



## FOTOBIOGRAFIA: AUTORRECONHECIMENTO PELA DANÇA DO VENTRE

Ana Paula Chagas Monteiro Leite – [anapcmonteiroleite@gmail.com](mailto:anapcmonteiroleite@gmail.com)

Universidade Federal de Santa Catarina, UFSC, Florianópolis, SC, Brasil; <https://orcid.org/0000-0002-8182-1307>

**RESUMO:** Relato de experiência de base qualitativa fenomenológica que pela fotobiografia apresenta como ocorreu processo de autorreconhecimento pela dança do ventre. Objetivou compreender como a expressão corporal pela dança do ventre apresenta a autora no mundo. Reconheceu-se como mulher, resgatando autoimagem, autoestima e empoderamento feminino.

**PALAVRAS-CHAVE:** fotobiografia; autorreconhecimento; dança do ventre; gestalt-terapia.

### 1 INTRODUÇÃO

Em Gestalt-terapia, uma abordagem da psicologia que possui visão de mundo e ser humano de fundamentação existencial-fenomenológica, a fluidez é a forma mais fundamental de saúde, é como o organismo se relaciona com o mundo na fronteira de contato sentindo suas necessidades emergirem e encontrando no meio os suplementos necessários para satisfazê-las. O modo como o ser humano funciona ocorre nessa relação; todos os eventos psicológicos, comportamentos, ações, sentimentos são a maneira encontrada por cada indivíduo para lidar com fatos vivenciados no limite entre organismo-meio (Perls, 1988).

Dentre estas necessidades está o ato criativo, considerado por Zinker (2007) como uma necessidade tão básica como respirar ou fazer amor. Para o autor, fazer arte é uma forma de concretizar a necessidade de viver. Em epígrafe, aponta a importância do movimento como energia de fluidez do organismo: “A intenção criativa é um anseio do corpo. Um desejo de preencher o continente da vida. Esse anseio se expressa em energia, movimento, ritmo. [...]” (Zinker, 2007, p. 259).

A dança é movimento. Quando estou triste, quando estou feliz, quando estou cansada, quando não estou pensando em nada, quero dançar. Pulsa energia, sentimentos, é intensa, o que condiz com Baptista (2018, p. 46): “[...] o movimento dançado [...] não é um ato pontual, mecânico ou racionalizado. É a convergência fluida de aquilo que ‘é’ e aquilo que ‘quer ser’. É a união da vontade, do desejo de dançar, com aquilo que já existe, o corpo vivido [...]”.

A partir dos questionamentos de Teles e França (2020): “Que corpos fazemos ao dançar? O que partilhamos? Que falas e gestos se inauguram?”, me percebi refletindo que passei por diferentes fases dentro desta jornada de aprendizado e vivência na dança do ventre. Começou muito antes e estive presente por toda minha construção como menina-mulher que dança e tem nesta uma importante aliada

para saúde mental. No enfoque da dança do ventre, constitui a pergunta: *como a dança do ventre expressa e me diz sobre quem sou?*

De acordo com Araújo e Pimentel (2017), cada pesquisa é única em sua trajetória e sendo de cunho fenomenológico também se constitui como uma pesquisa existencial. Nesta pesquisa, o objetivo foi compreender o que os movimentos dançantes me dizem sobre quem sou.

A escrita de uma fotobiografia nasceu de uma proposta metodológica de ensaio poético priorizando uso de imagens no testemunho de uma história. Todas as imagens são de propriedade da autora, fonte: “figuras de autoria própria”. As imagens favorecem que, diferente do verbal, o interlocutor/leitor possa “redescobrir” a memória (Bruno, 2010), neste caso, de uma mulher.

Dito isto, descrevo o que entendo como “ser mulher”. O meu lugar de fala reflete uma história de vida que acontece na região norte do Brasil, na capital do estado do Pará, quando sou pertencente à uma família de origem paraense com descendência de portugueses e indígena (boliviana), sou cisgênero, heterossexual, branca, de classe econômica média. Este texto, portanto, não ambiciona a neutralidade por tecer histórias amparadas em meus quase 40 anos de idade.

Nasci e cresci no bairro de São Brás no qual morei até meus 20 e poucos anos. Por quase 15 anos morei no Umarizal, o que faz um recorte geográfico sobre os lugares que tive acesso e quais serviços utilizei, qual estúdio de dança frequentei e como a dança do ventre foi a mim apresentada. Há cerca de 4 meses moro no sul do país, já tendo contato com novos espaços de dança do ventre em Florianópolis, SC.

Como artista nascida e criada na Amazônia já se entende como periférica por natureza e cultura, o que fica ainda mais potencializado quando se destaca o Brasil como periferia do mundo, a Amazônia periferia do Brasil. A arte já é compreendida como periferia das profissões e nesse contexto o fazer amazônico parece distante dos conceitos de dança contemporânea entendidos no eixo sul-sudeste do país. (Colares Lavand, 2021).

Outra questão que destaco é a perspectiva decolonial de subordinação a outras culturas, colocando toda a produção artística, acadêmica e cultural sob os moldes de outras culturas, retroalimentando o lugar de colonizados. Essas reflexões teóricas foram fundamentais para eu identificar em mim os efeitos dos posicionamentos institucionais introjetados de forma tão veemente, o que perpassava inclusive pela minha construção da configuração do “feminino” pela perspectiva colonial. (Saraiva, 2022; Soares, 2022).

Vale enfatizar que sempre tive interesse na escuta e intervenção clínica enquanto psicóloga com o público feminino. Já tracei discussões (Leite, 2024) a respeito da prevalência de queixas de mulheres as quais acompanhei em atendimento clínico que contam histórias de violência vividas nas suas mais diversas relações interpessoais afetivas e amorosas, e desta maneira, com especial empatia com este

público, ao longo da minha carreira tenho me interessado em pensar estratégias, ferramentas e atitudes que possam viabilizar um trabalho profícuo com mulheres. Considerando minha própria experiência positiva com a dança do ventre, ratifiquei meu interesse enquanto proposta e objeto de estudo.

A pesquisa apresentada é qualitativa fenomenológica por haver aproximação teórica da autora com esta perspectiva, e por ser a própria a pesquisadora de si (Feijoo, 2017). No formato de fotobiografia utilizou-se práticas materiais e interpretativas para compreender o mundo pelas representações propiciadas pelas fotografias (Araújo; Pimentel, 2017).

Empresto de Bruno (2010) a concepção de proposta metodológica de estudo verbo-visual das imagens tendo em vista que a seleção da fotografias foram na delimitação de marcos da minha história e, ao olhar atentamente para elas, constitui relatos originados nas profundezas da minha memória. Tal como a referida autora, sinto que o estudo se configurou pela vertente antropológica, comunicacional, visual e estética.

Considerando as reflexões de Feijoo (2017) sobre como e porquê sua experiência de psicóloga poderia contribuir nos estudos em psicologia, também refleti sobre como e porquê meu percurso pessoal e profissional como bailarina de dança do ventre poderia ser relevante para estudos psicológicos, saúde mental e processos de autoconhecimento. Acredito que minha história viva traz minha própria experiência de autora partícipe, e a análise das fotografias selecionadas se constitui fenomenológica por se tratar da minha compreensão descritiva sobre minha vivência da dança do ventre, o mundo vivido, o mundo da vida cotidiana (Araújo; Pimentel, 2017).

O texto será organizado por seções que apresentam marcos desta história de vividos com ilustrações fotográficas a respeito de cada temática, os quais são:

## 2 A DANÇA

Dançar sempre foi minha forma de comunicação. Tenho vários relatos familiares que atestam o quanto gosto de me expressar pelo corpo desde muito pequena.

A imagem escolhida traz uma menina que percebo como feliz, cerca de 5 anos de idade e muito entusiasmada pela espera da apresentação de balé clássico que havia ensaiado tantas vezes. Eu amava poder usar, naquela oportunidade, as maquiagens da minha mãe; era ela quem sempre arrumava meu cabelo, blush e batom e cuidava dos detalhes para que o figurino definido pela escola de dança fosse impecável. Nestas referências destaco marcadores como viés de produção estética do feminino com o corpo atravessado pela questão de gênero carregado de elementos socialmente e historicamente reconhecidos como feminino (Reis, 2007; Reis; Zanella, 2010).

**Figura 1** – Balé clássico, aos 5 anos de idade



Fonte: acervo pessoal da pesquisadora; reprodução autorizada

Fiz balé clássico até 12 anos, quando conheci outros ritmos como axé que era famoso na minha adolescência. Minha caminhada na dança do ventre começa somente em 2012, com 28 anos. Em viagem familiar explorei diferentes culturas e voltei inspirada a vivenciar novidades; “aberta ao novo” (Perls, 1988).

Aproximadamente 10 quilos acima do meu peso “ideal” pelo olhar biomédico, era o momento de iniciar uma atividade física prazerosa e não mecânica, bem como resgatar minha paixão por dança. Percebo que havia autocuidado se configurando como proposta, uma figura em pré-contato (Perls, 1988).

Estava tão imersa na vontade *versus* receio do preconceito que havia no estilo de dança escolhido que, na ocasião, me convenci que o melhor era uma turma em horário avançado na noite, intitulada “dança do ventre fitness”. Na ocasião, não tinha a compreensão de como introjetos acerca da dança do ventre me influenciavam; agora já descrevo isso abertamente, e mais, problematizo a questão sempre que vejo alguém repetir algum estereótipo mistificado acerca da dança do ventre. No momento, me parecia mais socialmente aceitável começar a atividade aeróbica com dança. Mas não me mantive muito tempo nessa turma.

Recordo dos primeiros dias de aula, dançando com blusas largas e me sentindo estranhamente um peixe fora d’água. Todas as mulheres da turma usavam apenas tops, sem blusa, expondo o ventre qualquer fosse sua forma. Me sentia envergonhada, inapropriada, alienada de mim (Perls, 1988). Aparentemente era mulheres de classe média alta – em função do local onde a escola era situada – e pareciam ter acesso à serviços de qualidade, tais como salões de beleza, clínicas de estética e academia.

Compreender o que havia de diferente entre mim e aquelas mulheres aparentemente tão confiantes sempre me fazia pensar em como a dança as influenciava. Era uma hipótese, que hoje

confirmando em minhas leituras científicas sobre a dança do ventre e minha própria vivência em todos esses anos. Com estudo, autopercepção e diálogo com colegas das turmas fui entendendo o que Maciel *et al.* (2020) afirmam a respeito da dança como uma importante estratégia de reflexão e revisão de conceitos a respeito de si próprio e ao próximo.

Em pouco mais de dois meses de aula, tive a proposta de viver a primeira apresentação pública, com espectadores, figurino, maquiagem. Eu e um grupo de outras mulheres de “primeira viagem” nesta dança iniciamos uma rotina de estudos e ensaios, ora extremamente prazerosos, ora cansativos. Um processo de enfrentamento pessoal de praticamente todas: mulheres adultas, atarefadas em suas multifunções profissionais e domésticas, buscando dar o melhor de si embebidas na pouca técnica absorvida até aquele momento. Havia enfrentamento da timidez, o medo da crítica, preocupação com o olhar do outro. A apresentação era algo muito diferente para nós.

### 3 A PRIMEIRA APRESENTAÇÃO

Eu já havia feito muitas apresentações públicas de dança. No entanto, naquele momento, eu não era mais criança e nunca havia apresentado nada parecido com dança do ventre.

**Figura 2** – A primeira apresentação



Fonte: acervo pessoal da pesquisadora; reprodução autorizada

No registro, não restam dúvidas de como eu estava verdadeiramente feliz, me recorro na memória corporal do momento. Embora desconfortável com a imagem e a fragilidade das técnicas em processo de apreensão, eu definitivamente senti o momento. E lembro dele com carinho. Foi uma noite

prazerosa, acima de qualquer detalhe a ser ajustado. Vivi o contato, vivi o presente, aceitei o que estava disponível, deixei partir o que era passageiro (Perls, 1988; Zinker, 2007).

Na prática da dança do ventre sempre me senti feliz, leve. Aulas divertidas, momentos de prazer compartilhados e que proporcionavam bem estar geral, o que é ratificado por pesquisa de Maciel *et al.* (2020) acerca dos fatores que motivam mulheres a buscar a dança do ventre; os resultados apresentam que o aspecto motivacional mais relevante para a amostra foi a “Diversão e Bem-estar”, seguido do “Controle do Estresse” como motivações para a prática.

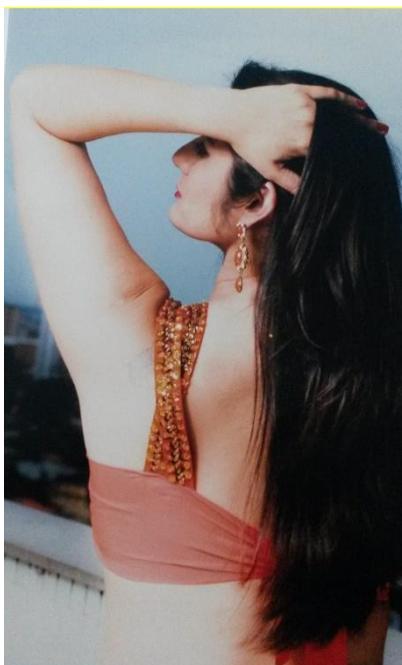
Somente com o tempo que compreendi porque aquelas 2 horas por semana eram tão importantes para mim. Era quando eu verdadeiramente encontrava comigo, me olhava atenta no espelho, registrava os detalhes, além de estar sempre embalada por músicas, batidas e movimentos sinuosos que agradavam demais todo meu corpo, movimentos novos, outras formas de experimentar meu eu integral.

#### 4 O QUE É POSSÍVEL

O processo de reconhecimento de mim foi se dando aos poucos, em meio às vivências em sala de aula, dinâmicas de grupo e interação com outras mulheres, aproximação de outros corpos, aprender sobre outra cultura em música, expressão, cores e sabores. Entendo aqui a sororidade acontecendo. Fernandes (2021) destaca que é uma palavra recentemente incluída nos dicionários de língua portuguesa bem como vem sendo entoada com veemência por mulheres que lutam pela igualdade de gênero, um tema ético-político bastante atual como uma prática do feminismo.

Podendo ser explicada como uma solidariedade feminina, se estabelece por amizade e reciprocidade entre mulheres que nem precisam ser amigas de fato, no entanto, compartilham de um mesmo ideal, partilhando e apoiando-se entre si, modificando as relações interpessoais e encontrando na sororidade uma maneira de eliminar a competitividade histórica evocada pelo contexto patriarcal. Moe (2012) identificou esta prática e debate que a atração de mulheres pela dança do ventre pode estar atrelada a tentativa das mulheres encontrarem espaços (os quais costumam carecer) que não seja de recreação familiar, onde possam viver em liberdade, como uma fuga de outros espaços de suas vidas que parecem masculinos e/ou onde possam se conectar com o que parece feminino e, nesta condição, se sintam mais completas em energia criativa e compartilhamento de similaridades e apreço mútuo entre mulheres.

**Figura 3** – Processo de autorreconhecimento



Fonte: acervo pessoal da pesquisadora; reprodução autorizada

Neste processo de compreender meu tempo de aprendizado, paulatinamente compreendi quais eram minhas dificuldades nas técnicas, mas também como vivenciava ser mulher nesta sociedade. Identifiquei minhas zonas de conforto e em quais resistências eu me mantinha, em mim e nas minhas relações interpessoais. Para Perls (1988), estar em contato ou em fuga do meio – aceitação ou rejeição – são funções importantes da personalidade global. Estar em contato comigo mesma, minhas necessidades e limitações, também foi possível pela dança, um viés para o autoconhecimento.

O processo de reconhecimento de mim aconteceu na identificação de onde dói a lombar marcada pela hérnia de disco; aconteceu na limitação do movimento e ajuste ao que é possível para mim. Esta compreensão das minhas tensões musculares crônicas também correspondem às minhas próprias dificuldades emocionais, aqui emprestando o conceito de couraça muscular de Reich (1998). As tensões musculares se constituem para proteger o indivíduo contra a experiências emocionais dolorosas e ameaçadoras, atuando como escudo para proteção de impulsos oriundos da própria personalidade e de investidas de outrem. Também servem para manter a economia em equilíbrio retendo a energia que não pode ser descarregada (Lowen, 1982).

A minha consciência corporal foi acontecendo no olhar atento ao meu próprio corpo, veio no gostar do que vejo no espelho, o poder olhar dedicada e demoradamente a como minhas mãos se movimentam e como cabelo mexe. Aconteceu ao longo de ensaios para apresentações teatrais, festas de confraternização, workshops e leituras musicais. Apareceu no registro fotográfico do perfil que eu outrora não gostava.

Nestas observações mais atentas de mim, aprendi a questionar de onde originam minhas influências e concepções de beleza estética corporal, e reconheço a forte influência europeia que recebi na minha formação e construção de ser mulher. Me reconheço adepta aos marcadores socialmente construídos de feminilidade como o movimento balançado, leve, ondulado do quadril, a forma mais arredondada de caminhar. No cuidado mais dedicado a maquiagem e no brilho do cabelo arrumado. Na escolha de roupas que acentuem o que vejo de mais bonito em mim, bem como no acréscimo de adornos brilhantes e chamativos que gosto de usar.

Xavier (2006) tece comentários a este respeito quando enfatiza que, as bailarinas da dança do ventre, ao conviverem habitualmente entre si, imersas na cultura da dança e seus adereços, naturalmente vão se tornando uniformes, usando roupas semelhantes, acessórios parecidos, como que marcadores desta aparência dita historicamente feminina.

Quem é essa outra estrangeira-conhecida só e acompanhada das outras, que passa a se conhecer mais por meio da dança e do encontro com outras mulheres à medida que deixa para trás um certo corpo, um gesto antigo, um estado de rigidez que dá passagem a um estado de soltura? Sair da casca, ou casulo, aceitando suas durezas e tensões [...] (Teles; França, 2020, p. 6-7).

As autoras debatem um estranhamento e reconhecimento do próprio indivíduo muitas vezes visualizado no reflexo alheio, mas também no próprio espelho. Destacam como a aceitação de si é evidente na vivência da dança. Em mim, acontece constantemente nas partes do corpo que gosto mais e nos movimentos que aprendi e que tenho mais destreza e/ou domínio na execução (Teles; França, 2020).

**Figura 4** – Resgate de si



Fonte: acervo pessoal da pesquisadora; reprodução autorizada

O autorreconhecimento aparece na diminuição de qualquer desconforto com a aparência fora do padrão estabelecido socialmente, e também pela aceitação de características pessoais como minha altura,

estilo de cabelo, traços no rosto que lembram pessoas da própria cultura árabe como nariz grande ou contorno do cabelo próximo às orelhas.

Autorreconhecimento que se dá pela validação própria do que tenho de bom e o que ainda posso evoluir, para muito além da aprendizagem dos passos da dança do ventre. Está além do que meu corpo vivencia quando escuta uma música; está no resgate de experiências do passado e também na delimitação e impressão de novas memórias afetivas e relacionais. Esse trabalho é descrito por Zinker (2007) como resgate de si, de acessar memórias da infância/adolescência buscando integrar partes que foram alienadas de si por introjetos outrora construídos.

No filme *Alladim*<sup>1</sup>, uma princesa chamada Jasmine vive a opressão de ser mulher e assim não poder governar sua cidade, mesmo sendo filha única do rei. O pai sultão insiste na busca de um candidato à esposa para que esse possa governar, destacando a compreensão patriarcal presente nessa sociedade, bem como a maneira da princesa se posicionar diante disso. Trechos da música que podem ser absorvidas, refletidas e tomadas como influência por quem assiste a trama infantil na composição “*Ninguém me cala*”<sup>2</sup>: “*Mais uma vez a maré me engoliu, De novo me sinto quebrada, Eu quis falar, mas ninguém me ouviu, Com minha voz sufocada, Não vou chorar, Eu tenho que ser firme, E podem tentar, Tentar me silenciar, Ninguém me cala, Todos querem me ver quieta [...] Ainda que alguém me oprima, Mais ninguém me subestima [...]*”.

Faço referência ao filme no sentido de ressaltar o quanto introjetos podem constituir valores e formas de pensar que, mesmo que não sejam entendidos racionalmente, perpassam por toda a constituição dos sujeitos, está na memória celular impressa pelas vivências nas relações interpessoais desde a infância, em especial de meninas que são submetidas às tramas ficcionais de príncipes e princesas.

Teles e França (2020, p. 4) provocam questionamentos: “Por que alguns movimentos fazem chorar, provocam sensações desconfortáveis e dores? Que heranças, histórias e memórias suscitamos ao dançar as danças do ventre? O que se ruma em nossos ventres?” A este respeito afirmo que a dança é uma linguagem, é expressão de mim pelo movimento. O que acontece comigo transparece por todas as minhas células, sou um sistema que responde a todo e qualquer estímulo vivenciado na minha relação com o mundo que foi construído historicamente, confirmado nas palavras de Zinker (2007) de que o corpo é escultura, é imaginação, é criação no espaço enquanto se move. A experiência de movimento é orgânica.

<sup>1</sup> Produção cinematográfica de Walt Disney de 1992, com reedição em 2019.

<sup>2</sup> Composição: Benj Pasek e Justin Paul/Alan Menken, traduzida para o português da original “*Speechless*”.

## 5 A APRESENTAÇÃO DE SOLO EM TEATRO

Dançar em um teatro é uma experiência peculiar. Quem é do norte do país conhece a imponência do principal teatro da cidade. Um lugar histórico, emocionante, inspirador para qualquer artista. Dançar em seu palco é a realização de um sonho para muitos. Eu dancei nele muitas vezes, quando criança, todavia, sem dúvida, dançar solo tem um poder mágico de nos transformar no holofote principal e isso foi verdadeiramente significativo de ser vivido ali, bem no centro do Teatro da Paz.

**Figura 5** – Apresentação de solo



Fonte: acervo pessoal da pesquisadora; reprodução autorizada

Uma lembrança memorável, indescritível. Jamais assisti qualquer vídeo que tivesse sido registrado naquela noite para nem correr o risco de atrapalhar a memória sentida corporalmente no vivido. Foram tantas emoções explodindo em 9 minutos, ao som da maravilhosa Umm Kulthum no clássico egípcio Inta Omri. Experiência vivida que qualquer registro não sintetizaria. Uma integração espetacular com o escuro típico dos teatros, de uma forma que há uma continuidade infinita entre a protagonista e as bordas do tablado de madeira coberto por linóleo, como bem destaca Baptista (2018) acerca dessa vivência.

A plateia se funde a escuridão e passa a fazer parte dessa massa sem fim, homogênea e silenciosa que se estende do palco. Mas quando as cortinas se abrem e os holofotes se acendem, o palco ganha vida [...] O palco é lugar de potência, mas também de fragilidade. É o cume da montanha. É o "finalmente". É onde tudo se realiza, acontece [...] (Baptista, 2018, p. 43).

Viver esta dança foi um marco. Empoderamento, autoconfiança, determinação, realização. Sardenberg (2012) destaca que um dos principais significados de empoderamento de mulheres é, na

compreensão das lutas feministas, a representação de um processo de conquista de autonomia, constituindo simultaneamente um instrumento/meio e um fim em si próprio. Ressalta que o “poder” é a questão central podendo ser: *sobre* – quando se refere à dominação; *de dentro* - referente à autoestima, autoconfiança; *para* - capacidade para fazer algo, alargar possibilidades; *com* - trata-se do poder solidário, compartilhado.

Como a dança pode proporcionar sentimentos tão intensos, importantes, diria até fundamentais para as relações interpessoais?! Nas palavras de Teles e França (2020, p. 5): “[...] se a memória corporifica, vira membro, ela também passa a dançar junto, se faz presente na cena”.

Desde esse solo, minha dança nunca mais foi a mesma. Assim vem sendo desde que cada nova experiência vem sendo integrada à minha história. Todas as compreensões deste poder comparecem hoje na minha vida, como dominação de mim mesma e dos meus propósitos, como autoconfiança, como me sentir capaz para fazer algo, como ter um poder compartilhado. No meu matrimônio o topo do meu bolo foi minha representação vestida com figurino branco de dança do ventre, bem como vivi minha primeira e segunda gestação dançando. Os elementos ritualísticos e marcos históricos sempre entrelaçados pela experiência de dançar. Tantas mudanças nas relações interpessoais, no corpo.

## 6 REGISTRO DA SEGUNDA GESTAÇÃO

A dança do ventre é um viés de vivência do ventre muito determinado pela execução de movimentos que tem nesta parte da anatomia humana grande centralidade. Obviamente por ser uma dança, há uma vivência totalizada de movimentos que envolvem braços, tronco, membros inferiores, cabeça, entre outras tantas partes do corpo.

O ventre traz em si o poder do nome dado como título à dança; embora tenha diferentes nomenclaturas e não referenciar sempre “ventre”. Salgueiro (2012) destaca que mesmo na nomenclatura, na execução da dança do ventre, esta é a parte do corpo que tem menor número de passos específicos, sendo o real protagonista o quadril.

Na minha vivência de mulher, grávida e bailarina, me oportuneizei dançar diversas vezes com um “barrigão”, sendo, sem dúvida, momentos singulares, compartilhados com minhas bebês ainda no ventre. Me sentia energizada após uma aula executada, mesmo com idade gestacional avançada e com as limitações decorrentes. Respeitando os meus limites, vivenciei essa experiência em apresentações e ensaio fotográfico, me sentindo realmente muito linda, como muitas vezes anteriormente não me sentia.

**Figura 6** – A segunda gestação



Fonte: acervo pessoal da pesquisadora; reprodução autorizada

Mesmo já tendo se passado seis anos desde minha primeira gestação, a emoção vivida nestas oportunidades de dançar grávida ainda são muito vívidas em mim, o que ficou ainda mais ratificado quando selecionei registros para esta fotobiografia. Gotlib (2009, p. 13-14) destaca que registros efetivados em imagens de tempos passados não se propõe apenas a restituir o que foi abolido pelo tempo, pela distância; a imagem “[...] permite atestar que aquilo que ali se vê, existiu. Isto é, coloca o espectador, o que vê, diante de algo que não é extraordinário [...] coloca-o diante do que efetivamente aconteceu: o real em estado passado. E conclui: isso é, ao mesmo tempo, o passado e o real”.

A partir de todo esse processo, atualmente me dedico a promover oportunidades de outras mulheres vivenciarem o processo de autoconhecimento pela dança do ventre, já tendo oportunizado à diferentes mulheres uma proposta de workshop, bem como tenho me empenhado em desmistificar aspectos equivocados acerca do imaginário da dança do ventre (Leite; Seibt, 2022) e traçando propostas de trabalho terapêutico com grupos (Vale; Leite, 2023).

## 7 A ÚLTIMA APRESENTAÇÃO PÚBLICA

Meu tempo de vivência da dança do ventre, somado aos estudos teóricos e práticos alcançados durante 12 anos hoje me permitem viver uma dança muito mais leve, espontânea, fluida. Penso que a confiança adquirida nessa caminhada hoje me permite vivenciar um corpo integrado, flexível, harmonizado.

Me sinto menos crítica comigo, me permitindo experimentar figurinos e ritmos que nunca havia dançado. Sair da zona de conforto tem sido prazerosamente uma nova forma de estar-no-mundo. O registro da minha última apresentação de dança do ventre transpira leveza, diversão, autoconfiança. Maciel et al. (2020) afirmam que, com o passar do tempo, a dança passa a ter mais valor pela própria prática e, cada vez mais, as pessoas deixam de dar grande importância a outros aspectos como aparência física ou o valor dado às competições, pois o mais valioso é a melhor aceitação de si e a qualidade no relacionar-se com seus próprios sentimentos.

O ritmo que escolhi foi o Baladi, uma dança do povo, da mulher segura de si, sendo comum entre as bailarinas dizer que assumir “a mulher bem baladizuda” é estar à vontade, poder fazer brincadeiras com a audiência, assumir a mulher que pode seduzir se assim desejar, mas não com intuito de envolvimento com ninguém (Middle; James, 2017). Estar ali apenas vivendo seu momento de dançar, feliz, plena. Baptista (2018) destaca que “[...] A leitura da música, a sensibilidade na construção dos movimentos e sua entrega para experiência são elementos que inserem bailarino dentro da própria arte que ele constrói. Ele é, ao mesmo tempo, instrumento e resultado de si”.

**Figura 7** – A última apresentação pública



Fonte: acervo pessoal da pesquisadora; reprodução autorizada

Como sujeito histórico, marcado pela constituição relacional e cultural, sinto maior integração eu-corpo com a dança a medida que os anos passaram. Noto como minha história de constituição como mulher perpassa pela minha vivência da dança como ato de expressão, como viés de comunicação, como linguagem de mim.

## 8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Abordar a mulher-bailarina que me tornei e venho construindo é um importante processo de auto resgate, e fazê-lo a partir de registros fotográficos foi uma aventura deliciosamente divertida e interessante. A partir da minha própria vivência reconheço todos os avanços que obtive nesta caminhada, principalmente ao que se refere ao reconhecimento de mim, executando pessoalmente um trabalho de regulação orgânica o qual acredito ser de extrema valia como trabalho de autoconhecimento.

Ao me relacionar com o meio, me dispus a me transformar, assim como fui sendo transformada pelo meio, em uma relação mútua de interferências. Ajusto-me às situações as quais me submeto, crio constantemente novas formas de lidar, enfrentar, resolver, o que me ocorre. A consciência corporal adquirida e reconhecimento de como eu estava e de como venho me tornando neste eterno vir-a-ser têm se constituído um processo de assimilação e crescimento muito significativo para mim.

Neste percurso, compreendi a importância de estudar todo o processo de autoconhecimento vivido, estendendo-a a compreensão de experiências de outras protagonistas. Verdaderamente acredito na dança do ventre como forma de expressão, como caminho terapêutico de autocuidado e ferramenta importante de saúde, tanto preventivamente como de recuperação de um estado integral.

A partir disso, promovi palestras, seminários, participei em congressos e ministrei oficinas como compreensão e também promoção educativa da vivência terapêutica da dança na minha vida. Atualmente estudo a dança do ventre como recurso terapêutico e de autoconhecimento constituindo publicações na temática (Vale; Leite, 2023; Leite, 2023; Leite; Seibt, 2022) e minha tese de Doutorado em Psicologia.

Como bailarina, psicóloga e também pesquisadora, confio no potencial da dança do ventre como instrumento viabilizador da organização de si, com identificação, integração e assimilação de partes alienadas de todo indivíduo, e conseqüentemente, um importante processo de crescimento individual.

## AGRADECIMENTOS

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) constituindo parte da pesquisa de Doutorado em Psicologia.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, L.; PIMENTEL, A. A prática da pesquisa fenomenológica pelo doutorando. *In*: PIMENTEL, A.; LEMOS, F. C. S.; FREITAS, R. (org.). *A escuta clínica na Amazônia*. Belém: Universidade Federal do Pará. 2017. v. 1. p. 185-199.

BAPTISTA, T. da S. *A dança do ventre: movimento e expressão*. 2018. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2018. Disponível em:

<https://teses.usp.br/teses/disponiveis/39/39136/tde-21012020-141043/pt-br.php>. Acesso em: 12 jul. 2024.

BRUNO, F. Fotobiografia: por uma metodologia da estética em antropologia. *Resgate*, Campinas, v. 17, n. 19, p. 27-45, jan./jul. 2010. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/>. Acesso em: 12 jul. 2024.

COLARES LAVAND, A. R. *Ánima Trama: dança e artes mágicas como processo de autocriação*. 2021. Tese (Doutorado em Artes) – Programa de Pós-Graduação em Artes, Universidade Federal do Pará, Belém. 2021.

FEIJOO, A. M. L. C. de. Percurso profissional na psicologia clínica humanista, fenomenologia e hermenêutica. In: PIMENTEL, A.; LEMOS, F. C. S.; FREITAS, R. (org.). *A escuta clínica na Amazônia*. Belém: Universidade Federal do Pará. 2017. v. 1. p. 73-85.

FERNANDES, E. B. Morte ao patriarcado: fraternidade, irmandade, sororidade. *Cadernos Pagu*, Campinas, n. 63, e216309, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cpa/a/kzKGBT3svhfMHF96CNrVSnj/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 12 jul. 2024.

GOTLIB, N. B. *Clarice fotobiografia*. 2. ed. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 2009.

LEITE, A. P. C. M. A integração eu-corpo na dança do ventre: relato de uma formação. In: PEDROSO, J. da S.; SILVA, C. V.; BRANDÃO, F. M. V. (org.). *Ciência da palhaçaria: estudos teóricos e práticas em saúde mental*. 1. ed. Porto Alegre: Editora Rede Unida, 2023. p. 140-151.

LEITE, A. P. C. M.; SEIBT, C. L. A dança do ventre como autocuidado: respeito, acolhimento, reconhecimento. *Gênero na Amazônia*, Belém, n. 22, p. 15-26, jul./dez., 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufpa.br/index.php/generoamazonia/article/view/13462>. Acesso em: 12 jul. 2024.

LEITE, A. P. C. M. Amorosidade na psicoterapia: manejo clínico de mulheres para enfrentamento da violência. In: GARCIA JR., C. A.; CECCON, R. F. (org.). *Narrativas de violência e saúde mental: experiências e territórios*. Porto Alegre: Editora Rede Unida, 2024.

LOWEN, A. *Bioenergética*. Trad. Maria Sílvia Mourão Netto. 2. ed. São Paulo: Summus, 1982.

MACIEL, R. C.; NOCE, F.; BOLETINI, T. L.; MELO, C. C. de. Análise dos fatores motivacionais que levam a prática de dança do ventre. *Revista Pensar a Prática*, Goiânia, v. 23, e54653, 2020. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/54653>. Acesso em: 12 jul. 2024.

MIDDLEJ, L.; JAMES, M. *Folclore árabe: cultura, arte e dança*. 1. ed. São Paulo: Kaleidoscópio de ideias, 2017.

MOE, A. M. Beyond the belly: an appraisal of middle eastern dance (aka belly dance) as leisure. *Journal of Leisure Research*, London, v. 44, n. 2, p. 201-233, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/00222216.2012.11950262>. Acesso em: 12 jul. 2024.

PERLS, F. *A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia*. 2. ed. Rio de Janeiro: LTC. 1988.

REICH, W. *Análise do caráter*. Trad. Ricardo Amaral do Rego. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

REIS, A. C. dos. *A atividade estética da dança do ventre*. 2007. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis. 2007. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/90814>. Acesso em: 12 jul. 2024.

REIS, A. C. dos; ZANELLA, A. V. A constituição do sujeito na atividade estética da dança do ventre. *Psicologia & Sociedade*, Belo Horizonte, v. 22, n. 1, p. 149-156, 2010. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-71822010000100018&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-71822010000100018&script=sci_abstract&tlng=pt). Acesso em: 12 jul. 2024.

SALGUEIRO, R. da R. “*Um longo arabesco*”: corpo, subjetividade e transnacionalismo a partir da dança do ventre. Tese (Doutorado em Antropologia Social) - Universidade de Brasília, Brasília, 2012. Disponível em: <https://repositorio.unb.br/handle/10482/11249>. Acesso em: 12 jul. 2024.

SARAIVA, S. V. B. Gestalt-terapia e gênero: perspectivas em relações assimétricas de poder. In: ALVIM, M.; BARROS, P.; ALENCAR, S.; BRITO, V. (org.). *Por uma Gestalt-terapia crítica e política: relações raciais, gênero e diversidade sexual*. Porto Alegre: Editora Fi, 2022. *E-book*. p. 427- 447. Disponível em: <http://www.editorafi.org>. Acesso em: 17 jul. 2024.

SARDENBERG, C. M. B. *Conceituando “empoderamento” na perspectiva feminista*. João Pessoa, 2012. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/handle/ri/6848>. Acesso em: 12 jul. 2024.

SOARES, T. de. P. Desmanchando o “monocorpo”: enlances gestálticos decoloniais. In: ALVIM, M.; BARROS, P.; ALENCAR, S.; BRITO, V. (org.). *Por uma Gestalt-terapia crítica e política: relações raciais, gênero e diversidade sexual*. Porto Alegre: Editora Fi, 2022. *E-book*. p. 136-155. Disponível em: <http://www.editorafi.org>. Acesso em: 12 jul. 2024.

TELES, E.; FRANÇA, M. E agora, quem somos nós a cada encontro? Dançando e dissentindo o cuidado desde dentro. *Pesquisas e Práticas Psicossociais*, São João del-Rei, v. 15, n. 3, e-3562, jul./set. 2020. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-89082020000300014](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082020000300014). Acesso em: 12 jul. 2024.

VALE, K. S. do., LEITE, A. P. C. M. Psicoterapia gestáltica em grupo para mulheres: reconhecimento de si e empoderamento feminino. *Phenomenological Studies - Revista da Abordagem Gestáltica*, v. 29, n. 1. Disponível em: <https://itgt.com.br/rag/index.php/go/article/download/135/74/581>. Acesso em: 12 jul. 2024.

XAVIER, C. N. [...] 5,6,7, ∞... *Do oito ao infinito*: por uma dança sem ventre, performática, híbrida, impertinente. Dissertação (Mestrado em Artes) - Universidade de Brasília, Brasília, DF, 2006. Disponível em: <https://repositorio.unb.br/handle/10482/5669>. Acesso em: 12 jul. 2024.

ZINKER, J. *Processo criativo em Gestalt-terapia*. 2. ed. São Paulo: Summus editorial. 2007.

***Title***

Photobiography: self-recognition through bellydance.

***Abstract***

Report of a phenomenological qualitative experience that, through photobiography, presents how the process of self-recognition occurred through belly dancing. The objective was to understand how body expression through belly dancing presents the author in the world. She recognized herself as a woman, rescuing self-image, self-esteem and female empowerment.

***Keywords***

Photobiography; self-recognition; bellydance; gestalt-therapy.

---

Recebido em: 20/01/2024

Aceito em: 22/07/2024