na ideia positiva e otimista de que todas as pessoas são perfeitas e devem se amar como são, independente do seu corpo. No Brasil, o Body Positive deu origem ao movimento #CorpoLivre, impulsionado pela criadora de conteúdo para internet Alexandra Gurgel, que prega a aceitação corporal principalmente pelo viés da moda. (Putti, 2021, p. 63).

Esses movimentos, entretanto, são direcionados a questões de aparência e não ao combate estrutural das violências sociais que excluem corporeidades dissidentes, como o combate a gordofobia. As pressões estéticas são relevantes ao refletirmos sobre corpos gordos pois elas alimentam os estigmas e preconceitos relacionados a estas corporeidades, contudo a questão estética é apenas um dos fatores que vivenciamos ao sermos corpos gordos, quando falamos de gordofobia nos referimos a algo ainda mais profundo, a exclusão social da existência dessa corporeidade, Jimenez-Jimenez afirma que:

A pressão estética é uma opressão que todo mundo sofre, os magros, os gordos, loiros, altos, negros e baixos, porque existe uma opressão a todos os corpos para acompanharem, buscarem e conquistarem o corpo padrão socialmente [...] A gordofobia vai muito além dessa opressão, pois é uma discriminação que leva à exclusão social, visto que os corpos gordos perdem a humanidade, são estigmatizados, humilhados e banidos do convívio social. (Jimenez-Jimenez, 2020, p. 60).

Outro aspecto a considerarmos quando nos referimos a esses movimentos de combate as pressões estéticas é que eles são movimentos localizados, geograficamente e socialmente, em uma classe média jovem, atingindo seus interesses. É necessário considerarmos inúmeros fatores, de raça, gênero, classe econômica, idade, estrutura de corpo, quando falamos de uma sociedade guiada por um mito da beleza, dado que são recortes fundamentais para entendermos a devastação social ocasionada pelas pressões estéticas. Discursos descontextualizados, por exemplo, voltados aos temas de amor próprio e de empoderamento precisam ser empregues com muita consciência, senão tornam-se mais um reforço de exclusão e angústia, uma vez que criam a noção de que o amor próprio é uma escolha e um ato do indivíduo, quando na verdade também está contido em uma construção social e coletiva. Precisamos não apenas alargarmos espaços para uma diversidade corporal ser referenciada em sua beleza, mas também que essas corpos possam de fato existir e pertencer as estruturas sociais vigentes, sem serem excluídas ou violentadas por não serem as medidas padronizadas estabelecidas, para assim construirmos juntas a força de um amor próprio. Por isso a importância e significação de grupos, militâncias e coletivos que se unem entre si para empoderar-se em uns aos outros. A força coletiva fortalece e rega a possibilidade de amor por si e por sua corpo como ela é, sendo apenas em espelhos alargados, refletindo uma diversidade de imagens, que conseguiremos olhar para o lado, em seguida para si e perceber a beleza que possuímos.

2.3 #abaixo as *life coaches*: mostra tuas taxas que mostro as minhas

Há muito tempo minha relação com a pele deixou de ser uma relação essencialmente metafórica, para se transformar numa relação estreitamente visceral. Vocês podem me acompanhar? Alguém pode tirar minha blusa? *(olho no espelho quebrado, pego um batom vermelho e escrevo 2008 na minha barriga, ao longo de uma grande cicatriz*

cirúrgica) Os primeiros cortes que levei foram os cortes das palavras e dos olhares, até que em 2008 resolvi torná-los um único corte – físico – na esperança que eles assim parecem. A partir daí deu início a um processo de mudança de corpo e de pele muito rápido e intenso, tão intenso que muitas vezes me senti uma estrangeira no corpo que habitava. *(Olho para alguém da plateia)* Tu pode tirar meu top? *(pego o batom e escrevo ao longo dos dois antebraços, na linha dos seios e na região da inferior do abdome, datas dos anos das cirurgias plásticas realizadas nessas partes corporais.)* Novos cortes me foram exigidos, agora cortes para retiradas de sobra de peles, e lá estava eu diante de um outro olhar, diante de uma outra pessoa a discutir que formato teria meu corpo. Era muito abstrato para mim imaginar como ficaria meu corpo; nesse momento tive que literalmente entregar o meu corpo a uma outra pessoa, a um outro olhar, que iria moldá-lo. Com esses cortes, novas sensações me surgiram. Hoje sinto o traçar de linhas que cobrem e sustentam a pele do meu abdômen, às vezes me machuca, me incomodam; os meus braços ficaram com um formato desigual; não gosto dos meus seios, lugar onde me encontrava na minha sensualidade, na minha sexualidade, hoje é a parte do meu corpo que menos gosto, não reconheço seu formato e ausência de sensações. Alguém pode retirar minha saia? *(nesse momento, completamente nua, pego o batom e desenho traçados de linhas, semelhante aos tracejados realizados antes de uma cirurgia plástica para indicar o local que será cortado. Desenho essas linhas nas minhas costas e pernas)* Hoje, preciso decidir se trago esses cortes para minhas pernas, para minhas costas, novamente entregando o meu corpo para uma outra pessoa moldá-lo ou se deixo meu corpo como está, se fazendo e se formando no seu próprio tempo e ritmo, mas continuando a receber os cortes das palavras e dos olhares. (Rosa, 2016).

“É pelo seu bem, é pela sua saúde!” Essa simples frase é sem dúvida uma das mais ouvidas e mais terríveis que escutamos ao ser uma corpa grande, uma corpa pesada, uma corpa gorda. Nesse momento, preciso respirar profundamente, meu coração já se acelera, lágrimas se preparar para se debruçar sobre meu rosto. Esse é um momento que reflito sobre uma das maiores violências cometidas a nossas corpos gorda, a violência do argumento do bem estar e da saúde. É sob a proteção da justificativa de que te querem bem que outros corpos, de desconhecidos e de conhecidos, pessoas que circundam seu dia a dia, se sentem no direito de violar e interferir na liberdade de escolha de corpos gordas, de comandar os processos, mudanças e tempos de nossas corpos, Tovar diz que “a gordofobia é uma forma de preconceito, ocultada pela linguagem naturalizadora da beleza e da saúde e a falsa narrativa da preocupação” (Tovar, 2018, p. 18). Essa falsa narrativa tem um poder enorme sobre diversas vidas e são alimentadas por um sistema que se beneficia em deixar nossas corpos com medo para que sejam controladas por ideais e atitudes que mantêm a norma e poder hegemônico instituído.

Corpas como a minha são controladas desde sempre por amigos, família, professores, que procuram regrad o que devemos ou não ser. No meu privilégio branco, reconheço que ao nascer tive uma primeira chance de ser vista como um ser humano, o que não ocorre com corpos negras e indígenas, que são já ditadas, nessa sociedade racista, como corpos animalesca e selvagens, ou com corpos com deficiência, as quais recebem uma classificação de “anormais”, estranhas e doentes. Por ter sido classificada como mulher no meu nascimento, gênero pelo qual me identifico, fui desde os primeiros anos de vida me sujeitando a determinações para

habitar um corpo feminino, porém o fato de ser uma corpa gorda desde minha infância me fez vivenciar a realidade de ser lida sempre através de comparações com corpos femininos normativos e, partindo do que eu não era, passei a ser referenciada a objetos ou animais corpulentos – saco de banha, bola, baleia, elefante – diminuindo a minha condição de ser humano. Apesar de os meu pais não estabelecerem com a minha corpa uma relação de regulação e de controle constante, mesmo assim vivi muito cedo a sensação de ser vigiada por outros olhares sobre minhas ações diárias. Tios, primos, amigos, professores e até mesmo estranhos, estavam sempre a observar o que eu comia, o que fazia no meu dia, o que vestia, e exerciam um direito concedido, não por mim, mas por toda uma estrutura social, que poderia se questionar sobre minha corpa, assim como interferir sobre a minha autonomia.

“Você não deve comer isso”, “é melhor usar roupas escuras para disfarçar mais as gorduras”, “você não acha que mostrar seus braços assim desvaloriza seu corpo? É melhor usar blusa com mangas?”, “você deveria fazer mais exercícios físico”, “seja mais simpática, engraçada, agradável”, “não seja grosseira, eles só estão brincando”, “leve na esportiva”, “você engordou mais essa semana, não foi? Está se abandonando?”, “parabéns, você está mais magra, muito bem”, “você está se cuidando?”. São tantas as falas e interferência que sofremos de outras pessoas que crescemos com a percepção que nossas corpas não são nossas, e que elas não existem como são, como se, na verdade, fossem projetos de corpas a serem moldadas de acordo com os olhares externos que recebemos, que o máximo que te pertence é a habilidade ou não de conseguir ser a corpa desenhada e exigida pelos outros.

Como visto anteriormente, sofremos na mão de uma sociedade que dita constantemente padrões para que uma corpa possa ser vista como bela e assim ter mais acessibilidade na sociedade. Esses padrões influenciam diretamente as experiências e escolhas corporais e de vida que vivemos, principalmente nós mulheres. Contudo, o que até um tempo atrás era considerado uma questão estética, hoje vem se firmando a partir de mais uma roupagem, a roupagem do bem-estar, da saúde. A necessidade de deixar de ser gorda não é só por aceitação de padrões de beleza social, é principalmente por uma necessidade de saúde, assim fazem crer. Entretanto, o que significa isso, saúde? O que define o que é ser uma corpa saudável e uma corpa doente? Quem cria e determina estas respostas?

As pesquisadoras Jimenez-Jimenez, Cruz, Merhy e Moreira, em seu artigo *Gordofobia, fascismo e saúde em tempos pandêmicos*, refletem exatamente sobre essas questões. Elas apontam que não existe um conceito científico único que defina saúde, que este conceito e valores fazem parte de uma construção socio-cultural-histórica e como tal não são

determinadores inquestionável e que a própria descoberta do que faz bem ou mal a uma pessoa depende de como vivenciamos e revelamos sensações e sintomas corporais. Essas(e) pesquisadoras(e), trazendo as ideias do filósofo Canguilhem, falam que:

Canguilhem (1982) foi um filósofo médico francês que se debruçou sobre as concepções de normal e patológico a partir do discurso biomédico, que é um modelo mecanicista porque generaliza e simplifica o que consideramos nos consultórios médicos. Para o autor, a ideia de patologia e anormalidade ou doença e normalidade não pode ser desassociada do organismo e do ambiente em que ele se encontra. A investigação analítica desse conceito não pode deixar, portanto, de levar em conta os valores e as construções sociais. Ou seja, a análise deve estar marcada por estudos socioculturais. Para o filósofo, estar ou ficar doente nada tem a ver com fenômeno biológico e/ou objetivos, porque o que se considera saudável ou doente sempre estará submerso nas subjetividades. (Jimenez-Jimenez, Cruz, Merhy, Moreira, p. 35, 2023)

Nesse sentido, categorizar, de forma generalizante, quem é saudável e quem é doente, é uma ação opressiva e estigmatizante, e que não compreende que essas determinações estão sendo construída em um tempo e espaço por visões socioculturais banhadas em subjetividades humanas. Quando falamos, dessa forma, em corporeidades gordas, não estamos apenas desafiando preceitos estéticos, estamos também concordando ou combatendo ideias sobre doença e saúde. Pois conforme podemos observar das reflexões acima, dos estudos transdisciplinares gordo, ao falarmos sobre corpos gordos serem ou não consideradas doentes, não podemos deixar de levar em conta os contextos e estudos socioculturais sobre estas corpos. Por exemplo, em um contexto eurocentrado, a forma que a corpulência gorda era tratada e o que era simbolizado, foi ao longo dos séculos sendo alterados. Corpos gordos eram sinais de saúde, riqueza, status e beleza, Georges Vigarello (2012), historiador e sociólogo francês contemporâneo, em seu estudo sobre as modificações simbólicas e sociais da corpa gorda, comenta como durante muito tempo na História do ocidente a imagem de estruturas corpulentas eram sinal de muito prestígio e bem estar, mas que tudo isso se modifica, principalmente a partir da era moderna europeia. Ele afirma que:

A história do gordo está ligada a essas reviravoltas. O desenvolvimento das sociedades ocidentais promove o afinamento do corpo, a vigilância mais cerrada das silhuetas, a rejeição do peso de maneira mais alarmada, o que transforma o registro da gordura, denegrindo-a⁷, aumentando o seu descrédito e privilegiando insensivelmente a leveza. A amplitude de volume afasta-se cada vez mais do refinamento, enquanto a beleza se aproxima mais e mais do que é magro, esquivo. (Vigarello, 2012, p. 10-11).

Sant'Anna (2016), em sua pesquisa sobre corporeidades gordas e magras no Brasil, também comenta como a imagem e prestígio de corpos gordos foram sendo alteradas ao longo dos tempos. Ela demonstra como corpos gordos eram simbolizadas de duas formas, ou enquanto

⁷ Essa palavra se encontra na tradução do português citada, contudo pontuo o fato de ser uma palavra da língua portuguesa de cunho racista e por isso mesmo, diante de todo avanço reflexivo e de luta antirracista ela é uma palavra inapropriada de uso nos atuais tempo.

peessoas de alto poder aquisitivo, que possuíam status sociais e riquezas ou pessoas de aparência estranha, sendo sua corporeidade motivo de piadas e chacotas, seja pelo seu formato físico e/ou pelo comportamento estigmatizado de serem pessoas gulosa e desajeitada. Só depois a corpa gorda passou a ser visto como patologia, principalmente em meados do século XX:

A obesidade ainda não era um foco de problematização, como ocorrerá mais tarde. Ela era mencionada entre moléstias anunciadas na propaganda impressa, mas suas especificidades não possuíam grande destaque. Obesidade também não era um termo de uso corrente. (Sant'Anna, 2016, p. 22-23).

Podemos observar pelos estudos históricos que ter uma corpa gorda era sinal de uma alimentação farta, de uma corpa forte, de um status de prestígio, mas a mudança de imagem de corpas saudáveis para corpas propensa a doenças e, posteriormente, corpas doentes, nos princípios do século XX, é impulsionada não só necessariamente pelo interesse científico, mas pelo interesse de moralidade, de capital, entre outras questões que vamos ver mais adiante. Poulain comenta que “a obesidade se tornou uma questão de saúde pública quando foi evidenciada, pelas empresas de seguro norte-americanas, as relações estatísticas entre a corpulência e a expectativa de vida, por um lado, e as despesas com a saúde, por outro.” (Poulain, 2013, p. 143).

Sabrina Strings, professora e pesquisadora da Universidade da Califórnia Irvine, em sua análise da relação da gordofobia na sociedade dos Estados Unidos, relacionando gênero e raça a essa fobia corporal, diz que:

[...] a ideia de “peso normal” não surgiu na área médica. Em vez disso, sua ascensão pode ser atribuída às ações e políticas das companhias de seguros. Começando por volta de 1900, as companhias de seguros de saúde começaram a surgir na América do Norte. [...] em uma época em que a grande maioria dos empregados assalariados eram brancos e do sexo masculino, o resultado foi que os dados sobre homens brancos de classe média em idade produtiva formaram a base das primeiras tabelas de “peso normal” dos Estados Unidos. Em pouco tempo, o que era conhecido como “padrões médico-atuariais de peso e saúde” infiltrou-se na área médica. (Strings, 2019, p. 193, tradução própria.).

Strings alerta que existe uma origem racista e religiosa na gordofobia, que se agarra no discurso de preocupação com a saúde de pessoas gordas, já estigmatizadas, e surge com o intuito de corroborar com os interesses econômicos e a manutenção de poder e status da população branca, em especial a população branca de elite, já que “a gordofobia e o desejo de magreza são muito mais do que descobertas médicas empíricas. Eles começaram como uma forma de instituir o que Pierre Bourdieu chamou de “distinções sociais”. (Strings, 2019, p. 214). Ela ainda afirma que:

Nos Estados Unidos, a gordura tornou-se estigmatizada como negra e pecaminosa. E no início do século XX, a magreza foi cada vez mais promovida na mídia popular como a personificação correta das mulheres protestantes anglo-saxônicas brancas. Só

depois que essas associações já estavam em vigor é que o estabelecimento médico começou seu esforço conjunto para combater o “excesso” de tecido adiposo como uma importante iniciativa de saúde pública. Dessa forma, a fobia da gordura e a preferência pela magreza não têm sido, principal ou historicamente, sobre a saúde. (Strings, 2019, p. 12, tradução própria).

O entendimento copulado pela medicina e que se torna extremamente difundido pela imprensa e relações sociais de que ser magro proporciona saúde, enquanto a gordura condena as corpos e as adocece, fortalece inúmeros estigmas relacionados a pessoas gordas, transformando o fato de possuir um peso acima do considerado “normal” como um fator de risco à vida. Hoje, desde a década de 1990, quando a obesidade é incluída na nosografia – categorização e definição de doenças – da *International Classification of Diseases*, (Poulain, 2013) ser gorda não é mais só um fator de risco, é uma doença em si:

A obesidade adquiriu então estatuto de “fator de risco”. Como tal, ela deveria ser evitada e vigiada, mas ainda não era considerada como uma doença. Depois, rompendo com este conceito, a obesidade foi vista e designada como doença, e, mais ainda, como uma doença mortal e epidêmica. (Poulain, 2013, p. 143).

Eis um dos maiores perigos referentes ao tratamento social que corpos gordas recebem: além de toda a estigmatização de serem vistas como corpos feias, desengonçadas, preguiçosas, sujas, indisciplinadas e sem auto controle, elas passaram a ser classificadas como corpos doentes, resumidas a codificação CID: E66⁸. Essa categorização não se preocupa com o que compõe cada corpo gordo, com sua singularidade, suas taxas sanguíneas, seu funcionamento de órgãos, sua viabilidade de vida, sua genética elas são doenças, e é sob essa definição que muitos e muitas encontram a justificativa de condenar a existências de corporeidades gordas. Jimenez ao citar a escritora Jarid Arrares diz que:

[...] a própria preocupação com a saúde de quem é gordo já demonstra indícios de gordofobia, uma vez que se assume que aquele sujeito tem problemas de saúde só por estar acima do peso, enquanto pessoas magras não são abordadas e questionadas a respeito de seus níveis de pressão arterial por exemplo. Alegrementemente, acontece que, culturalmente, quem é magro é visto inicialmente como saudável independente de outros fatores. (Arrares 2019, apud, Jimenez-Jimenez, 2020, p. 3).

Minha corpo, onde quer que chegue, é entendida como uma corpo doente, triste, descontrolada. Possuir essa corpo e trabalhar com ela artisticamente me coloca, normalmente, em perspectivas opostas, visto que enquanto experimento mover, criar, dançar com ela, sinto vida, força e bem estar, ao mesmo tempo, quando me deparo com os olhares ao redor, percebo a constante imagem de uma corpo mórbida, preste a falecer, repleta de dor e de mal estar. Lógico que minha corpo possui fragilidades, sinto dores decorrente de lesões na lombar, tendinite no ombro, e várias outras sensações, assim como diversas corpos sentem, inclusive os corpos

⁸ Classificação Internacional de Doenças.

magros, no entanto quando busco auxílio médico, sempre existe a culpabilização da minha corpa, de qualquer mal estar que esteja vivendo, e muitas vezes sequer sou examinada, e sou imediatamente questionada sobre meu estilo de vida, para chegar a um possível diagnóstico que explique aquela fragilidade. Em consequência, a culpa de todos os sintomas que posso vir a ter, é sempre, no consultório médico e na sociedade, depositada no meu peso, e a solução é sempre a mesma: “você precisa emagrecer”.

A questão do peso e do tamanho de uma corpa foi adquirindo mais espaço nas ciências médicas, uma vez que as corpas gordas foram sendo mais estudadas e obtendo mais interesse enquanto objetos a serem analisados nas pesquisas de saúde, mesmo que muitas dessas investigações desconsiderassem ou mesmo desassociassem os diversos componentes que constroem a existência daquela corpa, como fatores raciais, culturais, sociais, econômicos, políticos. Porém, para uma maior visibilidade e validade de dados e análises relativos a corpas gordas, a medicina desejava encontrar uma forma de conseguir criar parâmetros e classificar o peso dessas corpas, por exemplo concebendo uma definição sobre “ser gorda” e indicando numericamente sobre o momento que uma corpa sai da “normalidade” e como menciona Jimenez (2020) passa a ser um perigo, uma bomba relógio preste a explodir com adoecimentos.

Apropriando-se um pouco do contexto histórico, em 1832, na Bélgica, Adolphe Quetelet, estatístico e sociólogo, cria uma fórmula matemática com o intuito de acompanhar e estudar o processo natural de mudança de peso ao longo da vida humana, medindo o peso e altura do indivíduo em períodos diferentes de seu crescimento. A partir daí, em meados do século XX, Ancel Keys (1904-2004), fisiologista estadunidense, propõe que a fórmula de Quetelet seja a solução para uniformizar e universalizar o diagnóstico de corporeidades acima do peso indicado na fórmula, passando a dar um novo nome a formula de Quetelet de *Body Mass Index* (BMI), ou em português de Índice de Massa Corporal (IMC) para a equação P/A^2 (peso, em kilograma, dividido pelo quadro da altura, em metro) e ela passa a ser reconhecida e utilizada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para medição classificadora de massa corporal nas categorias de normal, sobrepeso, obesidade e obesidade mórbida. Sobre a necessidade de encontrar uma única forma para avaliar e classificar corpas gordas, Poulain fala que:

A uniformização foi uma etapa importante do desenvolvimento da pesquisa em epidemiologia, mas teve uma série de consequências mais ou menos inesperadas. Vulgarizando-se e difundindo-se no corpo social, as classificações dos índices de massa corporal tendem a se transformar em normas sociais de corpulência

“aceitáveis”, “desejáveis” ou “desviantes”, sustentando assim o processo de estigmatização. (Poulain, 2013, p. 177).

Hoje, o IMC tornou-se uma equação extremamente conhecida, mas também muito criticada, devido a ser um caminho numérico que desconsidera inúmeros fatores em relação a avaliação de corpos gordos pelos setores da saúde. Ainda assim, é baseada nessa formulação que corpos gordos são classificadas como corpos propensas a problemas de saúde ou como corpos doentes – a chamada corpos em estado mórbido – onde hoje se encontra a minha corpo.

Passo boa parte da minha vida social sendo questionada sobre o fato de ser ou não uma corpo saudável, em vez de se debater a própria noção do que significar ser ou não saudável, fica subentendido que eu, enquanto uma pessoa gorda, devo andar com meus exames laboratoriais debaixo do braço para provar saúde e poder ser mais tolerada. O que mais me impressiona é que se eu não for “saudável”, se eu tivesse alteração nas minhas taxas de colesterol, hormônio, glicose, se eu for diagnosticada com diabetes, pressão alta e/ ou outras doenças, as quais são automaticamente associadas a corpos gordos, a sensação de morte e responsabilidade que recai sobre minha corpo gorda e as demais corpos como a minha e que nos fazem sentir vergonha e culpa pelas doenças que podemos ter, nos impedem, na maioria das vezes, de procurar por espaços de tratamento para nossas fragilidades corporais, já que vemos que um dos ambientes mais gordofóbicos é exatamente os institucionais de saúde.

Ao ser classificada pela ótica da medicina como uma “obesa mórbida” sofri diversas pressões médicas na minha juventude para modificar minha corpo. Durante muito tempo ignorei e como mencionado decidi realizar o procedimento cirúrgico bariátrico. Nos meus 26 sem nenhuma alteração de taxa ou qualquer problema de saúde, fui classificada como doente e fui então cortada, com subsequentes sofrimentos.

Logo após a cirurgia, vivi momentos intensos e opostos, de tristeza e cansaço da realidade física que acarretava aquele corte, e outros de euforia pela aceitação que passava a vivenciar nos meios sociais. No meu novo dia a dia, sofria com dores físicas ao mesmo tempo que recebia elogios por estar perdendo peso. Senti a diferença de olhares na rua e no meu entorno social, passei a viver facilidade em comprar roupas, em viver os espaços sociais, até mesmo em conseguir trabalhos na cena e como professora: era impressionante a mudança de viver nesse mundo, o mundo onde minha corpo era aceita, por estar deixando de ser gorda ou por estar mais dentro de um padrão de uma gorda menos corpulenta, mas os gritos de dor, os mal-estares que vivia decorrentes da cirurgia, isso não interessava as pessoas ao meu redor, e fui então mais uma vez, aprendendo a gritar sozinha na minha dor.

Fiz diversas cirurgias plásticas porque entrei em uma urgência absurda em ter uma ainda mais corpa bela e aceita, afinal, conseguia sentir o gostinho do que seria ser aceita e admirada corporalmente. Lógico que as pessoas não acompanhavam os mal estares que passava, as dores enormes, principalmente pós-operatório dos procedimentos plásticos, os medos de não entender como ficaria minha corpa, o respirar fundo toda vez que entrava na sala de cirurgia. Repleta do argumento de que é pela sua saúde, a sociedade da leveza na verdade nos treina, principalmente as mulheres, a entender que estar de acordo com os padrões estabelecidos para embelezar sua corpa é mais importante do que as próprias sensações dessa corpa, como se existisse uma compensação por trás.

Ouvia principalmente dos cirurgiões plásticos antes dos procedimentos frases como “não se preocupe, pode haver um pouco de incomodo no lugar, mas vou receitar medicamento para dor e logo logo vai passar”. Sobre isso, Wolf comenta que:

A dor pela "beleza" é banal por se supor que as mulheres optam por ela de livre e espontânea vontade. É essa convicção que impede que as pessoas vejam que o que a Era da Cirurgia está fazendo com as mulheres constitui uma violação dos direitos humanos. A fome, a náusea e as cirurgias invasivas da reação do sistema contra o feminismo são armas políticas.” (Wolf, 1992, p. 343).

Somos treinadas a aceitar dores, a entendê-las como pequenos mal-estares para o progresso de aperfeiçoamento corporal. Desde muito cedo vivemos gradativamente procedimentos dolorosos – depilações, inflamações nas articulações por exercícios físicos em excesso ou feitos em posturas inadequadas, pressões emocionais e psicológicas – para tornar nossas corpas belas e com os anos vamos nos tornando “insensibilizadas” por acostumarmos a essas dores:

Uma quantidade suficiente de dor torna as pessoas insensíveis [...] Os reflexos de um corpo saudável levam-na a evitar a dor. A fixação na beleza, no entanto, é um anestésico, com a capacidade de tornar as mulheres ainda mais parecidas com objetos por meio da cauterização da sensação.” (Wolf, 1992, p. 332).

Quando comecei a emagrecer e a seguir esse caminho do *no pain, no gain* (em português, “sem dor, sem ganhos”), expressão utilizada na indústria fitness e de esporte competitivo norte-americana como forma de estímulo ao pensamento neoliberal de meritocracia, após uma vida de exclusão sem poder jogar nesse mundo social e por isso estava com muita ânsia em continuar no jogo, percebi que eu falhei. Apesar de emagrecer muito, eu ainda era gorda, eu não havia me tornado um corpo magro. Dentro da militância gorda existe uma conceituação de “gordas menores” e “gordas maiores”, referenciando o tamanho da corpa gorda e estando pautada no nível de aceitabilidade dessas corpas nas estruturas sociais, ou seja, o grau de gordofobia que essas pessoas sofrem ao viver na sociedade. Enquanto gordas menores

sofrem com as pressões estéticas sociais, com a estigmatização de suas corpos pelas pessoas considerarem suas corpos erradas, engraçadas e desengonçadas, elas ainda conseguem ter acessos a infraestruturas básicas como caber em roupas de lojas mais conhecidas e acessíveis, poder ocupar espaço em transportes públicos, ter seu peso aceito em macas e máquinas hospitalares. Já as gordas maiores, além de todo o estigma que também sofrem, não possuem espaços e infraestruturas que permitam suas corpos caberem, sendo muitas vezes hostilizadas e repudiadas do convívio social. Como explica a socióloga Natalia Rangel, ao ser citada na pesquisa de Jimenez:

Para tentar diferenciar pessoas gordas que sofrem mais opressão e outras que sofrem menos por causa da variedade de tamanhos de pessoas gordas, foram criadas as categorias “gorda maior” e “gorda menor”. Essa classificação busca evidenciar o lugar de opressão maior em que está localizada a “gorda maior”. É possível fazer relação com a noção de colorismos que há no movimento negro, em que quanto mais escura a pigmentação da pele da pessoa, mais preconceito e racismo ela sofrerá, em especial, em países colonizados por europeus. O mesmo aconteceria com as pessoas gordas maiores. Há a preocupação no ativismo gordo de que este seja tomado pelas pautas das gordas menores, excluindo as pautas das gordas maiores que já são mais marginalizadas pela sociedade. Mas como é feita essa classificação? A variedade de corpos gordos é muito grande, o que dificulta a definição. Outra preocupação dentre ativistas gordas/os é de que o próprio ativismo acabe excluindo pessoas que se consideram gordas a partir de outro sistema de classificação criado por eles/as mesmos/as. (Rangel 2018, apud, Jimenez-Jimenez, 2020, p. 178).

Vivi entre esses dois espaços, da gorda menor e da gorda maior. Com o passar do tempo voltei a engordar e mais uma vez soube o que era ser excluída de boa parte da estrutura e convívio social, ao mesmo tempo vivencio hoje um outro espaço, repleto de corpos dissidentes que me fortaleceram a entender que não quero fazer parte de um mundo que me exige o corte para caber nele, com essas outras existências tenho aprendido que na verdade o que desejo é criar contramundos, contraespaços, contratempos, contrapesos.

Sob o discurso de preocupação, a sociedade da leveza não enxerga seu próprio nível de hipocrisia, que suas pressões e estruturas maltratam e adoecem corpos, que fazem a gente nos desconhecer, que nos separa da possibilidade de alteração corporal por um desejo natural daquela corpa ou por um processo de tempo que todas nós vivemos. Enquanto isso, adoecemos com os estigmas e a constante afirmação que somos assim por culpa nossa e então devemos sofrer consequências, que como diz Do Carmo e Santos sobre precisarmos compreender “que não há doença, mas um projeto de adoecimento” (2021, p. 4) Elus alertam para a necessidade de nós, pessoas gordas, compreendermos esse projeto, pois a “recusa do pressuposto de adoecimento individual compreende que a doença não habita as corpos gordas, mas o tecido social que procura responsabilizá-las por não serem acolhidas” (Do Carmo, Santos, 2021, p. 26). Em uma sociedade cada vez mais vigiada e controlada por olhares externos a sua corpa,

precisamos ficar atenta a fim de não dar poder a discursos e práticas que tem como objetivo o controle e a regulação padronizada de corpos e vidas.

Hoje vivemos uma época em que diversos indivíduos se intitulam treinadores de vida (*life coaches*), médicos, nutricionistas, treinadores pessoais, esteticistas, influenciadores digitais, estão 24h em *stories* de Instagram, palestras de Youtube, distribuindo momentos de dicas de vida em programas de tv e tantos outros espaços, para dizer o que devemos ser, pretendendo ensinar como devemos ser diferentes para sermos felizes, principalmente a nós seres pesados, mostrar quais devem ser nossas ações para nos trazer saúde e felicidade. Vale ressaltar que os *life coaches* são, em sua maioria, pessoas brancas, cis, magras e que pertencem, ou desejam pertencer, a elite social brasileira.

É fundamental que tanto a medicina quanto a sociedade em geral aprendam a olhar corporeidades gordas para além de estigmas estabelecidos por interesses específicos. É necessário, dessa maneira, entrar em contato com essas corpos, tornando o consultório e hospitais um local acolhedor e seguro, examinando as corpos adequadamente, aprendendo com sua própria singularidade o que lhe faz bem ou não, quais seus potenciais e limites, sem culpá-las ou julgá-las, entendendo a vida que existe, e não uma possível morte.

2.4 A gula pecaminosa: de onde nasce teu medo de engordar?

Para você que tem medo de engordar

Querido Corpo,

Aqui me refiro a você enquanto corpo, pois escrevo para você que tem medo de ser qualquer corporeidade que não se encaixa nos padrões pré-estabelecidos da nossa sociedade, você que tenta ao máximo caber nas medidas e imagens do que é ser um corpo ideal, perfeito, funcional, de sucesso. Esta carta foca em você e trago minhas descobertas e vivências de corpo, ou seja, de uma corporeidade que se vê e se afirma de forma dissidente na sociedade, para refletirmos um pouco sobre o porquê você tem tanto medo de engordar. Esta carta contém liberdades poéticas, contém informações, afirmativas e desabafos desta corpo que te escreve. Meu desejo, ao fim dessas palavras é que você possa entender o quanto a manutenção da ideia de ser corpo é alimentar simbologias padronizadoras, patriarcal e opressoras, e quem sabe, você possa perceber a força e delícia que é abandonar a constante busca da perfeição de ser corpo e se deixar ser e viver como uma corpo, assumindo seu lugar de resistência, rebeldia e liberdade.

Se você chegou até aqui é porque minhas palavras, minha corpa, te afeta de alguma forma. Não sei qual sentimento ela te provoca, mas sei que estamos conectadas, seja por identificação, por oposição, ou por qualquer outro espaço nesse nosso entre. A verdade é que tanto você, quanto eu estamos aqui, conhecendo, trocando, refletindo.

Não sei se neste instante você está em um lugar tranquilo, seguro, se está em um espaço que te cabe ou se você precisa fazer esforço para caber. Não sei se está tranquila, se está agitada, se me lê pensando nas diversas obrigações dos seus dias, se vê as palavras e se deixar sair de um estado presente, se permitindo passear pela sua mente e sensações. O que sei é que se você está lendo as palavras de uma corpa gorda dislexa é porque, neste instante, você está aqui existindo comigo.

Apesar de tanto já ter falado, ainda tenho tanto a lhe dizer, tanto mesmo! Quantas coisas se acumularam, quantas coisas guardei, quantas coisas para transbordar! Nesta etapa, por favor, não desista de me ler. Talvez vá te falar coisas que te desagradam ou que você nem mesmo queira pensar. Talvez sejam assuntos que você pensa, lembre, viva, sinta o tempo inteiro, não sei, mas aqui respiro um pouco nos protocolos, nas afirmativas concretas e peço um pouco da atenção de seu corpo-corção.

VOCÊ NÃO QUER SER GORDA.

Sim, aqui vamos ser sinceras, não vamos fingir, afinal sabemos o medo que dá em ser gorda. Não estou com essas palavras querendo te condenar ou agredir, quero que a gente sinta, pense, reflita juntas, o porquê de buscarmos e fazermos tudo para não ser gorda. O que existe em corpos como a minha que te dá tanto medo, tanta aversão?

Queria poder sentar contigo, olhar nos teu olhos e dizer que está tudo bem, mas não está. Esse medo, essa aversão, causa tanta dor em mim e em você, dor que foi instituída por um sistema colonial, capitalista hegemônico, dominada em nossa sociedade principalmente por homens cis branco de elite, que ditam o que nossas corpos devem ser. Preciso que você entenda as coisas que estou dizendo, pois isso pode até não afetar tua existência, mas ela atinge intensamente a minha possibilidade de poder ser a corpa que sou. Sei que é difícil, sei que é confuso, mas escute quando digo: é por uma questão de permitir nossas vidas coexistirem que precisamos mudar os padrões, remar contra a correnteza para descobrir novas nascentes de fluxo.

Nesse mergulho, nos pesos e gorduras que fiz durante essa pesquisa-criação-artivista, descobri muita coisa que preciso compartilhar com você. Descobri o quanto somos enganadas

por um discurso de cuidado e de bem-estar que mascara os reais motivos de se condenar tanto corpos como a minha, questões que te falei já anteriormente. Descobri que mesmo antes do Brasil, território onde me encontro e imagino que você também, ser invadido por portugueses, nossas corpos já eram maltratadas e malquistas em outros países. Também descobri que já fomos sinal de beleza e saúde, mas que essa imagem mudou na Europa ocidental por interesses das regras estéticas e religiosas. Corpos como as nossas representavam potenciais de rebeldias e de ameaças.

Li um livro chamado *As Metamorfoses do Gordo: História da Obesidade* (2012), que conta bem como, por uma determinada ótica e perspectiva cultural, corpos como a minha, corpos brancas gordas eram até mesmo desejadas, mas perderam prestígio e lugar social a partir de um movimento de reformulação simbólica muito interligada à religião e, posteriormente, à burguesia “racional” em busca de poder. Quem nos conta isso é o autor Georges Vigarello, homem, branco magro francês, por isso estive sempre atenta as suas colocações para entender contextualizações que são mais do que necessárias hoje em dia, em que marcos identitários dizem muito sobre o que e como falamos, sem desqualificá-lo, mas também sem aceitar cada palavra ingenuamente. Vigarello diz que, ao longo da Idade Média, mesmo corpos corpulentos sendo um sinal de riqueza e abundância nesse período histórico em que existia tanta fome e escassez para quem não se encontrava na nobreza, no clero religioso, começa-se a fazer uma distinção entre pessoas gordas e muito gordas, essa última passa a ser sinal de excesso, excesso de gula, de posse e, conseqüentemente, tornam-se corpos pecadoras, visto que é nesse momento da ideologia cristã que começam as ideais de perdição e de salvação divina. A Igreja Católica, com espaço de poder, regra, então, o que era ou não pecado, determinando a gula como um dos pecados capitais.

Foi só na Europa moderna, no século XV, que os corpos passam a ser entendidas e definidas por preceitos que as classificariam como “corpos medianos”, e depois “corpos normais”, sendo toda pessoa que não se encaixava nessa “normalidade” era algo a ser indesejado, debochado, excluído (Vigarello, 2012).

Desde então são tantas taxações que corpos como a minha recebem, desde serem descontroladas e indisciplinadas, a serem preguiçosas e ineficientes, o que as torna indesejável num mundo que foi se pautando e se construindo em princípios capitalistas, liberais, neoliberais que argumenta que para ter sucesso basta querer, que tudo é uma questão de merecimento e se você não faz por merecer você não pode viver as delícias e confortos desse nosso tempo.

A sensação que dá é que minha corpa a muito tempo é uma ameaça, um espelho daquilo que a maioria dos corpos, talvez até mesmo o seu, acha condenável e abominável. O estranho é hoje entender que se minha corpa é esse lugar que espelha o que algumas pessoas magras não querem de forma nenhuma para si, esse reflexo diz muito mais sobre o olhar dessas pessoas, do que sobre minha corpa em si. Lembrei agora sobre o que li no livro de Virgie Torvar que me tocou tanto, ela uma mulher cis estadunidense, gorda, descendente de mexicanos:

Nunca ninguém me disse que algumas pessoas não gostam de gente gorda porque são preconceituosas, e que é responsabilidade delas resolver esse preconceito. O que me ensinaram foi que todos no planeta odeiam pessoas gordas, porque é uma verdade universal e inegável que as pessoas gordas são ruins. (Torvar, 2018, p. 39)

Por causa de todo meu processo de vida, hoje consigo ver no olhar de outros corpos, talvez até mesmo no seu que me lê, o quanto tem raiva da minha corporeidade, não por ela, mas pelo que ela te representa, pelo medo de você sê-la, e minha presença é um afronte à afirmativa social de que minha corpa não pode existir, por isso ela deve ser combatida a todo custo, para não se tornar contagiosa a corpos que se cuidam e são controlados. Logo, ao me deparar com informações que trago nessa escrita para você, muita coisa vez sentido na minha cabeça, porque sempre que vejo olharem para mim ou quando pessoas querem saber sobre meus hábitos de vida e de alimentação, imaginam que passo a maior parte do meu dia comendo, que ao comer devoro pratos enormes de comida e que não gosto de me movimentar. Sinto-me exigida a justificar ou a comprovar que essa imagem não condiz com a minha realidade. Afinal de contas, temos construído uma imagem estigmatizada de corpos como a minha, imagem essa que perduram a séculos e que ainda hoje vem de ideologias políticas sociais que permeiam nossa sociedade e fazem parte de um sistema de criação e de manutenção de uma elite branca e cisgênera.

Mas deixa eu lhe contar uma coisa que me aconteceu quando li Sabrina Strings, socióloga estadunidense, magra e negra que com suas palavras e pesquisa fez meu coração acelerar diante de novas e fortes percepções. Strings mexeu com meus espaços de conforto e privilégio, que por mais atenta que seja a minha condição social como mulher cis branca, ainda me perco em narrativas que negam realidades e espaços de corporeidades distintas as minhas, principalmente corporeidades não brancas, afinal é tão comum em nossas vidas de privilégios, conceber corpos brancos e suas vivências como universais. Mesmo entendendo desde muito cedo a percepção das diferenças e das singularidades, a nossa branquitude ainda precisa estar sendo o tempo todo alertada para não imaginar nossa cor uniformidade de experiências humanas. Nessa pesquisa de mestrado que realizei foi Strings a primeira teórica que me apresentou uma perspectiva extremamente racial a questão da gordofobia e ao medo que as

peessoas têm em serem gordas. Com um estudo minucioso, ela apresenta uma passagem histórica social de como o medo da gordura, nos Estados Unidos e nas influências inglesas e francesas, estão associadas ao medo e ao desprezo por corpos negros.

Strings com sua pesquisa conclui que a aversão e horror a corporeidades gordas nascem na população branca colonizadora e colonizada devido a dois eventos históricos: o tráfico e o mercado de pessoas escravizadas oriundas do continente africano e o surgimento e a ascensão de poder do Protestantismo. No primeiro caso, o sistema de tráfico e da escravização pautava-se e era justificado por teorias de diferenciação e superioridades raciais. Por essas teorias eugenistas a raça branca seria a raça mais evoluída e superior, enquanto a raça negra era inferior e mais selvagem. Baseada nessas teorias propaga-se a imagem que corpos negros seriam mais corpulentos e essa corpulência era resultado de um estilo de vida e de comunidade de pessoas preguiçosas e indisciplinadas, por isso começa uma campanha para defender que corpos gordos seria um sinal e semelhança a corpos menos evoluídos e mais selvagens, ou seja corpos negros, assim era fundamental que as pessoas brancas, cuidassem de seus corpos para não se associarem a corpulência de corpos negros, como se defendia os cientistas raciais da época (Strings, 2019). Nasce aí um medo das pessoas brancas, principalmente aquelas de ascensão e busca de poder social e econômico, em serem, de alguma forma, associadas a corpos consideradas indignas.

Já pelo pensamento do Protestantismo, que era cada vez mais forte nos Estados Unidos, a corpa gorda era sinal de uma corpa pecadora, sem fé em Deus, segundo as ideais e dogmas propagados pelo Protestantismo em relação à aparência e à forma corporal, principalmente a feminina, se tornou um sinal de conduta moral e de respeito e devoção a Deus, e corpos gordas eram corpos sem controle, de excesso, ganância e acúmulo. Corpos que praticavam o pecado capital da gula. E é posteriormente que o medo de ser gorda passa a se pautar na ideia da medicina que gordura mata e ter corpos magros são sinais de saúde e de vida.

Com Strings, entendi mais sobre essa origem racista da gordofobia e acho fundamental para todas nós, pessoas brancas, entender como o medo de engordar também está em volta dos reconhecimentos das opressões e privilégios raciais. Não sei se você é ou já foi gorda, mas para corpos gordas brancas é muito comum ouvirmos a frase “mas você tem um rosto tão bonito, se emagrecer pode até ser bonita”. Essa frase que nos machuca tanto, mas que parece ser uma constatação de esperança, de uma possível aceitabilidade social, representa uma realidade que não é a vivenciada por corpos negros, pois a beleza facial de uma corpa negra sequer é cogitada em nossa sociedade estruturalmente racista. A beleza negra, segundo padrões brancos, para ser

reconhecida nessa sociedade requer ainda mais alteração do que o volume de sua corpa, requer traços afilados que se aproximem aos ideais brancos de beleza.

Entender o medo de engordar com sua interligação racial é também reconhecer os privilégios sociais e econômicos, principalmente em um país como o Brasil, onde boa parte da população de baixa renda são pessoas negras e pardas como podemos notar nesse trecho de reportagem escrito por Marta Cavallini no site do G1:

Pesquisa do IBGE divulgada nesta sexta-feira (11) mostra que, em 2021, considerando-se a linha de pobreza monetária proposta pelo Banco Mundial, a proporção de pessoas pobres no país era de 18,6% entre os brancos e praticamente o dobro entre os pretos (34,5%) e entre os pardos (38,4%). Os dados são do estudo Desigualdades Sociais por Cor ou Raça no Brasil. (Cavallini, 2022).

É nessa realidade social que percebemos como o comércio do emagrecimento está voltado a um sistema que pensa e privilegia a classe média e elite, ignorando a realidade de boa parte da população que tem uma alimentação regrada por sua condição financeira e não por uma “escolha” de saúde, como se propaga essa indústria. Sem os acessos econômico para gastar nos caros produtos naturais, *light*, *diet*, *lowcarb*, produtos que se dizem saudáveis, mas que não pertencem a todos, essa indústria alimenta uma dissociação ainda mais forte do que significa a escolha do alimento em nossas vidas. Ela desconsidera o fato que boa parte dessa população mais pobre vive, inclusive, a angústia do não alimento, que seu dia a dia é vivenciado pela própria insegurança alimentar e que essa população é formada principalmente por pessoas negras e não brancas, decorrentes de todo processo histórico escravista e racista que temos no Brasil, como diz o Conselho Federal de Nutrição:

A Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO), divulgou na última quarta-feira, 12, a edição 2023 do **relatório *O Estado da Segurança Alimentar e Nutrição no Mundo***, que mais uma vez revelou dados preocupantes sobre a fome e a insegurança alimentar no Brasil e no mundo. Os dados apresentados mostram que o Brasil, um dos mais populosos do mundo e com uma das maiores economias, ainda enfrenta desafios persistentes em relação à fome e à má nutrição, especialmente entre grupos vulneráveis como populações rurais, povos indígenas e comunidades de baixa renda. De acordo com o relatório, um dos principais problemas é a falta de acesso a alimentos adequados e nutritivos. Embora o Brasil seja um dos maiores produtores mundiais de alimentos, ainda há disparidades significativas no acesso a esses alimentos. Muitas famílias brasileiras lutam para adquirir alimentos suficientes e diversificados para atender às suas necessidades nutricionais básicas. (Conselho Federal de Nutrição, 2023).

O mesmo podemos dizer sobre as práticas de cuidado e de bem-estar de exercícios diários, que pertencem a quem tem tempo e estrutura para se dar “um momento para si”, com os instrumentos e orientações profissionais adequadas. Quanto custa hoje o cuidar de si e para que corpos esse cuidado está direcionado? Fico pensando, principalmente ao ser uma brasileira e nordestina, que a vivência social e econômica é muito diferente até mesmo entre territórios

do país. Como a acessibilidade financeira e dinâmica social diz muito até mesmo o nosso ato de alimentar e cuidar de nossas corpos.

Talvez você já tenha ouvido ou até mesmo já reproduziu o discurso de que “quem se cuida, se ama”, que “cuidar de si é um ato de amor-próprio e de afirmação da sua autoestima”. Sinceramente, como me dá raiva essas coisas, pois esses conselhos, quando entregues a pessoas gordas como eu, muitas vezes estão preenchidas dos estereótipos que corporeidades gordas são associadas, como por exemplo que quem é gorda é alguém que não se cuida e não se gosta, sem nem saber quem é aquela corpa. Além disso precisamos refletir que, a depender do contexto, o ato de cuidar de si não é uma simples ação de sua vontade, ela está envolta de inúmeras variantes sociais e pressupor que cuidar de si é uma escolha pessoal é dar margens para se dissociar uma responsabilidade coletiva e social ao cuidado de cada ser e coloca no indivíduo uma responsabilidade que é coletiva, a do amor-próprio. Se fala como se o amor-próprio fosse uma escolha e vontade, mas não se reflete que amor-próprio parte de um conjunto de fatores que envolvem também como uma sociedade projetada, simboliza e representa uma corpa, uma identidade. Que quando somos o tempo todo alimentadas pela ideia de que ser de um jeito ou de outro é errado e feio, se olhar com essas características e simplesmente escolher “gostar de si” não é tão simples assim, então me dá raiva essa noção de que “basta se cuidar” envolta de uma ideia que o cuidar é bem determinado e padronizado, e conseguir esse cuidado que a sociedade propaga é algo extremamente caro e muitas vezes inacessível em uma realidade socio econômica como a brasileira. Fico com raiva porque o “basta se cuidar” e “você só precisa se amar” são noções que criam ainda mais opressão sobre uma corpa que é constantemente culpabilizada por ser como ela é. Dá raiva a ideia de que você não fica bem ou não muda porque você é fraca e falha, e não se ama.

E me diz, como se amar quando somos o tempo todo motivo de ódios, risos e chacotas?

Me diz a real, você já riu de alguma piada ou comentário que ridiculariza corpos gordos? Acho até mesmo possível que você já fez tais piadas e comentários e imagino que você morre de medo de ser o alvo dessas “brincadeiras”. Provavelmente, se estivéssemos uma em frente ao olhar da outra, você me afirmaria com firmeza que seu medo de engordar não é por preconceito é por questões de saúde, só que você mesma não reflete como essa tendência midiática de, ora ridicularizar e tornar cômico uma corpa gorda, ora determinar e assustar essas corpos dizendo a elas que são uma bomba relógio prestes a explodir e morrer, fazem parte da mesma necessidade colonizadora de subjugar, subestimar e controlar corpos dissidentes.

Vamos lá, vamos ser sinceras, tudo isso que estou te falando, de uma forma ou de outra você sabe. Você sabe por que você está aqui, neste espaço-tempo de sociedade, nessa estrutura gordofóbica que vivemos e talvez você até mesmo já tenha reproduzido esses discursos, essas formas de agir. Quantas corpos gordas você já desejou? Em uma balada, com quantas corpos gordas você já flertou? Você sabe a solidão que nossas corpos vivem, você vê ou até mesmo você sente e vive isso. Você sabe que nossas corpos são atacadas diariamente por familiares, pessoas de afetos, pela mídia, pelas representações, pelas piadas, e que você nada faz para alterar essa realidade. Quantas atrizes gordas você vai ver atuar, dançar, sem julgar suas corpos? Quantas você já viu interpretar papéis “bonitos”, de poder e status, inclusive no cinema, nas novelas de todos os dias? Quantas corpos gordas fazem parte das companhias, grupos, espetáculos de dança da sua região?

Nós, corpos gordas, somos “aconselhadas” por vocês, corpos normativos, a nos vestirmos de forma adequada, sem muita cor (e branco nem pensar!), sem mostrar muita pele, volumes, gorduras, para não ficarmos ridículas. Você é capaz de me dizer quantas peças de roupas você já desistiu de ter e de usar porque elas te faziam engordar? Será que você fica nos vestiários comentando como aquela roupa te faz parecer mais gorda, mas chega até mim, no desejo de parecer desconstruída dos preconceitos sociais, e me diz que me acha linda. Você é capaz de desistir de comer algo que deseja, sobre o argumento que isso não faz bem a tua saúde, ao mesmo tempo que passas períodos em jejum, ou na dieta da moda, se alimentando só de suco ou pedra de gelo e vários outros hábitos dessa natureza, privando seu corpo de nutrientes primordiais para seu bom funcionamento físico, porque te permite emagrecer. Você já parou seu corpo para pensar realmente o porquê de você ter tanto medo de engordar? Queria muito lhe falar essas coisas, olhando nos seus olhos, sem dar a chance de você desviar, disfarçar seu preconceito, talvez ao dizer tudo isso para você, ainda tenha o impulso e vontade de me dizer que me acha linda, maravilhosa, mas não assume desejos por corpos como a minha, não se expõe demonstrando afetos a corpos como a minha publicamente. Você diz que se ama, se ama, mas lhe pergunto: você é capaz de me amar?

Não estou aqui a fim de compactuar com o pensamento binário social, ou seja, em dizer que corpos gordas são as corpos certas, que corpos magros são corpos errados, que uma é saudável e outra doente, que uma é desejável e outra não. O que quero aqui é dizer que cada corpo dessa, e só nela e por ela, é que se pode dizer se é uma coisa ou outra se faz bem ou não, que olhar para corpos e definir elas por seu formato e peso é perpetuar todo um sistema

ideológico que vem de muito tempo com interesses muito específicos e danosos. Você já olhou, sentiu, seu corpo por ele mesmo e não pelos olhares dos outros?

Mas calma, deixa lhe confessar uma coisa: eu também já tive medo de ser gorda, eu também condenei corporeidades como a minha, eu também aprendi que corpos gordas são feias, desengonçadas e erradas, e hoje aprendo o quanto absurdo foram esses ensinamentos que me foram entregues desde a infância, na escola, na rua, na casa dos familiares e amigos, na mídia. Hoje estou aprendendo a desaprender o que me foi ensinado para poder existir sem medos, vergonhas ou desculpas.

A verdade é que a maioria de nós ataca existências distintas a nossa. O sistema impera na noção de ataque, na ideia de superioridade, (ai me vem agora a ironia de que estou aqui escrevendo, realizando uma pesquisa que precisará ser defendida, isto então quer dizer que ela será atacada? Se sim, quem irá atacá-la?). Ser uma corpa gorda em uma sociedade gordofóbica tem impregnado minha existência com marcas. E precisava muito falar para você, corpo, que você me cortou, me cortou com suas palavras e silêncios, com seus olhares e ações, com seus repúdios e condenações ao meu peso, com sua inercia ao presenciar as violências e ridicularizações que fazem de corpos como a minha. Quero aqui que você saiba bem que você também é responsável por isso. Sei que o seu medo de engordar pode ser explicado de várias formas, mas que no fundo o seu medo existe por estar ciente que você sabe bem o quanto nós, corpos gordas, somos maltratadas e violentadas por todo um sistema social controlador e excludente, e lógico que você não deseja isso para você, mas quero que saiba que a dor que nos é infringida não parte de nossas corpos grandes e expandidas. É graça a essa corpa maior que eu vivo. Vivo amores, alegrias, possibilidades latentes de existência e de felicidade. Minha vida toda, me machucaram por eu ser quem sou, mesmo entendo que eu não poderia ser diferente. Sou uma corpa bomba relógio sim e estou preste a explodir tudo que não me faz caber. Espero um dia poder lhe encontrar no abandono desse corpo e na alegria liberta da nossa corpa. E aí quem sabe eu não lhe tiro para dançar?

2.5 Explodindo espelhos com minha corpa-bomba

Figura 2 – Corpa borrada, corpa porrada, corpa bomba: pestes a explodir!, 2023. Foto: Bruna Sales. Fonte: autoria própria.



Descrição da Imagem: Fotografia colorida retangular vertical que preenche boa parte da página. Na parte superior da foto, dois pés, um deles pisa em terra batida, enquanto o outro está suspenso. Abaixo dele, um espelho reflete a sola do pé suspenso e revela Clara Camarotti, uma mulher branca gorda, de boca aberta, mostrando os dentes, cabelos pretos cacheados, em iminência de pisar no espelho. Folhas e um galho de cajueiro. Céu azul. Fim da descrição

Eu sou mais que os cortes que me causaram, eu sou mais que as humilhações diárias, eu sou mais que a redução conceitual, eu sou mais que seus projetos do que é uma mulher, eu sou mais que suas receitas de dieta, eu sou mais que as molduras que você cabe. Minha imagem não cabe em seus espelhos coloniais, sou refletida nas transparências aquáticas que correm ao oceano. Graças a este espelhamento fluido, consigo ver e reconhecer que eu sou um animal de grande porte e estou prestes a explodir!

Figura 3 – Corpa borrada, corpa porrada, corpa bomba: BUM!, 2023. Foto: Bruna Sales. Fonte: autoria própria.



Descrição da Imagem: Fotografia colorida retangular vertical centralizada. Através de cacos de um espelho, é refletida uma mulher branca gorda nua, seios, antebraço, barriga, galhos de um cajueiro, folhas verdes, céu azul.
Fim da descrição.

3. REGURGITANDO COMO O ANIMAL QUE SOU

Aqui alerta, só continue se estiver disposta a viver o peso. A partir de agora me transformo, me transmuta no animal que sou. E começo por regurgitar tudo que me fizeram engolir.

Segundo o Dicio Dicionário Online de Português, o verbo *regurgitar* consiste no ato de “vomitar; expulsar aquilo que excede; expelir o conteúdo gástrico, que está no estômago (...); Transbordar; estar em grande quantidade ou em excesso: o copo regurgitava o leite (...)” (Regurgitar, 2023). Durante anos, meu estômago foi preenchido pelas crenças e fatos, anteriormente falados e expostos, que fizeram e fazem minha corpa ser menor e se maltratar. A Sociedade da Leveza, em sua incessante busca e obsessão por corpos perfeitos e padronizados, alimentou crenças que estruturam e perpetuam a violência da gordofobia na sociedade contemporânea. Foi com os anos de vida e o constante exercer artístico que me fizeram entender a necessidade de colocar para fora tudo que envenena e adoce minha corpa e, apesar de algumas dessas ideias, que compõem a gordofobia social se incorporaram no meu trato digestivo no momento em que as engoli, foi por meio do meu encontro com as práticas somáticas, as vivências performáticas, com artistas deficientes, gordes, trans, com teorias oriundas do feminismo, feminismo gordo, feminismo negro, transfeminismo, ativismo e queer, que aprendi a ser os animais⁹ que me nomearam, e como alguns deles, adquirir a habilidade de possuir mais um estômago, próprio, inteiro, livre de alterações anatômicas externas, com o qual rumino cada “verdade” opressora que tentam fazer com que a gente engula, e a vomito, ao mesmo tempo que degusto e reprocesso outras fontes de alimento, nutrindo-me com o que energiza e mantém a vida pulsante da minha corpa.

3.1 Aprendendo a arte de regurgitar.

Fazer o quê, se as coisas são assim, sempre foi assim e assim sempre vai ser? Eis o que quiseram nos fazer acreditar: para que desperdiçar nossa energia em lutar por coisas que nunca vão se alterar? Durante esse processo-criação-artivista uma pessoa que assistiu ao exercício cênico *ContraPeso*, perguntou durante a roda de conversa pós-ensaio aberto se eu acreditava se a realidade da gordofobia iria mudar em meu percurso de vida. No momento respondi que não

⁹ Aqui me refiro aos ruminantes dos quais muitas vezes em minha vida fui comparada, como a vaca, o boi, o búfalo, animais que possuem mais de um estômago e com isso a habilidade de fazer retornar o bolo alimentar à boca para uma nova mastigação e insalivação, reiniciando o processo digestivo.

e que sim. Não, porque eu não acreditava que eu viveria uma estrutura não gordofóbica, mas sim, porque eu poderia contribuir para que outras pessoas, em novos tempos, não vivessem isso na mesma intensidade que vivo; então isso para mim já era motivo suficiente para realizar este trabalho. No entanto fiquei com esse questionamento em mim, o revisitando constantemente, me questionando se valeria a pena? Será que devo dedicar tanto do meu impulso de vida em uma pesquisa-criação-artivista como essa, dedicando horas de existência em criar, experimentar artisticamente e até nesse momento está aqui escrevendo, processo que muitas vezes exige tanto de mim, diante da minha dificuldade em escrever pela dislexia? Como organizar os pensamentos como exigido por ambientes oficiais, institucionais e intelectuais? Quem irá me ler? Quem irá me ver? Quem irá me ouvir? Quem se disponibilizará para reconhecer em si sua própria náusea por corpos como a minha, assumindo ou alterando esse sentimento? Quem?

A verdade é que quanto mais avançava nesta pesquisa, mais percebia que não se trata de um trabalho para modificar o sistema, como eu acreditava no início, tampouco de um que aceita as coisas como são, que nada pode ser tirado proveito. Quanto mais lia, criava e refletia, mais notava que esta pesquisa é um manifesto em prol da persistência de existência de corpos dissidentes, é um ato de insurgência política que parte da minha corpa gorda, grande, pesada, uma vez que, como pontua Raposo, “insurgir, associa-se, então, sinonimicamente a sublevar-se, amotinar-se, revoltar-se, emergir, surgir de dentro, reagir, opor-se, tudo sinónimos próximos do desejo insurrecional, da insurgência.” (Raposo, 2015, p.7). Assim dito, na insurgência da minha corpa, compreendi que *ContraPeso* é uma pesquisa-criação-artivista que busca na arte o *modus operandi* de luta, muito mais próximo da luta de quem se afoga e precisar emergir para respirar e continuar a nadar, do que da ingênua e opressora narrativa heroica da branquitude de vencer o obstáculo, de transpor as ondas do mar, como somos alimentados pelos imaginários de meritocracias contados na nossa sociedade ocidental capitalista. Essa pesquisa-criação-artivista não surge para salvar ou mudar o mundo, manifesta-se para brandar aos cosmos que existem variados planetas e que eles coabitam o mesmo sistema solar, sendo quistos ou não.

E para de fato exercitar, seja na criação cênica, seja nas palavras escritas da dissertação, seja no meu dia a dia, a ampliação do meu olhar para o reconhecimento das múltiplas e diversas possibilidades de existências singulares, venho aprendendo sobre a urgência de nomear os marcos identitários que compõem minha corpa, os quais não são apontados pelas estruturas sociais por serem considerados normais e/ou universais, a exemplo da branquitude, bipedia e da cisgeneridade, ao mesmo tempo que, fortalecendo a minha identidade de gênero e de

gordura, respeitando suas formas fluidas e mutáveis, meus marcos exibem-se como alicerces de combate à normatividade padronizada e hegemônica.

Assim, é assumindo e nomeando as normas que nos compõem que podemos começar a auxiliar a luta pela existência e persistência de todas as inúmeras diferenças de corpos. Jota Mombaça, enfaticamente explica como a partir da nomeação das normas possibilitamos um outro foco para as violências diárias destinadas a quem não se encaixa nos padrões hegemônicos, afirmando que:

Nomear a norma é o primeiro passo rumo a uma redistribuição desobediente de gênero e anticolonial da violência, porque a norma é o que não se nomeia, e nisso, consiste seu privilégio. A não marcação é o que garante às posições privilegiadas (normativas) seu princípio de não questionamento, isto é: seu confronto ontológico, sua habilidade de perceber a si como norma e ao mundo como espelho. [...] Nomear a norma é devolver essa interpelação e obrigar o normal a confrontar-se consigo próprio, expor os regimes que o sustentam, bagunçar a lógica de seu privilégio, intensificar suas crises e desmontar sua ontologia dominante e controladora. (Mombaça, 2021, p. 75-76).

É nesse contexto normativo e não nomeado que Mombaça defende a necessidade de se redistribuir as violências diárias destinadas às pessoas que diferem da normatividade imposta e estão muitas vezes socialmente vulneráveis. Redistribuir a violência é um ato de confronto e de autocuidado, posto que as intimidações e ataques que existem a essas pessoas, não são algo fora do comum, e sim fazem parte do próprio planejamento estrutural de uma sociedade pautada em referências racistas, sexistas, classistas, cisgênero e heteronormativos (Mombaça, 2021). E, acrescento nessa listagem referenciais gordofóbicos. Nas palavras de Mombaça a redistribuição da violência “Trata-se de afiar a lâmina para habitar uma guerra que foi declarada à nossa revelia, uma guerra estruturante da paz deste mundo e feita contra nós” (Mombaça, 2021, p. 74).

É importante afirmar que a autora não defende uma atitude generalizante da violência, ela reflete como a violência é um evento complexo e de muitas marcas multidimensionais, e, como tal, é necessário que os processos de redistribuição da violência sejam feitos sendo articulando a outras formas de cuidado, entendendo o princípio tanto de abraçar a violência quanto de torna-se responsável por ela. (Mombaça, 2021)

Assim sendo, fui ao longo desse processo reconhecendo e compreendendo as violências reproduzidas em mim e por mim diante dos meus marcos normativos e não questionáveis, como também aprofundando as violências a mim destinada por ser essa corpa feminina gorda, logicamente, diferenciando as dimensões e natureza de violência que acometem a diferentes marcos identitários. E nesse sentido abandonei o medo de ser desagradável e incomodo para

corporeidades hegemônicas, principalmente as não gordas e fui permitindo que a firmeza do meu peso, da minha corpa, das suas marcas fossem condutoras das falas e criações cênicas que aqui exponho e reflito.

Dialogando com Mombaça, afirmo que este trabalho é minha corpa explodindo, como anunciado pelos médicos ao dizer que corpos gordos são uma bomba-relógio. Mas essa bomba não destrói a si mesma, e sim as imagens refletidas nela. Minha corpa gorda está explodindo os reflexos de um espelho que não me cabe: ela rompe linhas de costura, estoura botões e rasga roupas que me espreme. Encaro esta dissertação como um clamor para outras como eu nos juntar e criar manadas que destroem tudo aquilo que tenta nos conter. É meu vômito na cara de quem quer que eu me prenda em casa e passe mal sozinha, não expondo as porradas no estômago que me são dadas todos os dias. Este trabalho sou eu afirmando quem sou, mostrando todas as minhas identidades deste instante, e graças a todas que me nutriram nesse percurso, posso lançar as minhas porradas, assumindo as violências que já acometi a outras diferentes de mim e redistribuindo a violência que já me foi destinada.

3.2 Vomitando o Não.

Sentada em uma cadeira, na frente do celular. Ela pega, de uma bacia, pedaços de papel, que tem escrito ofensas a corpos gordos e leva até a boca. Morde. Enquanto escuta áudios de ensinamentos das life coaches.

— Não, você não pode ser assim! *(falando de boca cheia)* você não pode existir dessa forma, isso não é possível! *(Fala enquanto mastiga)*.

Eis o prato principal servido todos os dias para as gordas, trans, negras, indígenas, *(Mastigação intensa)* deficientes, queers, pessoas que não fazem parte das normas da hetero cisgeneralidade patriarcal, binária, branca, bípede da sociedade hegemônica.¹⁰

Conhecer e me aceitar enquanto alguém distante da normalidade imposta pelo sistema hegemônico heteronormativo e misógino que vivemos foi e é um processo difícil e longo. Somos na contemporaneidade bombardeadas pelo pensamento de um sistema globalizado em que todos somos iguais e essa ilusão fortalece o discurso da padronização. Se fizermos o

¹⁰ Exercício que surgiu durante a realização do programa performativo, escrever as ofensas que escuto e engolir as palavras, que criei ao estudar falas de *LifesCoches* renomados das redes sociais sobre como emagrecer. Essa célula cênica chegou a ser experimentada enquanto cena nessa pesquisa-criação-artivista, mas foi posteriormente retirada do roteiro do espetáculo.

exercício de fechar os olhos e perceber qual imagem nos aparece quando falamos *ser humano*, ou *pessoa*, ou *indivíduo*, palavras que invocam a representação de alguém em sociedade, perceberemos que somos tendenciadas a imaginar a figura do homem cis branco, bípede, jovem e magro. Nosso imaginário está repleto de exemplos e construções imagéticas que remetem a essa figura enquanto símbolo da humanidade, proporcionando pouco ou até mesmo nenhuma outra possibilidade de se conceber um outro representante de *ser humano*.

O escritor e poeta negro caribenho Édouard Glissant (2005) se contrapõe à noção de que toda existência humana é igual a outra, defendendo que não existe *Humanidade* e sim *Humanidades* em um mundo plural, onde a própria ideia de identidade enquanto algo exclusiva não ocorre. Glissant, baseando-se nos pensamentos de raiz e de rizoma criados por Deleuze e Guattari — em que o pensamento raiz é aquele que se aprofunda em um único lugar, que não interage com o entorno e acaba por finalizar em si mesmo, ao passo que o rizoma é uma raiz que busca o encontro com outras raízes (Glissant, 2005) — propõem pensarmos a identidade enquanto uma estrutura, rizomática, o que lhe concerne uma característica relacional, horizontalizada, divergindo de uma realidade vertical, solitária, de uma raiz única. Em suas palavras:

O que eu digo é que a noção de ser e de absoluto do ser está associada à noção de identidade “raiz única” e à exclusividade da identidade e que se concebermos uma identidade rizoma, isto é, raiz, mas que vá ao encontro das outras raízes, então o que se torna importante, não é tanto um pretensão absoluto de cada raiz, mas o modo, a maneira como ela entra em contato com outras raízes: a Relação. Uma poética da Relação me parece mais evidente e mais “enraizante” atualmente do que uma política do ser. (Glissant, 2005, p. 37).

Partindo dessas ideias, entendemos as identidades singulares a partir da relação, de um conjunto, e não de uma determinação unilateral e vertical. Segundo o autor, é em cada um que a identidade se constrói, ao mesmo tempo que é no encontro com o outro que ela se amplifica e/ou modifica, uma vez que “para que haja relação é preciso que haja duas ou várias identidades ou entidades donas de si e que aceitem transformar-se ao permutar com o outro.” (Glissant, 2005, p. 52).

Em seu livro *Poética da Relação* (2021), Édouard Glissant evidencia que toda identidade se desdobra em uma relação com o outro e que cada um de nós temos na nossa própria singularidade aspectos desconhecidos por nós, o que nos permite encarar as singularidades não como estruturas transparentes, mas opacas e repletas de mistérios e até mesmo obscuridades. Ele também afirma que nessa relação com o outro, esse outro não é alguém a ser “compreendido”, já que a compreensão, em uma perspectiva ocidental, exige a transparência e pressupõe a redução do outro para os parâmetros do que se é conhecido pelo

analisador, um movimento de comparações e até mesmo julgamentos. De acordo com Glissant, na palavra compreender “existe o movimento das mãos que pegam o entorno e o arrastam para si. Um gesto de encerramento, senão de apropriação. Preferimos-lhe o gesto do dar-com que abre, finalmente, para a totalidade.” (Glissant, 2021, p. 221).

Perceber as identidades singulares a partir desse prisma da *Poética da Relação* de Glissant, liberta-me da necessidade de adequação a padrões, a encontrar com outras e outres e em cada encontro entender a minha identidade em relação ao conjunto identitário ali presente, a estar com o outro e ainda:

Não preciso “compreendê-lo” para me solidarizar com ele, para construir com ele, para amar o que ele faz. Não preciso tentar tornar-me o outro (adivinhar o outro) nem “fazê-lo” à minha imagem. Esses projetos de transmutações – sem metempsicose – são resultados das piores pretensões e das mais altas generosidades do Ocidente. (Glissant, 2021, p. 222-223).

Enxergar-me como a diversidade identitária que sou é a chave para não me prender ou tentar caber em nenhuma caixa pré-estabelecida do que tenho que ser segundo as regras sociais. É saber da existência da minha corpa pulsante de vida, e não como um erro que me condena à morte.

Em nossa sociedade contemporânea ocidental, tudo o que se apresenta e se coloca diferente da normatividade é condenada, excluída, exterminada ou no mínimo escanteada. O que há na diferença que tanto assusta a hegemonia? Perceber nossas singularidades e identidades conforme aponta Glissant é abrir campo para o imprevisível, contaminável e dinâmico. É vivenciar a vida para além de uma única forma, um único sistema, rentável e substituível. Gosto de pensar a diferença como expansão da subjetividade, a qual permite uma existência amplamente mágica, cósmica e plural, como ensina o educador indígena Ailton Krenak que diz que:

Nosso tempo é especialista em criar ausências: do sentido de viver em sociedade, do próprio sentido da experiência da vida. Isso gera uma intolerância muito grande com relação a quem ainda é capaz de experimentar o prazer de estar vivo, de dançar, de cantar. E está cheio de pequenas constelações de gente espalhada pelo mundo que dança, canta, faz chover. [...] pregam o fim do mundo como uma possibilidade de fazer a gente desistir dos nossos próprios sonhos. E a minha provocação sobre adiar o fim do mundo é exatamente sempre poder contar mais uma história. Se pudermos fazer isso, estaremos adiando o fim. É importante viver a experiência da nossa própria circulação pelo mundo, não como metáfora, mas como fricção, poder contar uns com os outros (Krenak, 2019, p. 26- 27).

Para ele:

Cantar, dançar e viver a experiência mágica de suspender o céu é comum em muitas tradições. Suspender o céu é ampliar o nosso horizonte; não o horizonte prospectivo, mas um existencial. É enriquecer as nossas subjetividades, que é a matéria que este tempo que nós vivemos quer consumir. Se existe uma ânsia por consumir a natureza,

existe também uma por consumir subjetividades – as nossas subjetividades. Então vamos vive-las com a liberdade que formos capazes de inventar, não botar ela no mercado. Já que a natureza está sendo assaltada de uma maneira tão indefensável, vamos, pelo menos, ser capazes de manter nossas subjetividades, nossas visões, nossas poéticas sobre a existência. Definitivamente não somos iguais, e é maravilhoso saber que cada um de nós que está aqui é diferente do outro, como constelações. O fato de podermos compartilhar esse espaço, de estarmos juntos viajando não significa que somos iguais; significa exatamente que somos capazes de atrair uns aos outros pelas nossas diferenças, que deveriam guiar o nosso roteiro de vida. Ter diversidade, não isso de uma humanidade com o mesmo protocolo. Porque isso até agora foi uma maneira de homogeneizar e tirar nossa alegria de estar vivos. (Krenak, 2019, p. 32-33).

A reflexão aqui que trago de Krenak sobre a expansão das subjetividades a partir da permissão e percepção mágica das existências múltiplas em suas singularidades é, ao meu entender, o próprio cerne da *Poética da Relação*: nos colocarmos em coletivo, em infinitas possibilidades de coexistir. Quanto mais damos espaços para as diferenças coexistirem, mais amplo se torna nossa própria percepção de si e de outres.

Assim, o “não, você não pode ser assim” que é entregue a minha existência gorda não é mais aceito por mim e muitas que persistem em existir e resistir na alegria e magia de suspender o céu que nos encanta. Assim como Glissant (2021), acredito que é impossível reduzir quem quer que seja a uma verdade que não tenha sido gerado de si mesmo. O que há de cópia e padrão não me desperta mais interesse, pois hoje me encanto com as contradições, contaminações, ampliações e dinâmicas que vivenciamos na constante busca e afirmação das nossas identidades e singularidades. Penso que mais do que conceituar ou definir cada um, pretendo me encontrar com “a densidade refletida das existências” (Glissant, 2021, p. 225)

Uma das densidades existenciais que mais me fez entender a corpa que sou nessa pesquisa-criação-artivista é a multiartista paulistana deficiente Estela Lapponi e seu pensamento de que “o corpo é um território de disputa de narrativa” (2023, p. 48). Qual a narrativa corporal que me pertence? Sou um corpo doente, como me coloca a medicina? Sou um corpo livre, como anunciam os discursos neoliberais dos treinadores de vida? Sou um corpo empoderado como determina os movimentos tipo *bodypositive*? Ou sou uma corpa que ainda buscar pertencer para existir? A qual corpa pertencço?

A pesquisadora cultural Nizia Villaça diz que “o corpo, como irrepresentável, impõe, frequentemente, para além de nossa consciência e a despeito dela, sua própria razão, tomada, às vezes, como signo patológico, abjeto.” (Villaça, 2006, p. 74)

Villaça identifica que a abjeção é um lugar da dessemelhança, da não identidade, que leva a uma noção de monstruosidade, que “ameaça e atrai” (2007, p.76). O abjeto monstruoso possibilita a metamorfose e a experimentação, ao mesmo tempo que pode provocar o pavor de

se tornar outro. (Villaça, 2007). Sob essa perspectiva, afirmo que a minha corpa gorda é uma monstruosidade, a medida em que, socialmente, é retirado dela sua identidade de sujeito, constantemente sendo representada pelos estigmas associados a ela, ao em vez de ser representada por sua natureza humana que existe e vive, se perpetuando como um objeto a ser contemplado, alterado, temido e ridicularizado. No percurso dessa pesquisa-criação-artivista não almejava alterar essa realidade, mas sim me empoderar dela e transformá-la em uma potência libertadora de existência, indo além das convenções de uma sociedade normativa.

Contudo, mesmo entendendo a força de assumir de forma a ressignificar minha essência abjeto, ainda não encontrava o lugar de pertencimento e autorreconhecimento da minha corpa. Já sabia que não estava incluída nos corpos padrões, mas também percebia que oscilava na audácia e firmeza de afirmação da minha corporeidade existente. Foi nessa busca de sentir onde pertence uma corpa gorda e robusta como a minha, que encontrei o conceito criado por Lapponi de *Corpo Intruso*. Partindo da sua experiência como uma pessoa e artista deficiente, Lapponi discute padrões e aceitabilidade corporal na sociedade e nas artes, refletindo como nós, seres sociais, inseridos em uma cultura de constante espetacularização da vida, desejamos imitar os estilos e cotidianos de vida que nos é apresentado nos meios midiáticos e redes sociais. Como muitos de nós não temos as condições de viver tais vidas, passamos a desejar, ao menos, parecer com as pessoas a quem possui essa vida, e isso nos leva a ter uma verdadeira obsessão, segundo Lapponi, por um *corpo espetacular*, que diz respeito a um corpo em estado de “perfeição” estética e forma de vida. (Lapponi, 2023).

A propagação de existências de corpos espetaculares corrobora para uma narrativa de que apenas esses corpos são os essenciais à funcionabilidade social e de sucesso, nos submetendo a aceitar a ideia de que apenas corporeidades específicas são corpos passíveis de felicidade, produtividade e importância social, e todas outras formas corporais e de vida são destrutivas ou ao menos dispensáveis para a sociedade. Sobre isso, Lapponi acredita que:

[...] vivemos em um estado constante de busca desenfreada pela fórmula de uma existência não “MATÁVEL”. O que quero dizer? Como explica o filósofo italiano Agambem, o “matável” é o tipo de vida humana que é incluída na sociedade pela sua exclusão. Ou seja, uma existência considerada como uma vida exterminável por qualquer um, sem que este sofra qualquer tipo de represália. (Lapponi, 2023, p. 50).

Pode-se exemplificar bem essa questão colocada pela teórica ao revisitarmos o que aconteceu com certas corporeidades durante a pandemia da Covid-19¹¹: corpos gordas,

¹¹ Em março de 2020 a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou situação de pandemia devido a propagação em escala mundial do vírus denominado de coronavírus SARS-CoV-2, também conhecido por Covid-19. A COVID-19 é uma doença respiratória que pode levar a complicações graves e morte, e que atingiu corpos diversas, em especial pessoas idosas e com doenças pré-existentes. A pandemia teve um impacto profundo e abrangente na

deficientes, idosas, periféricas, indígenas foram consideradas dispensáveis e culpadas por sua vulnerabilidade diante do vírus, encarando suas mortes como uma consequência “natural” a realidade estrutural de suas corpos, já que, a sociedade não poderia parar ou ser prejudicada por causa do perigo que essas corporeidades viviam. Foi a medida que o vírus se desenvolvia e que corpos “perfeitos” passavam a ser vítimas, mais a preocupação coletiva com a pandemia começava a ganhar um caráter mais responsável, intensificando a atenção social a esse vírus letal.

Apesar de todas nós estarmos sujeitas a esse discurso de um corpo espetacular, perpetuando uma valorização da vida dessas pessoas, também encontramos, como observa Lapponi, um grande movimento contracultural e descolonizador das corpos, que celebra a possibilidade das corpos poderem ser quem são, em todas as suas diferenças. (Lapponi, 2023). É nesse movimento contracultural que se encontra a ideia de *corpo intruso* de Lapponi: em uma sociedade onde existe corpos que são dominantes e outros que são dominados, os quais buscam de alguma forma se alterar para se tornar o primeiro, existe também as corpos excluídas, as quais se encontram as corpos deficientes, por exemplo.

Entre essas corpos excluídas se tem aquelas que conseguem, em alguma medida, alterar-se e assim fingir e/ou performar uma certa normalidade para então ser incluída no universo dos corpos dominados. Essa dinâmica é a base da estrutura do que entendemos como ação de inclusão. Para Estela Lapponi, incluir não necessariamente diz respeito a existência da diferença, já que muitas vezes se trata de um movimento em que se retira aquele que é diferente do seu próprio referencial de mundo, e o coloca em outro referencial, onde ele tem que se adaptar e se reestruturar para amenizar sua diferença, e, assim, vivenciar o mundo criado para aqueles que não foram excluídos. Existe ainda, seguindo esse pensamento um outro grupo de corporeidades, a dos *corpos intrusos*, que são as pessoas que não pertencem, que não foram projetadas, nem convidadas a estarem presentes, mas que ali estão, que se encontram, que existem. Segundo Lapponi:

[...] compreendi que não havia só um significado para Corpo Intruso, mas, sim, vários. Por isso, decidi listar aspectos que designam, mas que não limitam o significado. TUDO QUE: Não está convidado, Está fora de contexto, Te tira do centro, Desarticula o cotidiano, Não nos damos conta, Pode causar atração e temor, É estranho É “feio”, É frágil No entanto pode ser: alegre, indigesto e ter certo humor . . . Eu nomeio: CORPO INTRUSO [C.I.] (Lapponi, 2023, p. 72).

A percepção da palavra *intruso* contém em si também uma possibilidade negativa, violenta, uma vez que *intruso* pode ser aquele que invade, destrói e se apropria de algo que não é seu, ao contrário, que pertence a outros. É interessante observar, no entanto, que a autora aponta que o corpo intruso possui em sua essência a relação com o outro e é a circunstância dessa relação com esse outro que dará uma conotação negativa ou positiva a essa intrusão (Lapponi, 2023). Nesse sentido, entendo que a proposta da conceituação de *corpo intruso* está intimamente ligada à ideia da Poética da Relação de Glissant, ou seja, é no encontro, no contato com o outro e o seu redor que a dimensão e a própria natureza de intruso se estabelece. Assim sendo, o termo pode ser sim relacionado àquele corpo que objetiva o domínio, a apropriação e o controle do outro, como por exemplo corpos colonizadores que invadem territórios, imaginários, culturas para subjugar-las e dominá-las. Porém, ser intrusa, quando surge como desejo, necessidade e força de luta pela diversidade, converte-se em potência com o fim de amplificar as alternativas de existências e de pluralidade.

Assim, acredito que, ao assumir o conceito de corpo intruso em nossa própria corpa nos apropriamos da nossa condição abjeta transformada em energia de persistência de vida, subvertendo limites e destruindo estruturas, uma vez quando nos concretizamos como corpas da contramão, que não se paralisa para não ser aniquilada:

Assumir-se Corpo Intruso é libertador e expande as potências de atuação. Corpo Intruso chega para abalar e provocar a mudança, se mostra um desrespeitador de limites, um possível destruturador do sistema. Revela um modo de existir na vida e é arte. (Lapponi, 2023, p. 112).

No encontro com a reflexão de Estela Lapponi, entendi minha corpa como não padrão e não inclusa, uma corpa intrusa que diariamente necessita se afirmar perante outros e, inclusive, para si mesma. Baseando-me, portanto, na força política de autoafirmar-me e reconhecer-me enquanto gorda, ressignifico essa palavra comumente usada como ofensa, como algo indesejado, para ser a ponta da lança da minha afirmativa identitária.

NÃO SOU FOFA

NÃO SOU FORTINHA

NÃO SOU RECHONCHUDA

NÃO SOU SUA INADEQUAÇÃO OU MEDO DE ME NOMEAR.

REJEITO TEU *NÃO* AO QUE SOU, E AFIRMO

SIM!

SIM, SOU!

SIM, SOU GORDA!

3.3. Vomitando de boca aberta

“Fecha essa boca menina, já disse que é para deixá-la fechada!” Você já ouviu essa sentença? Ficar de boca fechada é quase que uma condição *sine qua non* para nós mulheres. Somos ensinadas, principalmente na ótica da branquitude, que ser uma boa moça, uma mulher de respeito, digna de amor, afeto e carinho é ser uma mulher que sabe o momento de ficar quieta e o momento de falar, sendo, dessa forma, o ato de fechar a boca está ligado ao constante silenciamento ao qual somos submetidas. Indo mais a fundo, fechar a boca significa se passar por invisível, não incomodar o outro e o entorno com nossas presenças. Somado a isso, para nós, mulheres gordas, fechar a boca ainda ganha mais uma opressão: representa um movimento de disciplina, de autocontrole não apenas da fala silenciada, mas sobretudo uma determinação alimentar. Nós pessoas gordas, somos taxadas de pessoas sem controle, gulosas, devoradoras de tudo que encontramos pela frente, compulsivas. Fechar a boca foi uma das frases que mais ouvi, principalmente na infância e na adolescência, por médicos, professores, tios e tias, colegas, que determinavam que bastava eu fechar a boca para emagrecer, não sofrer bullying, ser interessante para o afeto de alguém. Fechar a boca para ter alguma chance de pertencer a sociedade hegemônica.

Ao mesmo tempo, convivi com inúmeras mulheres fora do padrão que não fechavam a boca, aquelas taxadas de desbocadas, baixas, sem educação, barraqueiras, indecentes, vergonhosas, histéricas, entre vários outros julgamentos que desaprovam a liberdade que elas exerciam. Foram essas mulheres que me fizeram desaprender a fechar a boca, a não deixar de dizer o que penso e sinto, a me lambuzar com o que me dá prazer. Obrigada a cada ser diferente que surgiu no meu caminho de vida, a cada uma que não se formava nem se conformava em ser o que outros diziam que deveria ser, as gargalhadas, palavrões, brincadeiras, baixarias, choros, gritos, barracos que pude testemunhar, obrigada por serem vida no percurso da minha vida.

Foi com essas e tantas mulheres escandalosas que aprendi a não querer mais me moldar para seguir um comportamento de feminilidade que a sociedade impõe, fui afirmando e agindo cada vez mais como a mulher que sou. Traço conexões com a artista e militante feminista francesa Virginie Despentes que diz: “não tenho a menor vergonha de não ser uma super boa moça. No entanto, fico louca de raiva quando, na condição de mulher que interessa pouco aos homens, as pessoas tentam me convencer, sem parar, de que eu não deveria nem mesmo existir. Nós sempre existimos” (2016, p. 08). Dessa maneira, assim como ela, eu existia e descobri que outras mulheres que não se moldavam aos padrões sociais fortaleciam minha existência.

Desde muito jovem me interessei por pensamentos e ações políticas que rebatiam normas do que é ser e agir como mulher, que lutam pelo empoderamento feminino e igualdade sociais da mulher, mas, mesmo estudando e convivendo com mulheres feministas, não via a questão da gordofobia como pauta das discussões. Havia inúmeras referências e pensamentos que combatia padrões estéticos e imposições de beleza de uma indústria capitalista e machista, entretanto tratavam a gordofobia apenas pelo viés estético, ignorando-o enquanto uma violência social que implica na exclusão e humilhação de corporeidades gordas dos convívios e acessos as estruturas sociais, como empregabilidades, atendimento médicos humanizados, mobiliário públicos confortáveis, utilização de transportes públicos sem constrangimentos entre outras violências. Além disso fui percebendo que até nesses ambientes de luta do feminino, o medo de ser uma corpa gorda era presente em boa parte delas.

Apesar da ausência da pauta da gordofobia nas falas feministas – ou mesmo quando pontuada, sempre sendo colocada como um assunto secundário, como se fosse menos relevante diante de outras urgências nos debates – foram os encontros com pensadoras e militantes ativistas feministas que me impulsionaram a entender as violências misóginas que minha corporeidade vivenciava e fui ampliando minhas referências de mulheridade.

Quanto mais me entendia fora da norma, quando mais me apossava da minha condição de corpa intrusa mais buscava me cercar de pessoas e reflexões que estivessem ausente da normatividade. Praticando o encontro a partir da premissa da Poética da Relação, passei a ouvir e conviver com pessoas de diferentes identidades, algumas inclusive muito distantes da minha realidade. Nesse sentido, compactuo com o que Audre Lorde fala sobre o poder de convivermos com as inúmeras diferenças identitárias existentes entre nós mulheres:

Certamente existem diferenças muito reais entre nós, com relação a raça, idade e sexo. No entanto, não são essas diferenças que estão nos separando. É, antes, nossa recusa em reconhecê-las e analisar as distorções que resultam de as confundirmos e os efeitos dessas distorções sobre comportamentos e expectativas humanas. (Lorde, 2019, p. 142).

Comecei a me encontrar com o movimento feminista por meio principalmente de mulheres brancas e cis e como tal, apesar de muito ter aprendido e me fortalecido, estava ali imersa em uma ótica que desconsiderava uma gama de diversidades do que significar ser uma mulher em sociedade. Sobre isso Lorde discute:

De modo geral, no atual movimento das mulheres, as mulheres brancas se concentram na opressão que sofrem por serem mulheres e ignoram as diferenças de raça, orientação sexual, classe e idade. Há uma suposta homogeneidade de experiência coberta pela palavra “sororidade” que, de fato, não existe. (Lorde, 2019, p. 143).

Ainda sobre essa problemática dentro do próprio movimento feminista, Audre Lorde diz que, “quando as mulheres brancas ignoram os privilégios inerentes a sua branquitude e define *mulher* apenas de acordo com suas experiências, as mulheres de cor se tornam ‘outras’, *outsider* cuja as experiências e tradições são alheias demais para serem compreendidas.” (Lorde, 2019, p. 145). Assim, ao ampliar laços afetivos e convivendo com uma diversidade maior de mulheres, é possível dilatar nossos olhares, tanto para si, quanto para outras, uma vez que “não são nossas diferenças que nos separam, mas nossa relutância em reconhecê-las e lidarmos de forma efetiva com as distorções que resultaram de as termos ignorado e confundido.” (Lorde, 2019, p. 151-152). No meu contexto, notei que estava inserida em espaços feministas predominantemente branco, cis e bípedes, por isso foi entendendo e aprendendo com outras linhas feministas que fui reconhecendo minha própria branquitude, bipedia e cisgeneridade. Identifiquei os privilégios que me cercam e meus pensamentos normativos e estruturais que, por não questionar, eu os perpetuava.

Trançando esse paralelo, compreendo que pôr essa consciência em prática e sobretudo em diálogo com experiências e singularidades que não são nossas, como em um exercício já mencionado de *Poética da Relação* proposto por Édouard Glissant, não foi e nem é um processo fácil. Esse exercício é extremamente complexo e desafiador, visto que constatar em si nossas identidades, assim como estar com outras diferentes de nós, trata-se de assumir um estado de desconforto, essencial para o convívio em coletivo. Passo o que chamo de desconforto para as palavras da multi artista gorda, negra, trans não binária e nordestina Jota Mombaça e seu conceito de *quebra*, afirmando ser uma força que:

[...] não é nem o sujeito e nem o mundo, mas atravessa tudo. [...] a quebra seria o que não se define, porém não por heroísmo pós-moderno, sim, por fracasso e insuficiência. A quebra não se define porque não cabe em si mesma, porque quando uma vidraça arrebenta, os estilhaços correm para longe, sem nenhuma ordenação plausível. Tendo como exemplo essa imagem, e finalmente me aproximando o mais possível de uma definição: o que aqui chamo quebra não são os estilhaços, mas o movimento abrupto, errático e desordenado do estilhaçamento. (Mombaça, 2021, p.24).

Para Mombaça encarar-se como se é não significa inteireza, autoconsciência, autodeterminação ou autoestima, mas sim o fato de reconhecer as quebras que fazem parte de nós. Nesses estilhaços, estar em conjunto é sem dúvida uma realidade dolorosa e desconfortável. Mombaça reflete:

Ao tatear a possibilidade de uma coletividade forjada no movimento improvável de um estilhaçamento, vai ser sempre necessário abrir espaço para os fluxos de sangue, para as ondas de calor e para a pulsação da ferida. Politizar a ferida, afinal, é um modo de estar juntas na quebra e de encontrar, entre os casos de uma vidraça estilhaçada, um liame impossível, o indício de uma coletividade áspera e improvável. Tem a ver com habitar espaços irrespiráveis, avançar sobre caminhos instáveis e estar a sós com

o desconforto de existir em bando, o desconforto de uma vez juntas, tocamos a quebra umas das outras. (Mombaça, 2021, p. 26).

Reconhecer a quebra, viver o movimento dos estilhaços, não fugir dos cortes das pontas afiadas, não buscar os encaixes perfeitos me leva a viver a quebra junta a todas que são diferentes de mim e que encontro no caminho, assim como não romantizar uma identificação com outras pessoas por termos características identitárias parecidas. Nem sempre quem se aparenta a mim compreende as afirmativas que busco fazer na vida. Dessa forma, essa pesquisa-criação-ativista foi se desafiando a viver a força do movimento dos estilhaços, desejando falar, gritar o que sente necessário, sem ser representatividade de ninguém, se apresentando como mais uma força de realidade de uma *corpa intrusa* em uma sociedade guiada por uma *norma mítica*.

Foi por meio do encontro das diferenças e singularidades que fui me entendendo como uma militante gorda e assumindo as interseccionalidades que fazem parte de mim. Sobre essa junção de partes de si mesma, Lorde diz que:

Minha concentração máxima de energia fica disponível para mim apenas quando agrego todas as partes de quem sou, abertamente, permitindo que o poder de determinadas fontes da minha existência flua, indo e vindo livremente por todos os meus diferentes eus, sem as restrições de uma definição imposta de fora. Só então posso unir as minhas energias num todo a serviço das lutas que abraço como parte da minha vida. (Lorde, 2019, p.150).

Foi com o feminismo cis branco que comecei a entender-me enquanto mulher em uma sociedade misógina. Contudo foi a partir de outras mulheres, distintas em tantos aspectos a mim e suas pautas e lutas, como mulheres trans, negras, não-binária, deficientes, que realmente fui me encontrando comigo e me entendendo nesta corpa que sou, e que assim pude finalmente descobrir um outro movimento feminista, a luta antigordofobia, repleta de ativistas gordas que reivindicam por suas corpos existirem e serem respeitadas em sociedades, conforme afirma Jimenez-Jimenez “O termo ‘feminismo gordo’ refere-se a uma abordagem dentro dos feminismos que busca combater a gordofobia e promover a despatologização das corporeidades gordas, denunciando a violência contra corpos gordos e propondo novos saberes sobre essas mulheres” (Jimenez-Jimenez, p. , 2024). Segundo ela:

O feminismo gordo vem despontando na América Latina e no Brasil a passos largos, com representações de muitos corpos e propostas subalternas. Considerando o surgimento de “novos feminismos”, vamos aprendendo com outros ativismos de mulheres que a mudança é possível, através dos movimentos sociais. (Jimenez-Jimenez, 2024, p.15)

Graças a esses encontros e movimentos afirmativos me impulsiono a não ser mais silenciada. Falo, expresso, grito o que preciso, entendendo que fechando a boca me privo, me mato, me sufoco. Permito, como sugere Lorde, que os silêncios passados sejam transformados

em linguagem e em ação. Segundo a teórica, o silêncio individual e coletivo é uma constante perpetuação e aceitação das violências que nos acomete e que também cometemos com outras, porque “o fato de estarmos aqui e de eu falar essas palavras é uma tentativa de quebrar o silêncio e de atenuar algumas das diferenças entre nós, pois não são elas que nos imobilizam, mas sim o silêncio. E há muitos silêncios a serem quebrados” (Lorde, 2019, p. 55).

Mantenho minha boca aberta e vomito com ela assim, sem medo de escandalizar, de chocar e dar asco à sociedade do bem, a ver na minha vulnerabilidade e enjoos uma potência de força de afirmação. Deixo a minha corpa retirar o que não pode mais ser engolido e, regurgitando, aprendo a saborear quem sou.

4. LIDANDO COM OS ENJOOS:

Aprender a regurgidar foi o caminho que minha corpa descobriu para encontrar seu bem-estar, quase que diariamente, meu estomago alterado busca reter os nutrientes que me fazem existir e repudia o que tenta lhe destruir. Este é um processo diário, intenso e por vezes doloroso, acompanhada de constantes estados de enjoo, pois ainda hoje minha corpa se enfraquece com as violências que recebe.

É no encontro com as teorias, pensadoras e artistas mencionadas nesta pesquisa-criação-artivista, que consigo fortalecer minha corpa gorda para sustentar esse processo digestivo tão agressivo, elas foram as medicinas necessárias para conseguir estacar os inúmeros cortes que minha corpa recebeu e recebe ocasionado pela gordofobia social, no entanto, cada corte que obtive, apesar de algumas, terem sido cicatrizadas, prejudicaram a minha sensibilidade corpórea. Aos poucos, fui precisando entender como me reencontrar com a minha corpa, foi necessário reativar meus poros, soltas as aderências fasciais, reaprender a conexão de perceber a mim e ao entorno por meio da sensibilidade da minha corpa e assim me fazer presente no mundo em que estou.

4.1 Inspiro

Esse processo de reconectar-me com minha corpa iniciou antes mesmo deste percurso de mestrado, quando me encontro pela primeira vez com o campo da Educação Somática. A Educação Somática é um conjunto de abordagens e técnicas corpóreas de origem interdisciplinar que surgem no século XX com o intuito de perceber e entender o corpo de forma plena e autônoma, confrontando a ideia de corpo dicotômico, isto é, a separação entre corpo e mente, como normalmente difundida no Ocidente e a entendendo sob a perspectiva de sua natureza somática, contrapondo a percepção de separação entre corpa, mente, corpa, emoção, corpa, energia e percebendo a corpa como processo composto por todos esses elementos unificados. A professora e pesquisadora Ciane Fernandes fala que, “[...] a Educação Somática desde seus primórdios enaltece relações entre experiência e sentido, integrando – ao invés de dicotomizar- corpo e mente.” (2013, p. 27).

Pautando-se nas práticas somáticas, que dizem respeito mais as técnicas e atividades específicas de consciência corporal, com um cunho mais prático que teórico, A educação somática é um campo de estudo e de experimento que almeja a integração entre experiência e sentir.

A própria etimologia da palavra somática demonstra seu sentido de conexão entre sensibilidade e experiência. *Soma* termo oriundo da palavra grega *somatikos* significa “corpo vivido”, conceito reinterpretado como o corpo experienciado internamente: corpo percebido a partir de si mesmo. A palavra *soma* foi primeiramente utilizado por Thomas Hanna em 1976, com o intuito de descrever abordagens de integração corpo-mente (Fernandes, 2014, p. 82). Abordagens somáticas são práticas baseadas no aprender com a própria experiência no estímulo e desenvolvimento da nossa *propriocepção*, ou seja, nossa capacidade cenestésica em perceber e reconhecer a localização de nossas corpos no espaço, em sua totalidade postural.

Abaixo

Princípio da somática:

Fazer----sentir-se enquanto está fazendo ---- Perceber-se antes de começar a fazer



Fazer Sentir Perceber

Sentir Perceber

Fazer

Representações gráficas e anotações realizada a partir da fala e slides compartilhados pela professora Eloisa Domenici na disciplina Tópicos Especiais em artes cênicas: Práxis Somáticas em Processos Investigativos do Corpo Cênico, ofertado pelo PPGAC no primeiro semestre de 2023. Nesta disciplina refletimos e praticamos exercícios corpóreas para melhor compreender princípios e caminhos possíveis de trabalhar a corpa cênica a partir da ótica da somática. Estimulando a nossa percepção para diferenciar a realização de ações básicas, como caminhar, sentar e ficar em pé, de forma mecânica e automatizada e o que é realizar tais ações a partir da nossa plena conexão em soma, ou seja, a partir da ativação da nossa propriocepção corpórea.

A primeira experiência que tive com práticas somáticas aconteceu nos encontros do coletivo artístico que fiz parte durante 13 anos, de 2009 a 2022, chamado Coletivo Lugar

Comum¹², grupo composto por 14 artistas de Pernambuco, com formação em diferentes áreas, como literatura, música, teatro e principalmente dança. O Coletivo Lugar Comum é um grupo sem diretor ou coordenador, que se organiza de forma rizomática em que cada participante traz suas próprias experiências e propostas práticas para serem vivenciadas por todos os integrantes, em uma dinâmica intensa de trocas e descobertas. Foi nesse coletivo que pude primeiramente viver na minha corpa o que é a Educação Somática e suas inúmeras possibilidades e abordagens. Inicialmente na curiosidade artística e posteriormente na necessidade de cura de lesões corporais que vivi. Foi experimentando na prática algumas das abordagens somáticas que fui então pesquisar para poder compreender teoricamente do que se tratava o universo da Educação Somática.

Na minha formação enquanto artista teatral, conheci diversas técnicas de treinamento e preparação corporal as quais a maioria delas não se adequavam a minha estrutura corporal. Na realidade, a lógica dessas atividades não eram se adequar a minha corpa ou ver a minha corpa como caminho estrutural e metodológico de trabalho, na verdade essas técnicas e sistemas corporais exigiam que minha corpa se adequasse a elas, tendo sempre como referência corpos externos, corporiedidades pertencente a outros e não a mim.

Formei-me oficialmente em artes cênicas, em 2004, no curso de Licenciatura em Artes Cênicas da Universidade Federal de Pernambuco, onde tive disciplinas que trabalhavam com consciência corporal e algumas técnicas de interpretação, mas a maioria dos trabalhos corpóreos que passaram pela minha formação eram baseados em abordagens teóricas oriundas de contextos europeus e que entendiam o corpo como uma máquina, uma engrenagem ou como um objeto a ser moldada para mais alta qualidade de desempenho. Estudei e vivenciei abordagens laboratoriais e exercícios de corpo pautados em pensadores como Constantin Stanislavski, Bertolt Brecht, Vsevolod Meyehold, Jerzy Grotowski, Dario Fo, e apesar de grande respeito e admiração aos seus trabalhos, suas proposições ou melhor dizendo, como alguns realizam suas proposições, a partir de interpretações próprias, são propostas de trabalhos que reproduzem cópias de gestos e movimento, de entender o corpo como instrumento controlado pela mente e assim treinado para a cena. Não encontrava nesses trabalhos espaços para questionar e acrescentar outros elementos e perspectivas do corpo como as identidades de raça, gênero, classe social e os conflitos e singularidades que essas questões proporcionam a uma corporeidade.

¹² Para quem quiser conhecer mais do grupo: [https://coletivolugarcomum.wordpress.com](https://coletivolugarcomum.wordpress.com;); <https://www.instagram.com/lugarcomumcoletivo/>

Quando encontrei os trabalhos e estudos de Eugenio Barba, Peter Brook e Antonin Artaud, igualmente europeus, comecei a entender outras possibilidades de ver e compreender o corpo, mas mesmo assim ainda sentia que para me entregar as suas propostas deveria pertencer a outro corpo, não ser a minha corpa, afinal, em seus trabalhos, apesar de discutir e provocar o corpo em dimensões mais amplificadas que a fisicalidade material, explorando mais a relação sensitiva e energética dos intérpretes, atores e ter oficialmente referências culturais além de seus contextos específicos, não vi na prática uma representatividade de corpos dissidentes em seus grupos de atores. Sem mencionar ainda que todas as minhas referências teatrais e de “mestres” eram de homens brancos, cis, bípedes e magros. Quais os espaços que o teatro me mostrava para corporeidades que não se encaixam nessas especificidades?

Por isso, essa falta de representatividade e a minha dificuldade em executar de forma igual ao solicitado, os exercícios propostos nas aulas e laboratórios corporais destinados ao estudo desses referenciais teóricos do teatro, fazia pensar que eu, por ser gorda, não era uma corpa apropriada para a cena, que minha corpa não poderia ser cênica, sentença que cheguei mesmo a ouvir verbalmente de alguns professores. Tive a sorte, entretanto, de conviver com outras formações artísticas, principalmente acompanhando os trabalhos de pesquisa do meu pai, professor-doutor de teatro da UFPE Marco Camarotti, que se dedicou, entre outras coisas, a estudar o teatro popular do Nordeste, como o Bumba-meu-Boi ou Cavalo-Marinho, Mamulengo, Chegança e Pastoril e da minha mãe que foi mamulengueira durante 10 anos no grupo de Olinda chamado Mamulengo-Só-Riso. Pude, com isso, ter outras referências sobre trabalho de corpo, mas, mesmo assim, apesar de acompanhar esses trabalhos, não fazia parte direta dessas comunidades, me relacionando muito mais como espectadora e admiradora do que como praticante. Nesse acompanhamento, porém, já pude ter indícios do que era um outro entendimento de corpa e de cena, por parâmetros além dos cânones brancos e europeus.

Foi apenas perto dos meus 30 anos que pude vivenciar corporalmente outra forma de ver, preparar e ativar minha corpa para a cena, por um caminho que respeitava e convidava as singularidades individuais a conduzir as formas de realização de ações e movimento da corpa. Foi com a partir de Práticas Somáticas, no Coletivo Lugar Comum, que pude compreender finalmente o que durante anos de formação e trabalho cênico achava que era incapaz de ter, uma consciência corporal. E passei a deixar de buscar o treinamento corporal para me encontrar na ativação corporal.

A professora-doutora da Universidade Federal do Sul da Bahia Eloisa Domenici fala como a partir do encontro da somática com artistas da cena, em especial da dança, a perspectiva

sobre a corpa e como trabalhá-la nas artes da cena, sofre uma grande revolução quando técnicas tradicionais de trabalho corporal, que são pautadas na repetição mecânica do movimento, são questionadas e proposições de exercícios de corpo começam a surgir em uma perspectiva de respeito aos limites anatômicos das corpos e exploração de novos padrões de movimento (Domenici, 2010). Ela declara que:

Um princípio geral das práticas de educação somática é privilegiar a informação que vem do próprio corpo para orientar as decisões. O caminho mais notável foi a investigação das possibilidades do movimento pela exploração da sensopercepção, o que se tornou comum chamar de “consciência corporal” (Domenici, 2010, p. 75).

Muitas das abordagens somáticas surgem do trabalho de experimentação e vivências de profissionais das áreas da saúde, da arte e da educação e que muitas vezes se referem a processos de necessidade de cura de seus próprios criadores e propositores como afirma Domenici:

O campo compreende diversos métodos de trabalho corporal, na sua maioria criados na Europa e nos Estados Unidos no início do século XX, propondo novas abordagens do movimento, a partir de pressupostos que divergem da visão mecanicista do corpo. Os seus criadores, muitos deles motivados pelo desejo de curar-se, rejeitando as respostas oferecidas pela ciência dominante, passaram a investigar o movimento nos seus próprios corpos” (Domenici, 2010, p. 70).

Quando descobri a somática, entendi minha corpa, não como uma corpa doente, mas uma corpa necessitada de cura dos adoecimentos e dores infligidas por uma estrutura social gordofóbica, que durante anos adoeceu minha corpa física, mental, espiritual e emocionalmente. No primeiro encontro com a somática, minha corpa já havia sido cortada, costurada e moldada por olhares alheios e não sabia mais me relacionar com a minha própria corpa, como me reencontrar e reconectar com uma corpa que foi completamente alterada e desviada pelo externo. Achava que nunca mais saberia sentir minha corpa para além das dores que vivenciei decorrente das cirurgias que me submeti.

As práticas somáticas me possibilitaram retornar a essa casa-território, que é minha corpa. Ao redescobri-la, abarcando e abraçando suas mutações e diferenças e me interessando pelos seus mistérios e potências, em um processo muito longo e difícil, e que ainda continua, pude retornar a mim, mergulhando nessa corpa que habito. Sobre a educação somática a artista e pesquisadora da cena Elisa Vieira diz que:

Essas abordagens referem-se a processos de cura, auto-descoberta e essência do indivíduo. As práticas referidas podem ser consideradas como um campo de estudos do corpo pela perspectiva da experiência social. Os processos conduzem o indivíduo a desfazer hábitos de pensamento, sensações, hábitos físicos e de realização de ações. A fim de desenvolver a propriocepção, que implica em sentir o próprio corpo, o sentido do toque é usado, bem como a visualização, a imaginação e informações factuais sobre a anatomia do corpo. O objetivo é desenvolver a sensibilidade física e a ação sobre o mundo. Assim, acredita-se que o movimento pode ser um modo para

observar a expressão da mente através do corpo e pode também ser um caminho para realizar mudanças na relação corpo-mente. (Vieira, 2014, p. 251).

Ao experimentar algumas abordagens somáticas pude finalmente me deparar que a minha própria corpa era um caminho de cura e transmutação de algumas das dores que possuía. Foi por meio de exercícios e trabalhos de refinamento sensorial, que me permiti ouvir e entender os sinais que minha corpa indicava em si mesmo, para seu processo de bem estar, ao mesmo tempo pude compreender quem eu era e qual a relação que eu, corpa, possuo em um mundo padronizado e heteronormativo. A pesquisadora Debora Bolsanello diz que:

A autenticidade somática emerge de uma intimidade com nossos próprios processos internos (fisiologia, sensação, sentimento, pensamento, percepção...) e não é contraditória com a identidade sociocultural. A autenticidade somática é tal qual um vaso: fornece um contêiner à identidade somática. Somos ao mesmo tempo relação e singularidade. (Bolsanello, 2008, p. 410).

Nos anos que participei do Coletivo Lugar Comum pude conhecer o trabalho e técnicas oriundas de Angel Vianna, do Contato Improvisação, do Movimento Autêntico (MA) e de Moshé Feldenkrais, adentrando aos conceitos e entendimentos somáticos que de imediato me despertaram o interesse. Com o tempo, fui me entregando a outras técnicas somáticas que pude conhecer fora do grupo, como método Rolf de Integração Estrutural, o *Body Mind Centering* (BMC) e *Body Mind Movement* (BMM).

Sentia minha corpa cada vez mais aprofundar seu mergulho em si mesma, descobrindo a cada imersão novas fontes fluviais, novas terras, novos contornos. Conhecer minha corpa não pela imagem, e sim por suas sensações, sensibilidade e memória, aguçou em mim a noção de grandiosidade e beleza que essa corpa matéria física possui; testemunhando seu peso, gordura, tamanho, seus volumes, relevos, suas estrias, rejeições, marcas de cortes e suas aderências, ou seja, tudo o que, aos olhares externo, torna minha corpa uma corpa gorda indesejável.

Sobre esse acontecimento, faço conexão com as reflexões de Jullia Pashall, pessoa gorda trans não binária, estadunidense e educadora somática, que ao falar de su corpa gorda, repleta de gordura, confidencia “como a patologização e o envergonhamento da minha gordura foram o veneno que me expulsaram para fora do meu corpo, remover a toxidade e tornar a gordura em remédio é como me recupero” (2018, p. 71, tradução própria).

É nessa realidade de, como diz Pashall, sermos expulsas de nossas corpos que nós, pessoas gordas – diria até mesmo pessoas que possuem corpos dissidentes – somos ensinadas a não confiar em nossa própria corporeidade, a se relacionar com nossas corpa como algo defeituosa, errada, doente e, por isso mesmo, não podemos viver dentro dessas corpos. Aprendemos mecanismos de nos desassociarmos da nossa estrutura corpórea, a se ver e se sentir

mais interligados a um projeto de corpo que devemos buscar ser, do que a presentificação concreta da corpa que somos.

Foi nesse sentido e contexto que durante muito tempo fiquei sem assumir o meu real peso físico, mesmo na adolescência e vida adulta, me entendendo como uma mulher gorda, existiam momentos e lugares que tentava desfazer meu porte físico, principalmente em espaços de cultivo ao corpo, como nos estudo e criações artísticas, usando, por exemplo, roupas que diminuísse a percepção do olhar alheio sobre minhas dimensões e volumes, negando a existência das minhas gorduras. Colocava inúmeras barreiras e limites na minha sensibilidade em me autoperceber, me desconectando ao máximo da minha capacidade de propriocepção.

Essa dissociação que me manteve tantas vezes ausente da minha corpa causou em mim um grande conflito cênico, já que para estar em cena o estado de presença é fator fundamental. No meu entendimento, o estado de presença é a nossa capacidade de desenvolver e envolver a nossa atenção e escuta interna e externa, colocando-a em relação conosco e com outros através de respostas e interação aos diversos estímulos e impulsos que capitamos, desta forma. É na presença que encontramos a nós e aos outros e, assim, a relação artística pode ocorrer.

Hoje em dia, sabemos que a presença em si - mais ainda neste mundo virtualizado - é uma obra de arte [...] toda obra de arte oscila entre uma produção de sentido e uma produção de presença. Toda obra de arte é uma travessia da realidade, uma exploração das sensações, uma busca pela presença. Sempre mais, o grande assunto da arte contemporânea é a presença [...] pela presença, criamos fios invisíveis que nos ligam neste desejo compartilhando de estarmos juntos habitando o mundo. (Amanty, Apud, Alice, 2016, p. 214 -215).

A pesquisadora e performer Eleonora Fabião fala de como a cena é um espaço de um entre-lugar, que a ação cênica é uma ação de colaboração, assim a ideia do que falamos de presença do ator, não se trata de uma condição de impacto e focada em si mesma, e sim de uma capacidade do artista de criar sistemas relacionais fluidos, isto é, uma habilidade de gerar e habitar os entrelugares da presença. (Fabião, 2010).

Concordando com essa afirmativa sobre a presença cênica colocada por Fabião, reflito e questiono-me como criar sistemas relacionais fluidos quando somos ensinadas a não estar na corporeidade que somos? Nós, profissionais da arte, buscamos encontrar a presença cênica que só é possível com nosso trabalho de aticar, refinar um estado de corpa cênica que Fabião relata:

O corpo cênico está cuidadosamente atento a si, ao outro, ao meio; é o corpo da sensorialidade aberta e conectiva. A atenção permite que o macro e o mínimo, grandezas que geralmente escapam na lida cotidiana, possam ser adentradas e exploradas. Essa operação psicofísica, ética e poética desconstrói hábitos. (Fabião, 2010, p. 322).

Nesse sentido, precisei entender, ao longo desta pesquisa-criação-artivista, a urgente necessidade de me reconectar a minha corpa, não só em seu estado cênico, mas também mergulhando e percebendo a minha corpa cotidiana, e que só por meio dela e com ela que sou capaz de chegar a um fluxo de abertura e potência de encontro com o espectador; é com a intimidade e conhecimento de minha corpa cotidiana que minha corpa cênica pode alcançar plenitude e transbordamento, que ela pode vivenciar o que Fabião chama de *presente do presente*:

O fluxo abre uma dimensão temporal: o presente do presente. A capacidade de conhecer e habitar este presente dobrado determina a presença do ator. Perder-se nos arredores do instante – na ansiedade do futuro do presente ou na dispersão do passado do presente – faz com que o agente se ausente de sua presença. A qualidade de presença do ator está associada à sua capacidade de encarnar o presente do presente, tempo da atenção. O passado será evocado ou o futuro vislumbrado como formas do presente. (Fabião, 2010, p. 322).

Portanto, ao vivenciar e experimentar práticas da educação somática volto a perceber, sentir minha corpa, cotidiana e cênica, entendo o poder de conhecê-la ativando e aperfeiçoando minha propriocepção que me aproprie de mim, cada elemento físico, cada memória, espaço, emoção, sensação que fazem de mim a corpa que sou. Entretanto, apesar da força e consciência que adquirir da minha corpa no encontro com as práticas somáticas, foi e é nesse mesmo espaço que conflituo com cortes, exclusões e contrariedades que esse território inflige sobre mim e sobre outras corporeidades dissidentes. Houve, no início do meu encontro com a somática, um estado de apaixonamento, já que tudo o que me deparava ao realizar algumas das práticas me deixava em êxtase, me fazia sentir plenitude, alegria e pulso de vida, olhava para tudo com encantamento e empolgação. Com o tempo, e paradoxalmente com a ampliação da minha autoconsciência e autopercepção que ocorria por causa das vivências somáticas, fui percebendo e entendendo angústia, vergonhas, isolamentos que sentia nas oficinas, workshops, espaços onde essas práticas aconteciam e pessoas que delas vivenciavam, porque havia em mim uma sensação de desconforto, que não sabia nomear ou compreender. Entretanto, com as experiências e minhas pesquisas dos estudos gordos e de artistas e pensadoras decoloniais, feminismo negro, transfeministas e estudos defs – termo criado por Carolina Teixeira, doutora da UFBA e utilizado no livro de Estela Lapponi para se referir as teorias e reflexões relacionadas a realidade e criação artística de pessoas com deficiência (Lapponi, 2023) - o que era uma sensação de desconforto passou a adquirir nitidez e reflexão: percebo que os espaços e as teorias somáticas não são, necessariamente, acolhedores e dispostos a interagir com a diversas diferenças corporais.

Considero importante pontuarmos que, em um contexto socioeconômico brasileiro, muitas abordagens somáticas são de difícil acesso a uma boa parcela da população, tanto por razões econômicas, por serem práticas que muitas vezes exigem um investimento financeiro elevado, quanto por questões culturais, por se tratarem, em sua maioria de vivências nascidas e divulgadas em lugares europeus e/ou estadunidense. Esse fator é relevante para refletirmos a quem tem sido acessível viver e pensar suas corpos por técnicas e caminhos que questionam as estruturas hegemônicas de cura e apropriação corporal. Nos ambientes de somática que frequentei, eram poucas pessoas negras, indígenas, trans, deficientes e, como mulher gorda, muitas vezes eu era a única no grupo de trabalho corporal com essa corporeidade. Em consonância a isso, Pashall menciona que, qualquer pessoa que deseja trabalhar com práticas de cura precisar estar atenta ao mal que podemos causar aos outros devido a nossa própria realidade e formação social e ancestral, ela diz que:

Como pessoas atraídas pelo trabalho de cura, queremos apoiar os outros e estamos (espero) tentando fazer o oposto de causar danos. Por causa desse desejo, seja talvez ainda mais doloroso quando ferimos os outros sem querer, porque nossas intenções parecem tão nítidas para nós. Porém é inevitável que, devido as nossas diferenças de experiência e entendimentos, a gente cause danos. É fundamental que aprendamos com isso, que desenvolvamos nossa habilidade somática para ser grande o suficiente para permanecer presente em nossos corpos quando causamos danos. Principalmente quando não temos a intenção disso. (Pashall, 2018, p. 78-79, tradução própria).

Elu diz ainda que:

Passei o primeiro ano de estudos somáticos no Instituto de Estudos Integrals da California em constante aperto. Os espaços de prática baseados no corpo historicamente não me fizeram sentir como se eu pudesse ter algum alívio. Recentemente, eu fui para uma oficina que foi ministrada por alguém muito respeitada em nosso “meio” e ela literalmente revirou os olhos para o meu corpo. Há um preconceito intenso contra pessoas gordas presentes nesse trabalho e ele é sentido, mesmo quando ele não é explicitamente declarado. Como pessoas sintonizadas com os corpos, sabemos o quanto é comunicado sem palavras. Eu reagir a isso estando em constante estado de tensão e defesa. Frequentemente, ao entrar em espaços somáticos sinto como se estivesse entrando em um avião. (Pashall, 2018, p.82-83, tradução própria).

Ao me deparar com essas palavras de Pashall respirei com alívio por constatar que o que sentia e notava ao estar em ambientes de trabalhos somáticos era algo real não apenas para mim, mas para outras experiências de corpos dissidentes. A sensação de ser olhada e percebida como estranha, de não ser uma corpa desejada por alguns ali para trabalhar juntas, compartilhar, afetar nossas movências, como elu diz, é a mesma sensação de entrar eu um avião, desejando plenamente voar, mas se deparar com os olhares de quem quisesse dizer que não me quer sentada ao lado durante a viagem porque sou gorda e ocupo espaço (Pashall, 2018).

Essa percepção de como corpos diferentes causam estranhamentos em alguns dos ambientes somáticos que habitei ao longo da minha jornada artística e nas pesquisas direcionadas realizadas nesse processo de mestrado, comprovam a urgência do que Mombaça fala de nomearmos as nossas normas para redistribuímos as violências cometidas pelas estruturas e que perpetuamos ao não questioná-las. Para mim que estou ao longo desses últimos anos mergulhando cada vez mais no campo da educação somática ao mesmo tempo que percebendo e me assumindo enquanto uma *corpa intrusa*, faz com que seja extremamente perceptível como uma parte desse universo e de seus profissionais e praticantes, com discursos politicamente corretos e repletos de jargões acolhedores, tem dificuldade em assumir as suas atitudes opressoras e excludentes de corporeidades não hegemônicas. Não digo isso no intuito de causar vergonha ou sentimento de culpa, pelo contrário, falo para refletirmos e olharmos para nossos preconceitos e privilégios, encarando-os para poder abandoná-los e /ou transformá-los

Para além da ausência presencial de corporeidades dissidentes, em específico corpos gordas em ambientes somáticos, devido aos aspectos socioeconômicos e culturais mencionados, pude ainda constatar uma outra forma de exclusão dessas corporeidades, de ordem conceitual e simbólica. Refiro-me ao fato de que em diversas abordagens somáticas, encontrei poucas que consideram componentes físicos, que pertencem a todas as corporeidades mas que são exaltadas como característica de corpos gordas, como a gordura e a estria, e que me interessavam investigar nesse processo.

Busquei na Educação Somática exercícios e conceituações teóricas-práticas relacionada a esses componentes, assim como relacionadas ao peso, com o intuito de exercitá-los e descobrir caminhos potencializadores de movência e criação corporal a partir desses elementos, entretanto encontrei poucos indícios para meus estudos, em específico sobre a gordura corporal. Ainda me deparei com menções e referências ao trabalho do peso do corpo em algumas abordagens somáticas que encontrei, mas ainda não condiziam com a perspectiva que me interessava pesquisar nesse processo, o peso enquanto força e firmeza de corpo e ação, mais do que um jogo de relação e desavio da gravidade. No decorrer da pesquisa-criação-artivista, foi numa oficina de Butô, que realizei com a artista israelense Yael Karavan em Recife no mês de setembro de 2022 que comecei a deslumbrar traços de caminhos de vivenciar o peso corporal para tonificação e força da minha corpa. Contudo, ainda não encontrava nada que considerasse a gordura e a estria nessas investigações. Foi apenas ao me deparar com a teoria e sistematização do Body-Mind-Centering (BMC) que finalmente encontrei indícios de refletir e praticar

movimentos e ativações para minha corpa a partir da sua relação com a gordura e posteriormente, em um workshop online, ministrado pela criadora do BMC Bonnie Cohen que também encontrei reflexões e atividades relacionada ao peso enquanto estímulo de consciência corporal e despertar sensitivo.

Apesar dessas desconsiderações e até exclusões de corpos gordos que notei nos espaços somáticos, foi me mantendo na audácia de adentrar esses lugares e experimentar seus exercícios e técnicas que compreendi um caminho de contato e aprendizagem com e da minha corpa, pois como afirma Pashall, “meu corpo gordo me ensina que minha energia pode ser gasta de melhores formas do que ficar convencendo as pessoas que eu tenho o direito de existir como sou, porque meu corpo gordo está aqui, existindo, independente do que qualquer pessoa (incluído eu) sente sobre ela.” (2018, p. 72, tradução própria). Assim, em vez de me desgastar com a constatação de que minha corpa gorda não era convidada a estar plenamente nos trabalhos somáticos de corpo, resolvi me apropriar e aprender com o que pude experimentar e praticar nessas abordagens para potencializar e reestruturar minha corpa, tanto no seu dia a dia quanto na cena, através de uma ativação criativa e expressiva.

Para o desenvolvimento desta pesquisa retornei a duas dessas práticas, o Movimento Autêntico (MA), e o Body Mind Centering (BMC), como irei explicar mais adiante, por sentir que nelas encontrei os espaços reflexivos e laboratoriais para mergulhar nas minhas banhas e vivenciar todo o meu peso.

Foi nesse encontro com a somática que pude aos poucos aprender como sentir com a totalidade da minha corpa novamente, e assim me entregar nessa proposição de pesquisa criativa, colocando minha corpa como plena condutora do processo de criação cênica, abrindo seus poros e sentindo por dentro quem sou.

4.2 Expiro

Foi inspirando que me reencontro com a sensibilidade da corpa que sou, no entanto, ainda não sabia como estar, existir na plena dimensão da minha corpa, dentro de um mundo tão gordofóbico. A somática me libertou de amarras fixadas de como uma corpa deve ser na vida, mas coube a minha prática e experimentação artística ampliar essa corpa diária e entendê-la numa dimensão expandida de atenção e relação, na sua percepção de existência cênica, entregando-me e assumindo toda essa corpa, arriscando e expondo ela, sem proteção previa e sim na confiança de ela ser e existir em si.

Foi nessa união entre a somática e a prática artística, ainda nos primeiros momentos vivenciados no Coletivo Lugar Comum, que me impulsionou a desafiar lugares e ambientes que me foram negados desde a minha infância por professores e artistas das artes cênicas, que desconsideravam a minha corpa gorda como uma corpa dançante profissionalmente. Aos poucos não só abarcava, mas firmava minha corpa como uma corpa dançante e comecei a vislumbrar outras possibilidades artísticas para essa corpa se expressar, indo além do teatro, agora poderia ocupar o espaço da dança, investindo nesta minha nova formação e finalmente pude me afirmar dançarina.

E foi graças ao meu encontro com a dança que passei a entrar num novo território, das artes performáticas. Por isso, a partir de 2014, começo um percurso de me experimentar performaticamente e entender que na performance conseguia de alguma forma comunicar sensações profundas que minha sensibilidade captava nesta corpa que sou.

Apesar de já ter conhecido e vivenciado um pouco a linguagem da performance, no meu percurso formativo teatral, foi com a dança e as investigações somáticas, que me apropriei dessa linguagem artística, enxergando um caminho que expande minha expressão comunicativa e disponibilidade interativa com o entorno e o público, além de ser uma ferramenta de autopercepção de ação política no mundo e na minha própria história e narrativa de vida. As artes performáticas, portanto, me possibilitaram mergulhar nas dores, memórias, cicatrizes, sensações ativadas pelas práticas corporais somáticas e torná-las materiais de criação artística. Dito isso, Vieira em sua pesquisa, ao falar sobre criação performática e cura relata que:

O trabalho sobre si pode conduzir à processos criativos autorais, uma vez que proporciona que o sujeito, quando reconhece seus modos de apreensão da realidade, utilize suas próprias experiências de vida e visões de mundo como material para criação [...] Recuperar a voz por meio da criação é um meio de trazer à tona a potência de vida, as particularidades de cada um diante do mundo. Renomear e dar sentido a eventos alegres ou dolorosos; renovar a capacidade de esperança, criando a partir de percepções e emoções profundas. Assumir, assim, a própria autoria. Nesse sentido, percebo aproximações possíveis entre autoria, *performance* e cura. (Vieira, 2014, p. 239-240).

Em consonância com essa perspectiva de autoria, performance e cura defendida por Vieira que minha corpa se entregou aos universos da somática e performance e mergulhou em si, revirando as águas e terras mais profundas e densas e emergiu com a força e nutrição para criar artisticamente e viver sua cura. Afinal, minha corpa, que é taxada como uma doença, foi na verdade adoecida durante anos pelos preconceitos, violências e exclusões diárias, e esse adoecimento me levou aos cortes físicos de uma cirurgia bariátrica e de uma sequência de cirurgias plásticas. Eu buscava e necessitava de algo além dessa realidade que me adoecia, desejava cura, mas achava que a cura seria deixar de ser gorda, de ser doença aos olhos da

medicina e da sociedade, por isso me submeti a entregar minha corpa aos médicos para, com seu bisturi, alterarem minha fisicalidade. Entretanto, mesmo tendo meu estômago cortado, continuei a ser a doença nomeada¹³ por eles e meu adoecimento só se intensificava. Vi em mim uma corpa moldada por outros olhares, uma corpa que não sabia mais se alimentar, que vomitava diariamente, uma corpa frágil, com sérios problemas nutricionais, coberta por cicatrizes, precisando entender as alterações fisiológica que passava e a conviver com os mal estares constantes. Era uma corpa que não se sentia mais viva, criadora e artística.

Ainda sobre o processo de cura, Vieira fala da complexidade de entendemos o que seria cura somada a suas inúmeras possibilidades de interpretação, de apreendermos como ela é utilizada em campos de conhecimento diferentes como a medicina, a psicologia, arte terapia. Para alguns, a cura pode ser a finalização da doença e, conseqüentemente, o restabelecimento da saúde, fim do sofrimento, perpetuação do prazer, mas ela afirma que:

[...] a cura não é somente a saída de um estado de doença para a entrada no estado considerado de saúde. É principalmente, a manutenção ou a continuidade e o fortalecimento desse estado de saúde. Envolve um estado de transição, de passagem, liminar entre a vida e a morte, entre a doença e a saúde. Portanto, implica em uma transformação e também em uma experiência. (Vieira, 2014, p. 241).

No andamento da pesquisa-criação-artivista entendi cura como um estado de autopercepção e consciência de si, um estado de impulso de vida e prazer, que leva a um poder de ser quem se é, sem negociação e estar e viver o mundo sem se esconder. A sociedade que atingi e machuca existências dissidentes, se beneficia com nosso sofrimento, afinal a dor nos desloca da gente, a violência nos desassocia do entorno, o sentimento de segmentação nos mata diariamente, por isso minha cura foi e é mergulhar em mim e em tudo que me compõe, criando e colocar esse tudo em relação com outras pessoas e com o mundo. Ainda segundo Vieira:

A relação que proponho entre performance, autoria e cura corresponde às nuances presentes no ato da criação, referidas e elencadas a partir da minha interpretação do conceito pulsão de ficção (SPERBER, 2009). Essas nuances são: a ideia de superação, que se dá por meio da elaboração de eventos vividos e emoções profundas; a busca pela liberdade, por meio da superação dos limites internos; a ocorrência da ipseidade, num compromisso do sujeito e a conseqüente valorização da vida; a re-invenção de si e das realidades ao redor; a conscientização da imagem do corpo e a transformação de si; a investigação da percepção e da expressividade. (Vieira, 2014, p. 241).

E foi instigada por essa necessidade de cura e entendendo na performance um caminho expressivo que, em 2022, atendendo um convite da professora-doutora da UFPE, Ana Maria Sobral, a participar de um bate-papo online com alunos do primeiro período do curso de medicina da UFPE – campus Caruaru, para falar sobre gordofobia médica, que criei um

¹³ Aqui refiro-me ao conceito médico de “obesidade”, que é definido a partir do cálculo do IMC.

exercício de vídeo performático que surgiu em um dos laboratórios dessa pesquisa-criação-ativista a partir da necessidade de falar com os futuros médicos, mas que não foi encorpado enquanto célula cênica de *ContraPeso*. Aqui trago esse vídeo e convido a assistir esse exercício de uma corpa que fala com quem cura:

<https://drive.google.com/file/d/1-CBZiE6XezSAHDpZwh6Jh8uRi6DMrRzg/view?usp=sharing>

Na somática tenho encontrado caminhos de ativação de cura e na criação performática, um meio de compartilhar esses caminhos e descobertas, por entender que, assim como muitos adoecimentos surgem devido a ações e escolhas coletivas, o mesmo pode acontecer com a cura. Tânia Alice, performer e professora-doutora da UNIRIO, comenta sobre a relação de performance e cura:

[...] pretendemos pensar a *poiesis* não somente como um vetor ao combate ao preconceito, aos processos de dominação propagados por uma moral conservadora ou pela mídia que sustentam a lógica neoliberal, mas como um universos de cura pelo ritual artístico [...] Propomos a ideia de uma recriação de si constante, que não teria por meta um processo terapêutico, mas o horizonte maior de cura, proposta pela ideia de corpos em perpétuo devir, atravessados pela força em permanente renegociação, buscando suas possibilidades de ser além de uma normalização possível almejada por uma terapia. (Alice, 2016, p. 180-181).

Para Alice, encarar a performance numa perspectiva relacional, baseando-se nos seus aspectos ordinário, cotidiano, pessoal, libertando a fruição artística de cânones pre estabelecidos proporciona uma amplitude do que ela nomeia de “cura performática”, isto é, uma cura que não é apenas individual, mas é também uma cura social por considerar também contextos e encontros (2016).

Dessa maneira, em consonância com Alice, busco nas artes performáticas me relacionar com dispositivos interativos abarcando os diversos encontros possíveis entre mim, minha criação e o espectador, assim como vivenciar, no processo criativo, as aberturas de vulnerabilidades, liberdades estilísticas, convites à mistura das linguagens artísticas que muitas vezes borram ou desfocam suas fronteiras e principalmente, assumir a mim e minhas experiências como material criativo e comunicacional, no intuito de trazer a tona e provocar reflexões e sensações que permeiam nossa existência social, sejamos corpas dissidentes ou padrões. Por mais enigmáticas, abstratas ou óbvias que sejam as propostas performativas, elas possuem em si a materialização de impulsos criativos das artistas que expressam suas subjetividades, singularidades e realidades, muitas vezes quebrando lógicas e formas pré-estabelecidas das linguagens artísticas. Entendo a performance como define Alice:

É nesse sentido que podemos entender a linguagem da performance: como uma linguagem que não constitui apenas uma representação de determinada situação ou contexto, mas que, realizando e efetuando-se, modifica o presente, influi ativamente nele, propondo transformações nos modelos de poder vigente, remodelando as subjetividades e as relações previamente estabelecidas. É nessa transformação que podemos ver a potência principal da performance: a performance não representa, mas é, transforma, recria, remodela modelos vigentes, tornando visível e palpável o invisível e o despercebido, e propõe alternativas para a transformação. Acredita. Impulsiona. Remodela. Reinventando, sempre. (Alice, 2016, p. 23).

Absorvi ao longo das minhas experimentações e vivências performáticas a grande possibilidade de afetação, tanto da artista performer quanto do espectador, que essa linguagem artística alcança. Compartilho do pensamento de Alice quando defende que a performance é um potencializador da presença e da capacidade de afetação:

A capacidade de afetar e de ser afetado, de ser transtornado, transformado me transbordado pelo outro, de perde-se nele para alimentá-lo e ser alimentado de voltar se apresenta para mim, como artista-pesquisadora, como um critério possível para pensar uma ação teatral/visual/performativa: não pela estética – que pressupõe uma estetização do cotidiano e dos registros – não pela dimensão do alcance social – problemática, conforme vimos –, mas pela disponibilidade de se abrir ao outro sem restrições. A profunda capacidade subversiva da performance reside em sua possibilidade de configurar-se como uma revolução dos afetos. (Alice, 2016, p. 134).

Tenho cada vez mais me interessado e me arriscado nas minhas criações artísticas a me expressar performaticamente, assumindo o poder e a vulnerabilidade da presença e da capacidade de afetação que isso invoca e convoca, contudo, é necessário, enquanto artistas, pensarmos sobre a dimensão ética também dessa possibilidade e disposição de afetar que a performance contém. Ileana Diéguez, por exemplo, artista e pesquisadora cubana, alerta para a necessidade dos artistas da cena cogitarem, sobre suas ações artísticas, a dimensão da efetividade política social dessa ação, como também a dimensão ética de sua arte, baseando-se no princípio do pensamento do filósofo russo Mikhail Bajtín que, nas palavras de Diéguez, relaciona a vida como um ato ético:

O princípio da “vida como ato ético” foi uma proposta conceituada como parte dessa filosofia participativa (“Ser significa comunicar, 1992, 327). O ato ético é o resultado de interação entre dois sujeitos diferentes, não como uma relação formal, mas em um sentido de responsabilidade concreta que condiciona o ser-para-outro: Participo do ser de forma única e irrepetível, ocupo o ser singular um lugar singular, irrepetível, insubstituível para o outro (47). Esse reconhecimento da singularidade da participação no ser, do “meu não álbi no ser (48), é o fundamento real do ato que implica também a prática artística como forma estética do ato ético. (Diéguez, “s.d”, p. 4, tradução própria).

A pesquisadora ainda reitera que:

A presença é um *ethos* que assume não só a sua fisicalidade, mas também a natureza ética do acto e a derivações de sua intervenção. A condição de *performer* enfatiza uma política de presença ao implicar uma participação ética, um risco em suas ações sem o encobrimento das histórias e personagens dramático. (Diéguez, “s.d”, p. 5, tradução própria).

A minha corpa se risca e se arrisca na criação e na exposição de troca com o outro, constatando que minhas ações causam impacto e afetação em si e em outros, e assumindo a responsabilidade de meus atos criativos e expressivos. É na minha corpa, e a partir dela, sobre ela e com ela, que minha arte pode surgir e se relacionar com outras corpas, encontrando afetações que se reconhecem em experiências, mesmo que essas experiências ocorram em contextos e realidades diferentes. Em vista disso, o exercício performático e os trabalhos somáticos permitiram mergulhos profundos na corpa gorda que sou, ao adquirir e reconhecer conhecimentos que são fundamentais para afetar e ser afetada através da minha corpa. Pude, assim, finalmente entender meu itinerário de ativar minha corpa, de ser e de estar nela sem me desassociar, de transmutar sua imagem de corpa doente para sua realidade pulsante de corpa artística. Foi me encontrando e me conectando em todos os sentidos com essa corpa, confiando em cada informação e ensinamento que nela encontrava, reconhecendo-a como a corpa intrusa que se assume no mundo, que finalmente consigo ativar sua presença, estar presente, ser presença e vivenciar o que a atriz e pesquisadora Ana Cristina Colla chama de *serestar* em cena: “é possível ser e estar ao mesmo tempo? Ou para estar é preciso deixar de ser? E sendo, conseguirei estar? Doidices de coração pensante. Quando em cena cruzo com os olhos daquele que me assiste, me sinto “ser-estando. Serestando.” (2006, p.29).

Foi almejando esse estado de ser-estar que toda essa pesquisa-criação-artivista surgiu e fluiu, foi entendendo a necessidade da prática como caminho metodológico que mergulhei de corpa inteira na somática e na performance. Respirando profundamente entre os mal-estares para poder me reencantar com os mistérios, percepções e afetações que sou e vivo.

5. Emporcalhando-me no mar de banhas

Até esse momento busquei me fazer uma corpa presente não só no mundo em que existo como também diante dos olhos de quem acompanha essa investigação. Pude contextualizar a corpa gorda e sua construção e interação social, abordei teoria e reflexões direcionadas a diversidade, diferença, corporeidades, feminismos e ativismo, que nutriram a minha pesquisa e criação cênica neste processo de mestrado e os caminhos que encontrei para manter viva e pulsante minha corpa gorda.

Neste momento, desejo ser percurso, possibilidades de rotas e descobertas. Quero aqui convidar vocês a percorrer comigo alguns trajetos que fui trilhando nessa pesquisa-criação-artivista, melhor, quero convidar você a banhar-se em poças que talvez não conheças. Convido você para um mergulho engordurado nas águas que aqui dentro fluem, águas-memórias, águas-refrescos, águas-sustento, águas-dores, águas-lágrimas, águas-desejos.

Apesar de ter iniciado a prática dessa pesquisa-criação-artivista me pautando no componente físico mais concreto da minha corporeidade, o meu peso, como mencionei anteriormente, foi ao entrar em contato com as águas que me compõem na fisicalidade e na subjetividade que me desloquei, possibilitando descobrir o que não sabia, reencontrando as profundidades que me habitam. Então, apesar do peso que, metaforicamente, associei ao elemento natural da terra, uma terra solidificada, pedrada, que me proporcionou a firmeza e armamentos necessários para denunciar a gordofobia na sociedade e na arte, durante este processo, foi com as águas, os líquidos, tanto a partir de trabalhos imagéticos e sensórios, evocando e experimentando a sensação de diversas manifestações da água em seu estado de natureza, mar, cachoeira, chuva etc, na minha corpa, quanto por trabalhos investigativos dos fluidos que compõem esta corpa, tendo como base o sistema fluido proposto pela prática somática do Body-Mind-Centering, que pude seguir e fluir nessa pesquisa-criação-artivista. Ao me entregar aos fluidos, assumo em mim a possibilidade da não linearidade, de me deixar ser levada em correntezas oscilatórias, às vezes circulares, às vezes espiraladas, permitindo-me receber os caldos das ondas e viver a delícia da suavidade de boiar sem medo, de deixar ser levada, de experimentar as pausas pulsantes, de nadar a favor e contra as correntezas que mergulhava.

Por isso opto por não compartilhar de forma metódica e sistemática o caminho que fui encontrando para realizar esta pesquisa-criação-artivista, sendo assim ainda fiel a todo o processo e a minha natureza de corpa dislexa, cuja forma de compreender a si e ao mundo se baseia em uma mistura de etapas e de elementos. Perante essa questão, assemelho-me a artista

performer gorda Fernanda Magalhães ao refletir sobre a sua escrita para compartilhar seu processo de criação. Ela diz que:

Tentar entender este processo é, de certa forma, um risco, pois achar que é possível perceber, controlar e determinar todas as influências pode causar uma coagulação do trabalho. [...] A sistematização é uma redução do trabalho de criação. Penso ser possível mostrar e sistematizar fragmentos/citações presentes no trabalho e é isso que tento realizar [...] ou seja, dar indicações sobre porosidades e as contaminações nela impregnadas. (Magalhães, 2008, p. 41).

Como Magalhães, não posso trazer a plenitude do meu trajeto criativo, aqui trago indícios e fragmentos para os leitores dessas palavras, com intuito de torná-los compreensível a quem ler, mas respeitando as contrariedades, os hibridismos de abordagens e técnicas, a variedade de referências, a rapidez dos reflexos que atravessam esta pesquisa-criação-artivista e principalmente a necessidade de estimular quem me ler a sentir as águas pelas quais mergulhei neste processo. Convido-os a respirar fundo e a seguir os mergulhos que me permitiram conhecer, desconhecer, reconhecer a minha corpa gorda.

5.1 Primeiro Mergulho: águas pesadas, água de força

Eu não quero mais pensar

Eu não quero mais pensar

Eu não quero mais

Eu não quero

Eu não

Eu não consigo parar de pensar

Eu não consigo para de pensar, de lembrar

Eu não consigo parar de pensar, de lembrar, de sentir

Eu não consigo parar de pensar, de lembrar, de sentir, de viver.

Me vem essas palavras junto a uma movimentação onde em pé, passo a mão pela cabeça, pela testa, essa mão desce pelo rosto e chega na boca, começa então um movimento em que uma mão tenta calar, fechar a boca e a outra luta para libertar essa boca fechada. Durante tal movimento o pensamento me surgiu, de que sou insaciável, a contradição de questionamento entre será que um dia vou parar de engordar versus será que um dia vou parar de me maltratar por ser a corpa que sou nesse momento, fechar e abrir a boca, conter e deixar sair, sinto em mim que fecha a boca me sufoca, pode me matar. Quero uma cena com isso tudo que surgiu, mas será que consigo? Quero criar, quero criar, com tranquilidade quero criar.¹⁴

Quero criar! Eis a constatação que permeou todo este processo. Em todos os momentos de trabalho e laboratório corporal vivenciados nesta pesquisa-criação-artivista, foi o impulso criativo que movia e dava forma aos estudos e reflexões realizados e como tal foi na arte e com a arte que trilhei os passos e etapas desta pesquisa.

Nesta investigação dediquei-me a explorar a performatividade da minha *corpa* gorda em cena, buscando refletir sobre suas potências na cena, compreendendo como criar com e para ela. O intuito desde o começo era pensar, contextualizar, entender e criar artisticamente partindo das minhas vivências enquanto uma corpa diferente da norma padronizada da sociedade, assim como nutrir e ativar, por meio de investigações corporais pautadas em práticas artísticas pertencentes à educação somática, os próprios componentes físicos presentes em toda e qualquer corporeidade, como o peso, o volume e a gordura, mas que são invisibilizados, negativados e condenados aos olhares sociais por serem imediatamente atrelados a corpos gordos com o objetivo de potencializar a presença cotidiana e cênica destas corpos.

A “Prática como Pesquisa implica em uma associação estreita e inerente entre pesquisa, criação e realização, como processos simultâneos e interdependentes de procedimentos, metodologias e construções de conhecimento, gerando ou não resultado artístico” (Fernandes, 2013, p 25). Sobre essa questão Scialom diz que:

O conhecimento produzido na pesquisa artística está contido nos processos e nas obras geradas e circulam como produtos estéticos (obras de arte) ou documentações destes. tal conhecimento por si só não é considerado acadêmico (pelos motivos que citarei abaixo), porém pode vir a ser analisado e discutido em pesquisas acadêmicas no campo das artes, ou o que é denominado de pesquisa em artes. Já a prática artística enquanto ou como pesquisa acadêmica, por outro lado, refere-se à situação cuja prática se torna o meio (ou a situação) pelo qual algo é investigado. Neste caso, a prática artística em si é transformada em pesquisa visando a geração de determinado conhecimento. (Scialom, s.d, p. 4).

¹⁴ Escrita realizada no diário de bordo, que surge após movências em laboratório impulsionada pela pergunta, o que me move hoje na pesquisa?

Ao longo desse percurso, por meio de uma prática reflexiva, mergulhando no universo da Educação Somática e do exercício criativo performático, que foram norteadores do trabalho de laboratório corporal e criativo, as percepções que foram sendo construídas na pesquisa foi sendo encorpadas e corporificadas na elaboração cênica de um espetáculo solo performático intitulado *ContraPeso*, o qual foi compartilhado, enquanto exercício cênico, em três ensaios abertos distintos, dois na cidade de Recife-PE e um na cidade de Salvador-BA.

A apresentação pública de *ContraPeso* foi uma etapa fundamental desta pesquisa, e compõem esta dissertação como um dos momentos importantes desse processo, entretanto vale ressaltar que este momento não consiste no objetivo final desse trabalho e como tal a recepção do público ao exercício artístico, apesar de apresentar dados que alimentam a temática aqui estudada, não será analisada como tal. Aqui proponho destrincar, analisar e comunicar as descobertas feitas ao longo de todo o processo criativo que resultaram na criação de *ContraPeso*, focando minhas análises no caminho que foi percorrido e nas escolhas que foram feitas para estruturar o espetáculo performático aqui citado. Neste sentido, concentro na escrita desta dissertação em torna visível e vivo o caminho aqui realizado, pois como aponta Mascarenhas:

Tendo realizado o percurso criativo e de posse dos registros, é necessário organizar, agrupar, categorizar, analisar e selecionar os elementos que emergiram da experimentação prática e que serão discutidos de acordo com o foco do trabalho. O esforço de análise é, também, um exercício criativo, de ordem prática. Ao agrupar, decompor, recompor as informações registradas no processo criativo, o artista-pesquisador pode visualizar as diferentes dimensões, princípios, procedimentos e novas questões surgidas na experimentação na perspectiva da elaboração da discussão teórica, crítico-reflexiva. (Mascarenhas, 2022, p. 59-60).

Desenvolver essa pesquisa tendo como meio a criação artística me possibilitou mergulhos profundos na temática do que é ser, ter, criar com uma corpa gorda. A prática foi o impulso e pulso das descobertas trazidas à superfície. Mergulhei nas minhas memórias e vivências sociais, relacionando-as com as falas e reflexões de teóricas, teóricos, mulheres acadêmicas e não acadêmicas, artistas e não artistas sobre ser uma corpa gorda. Nesse pulso fui descobrindo como ativar e acionar minha corpa em sua cotidianidade e em sua corporeidade cênica, realizei laboratórios, oficinas que me ajudaram a escutar, perceber a minha corpa em diversas dimensões. Encontrei nesse percurso referências em práticas somáticas, também vivência minha própria descoberta de caminhos não trilhados, encontrei meu método singular de trabalho para esta pesquisa, ainda nesse pulso me entreguei aos exercícios e visões performáticas para entender escolhas de como compartilhar o que aprendi. Senti, ativei, em ensaios de experimentos cênicos construí uma possibilidade de obra cênica performativa,

ContraPeso, e que irie me debruçar mais no próximo capítulo. Foi no impulso de criar que parti do caos, do medo, da dor, da insegurança e me encontrei com as outras, os outros, me desnudei aos olhares públicos de uma plateia em três ensaios abertos, em territórios e espaços distintos e pude novamente sentir o pulsar celular que vivemos ao compartilhar o conhecimento.

5.2. Segundo Mergulho: Água Mar, Água Imensidão.

Para este mergulho trago o mar e sua expansão e extensão como analogia. Pois foi diante do mar e dentro do mar que pude ser acolhida no tamanho de minha corpa, que gritei, chorei as dores de ser excluída e vivenciei as delícias de flutuar em suas ondas moventes. Nessas águas pude descobrir o quanto era pequena, sem que isso me tornasse menor. Nas águas marítimas, dancei e danço, sem medo, até hoje com minha corpa gorda.

A sensação de estar dentro do mar é o que sinto quando me deparo com o universo das práticas somáticas e da performance. Quando, pela primeira vez minha corpa gorda foi permitida a vivenciar trabalhos corporais somáticos foi que senti a dimensão, extensão e múltiplas possibilidades dela ser e existir, sem sofrimento, sem abreviação, sem contenção. Quando comecei a conhecer a performance e seu poder cênico e sua multidisciplinaridade e liberdade comunicacional é que entendi a minha forma de expressar e afetar artisticamente com minha corpa. Acredito, dessa maneira, que a somática e as artes performativas me convidaram a viver a intensidade profunda de fluxos que possuo, a permitir a força da real vulnerabilidade de uma corpa gorda que se entrega ao pulso e impulso de poder ser.

Fui no percurso dessa pesquisa-criação-ativista buscando e experimentando diversas práticas que potencializasse minha corpa. Com cada experimentação e vivência, fui encorpando em mim mais consciência, e em especial mais atenção. Sobre a importância de se apropriar da atenção Fabião diz que: “a atenção é uma forma de conexão sensorial e perceptiva, uma via de expansão psicofísica sem dispersão, uma forma de conhecimento” (2010, p.322). É, dessa forma, praticando e criando nesta pesquisa que cada dia mais o conhecimento se firma em minha corpa.

5.2.1 Testemunhando a si – Movimento Autêntico

Esta pesquisa-criação-ativista começou por meio de movências corporais livres que irem melhor explicar mais adiante. Mas essas movências livres foram o caminho que me

levaram a acordar em mim princípios de movimento e percepção que conhecia, os quais estão relacionados a uma das abordagens somáticas que pude vivenciar anteriormente, o Movimento Autêntico (MA).

O Movimento Autêntico (MA), criado por Mary Whitehouse nos Estados Unidos na década de 50, é um trabalho somático pautado na relação. O exercício de MA normalmente ocorre em dupla: uma pessoa fecha os olhos e ativa seu foco interno, movendo-se a partir de uma escuta de seus próprios impulsos, numa dinâmica entre mover e ser movido, de consciência e inconsciência enquanto uma outra pessoa testemunha a movência. (Fernandes, 2015).

Conheci o Movimento Autêntico através de workshops e oficinas conduzidos por Soraya Jorge, artista brasileira e uma das principais divulgadoras da prática do MA aqui no Brasil. Nas palavras da própria Jorge:

O Movimento Autêntico é uma abordagem corporal que tem como objetivo desenvolver uma escuta apurada dos impulsos corporais, explorando uma interrogação: “o que me leva a mover?” Pode ser um pensamento, uma sensação, um desejo, um som, uma memória, uma voz interna ou externa. Seu objetivo é propiciar um contato com estes impulsos para que, conscientemente, se possa expressá-los ou contê-los. À medida que a pessoa vai escutando sua própria corrente de movimento interno em constante contato com o externo, vai se apropriando melhor das relações que estabelece consigo e com o mundo, alimentando o fluxo vital que percorre seu corpo e estabelecendo novas e mutantes relações entre o dentro e fora, seu corpo e o mundo, seu corpo e outros corpos. (Jorge, 2016, p. 5).

Na estrutura da prática do MA existem duas funções centrais: A Movência, realizada por quem se designa-se Movedor, isto é, a pessoa que fecha os olhos e na escuta de seus impulsos se movimenta explorando-os de forma consciente e inconsciente; e a função desempenhada por quem é nomeado de Testemunha, que vai observar, testemunhar a movência do movedor. Nesta relação é trabalhado tanto o que move o movedor, convidando-o a refletir sobre seus impulsos, como a percepção da Testemunha do que ela vê, do que ela imagina e do que ela sente a partir da movência do Movedor, estimulando a consciência do que se ver no outro, na verdade, não vem necessariamente do outro e sim do seu próprio olhar. Nessa dinâmica do MA o papel de Testemunha não recai apenas na pessoa externa que está presente a observar, esta função também é exercida pelo Movedor, sendo nominada Testemunha Interna, que é ativada no próprio movedor para que enquanto mova ele também possa se perceber, investigando como o outro lhe vê e como ele se vê. Sobre a experiência do Movedor, Jorge diz que:

Com os olhos fechados, a pessoa que move escuta seu interior e descobre o movimento que surge de uma motivação oculta, de um impulso celular. Gradualmente o invisível se torna visível, o inaudível se torna audível e uma forma explícita expressa o conteúdo da experiência direta. (Jorge, 2020, p.33).

A prática do MA não é voltada para uma busca de originalidade, algo nunca feito antes, seu entendimento de autêntico é sobre singularidade, pertencer a seus próprios impulsos e relações, é uma prática que deseja possibilitar uma conexão consigo e com o outro, um refinamento da escuta de si e uma ética responsável na relação com o outro, como diz Jorge, ao falar sobre a testemunha interna, “vejo no outro o que está em mim. Também é dos vários ‘de mim’ o que o mundo fala” (2019, p. 11).

Encontrar o MA foi um marco no meu processo de auto entendimento, uma vez que aprendi a ter uma escuta atenta a meus próprios impulsos e a diminuir ou mesmo silenciar os julgamentos e condenações internas que me submeto constantemente. Por isso, projetei para esta pesquisa de Mestrado, sessões de MA, como exercício laboratorial com intuito dela ser ferramenta de ativação e de criação com a minha corpa gorda, convidando uma ou mais Testemunhas neste processo. Entretanto, isto não ocorreu de forma estruturada devido à ausência de relação com outras pessoas na sala de ensaio, por causa do isolamento social ocasionado pela pandemia da Covid-19.

Nesse percurso de pesquisa-criação-ativista em tempos de pandemia soube de sessões de MA de forma online, ou seja, que poderia realizar sessões de MA por Google Meet ou Zoom, mas havia em mim um cansaço interno de interagir com as pessoas por meio de telas, então optei por aceitar o contexto que vivia e assim experimenta nos meus laboratórios não a prática pura e estruturada do MA mas sim permitir que esta abordagem somática contagiasse as minhas movências livres, como já estava ocorrendo e fui deixando que princípios do MA, fizessem parte das movências que realizava, princípios como: uma escuta intensa profunda; mover por meio de provocações de perguntas e ou reflexões específicas; da conscientização e convite a minha Testemunha Interna a se fazer presente e por fim da utilização do verbo, da palavra de forma responsável e livre para expressar o que via, sentia e imaginava ao revisitar as gravações das movências que fazia.

Esse momento de entender que não tinha condições de praticar de forma plena o MA, ao mesmo tempo não conseguia abandonar essa abordagem no meu processo de pesquisa, tanto por saber o poder que essa prática tem na minha corporeidade e do quanto de material sensível já acessei por meio dela, quanto por compreender que o MA é uma abordagem somática relacional que corporifica os pensamentos basilares da Poética da Relação defendida por Glissant e que tanto permeia conceitos e perspectivas que foram sendo descobertos e trabalhados nesta pesquisa-criação-ativista, foi de extrema importância para o fortalecimento da minha autonomia e firmeza enquanto pesquisadora. Nesta metamorfose entre o que conhecia

anteriormente do MA, o que projetei no meu planejamento de pesquisa e o que pude realmente vivenciar e experimentar, sem negar os contextos que ocorriam no instante da prática, me levaram a novas formas de mover e criar, que só fui conhecendo no instante de cada prática e laboratório deste processo.

Abandonar a necessidade de uma metodologia sistematizada da prática do MA, sem desconsiderar seus ensinamentos prévios me conduziu a experimentar outros caminhos, tendo o MA junta na minha bagagem de travessia. Foi com o tempo que notei que meu próprio trajeto e metodologia já ia nascendo e se firmando nesta pesquisa-criação-artivista, então optei por respeitá-lo.

Mover a minha corpa livremente, convidar o movimento a me conduzir, revisitando e referenciando princípios do Movimento Autêntico, foram fundamentais para eu respirar nos medos e inseguranças de quem cria, de quem se encontra em um processo acadêmico de pesquisa. As minhas primeiras movências e laboratórios me ajudaram a me aterrar, a sair um pouco das projeções de uma vivência do mundo cada vez mais virtual e visual que estávamos sendo submetidos principalmente em 2020 e 2021, e a voltar para o mais básico, mais solido em mim: minha corpa com sua própria respiração e pulsação celular.

5.2.2 Me conscientizando do peso, me refrescando nas banhas

Outra abordagem somática que fez parte deste processo de investigação corporal gorda foi a prática do Body Mind Centering (BMC). Como disse anteriormente, um dos meus desejos durante todo o percurso do Mestrado era trabalhar com práticas e técnicas somáticas que investigasse e se pautasse em componentes corporais como a gordura, o peso físico, volume, estrias, elementos que compõem e estão presentes em corporeidades gordas para a partir desses componentes ativar e criar com minha corpa gorda. Além desses componentes também estava interessada em explorar a relação das minhas fáscias corporais a partir de suas novas modulações na minha corpa, decorrente dos cortes cirúrgicos que vivenciei. Na busca de realizar esse desejo, fui me encontrando com algumas abordagens que trabalhavam um ou outro elemento que me interessava, contudo foi apenas quando me deparei com a abordagem do BMC que encontrei uma fonte mais viável para explorar alguns desses componentes, principalmente o peso, a fáscia e a gordura.

Metodologia somática criada pela estadunidense Bonnie Bainbridge Cohen, o BMC tem como princípio a experimentação e vivência do movimento do corpo, a partir da própria

estrutura e desenvolvimento natural dos sistemas que o compõem, possibilitando uma conexão entre corpo e mente de forma a proporcionar um contato e ampliação de consciência do indivíduo. Por causa disso, no BMC a mente não é vista como geralmente colocamos na nossa cultura ocidental, isto é, uma referência ao órgão cerebral e as suas funções racionais de armazenamento e processamento de informações, separando-o do corpo e dando uma noção de hierarquia entre mente e corpo. Nessa prática, a mente é entendida para além das funções cerebrais, é um elemento de conexão, de comunicação e ativação corporal, estando mente e corpo interligados de determinada maneira que cada um com seu funcionamento influencia e integra aspectos de uma totalidade do ser. Hartley, formada por Cohen, nos mostra que:

No Body-Mind-Centering nós podemos focar nossa mente no corpo em uma área específica ou sistema corporal, dando informação ao corpo por meio de elementos visuais, verbais, proprioceptivos ou cinestésicos. Esses processos ajudam a integrar corpo e mente, alinhar atenção, intenção e sensação ao informar os tecidos corporais sobre o potencial de movimento. (Hartley, 1995, p. xxvii, tradução própria).

Segundo Hartley (1995), O BMC é uma busca pela sabedoria que todos os corpos têm, a busca pela consciência de quem somos nesse mundo, e que ao mergulharmos nas nossas experiências, pensamentos, e percepções podemos começar a ver quem realmente somos para além dos condicionamentos, autoimagens e padrões habituais de pensamento, de movimento de vida:

Body-Mind-Centering oferece um caminho para nos aprofundarmos na sabedoria intuitiva do corpo e de nutrir nossa capacidade inerente de curar por meio da consciência e do toque [...]. O trabalho é também sobre aprender como nós aprendemos – como acessamos informações, fazemos transição de um estado para outro e direcionamos experiência e observação, onde a própria consciência e experiência incorporada do praticante são um instrumento essencial no trabalho educacional, terapêutico e de cura. (Hartley, 1995, p. xxix-xxx, tradução própria).

Encontrei nas reflexões e propostas do BMC, uma forma de investigar os componentes corporais que desejava. Partindo de livros, artigos e vídeos do Youtube que abordam propostas do BMC e participando de um workshop online conduzido pela própria Bonnie Cohen, intitulado *2023 Spring Series Class 8*, onde ocorreu 4 encontros de uma hora e meia cada, no mês de maio de 2023, fui conhecendo e me apropriando melhor de suas técnicas e perspectivas, o que me proporcionou um aprofundamento da minha movimentação corporal a partir do trabalho de consciência do meu peso, além de compreender formas de ativar minha movimentação por meio da investigação da minha gordura corporal.

Apesar de muito proveitosos e ricos essas vivências e averiguações que estava fazendo a partir do BMC, ainda sentia falta de um trabalho mais direcionado a minha corporeidade gorda em cena. Então resolvi conversar e convidar a multi artista pernambucana Gabriela Holanda, que tem uma pesquisa voltada para eco performance, somática e preparação corporal, a fim de

que ela pudesse conduzir alguns laboratórios corporais, focando nas potencialidades performáticas do que estava surgindo em cena. Holanda me propõe, assim, um trabalho corporal pautado no BMC a partir do sistema fluvial do corpo, composto por fluido celular, fluido transicional, fluido intersticial, sangue, linfa, fluido cefalorraquidiano, fluido sinovial, fluido seroso (periórgão), fâscia e gorduras, nos concentrando principalmente nesses dois últimos componentes. Mesmo nos laboratórios, não ter conseguido, de fato, nos aprofundar em todos esses componentes do sistema fluvial corporal, devido ao tempo e objetivo desta pesquisa-criação-artivista, o fato de poder ter experimentado um pouco de cada um deles, me possibilitou uma maior consciência das qualidades, tónus e movimento que minha corpa adquiria a partir desses elementos.

Dessa forma, foi nos encontros com Holanda que descobri o quanto de peso existe nos fluidos corporais e que pude entender formas de expandir o movimento, de fortalecer os centros de equilíbrio que eram acionados em minha corpa e que me fizeram experimentar minha corpa enquanto queda d'água e oceano, enquanto pausa, explosão e fluidez e que irei me debruçar melhor no capítulo que se sucede, pois foi a partir desse trabalho realizado com Holanda que o exercício cênico de *ContraPeso* começou a verdadeiramente encorpar a consciência da força de seu peso, da elasticidade e contração de suas faciais e da energia explosiva de suas gorduras. A cada encontro redescobria memórias, sensações de ser uma corpa grande e expandida, de ter força muscular de base e de como essa base ativada me proporcionava firmeza na ação, nos gestos, e descobrir como mover por meio das gorduras corporais é um constante convite para explosão de energia e alegria.

5.2.3. Do movimento surge o caminho

Em Recife, na sala de casa, afasto os móveis, amplio o espaço, preciso do máximo de espaço para mover. Coloco o notebook em um lugar possível de gravar minha movência corporal, já que desejo rever as imagens para testemunhar o que minha corpa constrói. Na beira do novo espaço que possuo, olho-o, abro o campo energético, entro no espaço, fecho os olhos e me movo. O que vejo? O que sinto? O que imagino? Chamo minha testemunha interna para estar presente, movo livremente ao estímulo das palavras de Jota Mombaça em seu livro *Eles Não Vão Nos Matar* e percebo que comecei a pesquisa.

Meus primeiros laboratórios, corporais, como o narrado acima, buscavam dar e tornar corpa tudo que me inquietava em ser uma pessoa gorda que deseja existir no cotidiano e nas

artes cênicas, e que, ao mesmo tempo, era rasgada pela pandemia mundial da Covid-19. Como realizar essa pesquisa-criação-ativista preparar os primeiros passos de mergulho na corpa gorda que sou para depois, encorpada de si, ser corpa em diálogo, criação, encontro, arte com outras corpas?

Ao procurar por possibilidades de como começar esta pesquisa-criação-ativista dentro do meu quarto em Recife, sem contato com minha turma de mestrado, com encontros virtuais com meu orientador, devido ao isolamento social durante a Pandemia, fui compreendendo que não sabia o como, mas percebia a necessidade de mover livremente minha corpa para escutar o que dela partia e no que nela reverberava. Ao me movimentar, sinto a vida que pulsa em mim e o quão forte é sentir a vida quando estamos em dias de ameaça constante de morte.

O movimento corporifica, em gestos, as sensações vividas em minha corpa; os gestos expressam, quando as palavras não me chegam, o sentir é minha condução de criação e expressão, por isso, nesse processo de mestrado, me identifiquei plenamente com o que Linda Hartley, artista e educadora somática, fala sobre nossa condição de movimentação, ela diz que:

Tudo que vivi tem a capacidade de se mover baseado em alguma motivação pessoal, seja consciente ou inconscientemente, orgânico, instintivo ou volitivo [...] Movimento em todas as suas variedades de formas é uma expressão de vida e é essencial para a continuidade da vida. Enquanto vivo, eu expesso minha força de vida em movimento; enquanto eu me movo eu me sinto viva. (Hartley, 1995, p. xix, tradução própria).

Mover me faz sentir viva. entretanto a ansiedade, a insegurança, o medo de quem se encontra em estado de pesquisa, em que planeja dois anos de imersão acadêmica, isolada de convívio social, revirando a sua própria corpa para partilhar, se descobrir, se desnudar e, assim, encontrar com outros olhares, outras existências, outras pesquisas me causa a constante exigência de que preciso de um sistema, preciso saber como fazer e crio pavor no fato de que não tinha resposta para as perguntas que ali surgiam.

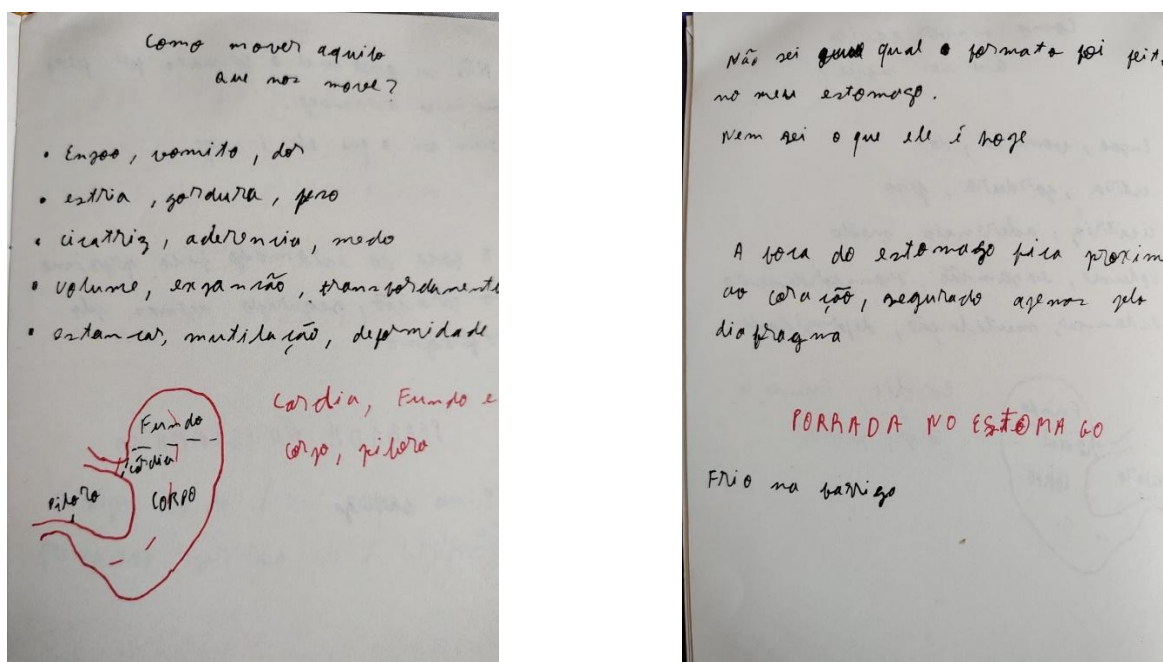
Nos primeiros passos desta pesquisa-criação-ativista, comentei com George Mascarenhas, meu orientador, da minha dificuldade de localizar a metodologia da minha pesquisa, já que estava me deparando com um universo teórico que me comovia, mas ao mesmo tempo não conhecia. Ele me sugere ir para a corpa e deixar a corpa fazer a teoria e não a teoria fazer a corpa. Passei, então, a não buscar um caminho já sistematizado, mas apenas me permitir mover, de forma livre. Se não sei por onde começar vou começar por onde nada nunca parou, pelo movimento de uma corpa que existe.

Neste instante o desejo de fazer quem me ler sentir o que foi todo esse começo é enorme, contudo só posso compartilhar fragmentos, então aqui trago um fragmento do meu diário de

bordo, anotações realizada no primeiro semestre dessa pesquisa-criação-artivista, vivendo esta nova realidade de aula online:

Aulas remotas da disciplina de Laboratório de Performance com a professora Ciane Fernandes, semestre de 2021.1. Algumas telas estão fechadas, outras, abertas em que posso ver corpos que se movimentam. Enquanto isso provocações, indicações, reflexões vindas da professora, percebo que aqui posso mover junto a minha pesquisa, junto com minhas reflexões livre sobre o que é e qual é o movimento da minha pesquisa. Tudo se conecta, sinto-me parte de um grande espaço, maior que meu pequeno quarto, maior que minha pesquisa, um espaço que podemos experimentar. Escuto Fernandes perguntar: “como mover aquilo que nos move?”. Movimentos surgem do meu estômago e, nesse instante, me deparei com a necessidade de sentir meu estômago. Quem era ele naquele instante para mim? Consigo sentir seu novo formato e funcionamento após os cortes que ele vivenciou? Ao longo dos minutos a cada movimento sinto que minha corpa toda se move como resultado da alquimia estomacal que possuo:

Figura 4 – Registro de anotação no Diário de Bordo, após aula da disciplina de Laboratório de Performance, 2021. Fonte: autoria própria.



Descrição da Imagem: Duas fotos retangulares verticais, uma ao lado da outra, de uma página branca de um caderno sem pauta. Na imagem da esquerda está escrito como título “Como mover o que me move?” em caneta preta. Abaixo em tópicos está escrito “Enjoo, vomito, dor; estria, gordura, peso; cicatriz, aderência, medo; volume, expansão, transbordamento; estancar, mutilação, deformidade” também em caneta preta. Abaixo dos tópicos, um desenho, em vermelho, do formato de um estômago, e dentro dele as indicações das partes do estômago, escritos em caneta preta: “fundo, cardia, corpo, piloro”. Ao lado direito do desenho, em caneta vermelha, está escrito “cardia, fundo e corpo, piloro”. Na outra imagem, escrito de caneta preta no topo da página “Não sei qual o formato foi feito do meu estômago. Nem sei o que ele é hoje. A boca do estômago fica

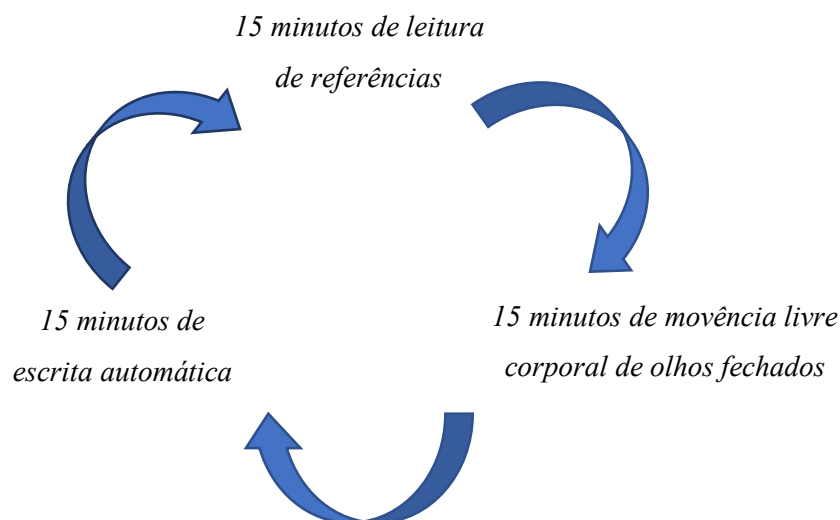
próximo ao coração, separado apenas pelo diafragma”. Abaixo, em vermelho e letras maiúsculas, está escrito “porrada no estomago”. Abaixo, em caneta preta, “frio na barriga”. Fim da descrição.

5.2.4. Meditar, Mover, Escrever

Além dos laboratórios realizados pautados em abordagens somáticas específicas como o BMC e o MA. Um outro caminho que surgiu ao longo dos laboratórios livres desta pesquisa-criação-artivista e que me fez revisitar outras vivências e metodologias que adquiri ao longo da minha profissão como artista, professora e pesquisadora, e que nasceram em oficinas e práticas realizadas no Coletivo Lugar Comum, em específico no trabalho de preparação corporal conduzido pela bailarina pernambucana Carolina Lobo, em 2017, na execução do projeto de pesquisa intitulado *Cicatriz do Esquecimento*, consiste no entrelaçamento entre três ações: Meditar, Mover e Escrever. Quanto mais movia minha corpa gorda, mais encontrava conexões de diferentes naturezas de afetos que ela possui oriundos tanto do mundo externo que vai até ela, quanto dela transmitindo para esse mundo. E foi graças a essa percepção de afetos que fui desde o início da pesquisa-criação-artivista abrindo os meus poros e deixando a relação da minha corpa consigo mesma, com entorno e com outras pessoas acontecer.

Nesse cenário, de poros abertos, por meio de leituras, vídeos, palestras virtuais, fui me deparando com autoras, autores, artistas, pesquisadores, acadêmicos que vem propondo e provocando novas epistemologias e entendimentos de estruturas sociais e artísticas, os quais me conduziram a um novo universo teórico que foi logo criando uma vibração de curiosidade e de pesquisa na minha corpa. Dessa forma, estive a escutar cada afeto que esse novo arcabouço intelectual me causava, entretanto tive medo de que esses estímulos ficassem apenas na minha mente, devido a tendência ocidental colonizadora de hiper valorizar o intelecto. Assim, busquei encontrar um modo de deixar que esse trabalho intelectual que estava realizando se tornasse também uma ferramenta de impulso de movência da minha corpa, tanto para nutrir a criação cênica desta pesquisa, como também para dar tónus a expressividade cênica da minha corpa gorda.

Com isso, encontro um caminho no qual fui estruturando uma sequência de três ações: *leitura* das minhas referências bibliográficas, *movência livre de olhos fechados* e *escrita automática* no meu diário de bordo. Escolhi realizar cada uma dessas ações com tempos iguais de 15 minutos, e ao fim de um ciclo de 45 minutos, repetia mais duas vezes a sequência das três ações, totalizando duas horas e vinte cinco minutos de exercício. Aqui apresento um gráfico explanativo dessa sistematização laboratorial:



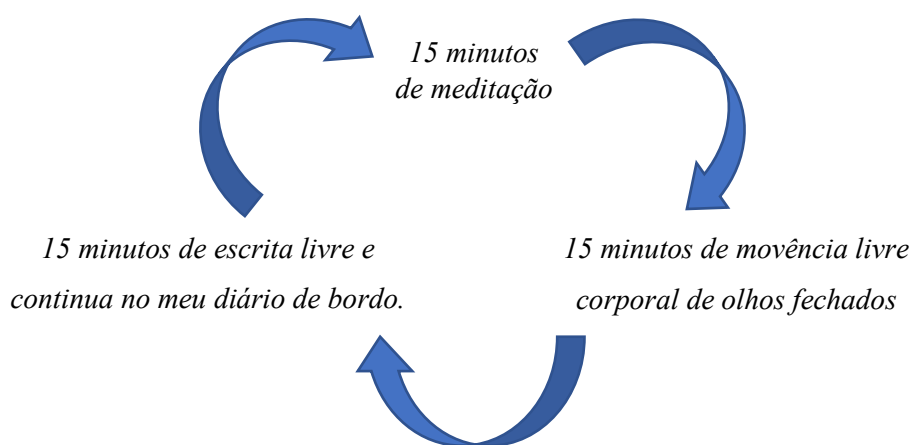
Como se pode observar, cada ação era realizada em si mesma, e conectava-se a próxima ação, num ciclo constante de interligamentos sensoriais. Começando por leituras de artigos, livros, e /ou qualquer material que considerava relevante a pesquisa, nutrindo minha corpa com as reflexões e descobertas teóricas que estavam acontecendo, em seguida, ao sinal de um alarme de despertador pré-programado, levantava, me colocava no espaço e fechava os olhos, deixando a minha corpa se mover livremente, a partir das escuta interna dos impulsos que estavam ali presente naquele instante e que foram acordados tanto pela leitura e reflexão que ocorria, quanto pelo respeito do momento presente que minha corpa se encontrava. Mais uma vez, ao som do despertador, ia finalizando o movimento que estava e sentava novamente, com meu diário de bordo e passava a escrever sem elaboração intelectual específica, num movimento de escrita automática, durante os 15 minutos, tudo que surgia em minha mente, fossem eles pensamentos, sensações, emoções, memórias, descrição da movimentação, ou seja, tudo que precisava ser expresso após o estímulo da leitura e da movimentação de corpa. Feito isso, reiniciava o ciclo, continuando a leitura de onde havia parado e dando seguimento a sequência das ações.

Esse caminho foi ganhando algumas alterações em seu formato, dependendo do espaço em que eu estava e da necessidade da pesquisa. Em alguns momentos, por exemplo, eu modificava a ordem de início, começava primeiro por uma movimentação livre de olhos fechados para me conectar de forma mais orgânica com a minha corpa naquele dia, seguia para uma escrita livre e então me entregava à leitura. Nesse processo fui percebendo como as palavras lidas, as ideias e experiências que me deparava nas leituras criavam um mecanismo de impulso

às movências, às memórias e às sensações na minha corpa, ao passo que eu descobria que fisicalizar tais ações aprofundava minhas reflexões e empoderamentos da minha singularidade expressiva.

Com a prática voltada à criação cênica, com as provocações metodológicas que vivenciei na disciplina de Laboratório de Performance conduzido pela professora Ciane Fernandes, assim como a revisitação dos exercícios e práticas que conheci no Coletivo Lugar Comum, com o MA e a prática trazida por Lobo de Meditar, Mover e Escrever, encontrei uma estruturação que me acionava de maneira mais intensa às questões que estavam surgindo no percurso, substituindo a ação da *leitura* pela prática da *meditação* e adicionando uma pergunta norteadora, que chamo de *questão motora*. Chego, nesse sentido, a seguinte sistematização:

Questão motora: O que move minha corpa gorda hoje?



A troca da ação de *leitura* por um ação de *meditação* ocorreu por entender as diversas naturezas de estímulo que estava recebendo nessa pesquisa-criação-artivista e que surgiam não só através de trabalhos intelectuais e teóricos, mas também ocorriam a partir de conversas trocadas com outras pessoas, da apreciação de obras artísticas, da percepção de cheiros, sons, imagens e sensações táteis, dos movimentos internos ocasionados pelas emoções e lembranças ao mergulhar na minha corporeidade expandida, ou seja, uma gama de possibilidades de estímulos geradores de impulsos, as quais eu poderia melhor focar por meio de uma ação meditativa, assim como percebi a necessidade de iniciar o trabalho corporal, respeitando a realidade da minha corpa naquele momento específico, me convidando a refletir e sentir sobre

o estado da minha corpa gorda naquele exato instante de concentração, para poder melhor ser afetada por todos os estímulos que experimentava, por isso resolvi principiar cada trabalho de corpa implementando uma *questão motora*, o que move minha corpa hoje? Compreendi que partindo dessa questão motora, a minha corporeidade gorda é convidada a se vivenciar em sua condição de *serestar*, e dessa forma a minha corpa entraria viva e porosa em cada laboratório corporal.

Ao longo do processo da pesquisa também entendi que essa dinâmica, descrita acima, não precisava ser feita apenas de maneira isolada, mas que poderia ser incorporada e adaptada para outras atividades: poderia, dessa maneira, praticar um ciclo antes de assistir a uma aula, realizar dois ou três ciclos como aquecimento cênico antes de testar uma cena de *ContraPeso* um ou dois ciclos antes de escrever a Dissertação.

De forma geral, essa metodologia me auxiliou bastante, principalmente no primeiro ano da pesquisa, já que me fornecia espaço e amparo para as alterações cotidianas que a pesquisa me causava. Refiro-me aos próprios encontros e desencontros, fluxos e travamentos que o percurso da investigação traz consigo, havendo dias que me sentia extremamente estimulada em mover minha corpa, e outros que não queria de forma nenhuma estar nessa corpa, rejeitando sua existência. Notei como o próprio debruçar em questões cicatrizes, imagens, narrativas e vivências fazia minha corpa expandir e ao mesmo tempo se recolher em si, sentia minha corpa como entregue a um banho marítimo, horas calmos, horas lutando para respirar diante de inúmeras ondas enormes que me afogavam e sempre se alterando. Por isso, me encontrar nessa sequência das três ações me ajudava a aceitar todas as ondas que me deparava, mesmo que algumas delas me deslocasse e me deixava confusa, fui aprendendo a respirar para não antecipar etapas e descobertas diante da ansiedade de não saber o que fazer. Convidava, portanto, a contradição e a incerteza a estarem presentes dia a dia nos meus mergulhos.

A verdade é que todo percurso dessa pesquisa-criação-artivista foi um paradoxo, uma constante inconstância, uma vez que forças motrizes e opostas me atravessavam, como por exemplo a força de criar e a força de desistir; a necessidade de continuar e a necessidade de parar; a celebração da minha corpa gorda e a rejeição dessa corpa; a descobertas de coporiedades afirmativas que me fortalecia e a continuidade das afirmações externas que ser gorda é uma doença, um horror em vida; e, finalmente, a luta entre o peso e a leveza. Queria encontrar qual o ponto de equilíbrio nesse percurso, queria descobrir o contrapeso dessa luta.

A metodologia de meditar, mover e escrever me trazia um aterramento corporal e uma amplitude de horizonte nas descobertas e reflexões que permearão essa pesquisa-criação-

ativista, a prática de princípios do Movimento Autentico e as experimentações do Body Mind Centering me permitiram aprofundar nos mergulhos que fazia da minha corpa gorda, no entanto ainda sentia que precisava encontrar um caminho que me permitisse viver e visualizar artisticamente e performaticamente, tudo que estava compondo essa pesquisa em torno de uma corpa intrusa gorda e em necessidade de relação consigo e com o entorno.

5.3 Terceiro Mergulho: Água-lama – no lodo, no mangue, purifico e retiro toxinas

Os laboratórios e exercícios corporais que fui realizando nos primeiros momentos da pesquisa me fortaleceram a sentir, encorpar e ampliar minha corpa, no entanto ainda havia uma questão que me perturbava no decorrer dessa pesquisa-criação-ativista: Como estar conectada em si, em sua fisicalidade, memórias, narrativas, emoções, sem medo, em um estado de atenção, sem tensão para fortalecer nós artistas a encarar e se entregar à vulnerabilidade de estar em cena? Essa indagação que surgiu em mim durante o decorrer desse trabalho, foi um dos momentos que me ocasionou a percepção de como mover o que me move nesta pesquisa, ou seja, desejo de pertencer a minha corpa gorda, mas ir além, permitindo tudo o que tiver que emergir desta corpa, fortalecendo e impulsionando uma criação artística que só pode ocorrer, no meu entendimento, no mais alto grau de entrega a sua própria vulnerabilidade.

Foi então que me exercitar para além da minha corpa, me exercitar na experimentação e na relação, performando minhas descobertas e questões para encontrar os formatos artísticos que iriam compor o espetáculo de *ContraPeso*. Havia chegado a hora de expor e convidar outros olhares e encontros a fazer parte deste percurso criativo. Fui utilizando o que podia, gravação de vídeos, textos, fotos, coreografias livres, o que minha corpa quisesse para se expressar diante de outro olhar. Nessas experimentações me deparei com uma proposta metodológica que se mostrou muito nutritiva para meu processo criativo a realização ou idealização de Programas Performativos.

5.3.1 Programa Performativos

Os Programas Performativos são elaborações de enunciados de ações nítidas proposta para e/ou pela performer para si e/ou para outros realizarem e que possibilita um deslocamento de sua percepção sobre determinado tema, auxiliando uma nova perspectiva, uma desautomatização sobre algo sobre o qual esteja criando ou/e investigando. Sobre Programa Fabião diz que:

Através da realização de programas, o artista desprograma a si e ao meio. Através de sua prática acelera circulações e intensidades, deflagra encontros, reconfigurações, conversas, como diz Pope.L, “faz coisas acontecerem”. Através do corpo-em-experiência cria relações, associações, agenciamentos, modos e afetos extraordinários. Performances são composições atípicas de velocidades e operações afetivas extraordinárias que enfatizam a politicidade corpórea do mundo e das relações (Fabião, 2013, p.5).

Embora conhecesse a prática dos Programas Performativos anteriormente a esta pesquisa-criação-artivista, foi só durante a disciplina de Performance, Gênero e Feminismos, oferecida pelo PPGAC da UFBA no semestre de 2022.1, ministrado pela performer e professora-doutora Nina Caetano que me reencontro com essa metodologia de investigação. Por meio de uma provocação da professora Caetano às alunas da disciplina foram estimuladas a propor um enunciado e a execução de um programa performativo que envolvesse as nossas pesquisas. Nesse exercício criei um programa performativo que foi o disparador para a criação da videoperformance intitulado O Peso da Corpa:

Foi colocando minha *corpa* em ação prática performática, durante a realização do programa performativo: pesar e cortar um pedaço grande de carne em pedaços menores e mais leves para caber em um recipiente pequeno. Programa criado e realizado por mim, que senti e vi o peso das cicatrizes da minha *corpa*.. [...]Ao colocar minha *corpa* em experimento na realização do programa performático mencionado, reví, por outra perspectiva, um processo de cirurgia bariátrica que vivi em 2009, em uma fase da vida de muita vulnerabilidade e fragilidade e que foi um procedimento de extrema violência e mais marcante na minha trajetória de vida e profissional. Foi por meio de uma ação simples de corta carne, buscando deixá-las imperceptíveis de peso que acessei de diversas formas sensações, memórias e reflexões que acompanham as minhas cicatrizes físicas e simbólicas nesta *corpa* de hoje. (Rosa, 2022, p. 10).

Aqui segue o link de acesso a videoperformance O Peso da Corpa:

<https://www.youtube.com/watch?v=5-3vs12d9GQ>

Nesse exercício da disciplina me despertei para o fato de como trabalhar com programas performativos poderiam me auxiliar nessa pesquisa-criação-artivista, pois como, afirma Fabião, a criação performática não é uma criação que deseja comunicar um conteúdo e sim possibilitar uma experiência, criar um diálogo nos quais os conteúdos são elaborados. (Fabião, 2013). E era exatamente isso que precisava, colocar minha corpa em experimento, em diálogo, para só então, alimentada e deslocada por esses experimentos, começar a pensar e dar forma ao espetáculo cênico em si. Vi nos programas performativos um meio de concretizar essa necessidade. Fabião comenta que:

Programa é motor de experimentação porque a prática do programa cria corpo e relações entre corpos; deflagra negociações de pertencimento; ativa circulações afetivas impensáveis antes da formulação e execução do programa. Programa é motor

de experimentação psicofísica e política. Ou, para citar palavra cara ao projeto político e teórico de Hanna Arendt, programas são iniciativas. (Fabião, 2013, p. 4).

Foi compreendendo a natureza motora de experimentação e o estado de estar em relação que os programas performativos proporcionam que incorporo esta metodologia as minhas práticas laboratoriais. Passando então a elaborar enunciados de ações, os quais alguns eram de fato experimentados, enquanto outros ficaram apenas como propostas, embora sua própria elaboração me auxiliou a me deslocar e reorganizar questões que queria aprofundar na pesquisa-criação-artivista.

A disciplina de Performance, Gênero e Feminismos, além de me nutrir pelas descobertas teóricas e conceituais, e do meu reencontro com os programas performativo, também me proporcionou um espaço prático e provocativo de criação. Um outro exercício que realizamos nas aulas me fez deparar com uma memória importante de influências narrativas e simbólicas que compuseram minha infância gorda e que incorporaria ao trabalho cênico de *Contrapeso*. Estou me referindo a uma dinâmica em que a professora Caetano pediu para cada uma de nós gravar um vídeo utilizando ao menos um objeto que tivesse ligado ao seu conceito de “museu de si”, ou seja, um objeto que representasse quem somos, nossas narrativas de vida e ao escolher esse objeto pensar como seria exposto se ele tivesse presente em um museu que falasse sobre quem somos. Nesse exercício fui revisitando várias simbologias e objetos que gostaria de trazer para compor o meu museu, contudo a memória que mais se sobressaiu era minha lembrança de quando criança ao ler meu livro preferido chamado *Hipopocaré, o Rei da Galhofa* de Antônio Guinho.

A criação desse exercício me permitiu visitar a sensação que me acompanha desde a infância, a minha realidade de corpa estranha através dos olhos dos outros, abjeto. Revisitar a história do Hipopocaré e sua simbologia para uma corpa como a minha foi tão intensa e profunda que ela foi ganhando forma e se transformou em uma das células do exercício cênico *ContraPeso*. Sobre o vídeo construído para esse exercício da disciplina, aqui deixo o acesso ao meu museu para quem quiser me conhecer e me sentir mais, peço apenas que entre com cuidado, com consciência de afeto.

https://drive.google.com/file/d/1ieJZMwiaMr-VvkwNkv9_QbwSqXwFGSmj/view?usp=sharing

Espero que sua visita tenha sido proveitosa, voltarei a falar sobre esse vídeo e as escolhas que realizei ao mergulharmos mais profundamente no trabalho cênico de *ContraPeso*.

Os programas performativos e exercícios de estímulo criativo vivenciado tanto nas aulas de Caetano, como nos meus laboratórios de pesquisa, foram acordando em mim propostas de como compartilhar com outras o que tanto estava mexendo e remexendo na minha corpa, percebi que mesmo em um contexto pandêmico, me reinventando em me comunicar e criar por meio de gravação de vídeo, linguagem nova para mim nesse meu percurso artístico e que me sinto muito insegura, notei que minha corpa estava ávida a criar, que ela tinha muito o que dizer e afetar.

5.3.2 Encontrando as Gordinhas¹⁵

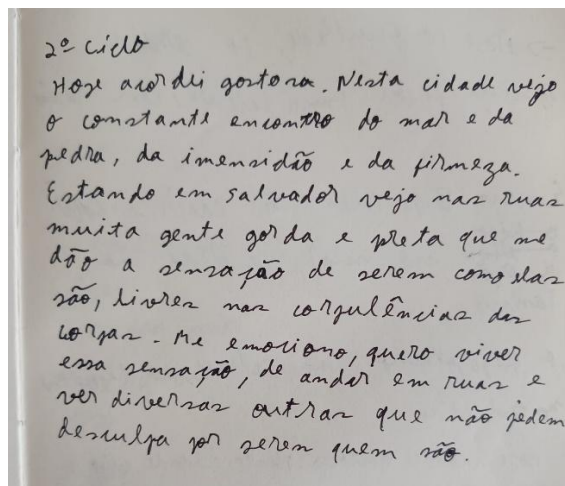
No semestre 2022.1 além dos laboratórios e estímulos das disciplinas que estava cursando no PPGAC da UFBA, um outro fator que atravessou o trabalho de pesquisa-criação-artivista foi a minha decisão de passar os meses de abril, março e junho estudando e morando na cidade de Salvador. Apesar de ainda vivenciar aulas em formato remoto, sem abertura total do campus universitário, sentia a necessidade cada vez mais latente de permitir no processo da pesquisa-criação-artivista um mínimo de convívio e aprendizado sociocultural mais cenestésico com a cidade de Salvador, por isso, aproveitando o avanço das vacinações contra a Covid 19 neste ano e de que as cidades brasileiras já estavam retornando com maior intensidade as aberturas de convívio e atividades coletivas sociais, me programei para nesse semestre me deslocar para Salvador e mora alguns meses na cidade.

Esse deslocamento causou um grande movimento na pesquisa, na cidade de Salvador pude conviver com corporeidades dissidentes que fogem da norma estabelecida de uma sociedade heteronormativa, branca e cisgênera ao encontrar corpas afirmativas em suas identidades. Percebi, inclusive, um maior número de pessoas gordas na cidade que não esconde seus volumes e formas, que desafiam padrões estéticos e opressores. Essa realidade, portanto, me causou um grande impacto, senti mais força em afirmar minha corpa, comprovei ainda mais como questões relacionadas a autoestima não são individuais e sim coletivas, uma vez que quando estamos em ambiente onde existe maior número de representatividade da diversidade corporal, de forma celebrativa e afirmativa, isso nos permite fortalecer nossas próprias identidades e nos sentir mais apropriadas, protegidas e empoderadas de si. Abaixo compartilho

¹⁵ O termo *gordinha* é questionado pelos movimentos antigordofobia, por ser utilizado para diminuir e estigmatizar corporeidades gordas. No entanto, as esculturas gordas da artista Eliana Kertész referidas nessa seção, intituladas originalmente *As Meninas do Brasil*, são conhecidas e referenciadas em Salvador exclusivamente por seu nome popular – *As Gordinhas de Ondina* – razão pela qual mantenho o termo aqui, em articulação com o contexto sócio-cultural onde parte da pesquisa foi realizada.

um trecho que escrevi no segundo ciclo de meditar, mover e escrever, no dia 10 de abril de 2022 a partir da questão *o que move na minha corpa gorda em Salvador*:

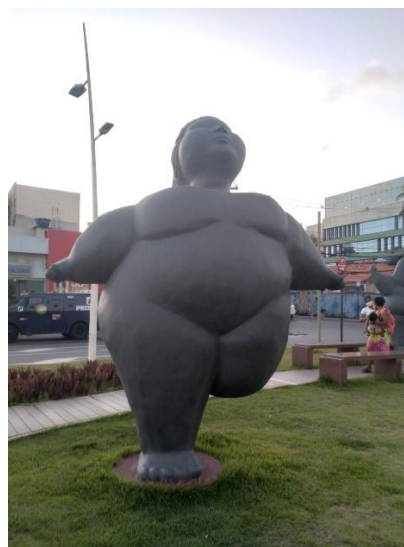
Figura 5— Registro de anotação no Diário de Bordo, após ciclo de movência, escrita e meditação em Salvador, 2022. Fonte: autoria própria.



Descrição da imagem: foto quadrada, centralizada de um texto escrito em uma página branca sem pauta. Em caneta preta está escrito: “2º ciclo hoje acordei gostosa. Nesta cidade vejo o constante encontro do mar e da pedra, da imensidão e da firmeza. Estando em Salvador vejo nas ruas muita gente gorda e preta que me dão a sensação de serem como elas são, livres nas corpulências das corpas. Me emociono, quero viver essa sensação, de andar em ruas e ver diversas outras que não pedem desculpa por serem quem são”. Fim da descrição.

Em Salvador foi a primeira vez na pesquisa que passei a me experimentar fora do quarto, ao caminhava nas ruas e me deixar ser afetada pela cidade e em alguns momentos parava no caminho e movia, dançava o que me afetava. Nas caminhadas pelas ruas de Salvador, me encontro com as esculturas de três figuras femininas e gordas da artista Eliana Kertész, chamado de Monumento *As Meninas do Brasil* que ficam na avenida Milton Santos, rua de acesso ao campus universitário Ondina/UFBA no bairro da Ondina. Carinhosamente conhecidas como *As Gordinhas de Ondina*, a obra é composta por três esculturas de bronze de três metros de altura, cada uma em uma pose e foco específicos, em que cada figura representa uma das três etnias nacionais que formam a população brasileira: Damiana, que representa a população negra africana, Mariana que representa a população branca Europeia e Catarina que representa a população indígena originária.

Figura 6 – Registro do meu encontro com as Gordinhas da Ondina: Damiana, Mariana e Catarina, na cidade de Salvador, 2022. Fonte: autoria própria.



Descrição da Imagem: Três fotos coloridas, duas retangulares vertical uma ao lado da outra na parte superior, e outra retangular horizontal abaixo das duas anteriores. Na primeira foto, uma escultura em concreto na cor cinza de uma mulher gorda nua de braços abertos, perna direita a um passo à frente da perna esquerda, rosto olhando para frente, cabelo em coque. Na segunda foto, uma escultura em concreto na cor cinza de uma mulher gorda feminina nua olhando para cima com os braços paralelos ao tronco, mas com as palmas das mãos a pontadas para o chão, com o pé direito no chão e a perna esquerda flexionada para trás. Na terceira foto, uma escultura em concreto na cor cinza de uma mulher gorda feminina nua olhando para frente, com cabelos lisos e de franja, os dois pés no chão, braços abertos, sendo o braço esquerdo mais levantado do que o braço direito. Fim da descrição.

Pego-me olhando para elas, esculturas que em bronze dão a sensação de movimento, de dança. Ao comentar sobre esse encontro com meu orientador de pesquisa, George Mascarenhas, ele me diz: “parta dessas imagens e se movimente com elas”. Começo, a partir daí, a trazer para minha corpa aquelas posturas, investigando cada uma delas e seus possíveis trajetos, em dança, de uma postura para outra. Ao me mover com elas, sinto e reflito qual sensação é acordada em

gorda de Recife, Analice Croccia, com quem já vinha trabalhando no *Encorpas Lab*, para me auxiliar a dar forma e estrutura ao que posteriormente seria *ContraPeso*.

Croccia passou a integrar a pesquisa-criação-artivista como diretora cênica de *ContraPeso*, compartilhando seu olhar, conhecimento e expertizes como artista e mulher gorda. Ter a parceria de Croccia foi fundamental na construção criativa, poética e ética de *ContraPeso*. Foi com ela que pude compartilhar os elementos mais íntimos da pesquisa, pudemos trocar reflexões e fazer escolhas sobre o que era fundamental ter no exercício cênico com o objetivo de provocar e sensibilizar o espectador sobre ser uma corpa gorda na sociedade e na cena.

Mesmo conseguindo ter uma parceria intensa e importante com Croccia, diante das problemáticas de tempo, horários e viabilidade de espaços de trabalho, percebemos que seria importante ter mais alguém para acompanhar o processo criativo. Chamamos, então, a artista e performer Bruna Sales, com quem já estava iniciando um trajeto de troca artística, visto que já acompanhava as experimentações dos exercícios gravados nessa pesquisa-criação-artivista, para trabalhar enquanto assistente de direção do espetáculo que almejavamos.

Nesse momento, passo a revisitar minhas anotações e vídeos de laboratórios, a fim de iniciar os primeiros esboços da dramaturgia e de proposições cênicas de *ContraPeso*. Sobre isso, a chegada de Croccia e Sales contribuiu para o trabalho ganhar forma cênica devido a necessidade de fazer escolhas estilísticas e poéticas diante da enorme quantidade de material que eu havia gravado, exercícios experimentados e reflexões escritas.

Quanto mais estruturávamos a criação artística, mais se confirmava que o caminho de *ContraPeso* não se direcionava para um lugar cênico tradicional de teatro, já que estávamos completamente imersas no campo da performatividade. As células de cena que nasciam e a dramaturgia que se formava estavam nesse entre lugar de linguagem artística, o híbrido, com narrativas trabalhadas a partir de aspectos factuais da minha trajetória gorda. *ContraPeso*, sendo assim, se tratava de um espetáculo teatral performático, com princípios semelhantes ao que o diretor teatral Antônio Araújo relata:

A encenação contemporânea vem estabelecendo uma forte relação com a performance, sendo contaminada e reconfigurada por ela [...] o caráter autobiográfico, não-representacional e não-narrativo, de contraponto à ilusão, e baseado na intensificação da presença e do momento da ação, num acontecimento compartilhado entre artistas e espectadores – traço característico da arte performática – vão orientar as sugeridas aproximações com o campo teatral. (Araújo, 2008, p. 253).

Estamos cada vez mais cientes da tendência contemporânea de criações cênicas que não se resumem a uma única área artística e/ou que seguem parâmetros regradados e pré-estabelecidos de escolhas estéticas para ser definida dentro de uma epistemologia específica. Em 2011, a

pesquisadora Silvia Fernandes, sobre isso, afirma como existe nas diversas linguagens artísticas contemporâneas uma crise de identidade e conceituação, já que cada vez mais os territórios artísticos perdem suas demarcações e se permitem em um encontro mais fluido entre si, uma vez que “teatralidade e performatividade são resposta conceptual à dissolução de limites entre obra e processo, ficcional e real, espaço cênico e espaço público, ator e *performer*” (Fernandes, 2011, p. 12).

Em um determinado momento desse processo de estruturação de *ContraPeso*, tanto Mascarenhas, meu orientador de pesquisa, quanto Croccia e Sales, me provocaram para compartilhar o experimento que vinha sendo construído, propondo que eu realizasse um ou mais ensaios abertos na cidade do Recife e de Salvador. O compartilhamento com o público não estava previsto inicialmente, contudo foi se tornando uma necessidade pela própria construção artística e de pesquisa prática que surgia no processo. Por se tratar de um espetáculo que estava cada vez mais se desenhando em cima de uma estrutura performática, era fundamental entender se o que estávamos optando enquanto formato artístico de fato construía mecanismo de interação e afetação para com o público.

Dessa maneira, *ContraPeso* passa a nascer, se fortalecer e a ganhar ritmo de espetáculo quando sai de mim, do meu olhar, para entrar em relação com outras pessoas. Enfrentar e me arriscar na ideia de ensaios abertos foi extremamente desafiador e ao mesmo tempo de fundamental importância, pois compartilhar com o público, em formato artístico, tudo que surgiu nesta pesquisa de Mestrado foi uma maneira de perceber o caminho percorrido e, de certa forma, acolher as minhas inseguranças e medos como parte natural do processo criativo. Ao mesmo tempo, com a opção de vivenciar os ensaios abertos me sentia cada vez mais ansiosa e nervosa com a possibilidade do encontro com outros olhares sobre questões tão intrínsecas e fundamentais a perpetuação da existência da minha corpa. Passei a me questionar ainda mais sobre quem iria assistir a esses ensaios? Quem estaria interessado em ser afetado e provocado por uma corpa que a maioria não quer se quer reconhecer que existe? O medo de expor minha criação, minha corpa para os olhares de quem tanto rejeita a corporeidade gorda me assustava, entretanto sentia uma vontade enorme de confrontar esses olhares com a realidade de cortes que eles acometem diariamente a corpos gordas.

Nesse momento de insegurança Sales me propôs um trabalho que dialogava com a própria metodologia que estabeleci de meditar, mover e escrever. Ela pediu para eu realizar 3 ciclos dessas ações de 15 minutos a partir de uma reflexão que motivaria a investigação. Além de trazer uma pergunta geradora, ela fez a alteração de que a escrita não seria plenamente livre

no diário de bordo, e sim em um papel solto, me indicando para que eu colocasse em um envelope e desse um título a essa embalagem para me presentear. No fim dos três ciclos, eu tinha três cartas escritas por mim e endereçadas a mim mesma. A reflexão e indicação foram as seguintes:

Questão: O que, dos detalhes mais sutis, de uma articulação que rotaciona, de uma respiração que solta, de uma gordura que se mexe, de um ruído que cochicha, o que dos detalhes mais sutis só eu percebo e me faz arrepiar com os ouvidos, transbordar com a boca e suspirar com os olhos?

Se presentear: Envio estas três cartas para me lembrar constantemente daqueles detalhes que só eu vejo, percebo, sinto e acompanho, e que não posso me esquecer. Nomear cada carta: para tomar consciência. Selar cada carta: para guardar, cuidar, proteger os meus detalhes. (anotações de Sales do ensaio do dia 24 de Janeiro de 2023, cedida para a pesquisa).

As cartas que sugiram me acompanharam desde então e me fizeram perceber a fragilidade constante e sensação contraditória de quem cria com sua corporeidade vulnerável e potente.

Respirar Agora – 1º Ciclo

https://soundcloud.com/clara-camarotti/1-ciclo/s-wiD6rK5KnaF?si=c91fd6a4a9c0420d9695a063c6a53dd9&utm_source=clipboard&utm_medium=text&utm_campaign=social_sharing

Fluir – 2º Ciclo

https://soundcloud.com/clara-camarotti/2-ciclo/s-NkKA8T5Phx8?si=c91fd6a4a9c0420d9695a063c6a53dd9&utm_source=clipboard&utm_medium=text&utm_campaign=social_sharing

Deixar ir, cair, entregar – 3º Ciclo

https://soundcloud.com/clara-camarotti/3-ciclo/s-1OXN0K58gSl?si=c91fd6a4a9c0420d9695a063c6a53dd9&utm_source=clipboard&utm_medium=text&utm_campaign=social_sharing

Após quase dois anos intensos de pesquisa-criação-artivista de *ContraPeso*, nos dias 16 e 20 de abril de 2023 na cidade de Recife e no dia 23 de maio de 2023 na cidade de Salvador, finalmente pude colocar minha corpa gorda em plena relação, em pleno risco, em pleno encontro com o público. Nessas datas realizamos três ensaios abertos do que se constituía então o exercício cênico *ContraPeso*. Pudemos apresentar para um conjunto de convidados, artistas e não artistas, pessoas gordas e não gordas o que desejamos dizer e afetar com esse trabalho, e ao final de cada apresentação abrimos espaço para ouvir a plateia para entender se estávamos

conseguindo trazer para cena as questões e afirmativas que foram sendo descobertas na Dissertação.

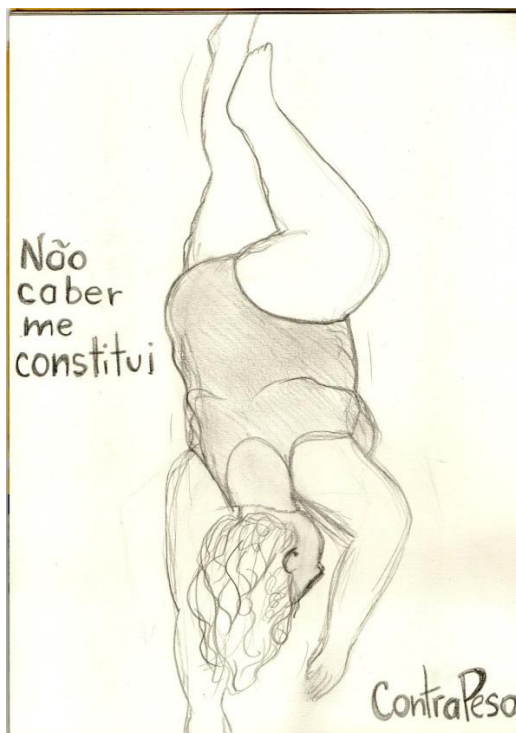
Apesar da grande riqueza de feedback das três apresentações, não irei na Dissertação me debruçar sobre elas, por não ser nesse momento o foco do trabalho, os ensaios abertos ocorreram devido a uma necessidade cenestésica pessoal, do meu orientador e das diretoras do trabalho para poder nos auxiliar na confirmação das nossas escolhas e apontar elementos e espaços que poderíamos nos debruçar mais para tornar *ContraPeso* um espetáculo performático que atinja e provoque os espectadores a se depararem com a opressão que suas corpos podem ter vivenciado e reconhecendo seus próprios preconceitos e atitudes gordofóbicas.

Durante toda pesquisa-criação-artivista minha corpa foi acionada para nela existir e ser, mesmo nos dias onde sofria com as dores acordadas, memórias das rejeições e a percepção de não lugar, de não pertencimento nesse mundo extremamente normativo e padronizado, a minha corpa era acolhida, abraçada por si mesma. Aprendi a dizer a minha corpa gorda que eu estava presente para ela, existindo com ela e que não iria mais maltratá-la, abandoná-la e que, mesmo na dor, saberia honrar nossa existência em resistência. Não só de barro se faz minha corpa, minha corpa se banha em adiposidades latentes, se purifica nos manguezais, se faz corpulenta nas misturas de suas águas com sua terra, deslizando no lodo de suas composições, movendo-se na certeza do peso.

Quanto mais *ContraPeso* se firmava, mais compreendia que a criação partia de minha corpa e minhas vivências gordas, mais afetava uma diversidade de discussões e existências corporais, em que cada pessoa, seja ela gorda ou não pode se espelhar e repensar o reflexo que manifesta no convívio social.

5.4. Entre o aquário e o oceano: espaços percorridos

Figura 8 – Não caber me constitui - Desenho em processo criado por Analice Croccia para construção de uma possível identidade visual de *ContraPeso*, 2023. Fonte: Analice Croccia.



Descrição da imagem: Desenho retangular preto e branco à lápis em um papel branco. No centro do papel, uma mulher gorda costas com cabelos cacheados de cabeça para baixo, virada de costas, vestida com maiô de banho, braços esticados em direção ao chão e perna esquerda levemente flexionada em direção à cintura. No lado esquerdo do papel, escrito “não caber me constitui”. Na margem inferior direita, escrito “ContraPeso”. Fim da descrição.

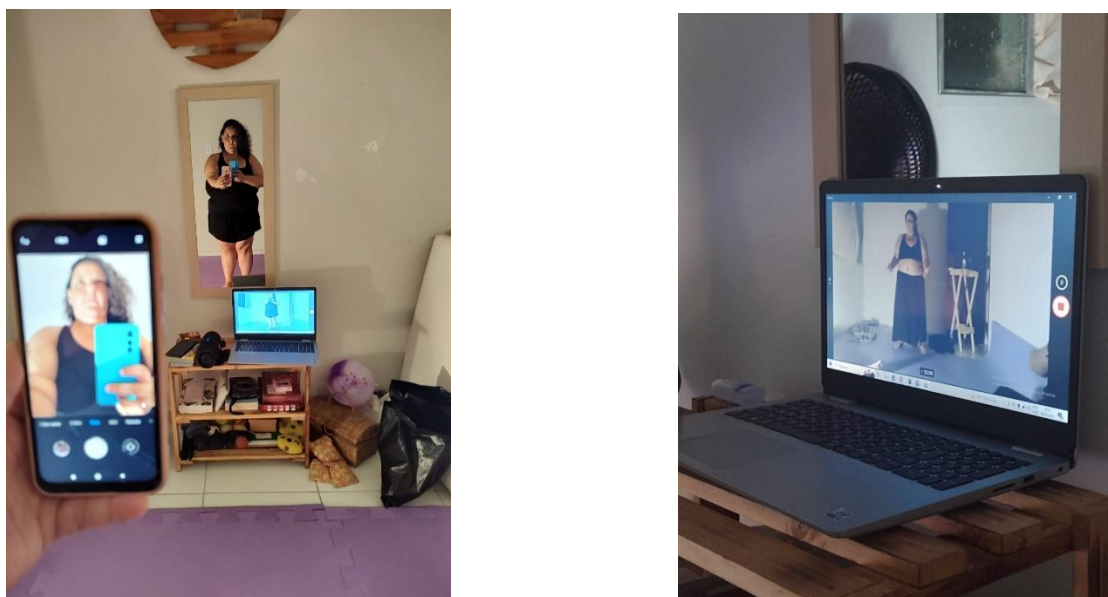
A figura acima é um desenho criada por Analice Croccia com frase da artista Pernambucana Marília Azevedo. Esta arte surgiu a partir das provocações da criação do espetáculo *ContraPeso*

Você cabe no espaço em que você está neste momento? Você cabe na roupa, na cadeira, na cama, na sala, na casa, no teatro, na dança, na cidade, na sociedade? Onde você tem espaço e onde te falta espaço?

Do início ao fim desta pesquisa-criação-artivista o fator espacial, tanto em sua dimensão simbólica, quanto no seu significado físico, concreto, foi um elemento que afetou, provocou e movimentou a minha corpa gorda. Isso porque o meu ingresso no processo de Mestrado no PPGAC/UFBA ocorreu, como dito anteriormente, dentro de um contexto de isolamento social devido a pandemia ocasionada pelo vírus da Covid 19, portanto eu, que sempre trabalhei com

grupos e coletivos, precisei entender uma forma de experimentar, pesquisar, criar sozinha, dentro de uma espacialidade de um quarto residencial com cerca de 2,80m por 2,80m de área, sem a devida estrutura para realização de exercícios e atividades corporais e vocais. Eis o cenário de partida dessa pesquisa-criação-artivista, o qual influenciou um fluxo de introspecção no processo: as primeiras descobertas, os primeiros mergulhos dentro da existência gorda que sou ocorreu isolados em um quarto pequeno sendo, apenas alguns destes mergulhos possíveis de serem transmitidos e compartilhados por meio de tela durante as disciplinas online. Como ser e potencializar uma corpa grande quando se está contida por molduras virtuais repletas de filtros sociais? Como descobrir as potências de ser esta corpa ao ser constantemente ridicularizadas por posts e piadas viralizadas na internet sobre ganhar peso na pandemia?

Figura 9 – Em qual moldura cabe sua corpa? Registros fotográficos em composição sobre a realidade virtual da pesquisa em tempos de pandemia, 2022. Fonte: autoria própria.



Descrição da imagem: Duas fotografias retangulares verticais, uma ao lado da outra. Na primeira foto, há um jogo de reflexão de imagens. No primeiro plano, uma mão segurando um celular com a tela voltada para si, com a câmera frontal ligada. A tela do celular capta a imagem de Clara Camarotti, uma mulher gorda de blusa preta segurando com a mão direita um outro celular, na cor azul, que aponta sua câmera traseira. Ao fundo da imagem, um espelho retangular de moldura bege centralizado em uma parede branca. O espelho reflete a imagem de Clara Camarotti vestida de blusa e short pretos, com o braço esquerdo estendido fazendo uma selfie e o com o braço direito, apontando um celular azul. Abaixo do espelho, um móvel de pallet que sustenta um notebook aberto com câmera ligada, refletindo uma imagem pequena e embaçada de uma pessoa vestida de preto e fazendo selfie. Parte do chão é coberto por um EVA roxo. Na segunda fotografia, um móvel de pallet sustenta um notebook aberto com a câmera ligada, que reflete a imagem de Clara Camarotti vestida com top e calça preta, em pé ao lado de uma mesa alta redonda de madeira. Atrás do notebook, um espelho com borda bege preso a uma parede branca reflete a imagem do que parece ser um ventilador preto. Fim da descrição

Avanço das vacinas, diminuição de mortes, pressões econômicas fazem aos poucos o cenário de isolamento diminuir e, novas aberturas, possibilidades de convívio se instauravam,

apesar dos medos e preocupações com o vírus e um certo estado de esquecimento de como interagir com outras pessoas devido ao excesso de regras de higiene e convivência. Na abertura a espacialidade se expande drasticamente ao mesmo tempo que o isolamento continua, pois como colocado anteriormente, com o retorno das atividades e espaços coletivos resolvo ir para a cidade de Salvador e lá vivencio a rua, o encontro com as gordinhas, o horizonte expandido do mar, contudo os trabalhos de corpa, os laboratórios, ocorrem no quarto alugado no bairro do Rio Vermelho, onde fico a morar nesses meses. Ao voltar para Recife retorno aos trabalhos mais privados, no quarto que estava habitando, contudo sinto que minha corpa já não era a mesma, não era mais aquela corpa que estava fechada e isolada desde o início da pandemia, as ruas, as vistas, as dinâmicas de Salvador haviam me atravessado e restaurado em mim o impulso e desejos de expansão, Salvador me convidou a ousar, firmando dentro e expondo fora. Em Salvador abandono o medo do encontro e sinto a necessidade do conjunto.

Dessa forma, com a corpa provocada pela minha passagem por Salvador e as aberturas das salas cênicas, decido sair do meu quarto e começo a experimentar, exercitar em locais mais apropriados para trabalhos corporais em salas no Teatro Santa Isabel e do Museu da Abolição, equipamentos culturais de Recife que a pesquisa-criação-artivista continua. Minha corpa gorda agora ocupa espaços amplos, salas grandes mas sem a possibilidade de privacidade, lugares onde funcionários, pedestres tem um acesso maior e isso provoca um incomodo, a sensação da exposição, de ser vista, minha corpa sai da total privacidade, apertada que estava para um local de amplitude, mas possível de ser notada. Foi preciso respirar a dificuldade de sair do casulo. Entre Recife e Salvador *ContraPeso* se forma.

Como se pode observar esse fluxo das espacialidades que acompanharam esse processo causaram impactos na própria pesquisa-criação-artivista. Foi devido a esse movimento que surgiu em mim a necessidade de compreender melhor quão o espaço que minha corpa cabe, qual o espaço que ela tem para se mover, e consequentemente quem define a espacialidade que uma corpa existe e vive. Essas indagações me fizeram chegar aos estudos e pesquisa da arquiteta, bailarina e performer Clara Pássaro, que propõe uma mudança de paradigma sobre medidas e padrões corporais na arquitetura e na dança ao questionar modelos cânones de corporalidades propostos por Rudolf Laban no campo da dança e pelo francês Le Corbusier e o alemão Ernst Neufert, no campo da arquitetura moderna.

Segundo Pássaros (2020) as teorias de Corbusier e Neufest que são utilizadas enquanto referencias e modelos na arquitetura, possuem definições de corpo padronizados em

corporalidades europeias, brancos e masculinas, e são utilizados no intuito de universalizar corporeidades humanas, nas palavras da autora:

Estamos falando do Modulor, um sistema de proporções humanas criado pelo francês Le Corbusier (1887-1965) – arquiteto moderno mundialmente legitimado, reconhecido e afamado. Este sistema de proporções foi tornado público através de dois livros: O Modulor (1950) e Modulor (1955).² Ele é um instrumento que visa, principalmente, a unificação e universalização das medidas a fim de substituir, no mundo das construções, as duas medidas mais usadas mundialmente: o pé-polegada e o metro. Sua principal intenção é normalizar e universalizar a produção arquitetônica mundial com base nesse “instrumento de medida para a pré-fabricação” (LE CORBUSIER, [1950] 2010, p. 62). O Modulor organiza uma série de medidas de proporções baseadas na série de Fibonacci (que se inicia no zero e acaba no infinito) e nas medidas de um corpo de um homem de 1,83 metro de altura.⁴ Este homem, representado em desenho como o “modulor”, tem medidas proporcionais que se inserem em dois quadrados e tem, além da altura de 1,83 metro, mais dois importantes pontos em evidência: o plexo solar (a 1,13 metro) e a altura de um braço levantado (que chega a 2,26 metros). A outra obra estudada é um manual construtivo que reúne dimensionamentos, normas e prescrições para recintos, edifícios, instalações e utensílios e tem como parâmetro principal algumas dimensões e proporções padronizadas do corpo humano. Esse manual foi criado pelo arquiteto Ernst Neufert (1900- 1986) e sistematizado no livro *A arte de projetar em arquitetura*, cuja primeira edição alemã é de 1936. (Pássaro, 2020, p. 208-209.).

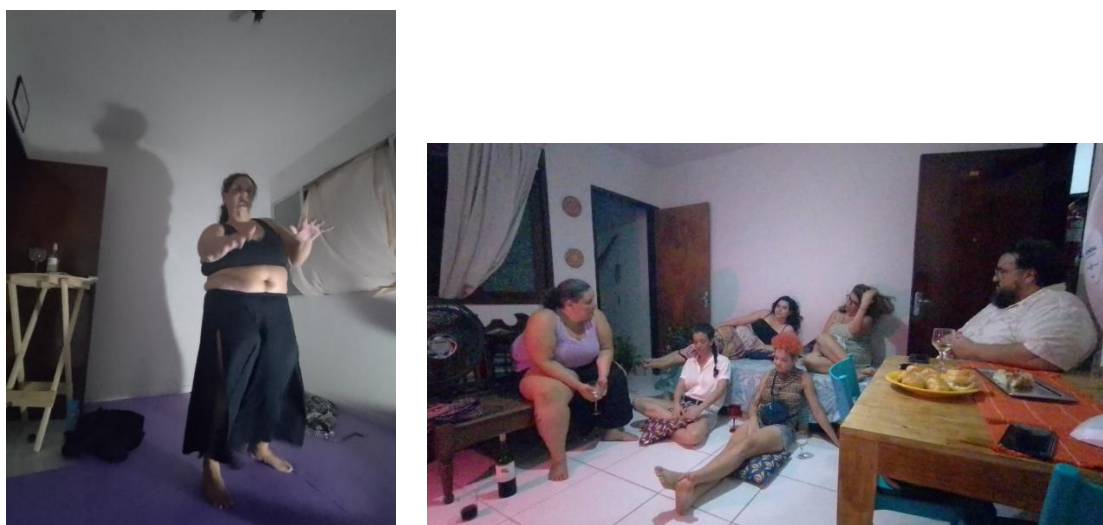
Para Pássaro essas obras cânones da arquitetura moderna surgiram para que os espaços fossem criados de forma normalizadora e homogenias e que apesar de receber críticas na contemporaneidade, ainda se firmam como base na formação e atuação de arquitetos brasileiros (2020).

Entender como são definidas as dimensões dos espaços que circulamos, que vivemos é compreender que a constante percepção de corpos gordos de não caber não é resultado de seu tamanho e sim de um sistema que escolhe e pauta toda existência corporal humana a partir de uma única idealização de corpo. Foi devido a essa descoberta em relação as medidas padronizadas dos espaços arquitetônicos juntamente com os atravessamentos e memórias encorpadas na minha corpa diante dos diversos espaços e contextos vividos no decorrer desta pesquisa-criação-artivista, que ficou nítido para mim que pensar na espacialidade onde seria compartilhado o exercício cênico de *ContraPeso* era tão importante quanto as escolhas poéticas e estéticas que estávamos realizando do trabalho.

Assim cada ensaio aberto foi sendo estruturado de acordo com o trajeto e a sensação espacial, de contenção e expansão, de íntimo e público, que foram sendo vividas por minha corpa ao longo de sua investigação. A intenção era experimenta para cada um dos três ensaios abertos uma relação com a espacialidade que representasse, os mergulhos da minha corpa realizados no meu quarto em Recife, nos espaços de ensaios sem a redoma da privacidade e por fim dos atravessamentos da expansão dos percursos na cidade de Salvador.

Nesse contexto realizamos o primeiro ensaio em um espaço pequeno, num quarto de trabalho corporal de 8,5m² da minha casa com a presença de 05 convidados, artistas mais íntimos para receber esse primeiro olhar. Ao fim do compartilhamento artístico, nos dirigimos para a sala da casa e sob um clima de descontração, banhado de afeto e vinho, pudemos conversar sobre as questões que reverberaram em cada um, trocando ideias e percepções.

Figura 10 – Registro do primeiro ensaio aberto de ContraPeso, na minha casa em Recife, 2023. Fonte: Analice Croccia.



Descrição da imagem: Duas fotografias coloridas retangulares, uma do lado da outra, sendo a da esquerda no formato vertical, e a da direita, horizontal. Na primeira fotografia, em um quarto escuro, com um lençol preso à janela, Clara Camarotti, mulher gorda centralizada, iluminada por uma luz branca, está vestida com top e calça preta, em pé, em cima de um EVA roxo que cobre todo o piso. Ela estende um pouco as mãos para frente, com as palmas abertas e voltadas para baixo. Ao fundo, a sombra de sua corpa na parede branca está projetada perto de uma porta de madeira. Na frente da porta, uma mesa alta redonda de madeira, sustenta uma garrafa de vinho e uma taça. Fim da descrição. Na segunda fotografia, uma sala de estar à noite cheia de pessoas. À direita uma mesa de madeira de quatro lugares sustenta um prato de pães e uma taça vazia. Carlos Valença, homem gordo, apoia seu braço sob à mesa e olha em direção ao sofá. No centro da foto duas mulheres brancas, Bruna Sales e Karol Spinelli em cima do sofá olham para à frente. Sentadas no chão e encostadas no sofá, Rebeca Gondim, mulher negra e Maria Agrelli, mulher branca olham para baixo. No canto esquerdo da foto, Clara Camarotti, sentada em um banco de madeira, segura uma taça de vinho vazia e olha para as mulheres do sofá. A seus pés, uma garrafa de vinho e um copo com um pouco de vinho. Fim da descrição

Já o segundo ensaio aberto ocorreu em um espaço cênico alternativo da cidade do Recife chamado Teatro O Poste, sede do grupo O Poste que se trata de um grupo teatral afrocentrado da cidade. Por se tratar de um espaço mais amplo do que o primeiro, esse segundo ensaio foi divulgado para convidados e público em geral por meio das redes sociais. No dia 20 de abril, contamos com cerca de 40 pessoas presentes com quem podemos conversar, nos questionar e as pessoas poderiam dizer suas impressões do trabalho e eu, contextualizar mais sobre o processo da pesquisa. Nesse ensaio já tivemos um público mais variado entre artistas e não artista, pessoas do meu convívio mais próximo e público espontâneo, ao mesmo tempo foi

possível manter uma relação íntima e próxima ao público, já que o espaço cênico do O Poste, é um espaço com uma estrutura cênica contudo de dimensões pequenas. A essência de intimidade com uma maior diversidade de espectadores fortaleceu muito a pesquisa-criação-artivista devido a uma amplitude de experiências, singularidade e percepções.

Figura 11 – Registro do segundo ensaio aberto, no espaço O Poste em Recife, 2023. Fonte: Analice Croccia.



Descrição da Imagem: Fotografia retangular vertical colorida centralizada. Imagem de um teatro cênico pequeno, revestido de madeira com paredes de madeira. Ao fundo da imagem um pano branco como uma tela de projeção, em cima diversos refletores de luz cênica, em frente ao pano, com uma luz centralizada a sua frente, a performer, Clara Camarotti, com cabelo preso, top preto e calça preta, olhando e gesticulando para frente. Em primeiro e médio plano um conjunto de pessoas, na penumbra, maioria feminina olhando para a performer a sua frente, algumas sentadas em almofadas vinhos no chão e outros sentados em bancos dispostos na lateral do espaço cênico. Fim da descrição.

Por fim o terceiro e último ensaio aberto ocorreu no teatro do Goethe Institut em Salvador. Dos três ensaios abertos, o mais desafiador, em nível de nervosismo, ansiedade e de alteração de espaço, foi justamente essa última sessão, visto que a maioria das pessoas presentes – cerca de 20 pessoas, pesquisadores da UFBA, artistas e público espontâneo – eu não conhecia pessoalmente, nem tinha uma relação afetiva anterior, ali seria o encontro em que *ContraPeso* seria mais testado em sua funcionabilidade de interação e capacidade de afetação, sendo necessário um trabalho de corpa mais intensificado, devido ao fato de que se precisava de maior ativação energética para ampliar os fluxos entre minha corpa e a corpa dos espectadores. Além

disso, o Goethe Institut se trata de um espaço cênico mais formal do que eu estava habituada nesta pesquisa, sendo mais estruturado tecnicamente e com divisão de palco e plateia, e por isso o componente de intimidade com o público, característica de *ContraPeso*, se tornou mais complicado de atingir. Ao mesmo tempo, também nessa apresentação tivemos uma estrutura de iluminação, som e projeção mais refinada e isso nos abriu a possibilidade de maiores descobertas plásticas e estilísticas do exercício artístico. Assim como ocorreu em Recife, abriu espaço para que as pessoas ali presentes pudessem fazer suas perguntas e comentários acerca do que havia se apresentado

Figura 12 – Registro do terceiro ensaio aberto no teatro do Goethe Institut, na cidade de Salvador, 2023. Fonte: Bruna Sales.



Descrição da imagem: Três fotografias retangulares coloridas, sendo a primeira no formato horizontal e centralizada, e as outras duas, no formato vertical, paralelas, em baixo da anterior. Na primeira fotografia, Clara Camarotti deitada em um grande piso de madeira, com fita crepe demarcando grandes quadrados. Ao fundo, uma tela de projeção refletindo uma cor azul. Na lateral direita da foto, Analice Croccia, mulher gorda branca arrumando uma mesa de alta redonda de madeira com uma bandeja de pães em cima. Na segunda fotografia, Clara Camarotti iluminada no centro de uma caixa cênica com piso de madeira e com fita crepe demarcando grandes quadrados. Plateia no escuro ao redor de Clara que está em cena. Na última fotografia, plateia e Clara

estão iluminadas. Clara está sentada sobre suas pernas no chão de madeira e conversa com a plateia. Fim da descrição.

Na vivência de uma diversidade de estrutura espaciais de fluxos e desafios de convívios sociais e singulares, de dois contextos socioculturais distintos, a minha corpa gorda aprendeu a expandir mesmo que contida, a transbordar mesmo que na imensidão. A percepção sobre caber ficou acordada em mim. Corpos gordos buscamos freneticamente caber, em todos os lugares em formas possíveis, no meu percurso de vida busquei caber, caber em roupas, espaços, trabalhos, afetos, nas artes. Contudo nossa realidade é a constante percepção que não cabemos. Esse fato faz com que muitas de nós desista que ocupar espaços, tentamos nos diminuir para poder talvez caber. No processo de *ContraPeso*, compreendendo como são definidos os espaços, fortaleci a noção de que caber não é necessariamente pertencer e sim restringir, caber não é liberdade, é contenção.

Na pesquisa-criação-artivista desenvolvida nesse processo de Mestrado, comecei já pela noção de que não cabia, queria desde início transbordar, ir além dos contornos que foram previamente determinados para uma corpa ser e existe na vida e nas artes. Entre a abertura e confinamento, o convívio e isolamento, entre realidade e virtualidade, entre amplitude e restrição, entre introspecção e relação, entre insegurança e afirmação, entre contenção e transbordamento, *ContraPeso* foi criado.

Figura 13 – Encartes anuncio para as redes sociais do segundo ensaio aberto em Recife e do terceiro ensaio aberto em Salvador, criação de Analice Croccia, 2023. Fonte: Analice Croccia.



Descrição das imagens: Dois encartes um ao lado do outro. O primeiro ao lado esquerdo, retangular vertical

preto e branco. Na imagem uma foto da cintura para cima, de Clara Camarotti, mulher gorda branca, que está usando um top preto, cabelos pretos amarrados para traz, de olhos fechados e levando até sua boca o que aparenta ser uma taça de vinho transparente, borrada. Na altura do centro para baixo do lado esquerdo da imagem os escritos: “Ensaio Aberto. ContraPeso (Espetaculo em Processo) 20.04.23, 19h, Espaço O Poste, Rua do Riachuelo, 641, Boa Vista, Recife-Pe”. No outro encarte ao lado direito, quadrado e colorido. Na imagem uma foto de Clara Camarotti, vestindo um top preto e uma calça de tecido solto preto, que possui uma abertura lateral nas pernas, ela tem cabelos pretos, encaracolados e soltos que cobre parte de seu rosto, cabeça levemente apontando para cima e para frente e sua boca um pouco aberta mostrando um pedaço da língua, essa foto se repete em três planos, frente mais nítido, e do lado esquerdo e do lado direito, mais a fundo e mais apagados, num jogo de sobreposição de imagens. Do lado esquerdo no topo da imagem está escrito: “Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da UFBA Mestrado em Artes Cênicas”, do centro esquerdo para baixo em letras amarelas e brancas está escrito: “Ensaio Aberto ContraPeso (Espetaculo em Porcesso) Com Maria Clara Camarotti, Orientação George Mascarenhas, Teatro do Goethe Institut, 23/05/23, 19h, Av. 7 de Setembro, 1809, Corredor da Vitória, Salvador”. No canto direito de baixo da imagem está escrito: “entrada franca”. No canto de baixo da imagem as logos de apoio da UFBA, PPGAC, CAPES, ENCORPAS.LAB, JIPE-CIT, GOETH INSTITUT. Fim da descrição

6. SABOREANDO O ERRO QUE SOU

Ser ou não ser fracasso? Eis a questão!

Falha, insuficiência, erro, fracasso foram palavras que eu temia e que eram destinadas a minha corpa, porém ao me descobrir uma corpa intrusa, encontrei o prazer de ser uma corpa fracasso. *ContaPeso* é minha criação fracassada, meu testemunho e firmeza em dar corpa, cena e voz ao erro em uma sociedade de sucesso.

Enquanto uma corpa não aceita na sociedade, foi ao longo desta pesquisa-criação-artivista que pude entender outra conotação para *ser fracasso* e pude saborear a delícia de ser uma corpa fracassada. Sei que as afirmativas que faço sobre minha corpa podem causar uma angústia em você, leitor, afinal a palavra *fracasso* carrega em si tanta conotação negativa que ter alguém que se intitula fracassada parece um sinal de derrota, de tristeza. Entretanto, a minha compreensão do significado de fracasso ocorreu devido as ideias de Jack Halberstam, contido em seu livro *A Arte Queer do Fracasso* (2020), o qual apresenta uma outra abordagem para o erro e o fracasso. Para Halberstam (2020), dentro de um contexto sócio-político cultural estadunidense, o sucesso é uma construção capitalista que define metas a serem conquistadas individualmente, comprovando a determinação, capacidade e disciplina de uma pessoa em alcançar um lugar de destaque na hierarquia social, ao mesmo tempo que se contrapõe àqueles que não acertam tais alvos, o que demonstraria fraqueza, inadequação, preguiça, ou seja, uma pessoa fracassada. Nesse universo de desejo pelo sucesso e fuga do fracasso, nos é ensinado que saúde, felicidade e riqueza são obtidas apenas por pessoas excepcionais e competentes, as quais mantêm uma postura positiva sobre a vida. Já os fracassados, por consequência, sofrem de uma incompetência e atitude de perdedor. Nesse cenário, não se traça um recorte que aponte as estruturas desiguais sociais.

Halberstam pautada(o) em teorias feministas, em específico, lésbicas e *queers*, convida a nós, pessoas inadequadas e erradas, a exercer uma prática do fracasso, buscando ressignificar a ideia de fracasso em vez de lutar contra o sistema do sucesso, pois, como ela/ele mesma diz:

Em vez de apenas argumentar a favor de uma reavaliação desses padrões de aprovação e reprovação, A arte queer do fracasso dismantela a lógica do sucesso e do fracasso com as quais atualmente vivemos. Em determinadas circunstâncias, fracassar, perder, esquecer, desconstruir, desfazer, “inadequar-se”, não saber podem, na verdade, oferecer formas mais criativas, mais cooperativas, mais surpreendentes de ser no mundo. Fracassar é algo que pessoas queer fazem e sempre fizeram excepcionalmente bem; para pessoas queer, o fracasso pode ser estilo, citando Quentin Crisp, ou um modo de vida, citando Foucault, e pode contrastar com os cenários sombrios de sucesso que dependem de “tentar e tentar novamente”. Aliás, se sucesso exige tanto esforço, talvez, em longo

prazo, fracasso seja mais fácil e ofereça recompensas diferentes. (Halberstam, 2020, p. 7).

Se ver como fracasso em um mundo que almeja o sucesso tem a princípio uma conotação difícil e dolorosa, que causa um sentimento de tristeza e humilhação, e isso por uma responsabilidade sua. Contudo, como ensina Halberstam, existências dissidentes como as existências *queers*, também provocam outras percepções de modos de vida. Entregar-se ao fracasso, exercer o fracasso, viver enquanto seres fracassados pode ser um convite para abrir possibilidades, rasgar contenções, descosturar modeladores, expandir limites, e brincar livremente em ser. Sobre isso, Halberstam fala que:

O fracasso preserva um pouco da extraordinária anarquia da infância e perturba os limites supostamente imaculados entre adultos e crianças, ganhadores e perdedores. E ainda que, indubitavelmente, o fracasso venha acompanhado de uma horda de emoções negativas, tais como decepção, desilusão e desespero, ele também proporciona a oportunidade de usar essas emoções negativas para espetar e fazer furos na positividade tóxica da vida contemporânea. (Halberstam, 2020, p. 7).

Quantas vezes sofri por me ver enquanto uma corpa, uma mulher fracassada? Foi, dessa maneira, durante esta pesquisa-criação-artivista, que pela primeira vez na vida, entendi que ser fracasso pode ser uma das minhas maiores forças; que não pertencer ao hall de sucesso pode me libertar da ideia fantasiosa de felicidade e do bem estar, que ao celebrar a minha realidade fracassada estou livre para viver a criação artística como vivia enquanto criança, sem buscar agradar, impressionar, acertar e sim se divertir com as descobertas, as sensações e me deliciar com os erros que ocorrem, percebendo em cada um deles o pleno estado de encantamento de *serestar* no mundo.

E é por isso que *ContraPeso* nasce enquanto uma pesquisa-criação-artivista fracassada, de um exercício performático fracassado, sendo a consequência criativa da minha criança gorda a brincar com sua corpa; da minha adolescente gorda a admirar sua beleza, curvas e volumes; da minha jovem gorda a se deliciar com seus prazeres e poder de sedução; e da minha mulher gorda em seu processo de amadurecimento, firmando sua força, denunciando as gordofobias, mostrando seu peso e reconhecendo cada uma dessas figuras que lhe compõem e que ainda permanece com sonhos e desejos de se arriscar a conhecer outros lados seus que ainda não se mostraram, e algumas que ainda estão por nascer.

É importante frisar, nesse ponto, que o meu percurso prático criativo estava em volta de me aproximar e explorar as características mais concretas, afirmativas e visíveis que tornam a minha corpa uma corpa gorda na sociedade. Comecei, desde a projeção da pesquisa de mestrado a deslumbrar e me interessar em ativar os componentes corporais que me compõem e que

caracterizam muitas corpos gordas. O desejo era extremamente me apropriar, aprofundar em tudo possível que consiste minha corpa gorda para poder entender, ressignificar e expressar minha vivência gorda em sociedade e na arte. Como afirma Pashall:

Em vez de me relacionar com meu corpo gordo como um problema que precisa ser concertado, meu corpo gordo é agora meu maior recurso, meu professor mais sábio e o amor da minha vida. Isso não significa que sempre me senti bem e segura com meu corpo. Isso não significa que eu ignore o sofrimento e a dor. Mas eu não culpo minhas gorduras. Eu liberto a fantasia de que eu seria uma melhor pessoa, um corpo melhor, se eu não fosse gorda. (Pashall, 2018, p. 73, tradução própria).

Ainda segundo Pashall:

Toda vez que eu reluto, volto-me para meu corpo com amor e pergunto “O que você pode me ensinar sobre como lidar com isso? Onde está o remédio?” E ela sempre teve uma resposta: Seja suave e gentil. Seja grande e forte. Expanda-se e almeje alcançar outros.” [...] Desejo que todos nós encontremos nossos corpos onde eles estão e confiemos neles para nos dar as informações sobre o que precisamos” (Pashall, 2018, p. 86, tradução própria).

Foi partindo do peso, das fâscias refeitas após cortes cirúrgicos e da gordura que me reapropriei da minha corpa gorda que escutei o que queria e precisava para criar *ContraPeso*.

Ao longo do processo de criação, fui apreendendo e adentrando na minha corpa pesada e identificando os inúmeros pontos de desequilíbrio que vivencio em ser e existir dentro de uma sociedade pautada na leveza. Precisei pesquisar e constituir mecanismos para poder reequilibrar minha corpa, no desejo de mantê-la em movimento pulsante no mundo. E foi dessa forma que nasceu *ContraPeso*.

Enquanto uma grandeza física, contrapeso se refere ao uso de um peso ou força oposta para equilibrar, estabilizar ou controlar algo, portanto a ideia de contrapeso parte da premissa de usar uma força ou peso para contrabalancear outra. Nas artes cênicas o termo é um princípio técnico de movimento estabelecido ou exercitado de maneiras distintas, de acordo com o objetivo de cada técnica corporal e poética. Por exemplo na mimica, conforme Mascarenhas, o princípio do contrapeso é utilizado para a colocação do peso em consonância com os vetores de força para a realização de uma tarefa:

Em situação de contrapeso, o ponto de equilíbrio do corpo encontra-se no limite imediatamente anterior à queda. Há, todavia, uma oposição, uma contradição que abre as seguintes possibilidades: a própria queda, o recuo, uma parada na ação ou a orientação para outro percurso. Os contrapesos agem como lupas que ressaltam o esforço para realização de um movimento, colocando o peso do corpo engajado na ação e criando um risco – o equilíbrio instável – como na imagem decrouxiana da pirâmide invertida, equilibrada sobre seu vértice. (Mascarenhas, 2020. P. 72)

Em práticas de dança que envolve o movimento em relação com outras corpos, como o contato-improvisação, o contrapeso é um peso que equilibra outro, em uma combinação e

dependência mútua do peso, isto é, os pesos de cada dançarino se relacionam de forma colaborativa, em diálogo com seus centros de equilíbrio corporal, para poder dar fluidez ao movimento.

Nesta pesquisa-criação-artivista contrapeso foi pensado não enquanto uma técnica corporal em si, mas como motor simbólico artístico, uma vez que à medida que avançava na pesquisa e que as células criativas foram tomando forma para compor o exercício cênico final, mais percebia que cada uma delas buscavam contrabalancear a minha existência corporal para que eu me mantivesse em movimento de vida. Percebi que cada momento do exercício cênico surgia de uma urgência em denunciar as violências gordofóbicas que passamos ao mesmo tempo ressignificar simbolicamente e imagneticamente a minha corporeidade, dessa forma, compreendendo que todo o trabalho cênico é minha corpa colocando seu peso em existência enquanto força para contrabalancear as forças de dor que a gordofobia direcionam. Assim, a escolha do nome do exercício cênico de *ContraPeso* é para anunciar não uma ação contra o peso, mas uma ação de firmamento do meu peso, do peso como afirmativa para manter minha corpa engajada na prática de *serestar*, reequilibrando, impulsionando, alavancando uma existência gorda.

Nas próximas paginas vou compartilhar as descobertas e ativações que ocorreram a partir dos três componentes corporais investigados nesse processo, dialogando com as células cênicas que compõem o exercício artístico desta pesquisa e as teorias e metodologias de trabalhos oriundo principalmente da pratica somática do BMC. É importante frisar que, apesar de trazer e refletir a estrutura cênica do trabalho, não irei necessariamente seguir a fino a sequência das cenas que compõem o roteiro de *ContraPeso*, o trabalho de análise e compartilhamento será feito partindo principalmente dos componentes corporais citados e que hora ou outra se mesclam, se fundem, se contrapõem dentro da roteirização dramatúrgica do espetáculo.

Aqui trago a espontaneidade, o improvável e o erro que compõem *ContraPeso*. Aqui irei passar pelas cenas e estrutura do espetáculo, discutindo e revelando as escolhas poéticas que foram feitas. A fim de facilitar esse compartilhamento, estarei dividindo o exercício cênico em três etapas que partem de um dos componentes corporais que foram investigados nessa pesquisa, interligando-as com teorias e vivencias que alimentaram o surgimento do espetáculo: o peso que será associado aos momentos afirmativos e de denuncia presentes no trabalho ; a fascia envolvendo as transformações e mudanças físicas e emocionais que ocorrem na cena e

por fim a gordura que se liga aos instantes de prazer e brincadeira acordados na minha corporeidade.

Aqui, nesse momento convido ao leitor a assistir a gravação do segundo ensaio aberto de *ContraPeso* e receber o resultado artístico deste processo de pesquisa.

https://drive.google.com/file/d/1YFCv2uI9IBW7UpJbr6FTDauBrtgIU-So/view?usp=drive_link

6.1. Esculturada em toneladas: a força do peso

“nem tudo é redondo, mas tudo pesa. Nem tudo é pontudo, mas tudo pesa. Nem tudo é quente, mas tudo pesa. Nem tudo é macio, mas tudo pesa [...] a terra atrai os corpos e é porque a terra atrai os corpos que tudo pesa. (Decroux, 2003, p. 131 apud Mascarenhas, 2021, p.4)

[Na entrada, balanças portáteis, daquelas que encontramos em residências brasileiras, estão distribuídas de forma a convidar o público a se pesar ao entrar no espaço, antes de se acomodarem. Em cena, uma mesa com diversos tipos de guloseima – pães, doces, marshmallows – e vinho, alguma música de alguma artista gorda tocando, enquanto a performer vai recebendo o público, bebendo e os servindo como quem recebe para uma grande festa. Quando o público estiver sentado em seus lugares (sem-arena), a atmosfera vai se alterando, a música sai, muda a luz e a performer vai até o centro do palco, se colocando curvada, e em cima dos joelhos, no chão. Toda a atenção é direcionada para aquela corpa grande e volumosa, que se concentra e respira. Aos poucos se ouve vocalizações vindas dessa corpa. As vocalizações vão se tornando gritos. Um som de percussão vai tomando conta do espaço, e essa corpa vai se levantando, num movimento de nascimento/renascimento de uma corpa estranha, monstruosa, que tudo engole, que tudo encara. Quanto mais se levanta, mais encara o público ali presente. Não é mais a mesma corpa de antes, simpática, alegre e anfitriã. Agora vemos uma corpa-força, corpa-peso, afirmativa e enfrentadora.] (Rosa, 2023).

Assim começa *ContraPeso*! O peso foi o elemento base para toda esta pesquisa de mestrado. Em uma sociedade da leveza, sabemos os sentidos negativos que estão, na maioria dos momentos, associados à palavra peso, porém ao entrar em contato com todo o meu peso, físico e simbólico, pude explorar a sua totalidade na minha corpa.

O peso surgiu primeiramente enquanto elemento simbólico-narrativo, para posteriormente ser experimentado na sua dimensão de fisicalidade corpórea. O meu despertar do peso nasceu a partir das reflexões de três artistas brasileiras; Jota Mombaça, Anderson do Carmo e Jussara Belchior que atentaram em mim uma outra forma de me relacionar com a ideia e materialidade do peso. Iniciando com o peso das palavras de Jota Mombaça que, como já mencionei, ao ler seu livro *Eles não vão nos matar* (2021) realizei uma movência corporal

inspiradas em princípios do Movimento Autêntico e foi então que encontrei esse primeiro componente de partida para o desenvolvimento prático e criativo desta pesquisa.

Além das palavras movidas de Mombaça, Do Carmo e Belchior Santos também me provocaram em relação ao peso. Elus apontam para a relevância do peso e sua simbologia quando falamos de movências cênicas, em especial as de corpos gordas. Do Carmo e Belchior Santos, tendo sido muitos anos bailarines do grupo de dança contemporânea de Florianópolis Cena 11, relatam como os treinos e composições de coreografias do grupo eram bastante envolta da investigação das noções de *peso*, *queda* e *erro*. Entretanto, mesmo todos os integrantes vivenciando o mesmo processo de ensaio, elas refletem que, por serem corpos gordas o trabalho de pesquisa desses elementos possui outras camadas que não perpassam as outras corporeidades dançantes, visto que o entendimento social de erro, por exemplo, é encarado de forma diferente dependendo de sua fisicalidade:

Quando um corpo gordo habita um contexto artístico que se articula em torno de ideias relativas ao erro e ao peso se torna inevitável que uma dimensão do real perturbe a prática artística e frustre o sistema estético já estabilizado em função de ditas ideias. Nesta lógica, em qualquer rotina de treino e performance de engajamento corporal intenso, um corpo gordo não lida com o seu peso "real" – o que sucede com os corpos magros – mas sim com (1) uma representação prévia de como o peso desencadeia movimento e (2) com a tensão social e psíquica compulsoriamente atribuída ao comportamento de seu corpo pesado e compreendido simultaneamente como fruto de erros e propenso a errar. (Do Carmo, Santos, 2021, p. 9-10).

Ao longo das minhas experiências artísticas, raros foram os momentos onde o meu peso pudesse fazer parte das minhas investigações e, quando isso acontecia, mesmo assim deveria ser comedido, nunca um peso plenamente entregue e vivido. Nossas corpos, como qualquer outra, é matéria de treinamento e de aprendizado, com potências e dificuldades, porém, o estereótipo social destinado a nós, fazem com que nossas vivências técnicas e habilidades estejam sempre sujeitas a ideias pré-concebidas do que somos capazes de fazer e, sobretudo, de nossas limitações, tendo nossas estruturas marcadas pelo que o outro considera o que seriam nossas corpos. Pensando nisso, optei durante o processo de *ContraPeso* por partir do que em outros processos criativos não pude explorar por completo: o peso. Fui investigando e me entregando ao peso, tanto da minha corpa, quanto dos pesos de outras artistas e/ou teóricas que encontrava na pesquisa, e isso levou-me a encorpar ainda mais firmeza e força no caminhar da criação.

Dois momentos essenciais durante esta pesquisa-criação-artivista que me possibilitaram entender e descobrir o peso por outras perspectivas foram as vivências que tive durante a oficina de Butô, com Yael Karavan, e a oficina online do Body Mind Centering com Bonnie Cohen,

ambas mencionadas anteriormente. Nesses períodos pude mais concretamente sentir e incorporar o peso a minha corpa, e o peso da minha corpa às células cênicas de *ContraPeso*.

Em outras fases da minha formação artística, tive a oportunidade de ter contato com algumas das abordagens e técnicas do Butô, mas foi sendo conduzida por Karavan que pude resgatar essa memória corporal vivida em outros momentos e ter mais nitidamente a percepção da relação do peso corporal enquanto base, força e equilíbrio, uma vez que realizávamos exercícios que estimulavam nossos membros inferiores, visando a ativação da base de sustentação ereta da corpa, além de exercícios físicos que despertavam a sensação motora e imagética do peso enquanto elemento terra e suas variações, desde terra lama a terra sólida. Essa experiência me levou a considerar ainda mais as forças que vinham sendo acordadas em minha corpa ao sentir meu próprio peso e relacioná-lo com minhas bases, tanto de estrutura corpórea, quanto como cerne de pertencimento e afirmativa social. Dessa maneira, foi com essa investigação que encontrei na criação de *ContraPeso*, a corporeidade dessa corpa não mais anfitriã e sim uma corpa que tudo pode, tudo engole a todos encara, sendo ora monstruosa, ora animalesca, que antecede o manifesto ao peso e que se mantém viva durante todo o trabalho performático. O trajeto que realizo o qual parte do nascimento/renascimento recolhida no chão até ir me levantando, aos poucos, e ficando ereta veio de minhas leituras de Mombaça, Do Carmo e Belchior Santos quando somei com os exercícios vividos com Karavan, explorando mover minha corpa a relacionando com o aspecto imagético do elemento terra, sentindo-a sendo terra e também imersa na terra. Assim, foram surgindo movimentações lentas, contínuas e tonificadas, um estado de corpa mais animalesco, afrontoso e impositivo, uma consciência maior de base e centro energético. Isso tudo foi me levando a confiar na força do meu peso para me manter ativa, uma corpa que se sustenta e, ao mesmo tempo, causa estranhamentos devido a sua força e tamanho.

A força que sentia na minha corpa no decorrer desta pesquisa-criação-artivista, que surgiram das investigações do peso durante os exercícios de Butô, dos exercícios de Movimento Autêntico e dos ciclos de meditações, movências e escritas mencionadas anteriormente, me proporcionaram uma corpa cênica bastante viva e presente, no entanto ainda sentia falta de perceber maiores nuances, variantes e respiros desse peso. Foi então que a professora Ciane Fernandes me falou da oficina online de primavera oferecida por Bonnie Cohen. Nesses encontros virtuais, Cohen trabalhou o peso levando em conta o entendimento neuro receptivo, ou seja, a relação de como apreendemos e captamos o peso, convidando osicineiros a ir em busca do que ela chama de *peso da consciência* e da *consciência do peso*. Segundo ela, apesar

de semelhantes, o *peso da consciência* e a *consciência do peso* são coisas distintas: ambas terminologias se estabelecem no processo de sentir o peso derivando da nossa propriocepção, porém a *consciência do peso* diz respeito ao peso em si de um objeto ou pessoa em relação aos nossos corpos, enquanto que o *peso da consciência* é como percebemos e transferimos para a nossa corpa a consciência do peso que adquirimos (Cohen, 2023).

Cohen orientava a gente a apoiar em uma de nossas mãos um objeto que possui um determinado peso, por exemplo uma pedra, e fechar os olhos sentindo o peso desse objeto, e sem tentar movê-lo, porque, segundo ela, ao desloca-lo a relação não seria mais de contemplação sensorial, e sim uma ação muscular desviante do propósito inicial. Depois de um tempo Cohen pedia para retirar a pedra da mão e então mover o braço. No primeiro momento, em que, imóveis, sustentamos a pedra é um momento de recepção do peso em si do objeto, ou seja, um instante de *consciência do peso*; já no segundo, em que, com a pedra já deixada de lado, movemos o braço, sentimos a alteração ocasionada em nossos corpos ao se relacioná-las com o peso da pedra, dessa forma, seria o instante em que adquirimos o *peso da consciência*: a pedra não está mais em nossas mão, no entanto ela se mantém viva em nossos corpos, uma vez que a percepção de seu peso continua reverberando em nossas estruturas, ao mesmo tempo que o peso do objeto não é alterado ou retirado, pois ao colocar o objeto de lado, ele mantém seu peso original, assim é possível entrarmos em contato com pesos distintos, criar relação com esses pesos e compreender a onde pertence cada peso, não existe uma absorção dos pesos mas sim uma relação entre os pesos. Cohen sugere, posteriormente, diversificar objetos de peso diferentes e utilizar diferentes partes da corpa, convidando os participantes a refletirem sobre como a memória do peso do objeto é transmitida em toda a nossa corpa e como isso direciona nossa movência.

Ao vivenciar esse exercício pude sentir o quanto meu braço foi acordado e estava mais ativo com a memória da percepção do peso da pedra, uma sensação de prazer e alegria foi acionado em mim, já que nessa altura da pesquisa, muitas células criativas e dramatúrgicas já haviam sido criadas, portanto o encontro com a percepção do peso por meio das propostas do Body Mind Centering fez com que eu pudesse refinar sensorialmente os pesos contidos no trabalho, modelando os pesos em cada uma das cenas de *ContraPeso* e descobrindo as variantes que existiam em cada momento, além de compreender melhor o movimento de sentir o peso em si dos objetos e reverbera-los com a memória acionada, Experimentando, agora, o peso de forma mais sutil, mais suave e mais sensorial na minha performance e também na minha prática artística.

Entender corporalmente o peso nessa dimensão de *consciência do peso e peso da consciência* me tornou mais segurança e tranquila com cada peso presente em *ContraPeso*, aprendendo a deixar cada um desses pesos em seus lugares, percebendo os pesos que pertencem a minha corpa hoje e os pesos que a provocam e reverberam nela, mas que não necessariamente são ela, podendo deixar eles vibrarem em minha corpa com intensidade, porém sem paralisar seu movimento.

Foi graças a essa abordagem do peso que pude realizar e manter algumas das células cênicas que sugiram no processo de criação, mas que se encontravam, a princípio, muito mais no local de dor e gatilhos. Cenas como, por exemplo, a que questiono o público sobre qual foi a primeira corpa gorda que que eles amaram¹⁶, e então me entrego em cena dançando e movendo com o amor e a dor que senti ao me deparar com o caso de gordofobia sofrido pelo jovem negro e gordo Vitor Augusto Marcos, de 25 anos, que no dia 6 de janeiro de 2023 morre no chão de uma ambulância, em frente ao Hospital Geral de Taipas em São Paulo, após esperar cerca de quatro horas por uma maca que comportasse o seu peso para então ser transportado a unidade hospitalar e receber atendimento, enquanto isso a mãe de Vitor, Andrea Marcos, inicia uma *live* de Instagram, denunciando o ato de descaso com corpos gordas e implorando por ajuda para que seu filho pudesse ser atendido.

Estática, fiquei na minha cama com o celular na mão ouvindo os gritos, apelos e choro de Andrea. Após um tempo começo a chorar, chorar por Vitor, chorar por Andrea, chorar pela lembrança do dia do enterro do meu pai, em que a funerária avisa que o caixão dele pode quebrar ao ser transportado por causa do seu peso. A chorar pela tensão que vivi no dia de maior dor da minha vida, desejando que meu pai não sofresse mais uma humilhação por ter a corpa que tinha, que pudesse ser enterrado em paz. Chorei pelo medo de um dia precisar de ajuda médica emergencial e ser negada por causa do meu peso. Passei dias chorando e me chocava em ver que a grande maioria da minha rede social nada falava sobre o caso, de que as pessoas próximas a mim, apesar de sentir empatia pelo caso, não compreendiam, na totalidade, porque eu estava tão abalada. Passei duas semanas extremamente mal, não consegui pensar, nem interagir com essa pesquisa porque sentia vontade de desistir, pensava sobre o porquê falar sobre tudo isso, para que finalidade, se boa parte da sociedade nos culpa pela dor que vivenciamos, se culpa

¹⁶ Este questionamento que realizo em *ContraPeso* foi inspirada na fala do artista gordo Judson Andrade Takará do Rio Grande do Norte, que durante a mesa Pesquisa Gorda: explodindo paradigmas e epistemologias, do 1º Congresso Pesquisa Gorda, realizado de forma remota no dia 08/09/2022, relata um de seus trabalhos artístico onde coloca Lambes pela rua da cidade com uma imagem autorretrato de sua corpa desnuda e o questionamento “Você já amou um corpo gordo?”.

Vitor por sua própria morte, e não se espanta com o descaço médico e social com a existência da sua corpa – pois ela existiu!

Com o tempo resolvi mover essa dor, em um ciclo de meditação, movência e escrita. Ao mover com a morte de Vitor em mim, com seu peso que reverbera no meu, surgiram movimentos suaves, movimentos de quem brinca com uma criança, de quem abraça, de carinho, de necessidade de proteção, e mesmo as movimentações sendo aparentemente tranquilas em execução, muitas vezes me paralisavam. Apenas quando voltei a realizá-las investigando a *consciência do peso* e o *peso da consciência* que fui sentir a vida e o prazer que aquela movência invocava em mim.

O peso também está presente em outras cenas que compõem o exercício cênico performático desta pesquisa, como a cena em que mergulho nas lembranças de infância, fazendo uma analogia entre minha origem e o meu livro favorito, de quando eu tinha cinco anos, chamado *Hipopocaré: O Rei da Galhofa*, do autor Antônio Guinho que narra a história de um filho de um jacaré macho com um hipopótamo fêmea, que é excluído pelos outros animais por ser diferente, o que me faz relembrar o quanto eu e meus pais éramos muitas vezes tratados enquanto seres estranhos, abjetos, por sermos corporeidades distintas da norma hegemônica. O peso está contido também na cena em que questiono mais diretamente o público, por meio de perguntas, que eu e a plateia vai levantando as mãos em caso de identificação e que traz a tona a reflexão sobre o que há de tão assustador em ser uma corpa gorda, espelhando a gordofobia existente em alguns dos presentes na plateia. Essas cenas e as cenas do manifesto e de abertura, foram cenas que nasceram da pesquisa do peso e que só encontraram seu formato e trajeto para compor *ContraPeso* após terem seus pesos revisitados em suas dimensões dos seus pesos em si e do que esses pesos ecoam na minha corpa hoje, descobrindo assim as sutilezas do peso em casa uma delas.

As criações que pude realizar devido à investigação do peso neste processo me levaram a uma amplificação de entendimento da palavra peso, descobrindo mais possibilidades conceituais e simbólicas deste termo. Belchior Santos (2022) que em sua tese de doutorado, também se debruça sobre o peso, em suas diversas dimensões, relatando como a consolidação do peso provoca um agrupamento, uma construção de conhecimento e uma coletividade (2022, p.46). Assim, entregar-me ao peso me faz sentir mais conectada a outras corpas pesadas, e, nesse sentido, pude intensificar as reflexões relacionadas a esse meu componente corporal. Entretanto, ao contrario do que pode ser interpretado, ser e viver mais peso não me fez afastar ou rejeitar a leveza, pelo contrario, quanto mais peso, mais leveza pude experimentar. Em sua

pesquisa, Belchior Santos afirma que “As narrativas de peso que trago aqui tem como objetivos contestar a noção de peso como algo difícil e ruim, buscando dialetizar o conceito.” (2022, p. 43) Me alinho com essa afirmativa, pois meu objetivo não é desconsiderar a leveza, mais sim amplificar as interpretações sobre o peso, entendendo que peso e leveza não são opostos que se excluem.

Apesar de conceitualmente separar peso e leveza durante esta escrita, principalmente no que diz sentido a relação simbólica que socialmente fazemos a esses vocábulos, enquanto estudo do movimento, esses princípios dialogam constantemente. Para que haja o movimento são necessárias essas duas qualidades de força lidando com a gravidade. Ao mesmo tempo é ingênuo imaginar que peso e leveza são vivenciados e lidos da mesma forma em corporeidades gordas e não gordas, já que uma pessoa magra ao se mover de forma pesada não será julgada por isso, no entanto uma pessoa gorda ao se mover pesadamente, poderá ser entendida como uma corpa inapta para movimento, como também, caso essa corpa gorda demonstre leveza em seus movimentos, seja então parabenizada por não apresentar algo que faz parte da sua fisicalidade: o peso. Seja em um caso ou em outro, faz com que, na perspectiva somática, corporeidades gorda receiem a vivenciar e demonstrar o seu peso.

É diante dessa contradição social que optei por destacar e dar foco ao peso, contudo a leveza faz parte da minha corpa, da minha criação e do exercício de *ContraPeso*. Isso significa que refletir sobre a relação que apresentamos de peso e leveza, abre caminhos, tanto filosóficos como práticos-corporais, e aqui desejo apresentar mais alguns elementos para alimentar essas reflexões, pois como afirma Belchior Santos ao falar sobre filosofia e dançar na perspectiva da pensadora francesa Marie Bardet, que criar o termo “pe(n)sar” como um termo reflexivo que relaciona o peso tanto na dança quanto na filosofia:

Pe(n)sar, é, portanto, ação imbricada de atravessamentos, transformações e transferências de pesos e de pensamento. É qualidade de todos os corpos que dançam e das várias possibilidades de dança que o corpo pode concretizar. O pe(n)sar da dança é para corpos pesados e leves, tendo em vista que ambos trabalham na criação de tensões entre as possibilidades de peso e leveza. (Belchior Santos, 2022, p. 116)

Viver o peso, ressignifica-lo dentro de mim e a partir de mim foi fundamental para a realização desta pesquisa-criação-artivista. Ao mover com todo meu peso, com cada kilo, com cada densidade, minha corpa adquiria mais estrutura e força, sentindo uma liberdade e um relaxamento imenso em viver o peso, e fui entendendo como acionar o meu centro de equilíbrio corporal para ser mais firme. Apesar de toda as negações e os desejos de fuga da minha corpa que vivenciei em trabalhos cênicos anteriores, foi nesta criação que fui me entregando ao peso

deste processo e que ofereci, a mim mesma, a base e o centro de caminho e manutenção desta pesquisa-criação-artivista. Esse achado foi essencial para que eu conseguisse me centrar, mediante a tantos conteúdos, que, por vezes me encantava, e por vezes me afugentava. Deparei-me, nesse contexto, com leituras e vídeos produzidos por corpos dissidentes que discutem a necessidade de novas epistemologias e práticas insurgentes no campo social e artístico; com teorias de intelectuais que não se encontram no *mainstream* acadêmico; com uma solidão de isolamento pandêmico – algo nunca vivenciado antes – tentando me entender no mundo e nas artes enquanto encarava e temia por notícias e relatos de pura opressão e horror que nos abateu no Brasil; com uma vivência de aulas online, sem o contato presencial dos meus colegas de pesquisa, dos meus professores, do meu orientador; com uma ausência de espaço de trabalho corporal, adaptando minha realidade de um pequeno apartamento habitado por três pessoas se tornando estúdio de prática e exercício corporal. Assim sendo, foi o encontro com todo o meu peso que me permitiu a firmeza da permanência.

6.2. Retornando para transformar: o hipopocaré não é uma piada

- Quando foi a primeira vez que você chorou por ter a corpa que tem?

(repete essa pergunta para mais umas duas pessoas na plateia)

- Quando foi a primeira vez que vocês choraram por ter as corpas que vocês têm?

[Respirando profundamente, começa a cantar enquanto amarra um barbante de um lado até o outro, dando a ideia de um varal de roupa ou até mesmo de uma armação de uma tenda de mamulengo. Canta parte da música de Afroito, artista pernambucano]

- ‘Mainha mandou riscar um ponto e sentar na mesa, Mainha mandou me concentrar, pensar na natureza Foi assim que eu nasci Foi assim que me criei.’ (Rosa, 2023)

O trecho acima também faz parte da dramaturgia do exercício cênico em que afirmo minha ancestralidade e o reconhecimento da corpa que nasci e que cresci. *ContraPeso* não é apenas meu manifesto ao peso, ele também é meu ritual de retorno, de reconhecimento e de pertencimento, onde eu pude riscar um ponto e sentar na mesa! Todo o processo desta pesquisa-criação-artivista me exigiu voltar, conhecer e projetar inúmeras Claras, entendendo que algumas delas se foram e não estão mais aqui; outras, ainda nem surgiram, ou se misturam entre si e não se definem em uma só. Durante este caminho, o retorno e a transformação da minha corpa e de como me relaciono com ela foram realidades constantes da criação.

Fui estimulada a viver o tempo por uma maneira não habitual nas concepções ocidentais capitalista; por um tempo que não se expressa de forma cronológica e linear, e sim que dialoga muito mais com a concepção espiralar proposta pela artista e professora negra Leda Maria Martins (2023), que propõe entendermos a criação performática, a realização de ser e estar no mundo muito mais associada a uma cosmopercepção afro-ameríndia, onde o tempo é uma experiência ontológica de movimentos: “antes de uma cronologia, o tempo é uma ontologia, uma paisagem habitada pelas infâncias do corpo, uma andança anterior à progressão, um modo de predispor os seres no cosmo. O tempo inaugura os seres no próprio tempo e os inscreve em suas rítmicas cinesias.” (Martins, p. 21, 2023).

Entender o tempo por esse viés me possibilitou enxergar a minha corpa no tempo, tempo(s) que mescla o passado, presente e futuro dessa corpa, e que me fazem habitá-la e existir nela e com ela hoje. Pude me relacionar com as diversas corpas que fui e projetei, e que hoje se forma e se molda no seu próprio tempo e ritmo. Algumas dessas corpas se formaram e se alteraram em cortes e renasciam em tempos diferentes e que estão tudo aqui vivendo, simultaneamente, nesse tempo-corpa que escreve e cria esta pesquisa.

Não se trata apenas em viver e reviver memórias dos estágios distintos de minha corpa, e sim de pulsar cada corpa viva que aqui existiu e existe. Martins fala que:

A ancestralidade é clivada por um tempo curvo, recorrente, anelado; um tempo espiralar, que retorna, restabelece e também transforma, e que em tudo incide. Um tempo ontologicamente experimentado como movimentos contíguos e simultâneos de retroação, prospecção e descontração, sincronia de instâncias compostas de presente, passado e futuro. [...] A pessoa é a materialidade do que prevalece na temporalidade agora, habitada de passado, de presente e de um provável futuro, um *em ser* e um sistema no qual incide a ontologia ancestral. (Martins, p. 63, 2023).

A criação de *ContraPeso* me fez mergulhar nessa ontologia do tempo que compõe a minha corpa gorda. E nesse processo acordei em minha corpa um movimento de aproximação da minha ancestralidade parental e maternal, revisitando a memória de ser filha de duas pessoas gordas, que não tinham vergonha de suas corporeidades, de sentir novamente as palavras da minha mãe de que somos a audácia no mundo e o mundo que se prepare para a gente, do meu pai afrontando os olhares de recriminação que vinha a sua corpa afirmando “gostou? pode olhar, também acho lindo”.

Foi desse acordar ancestral que surgiu a necessidade em criar um momento no exercício performático em que eu pudesse colocar em cena as referências e questões que me acompanharam enquanto uma criança gorda no mundo, provocando a reflexão de quando foi que aprendi a não gostar da corpa que sou. Seguindo esse desejo e estimulada pela atividade

performática do *museu de si*, sugerido pela professora Nina Caetano, mencionado anteriormente, me vejo redescobrimo o *Hipopocaré o Rei da Galhofa*, que apesar de ter uma trama narrativa central que fala sobre questões dos danos à natureza causado pelo progresso tecnológico, traz enquanto personagem principal a figura de um animal híbrido, filho de um jacaré com uma Hipopótama, tratado pelos demais animais da floresta como um ser estranho, sujeito a ser ridicularizado, temido e excluído. Por consequência, inspirada pela história do Hipopocaré surgiu, então, uma célula cênica, pela qual abordo as questões referentes a minha infância gorda. Abaixo trago o trecho do roteiro que contém essa cena:

[Ao finalizar a montagem do varal, a atriz//performer transforma roupas e cabides em personagens, em uma encenação lúdica de teatro de formas animadas, enquanto narra uma história, inspirada na obra infanto-juvenil Hipopocaré o Rei da Galhofa de Antonio Guinho, fazendo referências a sua infância como uma criança não aceita pelos padrões socia]

– Era uma vez, uma floresta aqui dentro, nessa floresta existia um jacaré.

[Pega um cabide com uma camisa masculina de botão de tamanho grande]

– Esse jacaré, apesar de não ser o jacaré mais bonito da floresta, ele era muito simpático, gentil e inteligente.

– Nessa floresta também vivia uma hipopótama.

[Pega um cabide com uma saia longa feminina de tamanho grande. Que se amostra para a plateia, dançando pelo espaço cênico]

– Essa hipopótama era muito alegre, divertida e corajosa, mas nenhum hipopótamo dava muita bola para ela por ela não ser a mais bonita das hipopótamas. Mas ela não se importava, pois sabia que um dia iria encontrar alguém que realmente ela desejasse e que a desejasse também.

[Surge o cabide do jacaré e os dois cabides se olham e vão se aproximando, em estado de apaixonamento, até que se afastam bruscamente, assustados]

– Mas a família do jacaré não queria essa união, afinal de contas na família do jacaré só existiam jacarés. E a família da hipopótama tampouco queria também eles juntos, porque eles tinham medo dos jacarés, e na família da hipopótama só existiam hipopótamos.

[Atenção se novamente para os personagens. Eles voltam a se aproximar, começam a dançar juntos, primeiro no varal e depois pelo espaço cênico.]

– Porém, eles não se importaram com isso e resolveram se casar. Desse amor surgiu uma filha, uma bebê.

[A atriz/performe distancia os cabides e se coloca no meio das roupas, se apresentando como o bebê do jacaré e da hipopótama. Senta no chão e olha para o público. Tira a camisa e a saia dos cabides e vai vestindo enquanto é projetado, no fundo do palco, um vídeo performático da artista estando nua e em cima de um cajueiro.]

– “O que será uma filha de jacaré e de hipopótamo? Como ela vai ser? Deve ser muito estranha. Deve ser muito feia!” É o que diziam os outros animais da floresta. Todos por curiosidade em saber como seria esse bicho esquisito resolveram ir ver a bebê que nasceu. Ao chegar lá, alguns animais gritavam de medo, “ela é muito, muito bizarra, tô com medo!”, diziam. Já outros, caíram na gargalhada, “como ela é estranha, feia que bicho bizarro”. E assim era tratada a bebê que todos resolveram nomear de hipopocaré, porque nem era jacaré, nem era e hipopótamo, ao mesmo tempo era meio jacaré e meio hipopótamo. E a hipopocaré na verdade adorava brincar e sempre buscava alguém na floresta para brincar, mas nenhum outro animal queria brincar com ela, alguns achavam ela feia demais, outros tinham medo de como ela era diferente. Haviam também aqueles que temiam ficar iguais a ela, então ninguém se aproximava da hipopocaré, que foi crescendo, crescendo, ficando sozinha. E tudo que ela queria era alguém que brincasse com ela.

[Levanta-se, retira a camisa e a saia. Olha para as peças de roupa, e se despedindo delas, as colocano chão.] (Rosa, 2023)

A figura do Hipopocaré me provocou a refletir sobre minha própria origem, em como se deu esse encontro de dois seres tão diferentes e que se apaixonam e geram uma nova linhagem de ser. Assim, quis trazer para o trabalho esse momento narrativo de encontro, de duas pessoas, meus pais, de contextos sociais, raças e condições econômicas diferentes entre si e que escolhem ficar juntos mesmo diante dos empecilhos e dos julgamentos sociais. É desse encontro improvável que sou gerida.

Quando nasceu a necessidade de transpor essa história para o exercício cênico, sabia que tinha a intenção trazê-la de uma forma mais lúdica, então fui sendo estimulada pela diretora Analice Croccia a utilizar elementos cenográficos e/ou de figurino. Dessa maneira, aos poucos fomos nos aproximando cada vez mais das técnicas de teatro de formas animadas e percebi que

essa aproximação despertava a própria essência do encontro artístico entre meus pais, que começaram a trabalhar juntos a partir do teatro de mamulengo.

A experimentação dessa cena, então, se iniciou através de brincadeiras com os mais variados objetos que levávamos para os ensaios – lençóis, canetas, bonecos, etc – mas até então não tínhamos tido a ideia de cabides de roupas como personagens. O instalo surgiu quando, em um dos ensaios, conversamos sobre a dificuldade de encontrar roupas do nosso tamanho, principalmente roupas que apresentasse um estilo que gostássemos, e aí lembrei da camisa de botão com bolso tão característica do meu pai e da saia de pano rodado, que tanto minha mãe usava na minha infância, resolvi então levar estes elementos para o ensaio e após a experimentação eu e Croccia sabíamos que agora sim, havíamos encontramos os objetos para realizar esta cena. Seguindo esse mesmo fluxo, para compor a cena, escolhi utilizar na trilha sonora a música *As Rosas não falam* de Cartola, com a qual meu pai pediu minha mãe em casamento. Para essa célula de *ContraPeso* contamos com o olhar de Andrea Veruska, artista olindense que trabalha com teatro de formas animadas, para dar uma consultoria direcionada à manipulação dessas roupas em cabides.

A cena da Hipopocaré, na minha perspectiva, é uma das células mais simbólicas, no sentido afetivo, do exercício, já que cada elemento utilizado foi surgindo a partir de memórias profundas acerca da minha família, representando um momento de encanto e ludicidade. Entretanto, eu, Croccia e Sales sentíamos falta de algum outro recurso que trouxesse também o aspecto de estranheza na cena, afinal a dramaturgia falava desse animal destoante e rejeitado na floresta. Nesse sentido, mostro para Croccia um trecho do vídeo Museu de Si, gravado por Bruna Sales, em que apresento minha corpa nua se movendo lentamente em cima de um cajueiro na casa da minha mãe, e escolhemos projetá-lo durante a cena dos cabides, uma vez que a gravação se propõe a expor uma corpa híbrida e cirurgiada, nascida de um encontro interracial de duas pessoas gordas.

Encaro, dessa forma, a cena de Hipopocaré como um instante íntimo de memória e retorno a um período que simboliza essa primeira grande mudança de uma criança gorda que existe e brinca, mas que diante dos olhares de ridicularização e exclusão começa a aprender que sua corpa é indesejável na sociedade, levando-a a gradativamente ir desassociando-se de sua corpa para ir em busca de ser uma corpa projetada por ideais de outros olhares. Retornar a esse tempo-corpa de onde me origino é constatar que a primeira corpa gorda que amei foi a minha própria corpa, no entanto esse amor foi alterado pelos olhares sociais gordofóbicos. Portanto, voltar a amar minha corpa é um processo diário de transformação das dores e cicatrizes, é uma

ação de permanentemente alquimizar todas as toxinas a ela direcionadas em nutrientes que a alimente e sustente sua alegria e prazer de existência.

Dessa forma, considero que lembrar, ritualizar e honrar minha origem corporal é uma maneira de poder descobrir e trilhar caminhos para a transformação simbólica e física dessa corpa gorda de maneira orgânica e natural, sem agressão ou desrespeito a sua própria fundação.

6.2.1 Transformando para continuar: na correnteza da transmutação

Retornar a tempos passados que se fazem tão presentes a minha corpa foi um dos percursos que encontrei para vivenciar as transmutações existentes na minha corporeidade ao longo desse processo de pesquisa, principalmente no que diz respeito a como esta corpa é imageticamente perpetuada na sociedade. Contudo, também houve um outro caminho, mais sensorial e, de certa forma, inesperado, em que pude experimentar essa energia de metamorfose da minha corpa gorda.

Esse outro caminho se trata da minha investigação de me ativar corporalmente para a criação e expressão cênica a partir do meu encontro com as proposições do Body Mind Centering, em específico de alguns dos elementos fluidos que compõem o sistema fluvial desta abordagem corporal. Enquanto que o peso me possibilitou a base e o tônus para a afirmação da minha corporeidade na criação de *ContraPeso*, e a entrega a um tempo espiralado me permitiu o retorno, o relembrar, o reviver minha origem e desenvolvimento corpóreo – de forma a convidar a minha corpa a ser e estar no que ela já foi e no que ela é hoje, abrindo possibilidade para as transmutações que a ela pertence – foram nas águas corporais que pude fluir e transformar as sensações, emoções e simbologias mais internas da minha corpa.

A partir desse meu encontro com o sistema fluvial do Body Mind Centering, descobri os mecanismos para encorpar as constantes mudanças que a pesquisa proporcionou a minha corpa gorda, uma vez que, de acordo com o BMC, o sistema fluvial e o sistema nervo são os responsáveis pela forma com que o corpo-mente se organiza para funcionar enquanto um só. É através desses sistemas que todos os outros sistemas são controlados, regulados, nutridos, estimulados, comunicados, expressados e transformados (Hartley, 1995, p. 238, tradução própria). Logo, a importância e influência do sistema fluvial em nossas corpas é enorme, Hartley afirma que “Os fluidos corporais são os sistemas através dos quais ocorre a

comunicação e a transformação dos ambientes internos e externos” (1995, p. 268, tradução própria).

Nessa pesquisa-criação-artivista, portanto, pude entrar em contato com o sistema fluvial que compõe minha corpa gorda por meio do trabalho de corpa proposto por Gabriela Holanda, como já citado no subtópico 3.5.2.3, o qual estava pautado nas referências das abordagens do BMC. Com a condução de Holanda, pude passar, de forma mais introdutória, por todas as unidades que compõem esse sistema, concentrando mais profundamente, nos exercícios que trabalhavam as fâscias e a gordura corporal da minha corpa. Até esse momento não consigo trazer para as palavras todas as sensações que minha corpa vivenciou ao entrar em contato com suas águas, o que posso dizer é que pude experimentar o poder emocional e sensível que esse sistema ativou na minha corpa, como afirmar Hartley:

Os fluidos são emocionais por natureza: quando nos expressamos através deles existe a vitalidade e a franqueza de contato que o sentimento confere à atividade. Quando nos movemos através dos sistemas fluidos, sentimos o nosso movimento, em vez de sentirmos o movimento através do sistema nervoso. (1995, p. 270, tradução própria).

Com cada trabalho conduzido por Holanda senti minha corpa gorda engrandecer, acordar, pulsar inúmeras sensações e emoções. Após alguns encontros então começamos a focar especificamente nos exercícios que tem as fâscias como condutoras do movimento. Para melhor explicar do que se trata essa estrutura corporal, recorro as próprias palavras de Holanda, a partir de seus estudos do BMC:

A Fâscia é um fluido semiviscoso que, através de uma rede fibrilar, elástica, tridimensional, maleável, mutável e contínua, envolve e penetra órgãos, ossos, músculos, vasos, nervos etc., interconectando todos os tecidos corporais e dando suporte a estrutura corporal (HARTLEY, 1992). Formada por colágeno e fibra elastina, a fâscia é considerada o grande invólucro do corpo, envolvendo todos os tecidos corporais (sistema profundo) e uma camada abaixo da derme (sistema superficial). Devido sua tensesgridade arquitetural, a fâscia configura uma rede em contínua transformação, capaz de equilibrar tensões internas e de dá suporte a estrutura corporal (Holanda, 2020, p. 147).

Já havia experimentado a potência de vários elementos corporais fluidos na minha corpa e que me trouxeram uma avalanche, uma onda de emoções e sensações. Contudo, quando chegamos no trabalho cujo ponto de partida são as fâscias, algo mágico ocorre em mim: sinto o jogo de tensões e relaxamentos das constantes mudanças e transformações a cada micro movimento que vivencio. Sinto, também, minha corpa chorar e rir. Sinto a transmutação em cada órgão, em cada sistema, que, compartilhando da mesma sensação de Holanda:

Em fluido-movimento que conecta em rede, percebo uma teia de fios elásticos, que beira o deslizar e o colar. Em movimento sinuoso, fluo, sigo e ramifico em mim, conectando e abrindo caminhos desconhecidos. Deslizo e conecto. Um suporte delicado e sensível, em estrutura fluida, emerge no meu corpo-espço. Fluo por todo

o corpo ao mesmo tempo, ramificando e interconectando interna-externamente. (Holanda, 2020, p. 147).

Ao mover a partir das minhas fâscias senti minha corpa naquilo que ela é, uma movência constante de pulso de vida, e celebrei suas mudanças e transformações, acolhi as cicatrizes decorrentes de cortes cirúrgicos e entendi a necessidade de respirar, pausar com delicadeza nas alterações que ela vivência. Foi durante essa experimentação que surgiu uma célula cênica de *ContraPeso* em que deixo a mudança acontecer sem resistir a ela, sem travar seu caminho e percursos, mesmo na incerteza do que ele pode ocasionar, movendo na fundamentação elástica das fâscias, de tensão e relaxamento, de suavidade e densidade, dos opostos que dialogam, volto para o interior da minha corpa e danço ao som de Mercedes Sosa cantando a musicar *cambiar*. Toda a movência, a música, surgiram pelas proposições e provocações realizadas por Holanda ao me relacionar com minhas fâscias.

Esse é para mim um dos momentos mais sensíveis de relação que estabeleço com minha corpa, é o momento do trabalho criativo que me vejo e me percebo em um espaço-tempo do *entre*, ou seja, não se trata de passado, presente e futuro, de uma nostalgia por uma corpa que não existe mais ou de projeção de uma corpa que ainda vai existir, trata-se apenas de um momento, de um instante em que alguma mudança acontece, sem ser guiada por um objetivo ou forma específica, por uma determinação de um ponto de partida e ponto de chegada, é apenas um processo de transformação. As fâscias são este espaço do entre, entre órgãos, ossos, músculos, vasos sanguíneos ou células, que com sua natureza elástica, dá a corpa o suporte essencial tanto para todo seu movimento, quanto para sua pausa e serenidade, (Hartley, 1995, p.288)

Assim, é nesse momento de *ContraPeso* que percebo o suporte para as transformações que ocorreram e as que ainda ocorrem na minha corpa, tanto cênica, quanto cotidiana. É a partir daí que assumo o peso da alegria, em contraponto à visão de uma sociedade padronizada e gordofóbica – a qual destitui minha corpa de humanidade e a perpetua enquanto uma corporeidade monstruosa e animalesca –, ao afirmar que sou sim um animal de grande porte e me delicio com o prazer de ser uma corpa expandida.

6.3 A orca acordou gostosa

- QUANDO FOI A ÚLTIMA VEZ QUE VOCÊ CONVIDOU SUAS GORDURAS PARA DANÇAR¹⁷?

Essa pergunta que realizo em cena no exercício performático de *ContaPeso* institui para mim o momento de quando vivencio as descobertas e transformações que foram acontecendo em minha corpa ao longo do processo da pesquisa e que levaram a entender e experienciar a minha corpa como fonte de brincadeira, prazer e sensualidade. Sendo uma corpa gorda, inúmeros foram as fases da vida que fui negada, dentro de uma sociedade preconceituosa, de ser e existir a partir de meus prazeres e belezas. Já que normalmente sou tratada socialmente pela ótica estereotipada, vivenciei a rejeição e ausência de autonomia e pertencimento a minha própria corporeidade. Assim, afirmar minha corpa no mundo exigiu e exige um trabalho contínuo de luta e firmeza.

Entretanto, no decorrer desta pesquisa-criação-artivista, fui notando que impor minha existência por si só não seria suficiente, seria preciso mostrá-la em sua plenitude, o que significa tanto denunciar as dores infligidas por uma sociedade que a rejeita, como também, acima de tudo, celebrar seus prazeres e alegrias de ser. Digo isso porque corpas como a minha, que fogem de algum quesito dos padrões sociais hegemônicas são perpetuadas e ensinadas a, ou se dissociar de si, do que sente, pensa e é, ou de se ver apenas como lugares de dor e sofrimento. Vivenciar-se, portanto, enquanto fonte e produtora de prazer e felicidade é raro para essas corpas, mas, quando isso ocorre, se possibilita a abertura para uma revolução interna e externa de extremo poder.

Audre Lorde (2019) fala muito bem sobre essa questão. Ela defende que, nós mulheres possuímos uma grande fonte de poder que nasce e se manifesta na nossa vivência erótica, entendendo aqui erotismo não de forma superficial e interligada automaticamente ao ato sexual, muitas vezes distorcido por uma ótica pornográfica masculina, o erotismo que Lorde fala é um erotismo interligado à própria pulsação de vida e existência. Segundo Lorde:

A própria palavra “erótico” vem do grego *eros*, a personificação do amor em todos os seus aspectos – nascido de Caos e representando o poder criativo e a harmonia. Quando falo do erótico, então falo dele como uma afirmação da força vital das mulheres; daquela energia criativa fortalecida, cujo conhecimento e cuja aplicação agora reivindicamos em nossa linguagem, nossa história, nossa dança, nossos amores, nosso trabalho, nossas vidas. (Lorde, 2019, p. 70).

¹⁷ Questionamento inspirado pelas reflexões de Virgie Tovar (2018).

Lorde (2019) coloca o erótico como essa força vital que possuímos e como tal não se trata apenas de uma ação, e sim da intensidade e completude do que sentimos nesse fazer, estimulando e possibilitando o nosso mais alto profundo conhecimento de quem somos, o que sentimos e desejamos, sendo assim fonte de energia revigorante, provocativa e impulsionadora. Ela afirma que:

O erótico é uma dimensão entre as origens da nossa autoconsciência e o caos dos nossos sentimentos mais internos. É um sentimento íntimo de satisfação, e, uma vez que o experimentamos, sabemos que é possível almejá-lo. Uma vez que experimentamos a plenitude dessa profundidade de sentimento e reconhecemos o seu poder, em nome de nossa honra e de nosso respeito próprio, esse é o mínimo que podemos exigir de nós mesmas. (Lorde, 2019, p. 68).

Entendermos o poder que o erótico tem nos alimenta a não nos conformarmos a padrões, normas e expectativas ausentes de nós, pelo contrário, viver o erótico a partir dessa perspectiva defendida por Lorde, nos aproxima de nós mesmas, de quem realmente somos e sentimos. Trata-se de um poder revolucionário entender sua fonte de prazer e plenitude, e o erótico é esse condutor energético que leva a uma plenitude de vida:

Penso que o erótico é como esse núcleo dentro de mim. Quando libertado de sua vigorosa e restritiva cápsula, ele flui e colore a minha vida com uma energia que eleva, sensibiliza e fortalece todas as minhas experiências. (Lorde, 2019, p. 72).

Existências dissidentes que não aceita performar e perpetuar padrões e normas estabelecidas em uma sociedade hegemônica e excludente encontram no seu prazer a força para manutenção de sua alegria e sorriso, de suas vidas.

Ser uma mulher gorda no nosso sistema social me levou muitas vezes a desconhecer minhas próprias capacidades de prazer, de entender e viver o poder que o erotismo proporciona as nossas corpos. Mesmo quando afirmava a força da minha corporeidade e dissidência, a minha corpa estava mais voltada para as ausências de alegria e sobrevivência às dores do que as delícias que ela sente e produz. Nesse percurso, compreendi o quão transformador é viver a partir dos prazeres e gozos diários, e por isso precisava descobrir, nesta pesquisa-criação-artivista, uma forma de ativar esse estado de prazer em mim em cena, com o objetivo de, então, poder criar com e a partir desse prazer, para assim, realmente, afirmar a plenitude de uma existência gorda como a minha. Dessa forma, durante este processo ao ser banhada nas reflexões de me ver como uma *corpa intrusa*, de abraçar minha monstruosidade, de me entregar a animalidade que sou, que ultrapassei os limites que me foram e são colocados pela gordofobia social e pude mergulhar na minha corporeidade de boca aberta, lambendo e sentindo o gosto da minha estrutura corporal, o que me levou a celebrar, em mim, a baleia que sou, e, dessa forma, perceber e anunciar em cena o prazer que existe em ser um animal de grande porte.

Assim, ao longo deste processo, desejei cada vez mais me apropriar dos elementos que fazem minha corpa ser como ela é e que, ao mesmo tempo, são minhas fontes de prazer e gozo. E foi na busca do prazer que me deparei e me deleitei com um dos principais componentes corporais que me fazer ser a corpa que sou: a gordura.

Infelizmente, encontrar teorias e práticas que me auxiliassem a trabalhar corporalmente a gordura como elemento ativador da minha movimentação e criação corporal não foi fácil. Encontrava as referências e possibilidades de trabalho a partir do peso corporal e das fâscias, contudo o mesmo não ocorria com relação ao tecido adiposo.

Nas leituras e práticas que me deparava, as menções realizadas ao tecido adiposo eram geralmente ou de ordem estética e medicinal, muitas vezes colocada como um elemento nocivo à saúde, ou de trabalhos performáticos de artistas gordes que se apropriam de sua gordura como um elemento criativo e performático, como no caso do trabalho de Miro Spinelli, artista brasileiro, radicado em Nova York que possui um projeto criativo seriado performático intitulado *Gordura Trans* desde 2014 e do artista paulista residente em Florianópolis Bru Diogo, que lançou a vídeo performance *Intimidade Adiposa* de 2021. Também encontrei nas criações de outras artistas gordas essa referência a gordura enquanto elemento simbólico criativo como o caso do grupo de dança composto por mulheres negras e gordas de São Paulo chamado Zona Agbara e da própria Jussara Belchior e Anderson do Carmo entre outros. Todas utilizam a simbologia da gordura para construir alguns de seus trabalhos artísticos.

Apesar de ter sido alimentada por esses e outros artistas gordes, ainda possuía a necessidade de descobrir um caminho de entrar em contato com minhas gorduras não apenas enquanto elemento estético e simbólico, mas também e principalmente enquanto componente ativo e participante da minha movência e criação de corpa. Busquei, portanto, referências em práticas somáticas que fazem alusão e consideram a gordura como um componente da estrutura corporal, assim como são os músculos, pele, órgãos e sistemas, no entanto tive pouco retorno dessa busca.

Foi com a abordagem do Body Mind Centering que finalmente encontrei um caminho e estudo para me relacionar com a gordura corporal, ativando-a como elemento condutor do movimento da corpa. Dentro dessa prática somática, a gordura é entendida como um dos elementos que compõem o sistema fluvial da corpa, nas palavras de Hartley:

A gordura, embora não seja estritamente um fluido corporal, pode ter certas qualidades fluidas e, como outras formas de tecido conjuntivo, pode ser trabalhada como tal. Camadas de células de gordura podem ser chamadas de tecido adiposo; um

lugar onde podemos encontrar esse tecido é abaixo da derme, ou camada intermediária da pele. É o tecido adiposo que isola o corpo do frio. Os depósitos de gordura amortecem e protegem muitos órgãos; a gordura existe dentro das membranas, medula óssea e até atrás dos olhos. Também forma as bainhas de mielina que isolam as fibras nervosas (...) Até mesmo pessoas muito magras tem e precisam da gordura corporal; é essencial para a saúde. (Hartley, 1995, p. 289, tradução própria).

Se observarem a citação acima, a gordura possui funcionabilidade fundamental as nossas corpos, no entanto esse componente corporal é muitas vezes renegado ou até mesmo condenado como veneno aos corpos. Sobre isso, Hartley diz que:

A gordura é armazenada como um potencial poder que pode ser negado ou aceito e incorporado. Na cultura ocidental moderna, a gordura é talvez o sistema do corpo mais reprimido, desvalorizado e temido. Sempre há consequências quando qualquer grupo de células é “exilado” dessa forma; poderíamos comparar isto ao silenciamento de uma minoria étnica, na qual essa voz se perde no equilíbrio global. Aprendemos a movimentar nossa gordura, a mantê-la imóvel, a nos dissociar dela. Esses tecidos recebem então menos oxigênio, menos nutrição física e psíquica, tornam-se menos responsivos e o ciclo continua. (Hartley, 1995, p. 290, tradução própria).

Sabemos que, assim como vários outros elementos e estrutura corporais, a gordura pode causar danos aos corpos e que por isso precisa ser trabalhado e monitorado em cada corporeidade, mas sua rejeição nasce muito mais por uma estrutura social gordofóbica do que médica, como tratados na primeira parte desta dissertação.

Nesse sentido, por meio da abordagem do BMC pude, tanto nos laboratórios conduzidos por Holanda, quanto durante experimentações pessoais, entender e me relacionar com as minhas gorduras, potencializando meus movimentos e criações performáticas. Esse trabalho me possibilitou apreciar a gordura enquanto uma grande fonte de energia, entendendo-a como um elemento de armazenamento energético que é acionado quando necessitamos, seja em resposta aos estímulos hormonais e/ou ao sistema nervoso (Hartley, 1995). Nesse sentido é importante perceber que, assim como as fâscias, a gordura precisa ser estimulada para não endurecer nas corpos, respondendo bem a estímulos de toque e de movimento (Hartley, 1995). À vista disso, concluo que trabalhar com a gordura requer, antes de mais nada, reconhecimento e aceitação desse componente corporal.

Mover minhas gorduras durante meu trajeto investigativo, me deu um estado de entusiasmo que me levava, tanto a uma condição da infância de energia e disposição inesgotáveis para se divertir e brincar, quanto a um empoderamento feminino de sensualidade e sinuosidade. Nessa investigação pude de forma prática vivenciar o poder do erótico que Lorde traça, simplesmente ao me permitir e me possibilitar dançar com minhas gorduras, sentindo a beleza que minha corpa possui, sem receios de explorar e sensualizar com suas curvas e volumes.

Foi nessa condição que em *ContraPeso* senti a necessidade de brincar, ironizar, sensualizar, provocar o público, principalmente na cena em que danço com minhas gorduras a partir do som do brega pernambucano, ritmo muito provocativo. Nesta cena, trago um texto o qual ironizo a necessidade de ser perdoada pela sociedade que me rejeita, por não me encaixar em seus preceitos. Com isso vou desenvolvendo uma série de afirmativas, pedindo desculpas por ser o que os olhares alheios não desejam que exista, ao mesmo tempo vou dançando com todo meu prazer de ser exatamente esta corpa que sou, mostrando o poder erótico que me pertence. Assim, entregue ao meu prazer, surge em seguida uma outra cena que celebra e ativa minhas gorduras, cena na qual me entrego ao chão, derramando as minhas gorduras que me conduzem em uma movimentação de rolamento e respiros, brincando em ser a baleia que me referenciam

Desse modo, quanto mais me movia a partir das minhas gorduras, mais prazer sentia, mais alegria acordava na minha corpa, e, assim, fui percebendo o quanto a vivência dessa energia armazenada na gordura pode ser uma fonte de potencialização da nossa capacidade de brincar e se deliciar consigo mesma. Conecto a isso, um vídeo que encontrei no *Youtube* de uma oficina de BMC conduzida por Bonnie Cohen em que trabalha a gordura, onde se pode observar os participantes rindo e brincando com seus movimentos, em um clima de descontração e interação festiva. Associo, então, essas percepções a exatamente as sensações que experimentei quando tive minha movência corporal conduzida pelas minhas gorduras, e, conseqüentemente, identifiquei minha necessidade de trazer esse senso de prazer e alegria para *ContraPeso*.

6.4. Um elefante incomoda muita gente...dois, três, cem incomodam muito mais...

Na afirmativa “a gordura e o peso são plurais” (Belchior Santos, 2021, p, 4), a artista gorda Jussara Belchior concede minha corpa gorda a se sentir abraçada e abarcada. Durante toda esta pesquisa-criação-artivista, me coloquei enquanto narradora e narrativa de uma existência gorda, pois entendo que só posso afirmar reflexões, descobertas e conhecimentos com contundência assumindo-os a partir da minha existência e vivência pessoal. Contudo foi também na experiência da minha corpa sendo atravessada, provocada e ampliada através do conhecimento de outras corpas, exercendo uma prática da poética de Relação defendida por Glissant, que a pesquisa aconteceu, que *ContraPeso* surgiu.

O processo desta pesquisa-criação-artivista, dessa forma, mesmo que iniciado em estado de isolamento social devido a pandemia da Covid-19, foi repleto de agrupamentos e coletividades. E nem sempre quem esteve perto de mim foram pessoas íntimas, porém, muitas delas são pessoas que, assim como eu, vivem camadas de opressão e exclusão por serem corpos destintas da norma hegemônica social. Seja pelas *lives* de redes sociais, palestras de *Youtube*, seja pelas leituras, pelas contemplações artísticas ou até mesmo por conversas distraídas ou intensas de um dia a dia, estive a escutar um bando de pessoas que me colocaram em pé, em movimento, em descobrir possibilidades que antes eram desconhecidas a minha corpa, e que foram vozes que quiseram somar ao trabalho de criação do exercício performático cênico aqui trabalhado.

Por que trago aqui esta reflexão? Porque sinto a necessidade de falar sobre o fato de que, apesar de *ContraPeso* se tratar de um trabalho performático solo e de uma pesquisa de ordem teórico-prática pautada na minha existência gorda, ela não é, em nada, só minha. Foram a partir dos saberes, não só da minha corpa, mas também de outras corporeidades que encontrei as teorias, as práticas corporais e algumas inspirações performática para construir diretamente com Analice Croccia e Bruna Sales, as cenas de *ContraPeso*.

Cada narrativa dissidente e/ou gorda que encontrei neste percurso, encorpam ainda mais a minha singularidade gorda; cada saber gordo, como nomeado por Belchior Santos, são saberes múltiplos que possibilitam uma ação de resistência pessoal que culmina e caminha em prol de uma resistência coletiva (Belchior Santos, 2021, p. 4). Belchior Santos afirma que:

Aprender a partir da história das pessoas gordas tem sido uma estratégia preciosa para o campo de estudos do corpo gordo, que é interdisciplinar em sua base. Das pesquisas acadêmicas de diferentes campos do conhecimento, das obras artísticas, do conteúdo produzido para internet em blogs e vlogs, nas comunidades e nas ruas, cada vez mais pessoas gordas desafiam as expectativas limitantes que se têm sobre o que nosso corpo é capaz. (Belchior Santos, 2021, p. 4.).

E acrescenta:

O saber gordo está amparado na proposição emblemática da feminista estadunidense Carol Hanisch: “o pessoal é político” (1969), que nos explica que compartilhar experiências pessoais não tem apenas uma função terapêutica, mas, principalmente uma função política que demanda uma busca por soluções coletivas. (Belchior Santos, 2021, p. 3).

Assim como Belchior Santos, compartilho na crença das forças das narrativas pessoais e, é através do modo e do contexto de que são trazidas e contadas, essas vivências desenrolam possibilidades de um tipo de evocação que aproxima pessoas, sejam elas semelhantes ou não a você, e as convidam a se unirem em prol de uma coexistência.

ContraPeso, vejo eu, é um exercício performático cênico que nasce da minha corpa gorda singular, mas que ao mesmo tempo dialoga e se conecta com outras existências gordas ou não, de resistência e dissidência, buscando dar mais volume e intensidade às vozes diferentes, aos cantos e gritos que compõem uma coletividade de peso.

Tendo isso em mente, houve um momento em que, nesta pesquisa-criação-artivista, optei por modificar o centro narrativo de uma das células cênicas que surgiu no processo, se tratando de um desejo por trazer para cena uma ação performática que ironizasse ou expulsasse a violência que é cometida a corpos vinda dos discursos de influenciadores ou, como se auto intitulas, coaches de estilo de vida, e que combatem corpos que estejam fora do peso “ideal”. A princípio criei uma cena, derivada de um programa performativo, em que, ao som de uma dessas *lives* motivacionais, eu escrevia em uma cartolina, a partir da escuta, frases e palavras que eu considerava ofensivas, depois rasgava o papel em pedaços, para mastigar, engolir e engasgar. Nessa cena, o discurso que se ouve é um discurso que se coloca como uma fala de convocação ao bem-estar, porém este mesmo discurso emana uma mensagem que ataca corporeidades gordas, desconsiderando a possibilidade de existências gordas, felizes e saudáveis.

Percebi que realizar a cena dessa forma, mesmo que com uma ação que contradissesse ou se opusesse ao discurso da *live* da treinadora, acabava por dar espaço a alguém que renega a minha própria voz e vozes como a minha. Além disso, ouvir tais palestras “motivacionais”, *lives* e ensinamentos que renegam minha existência, causavam, em mim, uma sensação de ansiedade e angústia no processo que não condizia com a minha busca de potencializar minha corpa gorda em cena. Assim, decidi por excluir essa cena e substituí-la por uma ação de mais intimidade com a plateia e mais voltada ao interesse da pesquisa, que seria questionar o público presente sobre suas próprias ações e pensamentos excludentes e gordofóbicos. Por meio de uma série de perguntas que faço, ao levantar meu braço, vou estabelecendo um jogo cênico de perguntas em que o público, ao se identificar, também me acompanha no gesto estabelecido. As perguntas tem o objetivo de, ora demonstrar para o público nossos próprios preconceitos e julgamentos diante da estrutura gordofóbica que vivemos ao concordar com o questionamento ali trazido, ora compartilhar e sentir, conjuntamente, a solidão de quem é estigmatizado e rejeitado socialmente. Abaixo trago o trecho da cena mencionada:

“- Olá, me chamo Clara e estou muito feliz em ter vocês aqui comigo. Neste momento eu tinha a ideia de criar uma cena brincando, algo que pudesse tirar onda, ironizar com essas palestras motivacionais que estão tão em voga e que dizem o que devemos fazer para sermos diferentes do que somos e finalmente ser como eles. Nos ensinam a ser determinadas, a acreditar e entender que querer é poder, para finalmente deixar de sermos como somos, de alcançar o

sucesso e ser diferente, e aí sim começar a viver a vida. Queria muito brincar com isso, mas a verdade é que não consegui. Quando comecei a assistir as palestras online, para pesquisar, me inspirar, começava a ficar ansiosa, a sofrer, tinha vontade de chorar com cada palavra, postura, ação daqueles palestrantes que machucavam a mim e a existências como a minha. Eles são os verdadeiros seres leves, de tão leves que são, vivem por molduras estabelecidas e pequenas. Divulgam sua forma leve de vida em stories de Instagram que duram 24 horas, com filtros e enquadramentos corretos que garantem que toda sua leveza seja captada. São esses seres leves, os quais se autointitulam treinadores do bem-estar e da felicidade, que insistem em ensinar a nós, seres pesados, como devemos viver nossas vidas para alcançarmos o sucesso de nos tornarmos leves como eles.

[nesse momento a performer fica no centro do palco e faz uma serie de pergunta, levantando o seu braço e observando no público quem entra no jogo e levanta também seu braço, respondendo as perguntas.]

- Aqui, hoje, quem já quis ter uma corpa diferente da que você tem? Quem aqui já teve medo de engordar? Quem aqui já ouviu risos e piadas feitas sobre sua corpa ou corpos como a sua? Quem aqui fica ansiosa e com medo de andar na rua, de conhecer gente nova por não saber como será vista e tratada? Quem aqui já teve dificuldade em encontrar uma roupa do seu tamanho, de passar por uma catraca, de ter uma cadeira confortável que coubesse todo sua corpa confortavelmente? Quem aqui já foi rejeitada por ter essa sua corpa? Quem aqui já ouviu que sua corpa é feia e dá nojo? Aqui quem já ouviu de alguém que você ama, família, amigo, afetos em geral que você basta fechar a boca? Quem aqui fica ansiosa ao comer seja em público ou sozinha, com medo de ser julgada? Quem aqui fica ansiosa numa aula ou laboratório de ensaio por ter medo de ser julgada por não conseguir realizar da mesma forma que é pedida um exercício físico? Quem aqui sente insegurança de ir ao médico, mesmo precisando de cuidados, com medo de ser humilhada? Quem aqui já foi julgada e mesmo culpabilizada por ter alguma mal-estar ou algum adoecimento na sua corpa? Quem aqui escuta que sua corpa é uma doença? Quem aqui se acha gorda? Quem aqui tem medo de ser gorda? Quem aqui é gorda?

[Blackout, a performer pega uma lanterna que vai acendendo e apagando no rosto de alguém do público, em seguida ela faz esse mesmo jogo, mas agora em partes da sua corpa, numa dança-movimento de expor e ocultar partes de sua corpa gorda.]

- ALQUEM AQUI SE SENTE TÃO SÓ QUANTO EU ME SINTO? *[Black out]* (Rosa, 2023)

Entendi que não fazia sentido para este processo de pesquisa acolher narrativas e pensamentos que não tivessem, de alguma forma, batalhando por espaço para serem ouvidos, por se tratarem de pessoas fora do padrão hegemônico ou por pessoas que não estivesse ali, na entrega do risco da presença. Esse estado de risco, de mudança de paradigma, para minha pesquisa, é importante que seja também vivenciado pelo público, que se vê provocado a expor

e assumir seus pensamentos em relação a corpos como a minha, o que facilita, sob a perspectiva do compartilhamento dos saberes gordos, um campo de mudança social, como relembra Belchior Santos:

Quando compartilhado, este conhecimento nos ajuda a entender como podemos agir coletivamente em prol da causa gorda. A luta anti gordofobia busca, principalmente, a despatologização, acessibilidade e representatividade das pessoas gordas na nossa sociedade. Com nossos saberes gordos podemos tanto evidenciar os momentos que tais exclusões acontecem como galgar por transformações efetivas. (Belchior Santos, p. 3, 2021).

O que posso afirmar com toda convicção é que conhecer outros saberes gordos, ouvir outras vozes e existências dissidentes, seja de forma direta ou indiretamente, causaram uma transmutação nesta corpa gorda que você lê, e foi graças a essa transmutação que consegui me reencontrar com o sentido revolucionário e transgressor da arte: “Ainda que clichê, afirmo que o potencial de transformação da arte pode transgredir quaisquer tipos de amarras.” (Martins, 2017, p. 18)

São tantas violências que nossas corporeidades gorda vivenciam diariamente, tantos cortes e tentativas de molda-las de acordo com olhares alheios, que conseguir libertar-se dos aprisionamentos que nos é impostos é um ato revolucionário em proveito de um coletivo. Martins (2017), a partir de seu conceito de dança da indignação, ou seja, de uma proposição poética e política na dança que deseja reverberar as indignações criativas que surgem das singularidades e interseccionalidades entre arte e vida, vida e arte, diz que:

[...] o ato de se indignar surge do sentimento de responsabilidade social para com o outro e para com o coletivo. A indignação gera um impulso de ação, agrega e não afasta ou ofende, promove senso de mudança da realidade e não se restringe apenas a atos de vingança e violência. Os fatos e verdades são suas ferramentas. A indignação mobiliza e o ódio paralisa. (Martins; Moura, 2017, p. 77)

Transformar minha dor em indignação e abandonar o ódio que me é destinado, ensinado e cultivado por ser gorda me proporcionou a mudança de chave interna para sair de um estado de paralisia para uma disposição da ação e assim pude descobrir outras corpos que se indignam e se colocam intrusamente no mundo regrado por normativas sociais.

Antes desta pesquisa, enfrentava sozinha o incômodo que minha corporeidade causa a sociedade padronizada, mas agora fico maior e mais pesada, aprendendo a invocar, evocar e convocar outras para nos juntarmos e incomodarmos ainda mais. Por isso, apesar de *ContraPeso* ser um trabalho performático solo, ele é na verdade uma construção coletiva muito mais expandida e consistente, ele é um agradecimento as nossas existências pesadas e avantajadas, um testemunho da nossa força em movimento, uma constatação do poder da

coletividade repleta de singularidades e pluralidades. É uma celebração da existência do prazer de ser uma corpa gorda.

Neste instante trago um trecho do roteiro do trabalho performático e convido você que me ler a colocar um fone de ouvido e escutar esta música.

https://www.youtube.com/watch?v=Ej6e_n9jyL0

[Num movimento que se inicia em pé, de forma ondulada partindo da coluna vertebral, vai derretendo até o chão, ficando deitada e rolando pelo chão, saboreando ser a baleia que sempre foi chamada, enquanto dança solta vocalizações que lembram o início do espetáculo mas agora elas passam a ser um grito/canto, chamando sua manada a estarem juntas. Após um tempo dilatado a performer vai transicionando dessa movimentação no chão e vai ficando de joelhos, escutamos a música O Corpo de Déa Transcoso e cantado por Rodrigo Ciampi, a performer vai dançando até ficar em pé, em movimentos que lembra a postura das esculturas que ficam em frente a orla marítima do bairro Ondina da cidade de Salvador, popularmente conhecidas como as Gordinhas da Ondina, da artista Eliana Kertész, vemos simultaneamente um vídeo projetado dessa mesma movimentação e corpa que foi realizado em locus, junto as gordinhas. Luz se apaga].

FIM. (Rosa, 2023)

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS: AS PEDREIRAS ESTÃO ROLANDO

Desde o primeiro instante, até agora, no fechamento desta pesquisa de mestrado, tudo que eu almejava era e é pertencer a corpa que sou, mesmo que a sociedade da leveza não a deseje, sendo a corpa intrusa que está e existe. Esse desejo por mais obvio que apareça é coberto de inúmeras complexidades objetivas e subjetivas. Nessa pesquisa-criação-artivista coloco, assim, não só minhas histórias de vida, como também toda minha existência de corpa, meus sentidos e sensação, minhas marcas e meus prazeres para conduzir a criação de *ContraPeso*.

Em uma sociedade obcecada pela leveza, ser e se experimentar no peso é um ato político da minha corpa de resistência. O peso, assim como a gordura, são componentes corporais renegados pela maioria das pessoas e que, no entanto, fazem parte de todas as corporeidades existentes, portanto entrar em contato com esses itens, sem despreza-los, na curiosidade de conhece-los mais intimamente, abriu um caminho de entendê-los enquanto potência ativa da minha corpa.

Através dos trabalhos somáticos do Movimento Autêntico, do Body Mind Centering e dos laboratórios corporais, unidos aos estudos teóricos que envolvem vertentes dos movimentos feministas, dos estudos gordos, ativismo e corpasdissitendes, fui colocando minha corpa em evidencia, escutando profundamente suas sensações, memórias e expressões a fim de ressignificar esta corpa, lida em sociedade como uma corpa doente para percebê-la repleta de potencia, transmutação, força e energia.

Entregar-me ao peso, sem medo e sem vergonha, me levou a conhecer as múltiplas nuances que o peso possui, lembrando-me de que ele também é capaz de relaxar a corpa, como também acordar suas percepções neurotransmissoras, deixando-as ativas e dispostas. Pude vivenciar o meu peso e peso de outras corpas, distinguindo uma da outra, adquirindo uma consciência do peso e o peso da consciência. O peso me demonstrou também a força estrutural que minha corpa tem e, assim, passei a me relacionar com o peso como alicerce, que me deu a coragem das denúncias, para revidar as gordofobias que sinto. Já, me conectar com minhas fâscias corporais me levou a ter noção de quantas aderências possuo devido aos cortes que fui submetida. Trabalhar cada aderência foi um processo doloroso, lento e angustiante, porque minha corpa se movia por meio de pequenos movimentos de contração e extensão, que iam se ampliando aos poucos e, dessa forma, na continuidade paciente, senti repentinamente minha corpa se deslocar com mais tranquilidade, perebendo a trasmutação que cada micro movimento que a vida e a arte me proporciona cotidianamente, e conseguindo pela primeira vez, após anos de cortes

cirúrgico, dimensionar o volume e grandiosidade que tem esta corpa que sou. Estava, então, preparada para um último mergulho: fui adentrando e me banhando das minhas banhas. Senti que ao mover a partir das minhas gorduras me acionava corporalmente, foi uma grande surpresa, as gorduras me levavam a movimentos elétricos, pulsantes, energizantes, que me davam um grande senso de prazer, alegria e divertimento. Entendi que esse componente corporal, de fato armazena muitas energias, que estão ao dispor da minha corpa para ela ir a cem portento de sua movimentação, explodindo amarras e limitações que me foram colocadas externamente e que não me pertencem.

Como anunciado por JulesPashall (2018), a cura para minhas dores e adoecimento, estão na minha corporeidade gorda repleta de gordura. Tornar minha corpa meu caminho de pesquisa e criação só comprovou a potência que temos aos sermos nossa totalidade, que, ao ativar a minha corpa por meio de uma entrega somática, consegui descobrir novos caminhos para intensificar a corporeidade cênica desta corpa gorda. Assim como foi amplificada a minha escuta para a quantidade de material expressivo que carrego em minhas células, e que pude experimentar e exercer cenicamente alguns desses materiais na criação do exercício cênico performático *ContraPeso*. Apresentar *ContraPeso* em ensaios abertos me mostraram o quando carrego a necessidade da minha corpa se expressar e se afetar por si mesma e pelo encontro com outras corpos. Apenas quando estou nesse contato afetivo, que as vezes dói, as vezes afaga, é que chego a encontrar a força do peso para lutar contra a gordofobia social, pois como afirma, Tânia Alice:

A capacidade de afetar e de ser afetado, de ser transtornado, transformado e transbordado pelo outro, de perder-se nele para alimentá-lo e ser alimentado de volta se apresenta para mim, como artista-pesquisadora, como um critério possível para pensar uma ação teatral/visual/perfomática: não pela estética - que pressupõe uma esterilização do cotidiano e dos registros -, não pela dimensão do alcance social - problemática conforme vimos -, mas pela disponibilidade de se abrir ao outro sem restrições. A profunda capacidade subversiva da performance reside em sua possibilidade de configurar-se como uma revolução dos afetos. (Alice, 2016, p 134).

Ao potencializar a performatividade da minha corpa por meio de seus componentes corporais, os mais renegados pela sociedade, me proporcionou uma revolução interna para manter-me existindo como sou em sociedade.

Foi por meio da minha existência e narrativa de vida que me entreguei a esse processo de pesquisa, entendendo que cada fato, cada história que carrego em minha corpa são feramentas de conhecimentos e saberes, já que ao “escrever a partir das próprias histórias tem se mostrado um caminho importante para pessoas gordas, tanto pela necessidade de registrar-se na história como pela possibilidade de criar teorias acessíveis para pessoas que não fazem parte do

ambiente acadêmico” (Belchior Santos, 2022, p. 34). Por fim, compartilho a ideia de Belchior Santos, quando ela afirma que “o saber gordo está em construção na partilha de experiências, como um posicionamento crítico que dismantela a opressão contra os corpos das pessoas gordas” (Belchior Santos, 2022, p. 66)

Poder compartilhar nossas experiências e denunciar as violências que vivenciamos diariamente decorrente da gordofobia não é um ato comum, muito menos trivial, ele é um ato potente, de transformação. Em muitos ambientes já fui desencorajada a falar sobre as violências que sofri quando trazia questionamento e reflexões referentes a termos, expressões ou posturas que machucam corporeidades gordas, uma vez que, nesses casos, geralmente sou taxada de desagradável e de exagerada. Quando falo sobre minhas memórias e vivências de vida cotidiana para demonstrar o nível de gordofobia que está presente em grande parte das pessoas, então recebo o famoso discurso sobre ser “mimimi” ou um desabafo destinado a uma seção de terapia. Porém venho aprendendo com outras dissidências que se colocam em uma postura mais enfrentativa que falar, denunciar, gritar opressões é uma fonte de luta, como ouvi, por exemplo, de Sarah Marques uma mulher preta gorda da periferia da cidade do Recife, líder comunitária, no Seminário Soluções e Inovações Para Comunidades Ribeirinhas do Recife, que ocorreu em junho de 2024, ao responder um comentário realizado por uma profissional urbanista acadêmica que agradecia a sua partilha, seu importante desabafo, em relação a sua situação de resiliência na Comunidade Carangueijo Tabaiães. Eis que Sarah então responde: “Isso não é um desabafo é uma leitura política.”

Assim, compartilhar nossas vivências e saberes são leituras e ações políticas em busca de transformação e para mim foi expondo os cortes que recebi que pude me preparar para os mergulhos na minha corporeidade gorda para me reencontrar nela própria. Gal Martins fala que:

Quando às chaves que precisam mudar, novas escolhas se fazem necessárias. Abordagens certeiras e diretas devem contemplar um imaginário pulsante. Frete ao monstro que começa a ser desvendado, será que agora vai? Ao decidir fazer uma viagem por minha própria história, tento reencontrar a menina pretinha, descobrir a origem do seu pulso e os monstros que a habitam. (Martins; Moura 2017, p. 20)

Assim como ocorreu com Martins, eu vivenciei uma mudança de chave que me levou a novas escolhas, a encarar minhas dores e reencontrar meu prazer de existir, acreditando que “escrever é confrontar nossos próprios demônios, olhá-los de frente e viver para falar sobre eles” (Anzaldua, 2000, p. 234, apud Belchior Santos, 2022, p. 105). Logo, foi retornando para os componentes que fazem minha corpa ser esta corpa gorda que pude investigar e descobrir estruturas para amplificar minha corporeidade. Busquei seguir o conselho de Pashall e

mergulhei em toda minha corpa gorda para aprender com todo seu tamanho e peso de que suas gorduras poderiam me auxiliar a curar e tirar as toxinas que nela foram introjetadas por uma sociedade gordofóbica e excludente.

Movi e criei artisticamente com minha corpa para escuta-la, dialogando com cada ensinamento que ela me proporciona. Pude por meio de abordagens somáticas, de exercícios performáticos e de traçados pessoais e singulares, conhecer mais os elementos físicos e simbólicos que compõem minha corpa gorda. Como afirma Belchior Santos:

A dança pode ser um caminho de construção de empoderamento coletivo por levar a nossa atenção para o nosso corpo, para como nos relacionamos com os corpos ao nosso redor e para como outras pessoas ocupam espaço no mundo. Ao conhecer o próprio corpo podemos lidar com as diferenças entre nossos corpos sem cair nas lógicas comparativas e competitivas de um corpo ideal. (Belchior Santos, 2021, p. 8.).

Aprendi com práticas, a exemplo do Movimento Autêntico e do Body Mind Centering, a entrar em contato e a ativar meu peso, minhas fâscias e minhas gorduras para criar e construir com elas uma corpa cênica expandida, afirmativa e centrada em si, entendendo a potência em ser uma corpa intrusa em um mundo em que caber pode significar excluir e perpetuar opressões à diferença. Celebrei esta minha estranheza. E essa celebração só pôde ocorrer por causa do que aprendi com outras corpas, outras existências, todas de muito peso:

Percebo nessa coletividade a força política – faço aqui novamente uma aliança com Carol Hanisch (1969) – pois esta parece ser uma aposta de que a pesquisa serve a uma comunidade. Aprender com as nossas histórias não é um exercício restrito a pessoas gordas. Por isso acredito que é relevante existir muitas pesquisas gordas e nas mais variadas plataformas de distribuição de conhecimento. (Belchior Santos, 2021, p. 5).

Poder me fortalecer a partir do encontro com os estudos gordos, os saberes gordos e com teorias e vivências diversas e dissidentes foi a base para conseguir me entregar em plenitude a uma pesquisa-criação-artivista como esta.

Não, não foi fácil mexer e remexer com tantas marcas, cicatrizes, para ressensibilizar minha corpa. Precisei olhar para cortes profundos que carrego nesta corpa. Escrever uma dissertação de mestrado acadêmico foi dolorosa para esta corpa dislexa que tantas vezes ouviu que sua escrita é um erro contínuo. Colocar-me em estado de criação, enquanto vivia isolada de encontros sociais e trocas táteis, na constante ameaça de que um vírus poderia me matar e matar quem amo, foi um desafio impensável e descobrir a coragem de retornar ao encontro cênico, me colocando em vulnerabilidade artística e ainda diante de olhares que podem desejar apenas a leveza, foi surreal.

Mas aqui cheguei. O peso possibilitou a permanência. As delicadas experimentadas nas minhas banhas gordurosas me encheram a boca. As fâscias se reconectaram e envolveram a transformação. A minha corpa gorda engordou e está mais pesada do que nunca, por isso aviso: ela, que já explodiu, agora se junta a outras pedreiras, rolando juntas, para derrubar os obstáculos e estruturas que tentam lhe conter, que querem lhe fazer caber. Aqui as pedreiras já estão rolando.

8. REFERÊNCIAS

ALICE, Tania. **Performance Como Revolução dos Afetos**. São Paulo: Annablume, 2016.

BOLSANELLO, Débora Pereira. **Em Pleno Corpo**: Educação Somática, Movimento e Saúde. 2. Ed. Curitiba: Juruá Editora, 2008.

BOIS, Danis. **Prefacio Primeira Edição**. In: BOLSANELLO, *Débora Pereira*. *Em Pleno Corpo*: Educação Somática, Movimento e Saúde. 2. Ed. Curitiba: Juruá Editora, 2008.

CAVALLINI, Marta. Proporção de pretos e pardos entre os pobres chega ao dobro em relação aos brancos, mostra o IBGE. G1.Globo, São Paulo, 11 de nov. 2022. Disponível em: <https://g1.globo.com/economia/noticia/2022/11/11/proporcao-de-pobres-pretos-e-pardos-chega-ao-dobro-em-relacao-aos-brancos-mostra-o-ibge.ghtml>. Acesso em: 16 de março de 2024.

COELHO, Maria Thereza Ávila Dantas; FILHO, Naomar de Almeida. Norma-Patológico, Saúde-Doença: Revistando Canguilhem. **PHYSIS: Revista Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 9, p. 13-36, 1999.

COLLING, Leandro. A emergência dos ativismos das dissidências sexuais e de gêneros no Brasil da atualidade. IN: **Revista sala preta** | Vol. 18 | n. 1 | 2018.

COSTA, Maria Alice; COELHO, Naiara. A(r)tivismo Feminista – Intersecções entre arte, política e femonismo. **Confluências Revista Interdisciplinar de Sociologia e Direito**, v. 20, n 2, 25-49, 2018.

CONSELHO Federal de Nutrição. Aumento da fome e insegurança alimentar no Brasil: relatório da ONU revela dados Preocupantes. Conselho Federal de Nutrição, Brasília, 14 de julho 2023. Disponível em: <https://www.cfn.org.br/index.php/noticias/aumento-da-fome-e-inseguranca-alimentar-no-brasil-relatorio-da-onu-revela-dados-preocupantes/>. Acesso em: 16 de março de 2024.

COLLA, Ana Cristina. **Da Minha Janela Vejo...**: Relato de uma trajetória pessoal de pesquisa no Lume. São Paulo: Aderaldo e Rothschild Editores Ed: FAPESP, 2006.

COHEN, Bonnie Bainbridge. **Spring Series on Perception as a Key to Embodying and Repatterning the Nervous System**: A Body-Mind Centering Approach. California, curso online, 2023.

COHEN, Bonnie. **Exploring Fat as a Fluid**. Youtube, 5 de março de 2014. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=khgyTpYS7D4>. Acesso em: 23 de dezembro de 2022.

COTA, Gabriela Méndez; BARROSO, Izchel Cosío. **Gênero e Gordofobia**. Cidade do México: Universidad Nacional Autónoma de México Centro de Investigaciones y Estudios de Género, 2022.

DESPENTES, Virginie. **Teoria King Kong**. Tradução Márcia Bechara. São Paulo: n -1 edições, 2016.

DOMENICI, Eloisa. **O encontro entre dança e educação somática como uma interface de questionamento epistemológico sobre as teorias do corpo**. Pro-Posições, Campinas, v. 21, n. 2 (62), p. 69-85, maio/ago. 2010.

DO CARMO, Anderson Luiz; SANTOS, Jussara Belchior. Pesar as palavras e estriar as hegemonias: autocuidado e fracasso em duas danças gordas. **Urdimento**, Florianópolis, v. 1, n. 40, p. 1-31, mar./abr. 2021.

FABIÃO, Eleonora. Programa Performativo: O corpo em experiencia. **Lume**, Campinas, n. 4, p. 1-11, dez. 2013.

FABIÃO, Eleonora. Corpo Cênico, Estado Cênico. **Revista Contrapontos** -. Eletrônica, vol 10 - n. 3 - p. 322, set-dez 2010.

FERNANDES, Ciane. **Dança Cristal: da arte do movimento à abordagem somático-performativa**. Salvador: EDUFBA, 2018.

FERNANDES, Ciane. **A Prática como Pesquisa e a Abordagem Somático-Performativa**. In: Ana Maria Rodriguez Costas, Arnaldo Alvarenga, Beatriz Cerbino, Bya Braga, Eugênio Tadeu Pereira. (Org.). ABRACE Arte, Corpo e Pesquisa na Cena: Experiência Expandida. 1ed. Belo Horizonte: ABRACE e Editora O Lutador, 2016, v. 1, p. 105-113.

FERNANDES, Ciane . Em Busca da Escrita com Dança: Algumas Abordagens Metodológicas de Pesquisa com Prática Artística. **Dança: Revista do Programa de Pós-Graduação em Dança**, v. 2, p. 18-36, 2013.

FERNANDES, Ciane . Princípios em Movimento na Pesquisa Somático-Performativa. **Resumos do Seminário de Pesquisas em Andamento PPGAC/USP**, São Paulo, v. 3, n. 1 p. 205, 2015.

FERNANDES, Ciane. Pesquisa Somática-Performativa: sintonia, sensibilidade, integração. **Art Research Journal**, v. ½, p. 76-95, 2014.

FERNANDES, Ciane. Quando o Todo é mais que a Soma das Partes: somática como campo epistemológico contemporâneo. **Revista Brasileira de Estudos da Presença**, Porto Alegre, v. 5, n. 1, p. 9-38, 2015.

FERNANDES, Sylvia. Teatralidade e Performatividade na cena Contemporânea. **Repertório**, Salvador, n. 16, p. 11-23, 2011.

FORTIN, Sylvie; GOSSELIN, Pierre. Considerações metodológicas para a pesquisa em arte no meio acadêmico. [Tradução: Marília C.G. Carneiro, e Déborah Maia de Lima] **ARJ - Art Research Journal: Revista de Pesquisa em Artes**, v. 1, n. 1, p. 1-17, 2014.

GAMA, Beatriz Klimeck Gouvêa; AZIZE, Rogerio Lopes. 'Fat Studies' e a produção de conhecimento situado: Notas sobre o sexto Congresso Internacional de Estigma do Peso. **Enfoques**, Rio de Janeiro, Edição Especial XIX Jornada Discente do PPGSA/UFRJ, p. 1-9, 2019

GLISSANT, Édouard. **Introdução a uma poética da diversidade**. Tradução Enilce do Carmo Albergaria Rocha. Juiz de Fora: Editora UFJF, 2005.

GLISSANT, Édouard. **Poética da Relação**. Tradução Marcela Vieira e Eduardo Jorge Oliveira. Rio de Janeiro: Bazar do Tempo, 2021.

HALBERSTAM, Jack. **A Arte Queer do Fracasso**. Tradução Bhuvli Libanio. 1 ed. Recife: Editora Cepe, 2020.

HARTLEY, Linda. **Wisdom of the Body Moving: An introduction to Body-Mind Centering**. California: North Atlantic Books, 1995.

HOLANDA, Gabriela Wanderley. **Sopro D'Água: corpo-ambiente em fluxo criando (de)composições em dança**. 2019. 297f. Dissertação (Mestrado em Artes Cênicas) – Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas Escola de Teatro, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2019.

HOOKS, Bell. **Ensinando a transgredir: A educação como prática da liberdade**. Tradução Marcelo Brandão Cipolla. 2. ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2017.

JIMENEZ-JIMENEZ, Maria Luisa; ABONIZIO, Juliana. Gordofobia e Ativismo gordo: o corpo feminino que rompe padrões e transforma-se em acontecimento. Anais do XXXI **Congreso Asociación Latinoamericana de Sociología, Montevideo**, Uruguay, 2017. Disponível em: <https://documentcloud.adobe.com/link/track?uri=urn:aaid:scds:US:daf7ff58-6e9e-4237-99de-a005fa508e60#pageNum=1>. Acesso em maio 2020.

JIMENEZ-JIMENEZ, Maria Luisa; CRUZ, Kathleen Tereza da; GOMES, Maria Paula Cerqueira. O “Combate” a “obesidade”: Dispositivos de tortura e castigo em nome da saúde. **Revista Debates Insubmissos**, Caruaru, v.6, n. 23, set/dez, 2-23.

JIMENEZ-JIMENEZ, Maria Luisa; CRUZ, Kathleen Tereza da; MERHY, Emerson; MOREIRA, Reginaldo. Gordofobia, fascismo e saúde em tempos pandêmicos. **Metaxy**, Rio de Janeiro, v.4, n.1, 2023.

JIMENEZ-JIMENEZ, Maria Luisa. **Lute como uma gorda**: gordofobia, resistências a ativismos. 2020. 237f. Tese (Doutorado em Estudo de Cultura Contemporânea) – Programa de Pós-Graduação em Estudos de Cultura Contemporânea, Universidade Federal de Mato Grosso, Mato Grosso, 2020. Disponível em: <https://lutecomoumagorda.net/tese-de-doutorado-lute-como-uma-gorda-gordofobias-resistencias-e-ativismos/>. Acesso em novembro de 2021.

JIMENEZ-JIMENEZ, Maria Luisa . Feminismo Gordo. **Feminismo Gordo - Mulheres na Filosofia**: Blog, 2024. Disponível em: <https://www.blogs.unicamp.br/mulheresnafilosofia/feminismo-gordo/>. Acessado em julho de 2024.

JORGE, Soraya. Movimento Autentico (MA): um testemunho no Brasil. IN: **Anais de trabalhos complexos: X Jornada de Pesquisa em Artes Cênicas**, João Pessoa: Etidora do CCTA, 2020.

JORGE, Soraya . **Movimento Autêntico: uma cartografia do testemunho**. Anais do I Encontro Internacional de Práticas Somáticas e Dança. Brasília: Ed IFPB, 2019.

JORGE, Soraya A arte de mover e ser movido. **Instituto Junguiano do Rio de Janeiro**, p. 1-10, 2016.

JORGE, Soraya Me Senti Dançando Algo. **9º Seminário de Dança Angel Vianna**, Rio de

Janeiro, 2015.

JORGE, Soraya . Quem Em Mim Narra o que Vivo? Rascunhos fragmentados de um suposto si: palavras para serem lidas em voz alta. **8º Seminário de Dança Angel Vianna**, v. 1, n. 3, Rio de Janeiro, 2014.

KILOMBA, Grada. **Memórias da Plantação**: Episódios de racismo cotidiano. Tradução Jess oliveira. 1 ed. Rio de Janeiro: Cobogó, 2019.

KRENAK, Ailton. **Ideias Para Adiar o Fim do Mundo**. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.

KRENAK, Ailton **A Vida Não é Útil**. São Paulo: Companhia das Letras, 2020.

LAPPONI, Estela. **Corpo Intruso**: uma investigação cênica, visual e conceitual. São Paulo: Casa de Zuleika, 2023.

LIPOVETSKY, Gilles. **Da leveza**: rumo a uma civilização sem peso. Tradução Idalina Lopes. 1 ed. Barueri: Manole, 2016.

LORDE, Audre. **Irmã Outsider**: ensaios e coferências. Tradução Stephanie Borges. Belo Horizonte: Autêntica, 2019.

LOURO, Guacira Lopes. **Um corpo estranho**: ensaios sobre sexualidade e a teoria Queer. Belo Horizonte: Autêntica, 2008.

LOURENÇO, Bruna Scanavachi; DONADONE, Julio Cesar. O Estudo da Gortura no Brasil: Contextualização no Fat Studies. **Contribuciones a Las Ciencias Sociales**, São José dos Pinhais, v. 17, n.6, p.01-26, 2024.

MASCARENHAS, George. **A ação mímica**: princípios e poéticas da mímica corporal dramática de Étienne Decroux. Salvador: EDUFBA, 2020.

MASCARENHAS, George Da toca do coelho ao sorriso do gato: Reflexões sobre a Prática como Pesquisa nas artes cênicas. **Urdimento**, Florianópolis, v. 1, n. 40, mar./abr. 2021.

MAGALHÃES, Fernanda. **Corpo Re-construção Ação Ritual Performance**. Curitiba: Travessa dos Editores, 2010.

MAGALHÃES, Fernanda . Classificações científicas da obesidade. **Labrys, études féministes**: Blog, 2014. Disponível em:

<https://www.labrys.net.br/labrys25/corps/fernanda.htm>. Acessado em: julho de 2024.

MARTINS, Leda Maria. **Performance do Tempo Espiral, Poéticas do Corpo-tela**. Rio de Janeiro: Cobogó, 2021.

MARTINS, Gal; MOURA, Djalma. **Dança da indignação**. São Paulo: Papel brasil, 2017.

MILLER, Jussara. **Qual é o Corpo que Dança?**: a dança e educação somática para adultos e crianças. São Paulo: Summus, 2012.

MILLER, Jussara **A Escuta do Corpo**: Sistematização da Técnica Klauss Vianna. São Paulo: Summus, 2007.

MOMBAÇA, Jota. **Não vão nos matar agora**. Rio de Janeiro: Editora Cobogó, 2021.

MOMBAÇA, Jota. **Rumo a uma redistribuição desobediente de gênero e anticolonial daviolência!** Oficina de Imaginação Política. São Paulo: Fundação Bienal de São Paulo, 2016. Disponível em:

https://issuu.com/amilcarpacker/docs/rumo_a_uma_redistribuicao_a_o_da_vi. Acesso em: 14 jan. 2020.

MOMBAÇA, Jota. **A Plantação Cognitiva, Arte e Descolonização**. São Paulo: Masp Afterall, 2020. Disponível em: <https://masp.org.br/arte-e-descolonizacao>. Acesso em: 20 de nov. 2021.

MOMBAÇA, Jota. Rastros de uma Submetodologia Indisciplinada. **Concinnitas**, ano 17, vol.1, n. 28, p. 334-354, 2016.

NASCIMENTO, Letícia. **Transfeminismo**. São Paulo: Jandaíra, 2021.

NETO, José Fernando Pontes Soares. Traídos pela Devoção: caminhos do adoecer emagrecendo. **Lições de Dança 4**, Rio de Janeiro, UniverCidade Editora, 2003.

OLIVEIRA DO CARMO, C. E.. **Carta aos Bípedes #2**. 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=tpLn3Vr2HHk&t=619s>. Acesso em: 22 de outubro de 2022.

PASHALL, Jules; LUNA, Cale. Fat Kinship for Love and Liberation: a dialogue across difference. **Fat studies**, v. 12, n. 2, 2023.

PASHALL, Jules. Thank god i'm fat: gifts from the underbelly. *In* : Johnson, Don

(Org.). **Diverse bodies, diverse practices**: toward na inclusive somatics. Berkeley, California: Noth Antlantic Books, 2018. p. 71-88.

PÁSSARO, Clara. Por uma Desconalização dos Modelos Ocidentais Modernos de Corpo na Arquitetura: na dobra com a dança. **Redobra**, n. 15, ano 6, p. 207-230, 2020.

PAUSÉ, Cat. Batuka: introdução aos Fat Studies. **CAOS -Revista Eletrônica de Ciências Sociais**, João Pessoa, v. 1, n.28, p. 65-94, jan/jun, 2022.

POULAIN, Jean-Pierre. **Sociologia da Obesidade**. Tradução Cecília Prada. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2013.

PUTTI, Thaís Ortigara. **Tem Mais de Mim Aqui Dentro**: narrativas de uma atriz gorda sobre o riso na f(r)icção entre o cotidiano e a cena. 2021. 151f. Dissertação (Mestrado em Teatro) – Programa de Pós-Graduação em Teatro, Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 2021.

RAPOSO, Paulo. “Artivismo”: Articulando dissidências, criando insurgências. **Caderno de Arte e Antropologia**, v. 4, n. 2, 3-12, 2015.

RICHARDSON, Laurel. Novas práticas de escrita em pesquisa qualitativa [tradução Humberto Issao Sueyoshi] **Urdimento**, v.2, n. 32, 542-561, 2018.

ROCHA, Taynara Colzani da. **A Gordura do Ângulo Político**: da cena política para o debate de mesa, outras narrativas se desenham. 2021. 105f Dissertação (Mestrado em Teatro) – Programa de Pós-Graduação em Teatro, Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 2021.

ROSA, Maria Clara Barbosa Camarotti. O Peso da Corpa: Manifesto em potência performática de uma corpa gorda. In: **Anais da Pesquisa Gorda: ativismo, estudo e arte**. Anais. Rio de Janeiro, UFRJ, 2022. Disponível em <https://www.even3.com.br/anais/congressopesquisagorda2022/512854-O-PESO-DA-CORPA-MANIFESTO-EM-POTENCIA-PERFORMATICA-DE-UMA-CORPA-GORDA>. Acesso em: 09/04/2024.

ROSA, Maria Clara Barbosa Camarotti. **Diário de Bordo**. Recife, 2021.

ROSA, Maria Clara Barbosa Camarotti. **Diário de Bordo**. Salvador, 2022.

ROSA, Maria Clara Barbosa Camarotti. **ContraPeso**.2023. Roteiro dramaturgo não publicado do exercício cênico performático.

ROSA, Maria Clara Barbosa Camarotti. **SEGUNDA PELE**. Produção Coletivo Lugar Comum – PE. Recife, 2016. Espetáculo de Dança Contemporânea

SANT`ANNA, Denise Mernuzzi de. **Gordos, Magros e Obesos**: uma história do peso no brasil. 1. ed. São Paulo: Estação Liberdade, 2016.

SANT`ANNA, Denise Mernuzzi de. Entre o peso do corpo e o pesar da alma: notas para uma historia das emoções tristes na época contemporânea. **História: questões e debates**, Curitiba, n. 59, p. 99-113, 2013.

SANTOS, Jussara Belchior. **Investigações Pesadas**: mais de 100 quilos de experiências, contradições e criações de saberes gordos na dança. 2022. 218f. Tese (Doutorado em Artes Cênicas) – Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 2022.

SANTOS, Jussara Belchior. Entre Narrativas, Corpo, Gordura e Existência: Construção de um saber gordo. In: **Anais do Seminário Internacional Fazendo Gênero**. Florianópolis, 2021.

SCIALOM, Melina; NUNES, Ana Flávia; MOREIRA, Guilherme Martins. **Investigando a dramaturgia afetiva através da prática como pesquisa**: espetáculo Memórias. Campinas: UNICAMP, 2016.

SCIALOM, Melina; A prática-como-pesquisa nas artes da cena: discutindo o conceito, metodologias e aplicações. In: FERNANDES, Ciane; SANTANA, Ivani; SEBIANE, Leornado. (orgs). **Performance, Somática e Novas Mídias**. Salvador: EDUFBA. No prelo. s.d.

STRINGS, Sabrina. **Fearing The Black Body**: The Racial Origins of Fat Phobia. 1 ed. Nova York: New York University Press, 2019.

STUBS, Roberta; TEIXEIRA-FILHO, Fernanda Silva; LESSA, Patrícia. Ativismo, estética feminista e produção de subjetividade. **Revista Estudos Feministas**, v. 26, n 2, 2018.

TELLES, Narciso. Paragens de um artista-docente-pesquisador. In: TELLES, Narciso. (org.) **Pesquisa em artes cênicas**, RJ: e-papers, 2012.

TOLOKONNIKOVA, Nadya. **Um Guia Pussy Riot para o Ativismo**. Tradução Jamille Pinheiro Dias e Breno Longhi. São Paulo: Ubu Editora, 2019.

TOVAR, Virgie. **Meu Corpo, Minhas Medidas**. Tradução Mabi Cosa. São Paulo: Primavera Editorial, 2018.

TORRES, Thyerre. O Peso do Corpo: uma problemática histórica brasileira. **Novos Olhares Sociais UFRB**, v. 4, n. 2, 2021.

UNO, Kunichi. **A Gênese de um Corpo Desconhecido**. Tradução Christine Greiner. São Paulo: n -1 Edições, 2012.

VIGARELLO, Georges. **As Metamorfoses do Gordo**: história da obesidade no Ocidente: da Idade Média ao século XX. Tradução Marcus Penchel. Petrópolis: Vozes, 2012.

VILLAÇA, Nízia. Sujeito/Abjeto. **LOGOS 25**: Corpo e Contemporaneidade, ano 13, 2º semestre, p. 73-84, 2006.

WHITTON, David. The practical turn in theatre research. [tradução não publicada George Mascarenhas] **Journal of Korean Theatre Studies Association**, Vol. 33, p. 267-314, 2007.

WOLF, Naomi. **O mito da beleza**: como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres. Trad Waldea Barcellos. Rio de Janeiro: Rocco, 1992.

CONGRESSO PESQUISA GORDA DA UFRJ, 1., 2022, online. Pesquisa Gorda: explodindo paradigmas e epistemologias. <https://www.youtube.com/watch?v=etPergLcPWc&t=4262s>: Youtube, 8 de setembro de 2022.