

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA
INSTITUTO DE ARTES
CURSO DE ARTES VISUAIS**

ANA LARA N.B. COSTA

**UM PENSAR DE RITOS COTIDIANOS QUE ABRANGEM YOGA, ARTE,
EDUCAÇÃO E TATUAGEM**

UBERLÂNDIA

2021

ANA LARA N.B. COSTA

**UM PENSAR DE RITOS COTIDIANOS QUE ABRANGEM YOGA, ARTE,
EDUCAÇÃO E TATUAGEM**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Artes Visuais da Universidade Federal de Uberlândia como parte dos requisitos necessários para obtenção do título de Bacharelado e Licenciatura em Artes Visuais.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Luciana Mourão Arslan.

UBERLÂNDIA

2021

ANA LARA N.B. COSTA

**UM PENSAR DE RITOS COTIDIANOS QUE ABRANGEM YOGA, ARTE,
EDUCAÇÃO E TATUAGEM**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Artes Visuais da Universidade Federal de Uberlândia como parte dos requisitos necessários para obtenção do título de Bacharelado e Licenciatura em Artes Visuais.

Uberlândia, 19 de junho de 2021.

Prof.^a Dr.^a Luciana Mourão Arslan- Orientadora

Clarissa Monteiro Borges

Membro da banca

Pollyana Ferreira Rosa

Membro da banca

RESUMO

Nesta autoetnografia revisitei memórias e relatos de vivências e experiências pelo Brasil. Mergulhando nelas compreendo como meu caminho de artista foi se construindo, atravessando-se por assuntos que envolvem educação, yoga, tatuagem e ritual. Ao longo dessa pesquisa vou reconhecendo o ato de criar como ritualístico e busco entender como isso repercutiu em minhas ações com as oficinas de processo artístico que utilizaram ferramentas do yoga, e nos processos que envolvem a tatuagem.

Palavras-chave: ritos e rituais; arte; trance; yoga; tatuagem.

ABSTRACT

In this autoethnography I revisited memories and reports of experiences in Brasil. Diving in them, I understand how my path as an artist was built, crossing through subjects that involve education, yoga, tattoos and ritual. Throughout this research, I recognize the act of creating as ritualistic and seek to understand how this impacted on my actions with the artistic process workshops that used yoga tools, and on the processes involving tattooing.

Keywords: rites and rituals; art; trance; yoga; tattoo

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1- Mineradora Kinross Gold Corporation, Paracatu-MG, fotografia de Dida Sampaio, 2017.....	17
Figura 2- Mar-a-mar, fotografia, Ana Lara Costa 2018.....	19
Figura 3- Nutrir, fotografia, Ana Lara Costa 2016.....	20
Figura 4- A beterraba, foto-poema, Ana Lara Costa, 2017.....	21
Figura 5- Sangue sagrado-Jay Kali ma- a oferenda, vídeo, Ana Lara Costa, 2018.....	22
Figura 6- Chão de boldo, fotografia, Ana Lara Costa, 2016.....	25
Figura 7- Secagem, fotografia, Ana Lara Costa, 2016.....	26
Figura 8- Nutrir-colher, fotografia, Ana Lara Costa, 2016.....	27
Figura 9- Mulher pedra, fotografia com sobreposição, Ana Lara Costa, 2015.....	29
Figura 10- Mulher pedra, fotografia com sobreposição, Ana Lara Costa, 2015.....	30

Figura 11- Mulher pedra, fotografia com sobreposição, Ana Lara Costa, 2015.....	29
Figura 12- Mulher pedra, fotografia com montagem, Ana Lara Costa, 2015.....	30
Figura 13- Mulher pedra, fotografia com montagem, Ana Lara Costa, 2015.....	30
Figura 14- Sem título, nanquin sobre folha, Ana Lara Costa, 2014.....	33
Figura 15- Sem título, nanquin sobre folha, Ana Lara Costa, 2014.....	33
Figura 16- Sol solar, colagem, Ana Lara Costa, 2015.....	34
Figura 17: Série “Fuga pro mar”, desenho, Ana Lara Costa, 2016.....	35
Figura 18- Colagem gráfica, Ana Lara Costa, 2015.....	36
Figura 19- <i>Yantra muladhara chakra</i> , papel, lápis de cor e tinta, A4, Ana Lara Costa, 2018.....	37
Figura 20- Série “Fuga pro mar”, desenho, Ana Lara Costa, 2016.....	39
Figura 21- Corpo em transe, fotografia, Ana Lara Costa, 2015.....	41

Figura 22- Vagator by Moonlight, Goa, foto de Michel Hilzinger, 1976.....	44
Figura 23- Festa no topo de Chapora Fort, Goa, foto de Piers Ciappara, 1988.....	47
Figura 24- Dia da lua cheia, manhã, Anjuna, Goa, foto de Jacques Lastry, 1979.....	47
Figura 25- Festa em Vagator, Goa, temporada 1987–88, crédito da foto indisponível.....	48
Figura 26- Magga- festival de música e cultura, Serra da Canastra-MG, Ana Lara Costa, 2015.....	51
Figura 27- Kundalini -festival de música e cultura,Canions de São Jose dos ausentes,Celula organica, 2016.....	52
Figura 28- Magga- festival de música e cultura, Serra da Canastra-MG. intervenção artística, foto de Ana Lara Costa, 2015.....	53
Figura 29- Magga- festival de música e cultura, Serra da Canastra-MG, intervenção artística, foto de Ana Lara Costa, 2015.....	53
Figura 30- Magga- festival de música e cultura, mainfloor, Serra da Canastra- MG, Ana Lara Costa, 2015.....	54

Figura 31- Pintura corporal, tinta guache, Festival Magga, 2015 Pintura corporal, tinta guache, Paracatu, Ana Lara Costa 2016.....	53
Figura 32- Pintura corporal tinta guache, Uberlândia, Ana Lara Costa 2015.....	56
Figura 33- Pintura corporal, tinta guache, Festival Magga, Serra da Canastra, Ana Lara Costa 2015.....	57
Figura 34- Pintura corporal, tinta guache, Uberlândia, Ana Lara Costa 2015.....	58
Figura 35- Intervenção artística “Fauno”, festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão-PR, Indy Fotografia, 2016.....	59
Figura 36- Intervenção artística “Fauno” no festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão- PR, Roots arte e cultura, 2016.....	60
Figura 37- Intervenção artística “Fauno” no festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão-PR, Indy Fotografia, 2016.....	61
Figura 38- Intervenção artística “Fauno” no festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão-PR, Indy Fotografia, 2016.....	62
Figura 39- <i>Chillout</i> do festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão- PR, Tripphotos, 2016.....	63

Figura 40- <i>Chillout</i> no Festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão- PR, Tripphotos, 2016.....	63
Figura 41- <i>Chillout</i> no Festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão- PR, Tripphotos, 2016.....	64
Figura 42. Lojinha de arte, festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão- PR, Tripphotos, 2016.....	65
Figura 43- Decoração, festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão-PR, Tripphotos, 2016.....	65
Figura 44- Portal, festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão-PR, Tripphotos, 2016.....	66
Figura 45- Mainfloor, festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão- PR, Tripphotos, 2016.....	66
Figura 46- Intervenção artística “Fauno” no festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão-PR, Kenosenetrash, 2016.....	67
Figura 47- Intervenção artística “Fauno” no festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão-PR, 2016.....	68
Figura 48- Mainfloor, Festival Kundalini, Cânions em São José dos Ausentes-RS, Triphoto, 2016.....	70
Figura 49- Tenda da cura, Festival Kundalini, Cânions de São José dos Ausentes-RS, Triphoto, 2016.....	71

Figura 50- <i>Chillout</i> na borda dos Cânions, Festival Kundalini, São José dos Ausentes-RS, 2016.....	72
Figura 51- Montanhas avistadas dos Cânions, Festival Kundalini, São José dos Ausentes-RS, 2016.....	72
Figura 52- Cânions, Festival Kundalini, São José dos Ausentes-RS,2016.....	73
Figura 53- Livro de artista, linoleogravura, folha canson 200g, Ana Lara Costa, 2016.....	74
Figura 54- Livro de artista, linoleogravura, folha canson 200g, Ana Lara Costa, 2016.....	75
Figura 55- Livro de artista, linoleogravura, folha canson 200g, Ana Lara Costa, 2016.....	76
Figura 56- Livro de artista, linoleogravura, folha canson 200g, Ana Lara Costa, 2016.....	77
Figura 57- Da série “Flutuando no sideral”, desenho em naquin com tratamento de imagem, Ana Lara Costa, 2016.....	78
Figura 58- Da série “Flutuando no sideral”, desenho em naquin com tratamento de imagem, Ana Lara Costa, 2016.....	79

Figura 59- Da série “Flutuando no sideral”, desenho em naquin com tratamento de imagem, Ana Lara Costa, 2016.....80

Figura 60- Da série “Flutuando no sideral”, desenho em naquin com tratamento de imagem, Ana Lara Costa, 2016.....81

Figura 61- Intervenção artística “Faunos do bosque”, Festival Floresta Infectada, Ana Lara Costa, Déborah Macedo, 2016.....82

Figura 62- Intervenção artística “Faunos do bosque”, Festival Floresta Infectada, Ana Lara Costa, Déborah Macedo, 2016.....83

Figura 63- Intervenção artística “Faunos do bosque”, Festival Floresta Infectada, Ana Lara Costa, Déborah Macedo, 2016.....84

Figura 64- Intervenção artística “Faunos do bosque”, Festival Floresta Infectada, Ana Lara Costa, Déborah Macedo, 2016.....85

Figura 65-Intervenção artística “Faunos do bosque”, Festival Floresta Infectada, Ana Lara Costa, Déborah Macedo, 2016.....86

Figura 66- Sarau das Artes- OCUPA Bloco 3M UFU, Beiradestrada, Ana Lara Costa e Roberto 2016.....87

Figura 67- Sarau das Artes- OCUPA, Bloco 3M UFU, Beiradestrada, Ana Lara Costa e Roberto 2016.....87

Figura 68- Sarau das Artes- OCUPA, Bloco 3M UFU, Beiradestrada, Ana Lara Costa e Roberto 2016.....	88
Figura 69- Sarau das Artes- OCUPA, Bloco 3M UFU, Beiradestrada, Ana Lara Costa e Roberto 2016.....	88
Figura 70- Sarau das Artes- OCUPA, Bloco 3M UFU, Beiradestrada, Ana Lara Costa e Roberto 2016.....	89
Figura 71 - Sarau das Artes, OCUPA Bloco 3M UFU, Beiradestrada, Ana Lara Costa e Roberto 2016.....	89
Figura 72- Varal variante no sarau das Artes- OCUPA, Bloco 3M UFU, Ana Lara Costa e Roberto Beiradestrada, 2016.....	90
Figura 73- Intervenção artística no sarau das Artes – OCUPA, Bloco 3M UFU, Beiradestrada, Ana Lara Costa e Roberto 2016.....	90
Figura 74- Sarau das Artes – OCUPA, Apresentação de Natania Borges e banda, Bloco 3M UFU, Beiradestrada, Ana Lara Costa e Roberto 2016.....	91
Figura 75- Oficina de modelo vivo no sarau das Artes – OCUPA, Bloco 3M UFU, Beiradestrada, Ana Lara Costa e Roberto 2016.....	91
Figura 76- Artivismo - Manifestação dos estudantes de arte contra a aprovação da PEC 55, viaduto da Av. João Naves de Ávila, Uberlândia-MG, Ana Lara Costa 2016.....	92

Figura 77- Fornada de cerâmica dos alunos da UFU conduzida pela Prof. Regina, como parte de uma proposta do Prof. Palumbo nas aula de história da arte no Brasil, Uberlândia, Ana Lara Costa, 2017.....93

Figura 78- Fornada de cerâmica dos alunos da UFU conduzida pela Prof. Regina, como parte de uma proposta do Prof. Palumbo nas aula de história da arte no Brasil, Uberlândia, Ana Lara Costa, 2017.....91

Figura 79- Fornada de cerâmica dos alunos da UFU conduzida pela Prof. Regina, como parte de uma proposta do Prof. Palumbo nas aula de história da arte no Brasil, Uberlândia, Ana Lara Costa, 2017.....91

Figura 80- Fornada de cerâmica dos alunos da UFU conduzida pela Prof. Regina, como parte de uma proposta do Prof. Palumbo nas aula de história da arte no Brasil, Uberlândia, Ana Lara Costa, 2017.....95

Figura 81- Fornada de cerâmica dos alunos da UFU conduzida pela Prof. Regina, como parte de uma proposta do Prof. Palumbo nas aula de história da arte no Brasil, Uberlândia, Ana Lara Costa, 2017.....95

Figura 82- Fornada de cerâmica dos alunos da UFU conduzida pela Prof. Regina, como parte de uma proposta do Prof. Palumbo nas aula de história da arte no Brasil, Uberlândia, Ana Lara Costa, 2017.....96

Figura 83- Formação em *Purna Yoga* (Yoga integral) no *Ashram Sri Aurobindo*, Paloma Lima, 2017.....98

Figura 84- Apresentação de Odissi “Atma”, São Sebastião-SP, Ana Lara Costa, 2018.....	95
Figura 85- Apresentação de Odissi “Atma”, São Sebastião-SP, Ana Lara Costa, 2018.....	96
Figura 86- Apresentação de Odissi “Atma”, São Sebastião-SP, Ana Lara Costa, 2018.....	97
Figura 87- Apresentação de Odissi “Atma”, São Sebastião-SP, Ana Lara Costa, 2018.....	98
Figura 88- Apresentação de Odissi “Atma”, São Sebastião-SP, Ana Lara Costa, 2018.....	98
Figura 89- Apresentação de Odissi “Atma”, São Sebastião-SP, Ana Lara Costa, 2018.....	99
Figura 90- Cerimônia de Casamento Indiano, Centro Hare Krishna, São Paulo- SP, Ana Lara Costa, 2018.....	100
Figura 91- Pirâmide usada para <i>Agnihotra</i> (cerimônia de fogo), Centro <i>Hare Krishna</i> , São Paulo-SP, Ana Lara Costa, 2018.....	100
Figura 92- Cerimônia de Casamento Indiano, Centro <i>Hare Krishna</i> , São Paulo- SP, Ana Lara Costa, 2018.....	101
Figura 93- <i>Yantra</i> indiano de metal, internet, 2021.....	106

Figura 94- Yantras indianos de metal, internet, 2021.....	106
Figura 95- Yantra de Durga, acrílica sobre tela 1mx80cm, Ana Lara Costa, 2018.....	107
Figura 96- Foto montagem, série “Atma”, exposição coletiva dos alunos da UFU no MUNA, Ana Lara Costa, Victor Nigro, 2018.....	108
Figura 97- Yantra Ganesha, acrílica sobre tela, Ana Lara Costa, 2018.....	109
Figura 98- Yantra Saraswati, acrílica sobre tela, Ana Lara Costa, 2019.....	109
Figura 99- Sri Yantra, acrílica sobre tela, Ana Lara Costa, 2019.....	109
Figura 100- Logo criada a partir de um Yantra. Trabalho conjunto de Ana Lara Costa e Déborah Macedo, 2019.....	110
Figura 101-Festival de cultura #UFUEMCASA, oficina realizada por Ana Lara Costa de forma online, 2020.....	113
Figura 102- Fotografia da performance “Amor*”, realizada por Márcia e Douglas. Ana Lara Costa, 2017.....	114
Figura 103-Cacau-horihana-tatuagem Tebori, sem data.....	117
Figura 104-Tatuagem na Tailândia: Sak Yant a agulha de bambu fica dentro desse canudo metálico, Imagem Sheila Dee. https://www.vounajanela.com/tailandia/como-	

[fazer-uma-tatuagem-](#)

[sak.yant/.....118](#)

Figura 105-Whang Od uma antiga tatuadora Kalinga tradicional(manbabatok),imagem Jorge Fernandez Afamy.
.....119

Figura 106- Processo de criação de selo, São Paulo- SP, Ana Lara Costa, 2019.....120

Figura 107- Selo eternizado na pele, técnica Handpoked, São Paulo-SP, Ana Lara Costa, 2019.....121

Figura 108- Selo folha de jurema, técnica *handpoked*, Uberlândia, Ana Lara Costa, 2019.....122

Figura 109- Ritual nômade (nome dado as tattoos feitas em espaço aberto), técnica *handpoked*, Cavalcante-GO, Ana Lara Costa, 2019.....123

Figura 110- Técnica *handpoked*, Cavalcante-GO, Ana Lara Costa, 2019.....124

SUMÁRIO

1- Da pesquisadora-aranha e sua troca de casca.....	14
2- “Eldorado”	15
2.1- Resignificando o vermelho.....	17
3- Ritos e Rituais- poder de escolha	22
3.1- Pequenos ritos cotidianos -plantar.....	23
4- O ouro que sai da terra	27
5- Arte visionária	32
6- Corpo em transe	39
7- O risco	43
8- Festivais Trance- o corpo em ação.....	44
8.1- Novos suportes artísticos -pintura faciais	54
8.2- Enteógenos e psicodélicos	68
9- Xilogravura, identidade visual, ilustração	73
10- Netos de Saturno- intervenção artística dos Faunos	82
11- Ocupação - ativismo- 2016.....	87
12- Cerâmica.....	92
13- O contato com Yoga, <i>Yantra</i> e Odissi.....	97
13.1- <i>Yantras</i>	106
14- Ação em pandemia - oficinas.....	111
15- Tatuagem e os selos.....	115
15.1- O encanto e a magia da tatuagem manual sem uso de energia elétrica .	115
16- Considerações finais.....	124
Referências.....	126

1- Da pesquisadora-aranha e sua troca de casca

Neste texto apresentarei uma pesquisa orientada pela autoetnografia, onde me implico no mapa que construo de trajetórias, vivências, experiências e visualidades da cultura psicodélica¹ dos festivais trance e viagens que influenciaram meu processo criativo. Baseio-me em impressões resultantes das minhas experiências e reflito sobre minha própria atuação como artista e educadora. De uma forma experimental utilizo dispositivos processuais aprendidos durante meus caminhos com o yoga² e a cultura psicodélica para investigar, aprimorar e reconhecer meu lugar como artista e educadora.

Assim penso também em como unir esses universos que me permeiam (educação, yoga, arte, tatuagem e rituais) para criar propostas diversas e dinâmicas que cultivem um processo educativo e criativo na sociedade. Neste texto, ainda interessa-me enunciar possibilidades de recortes para futuras investigações relacionadas aos amplos campos que envolvem “arte, rito e tatuagem” e “arte, yoga e educação”.

Comecei a minha investigação através da construção de memórias e experiências minhas. Parei um tempo para olhar para dentro, e do interior pude entender a vulnerabilidade, permitindo-me ser mais flexível: como um bambu observando a natureza.

Este processo não objetivou a construção de uma identidade estável ou permanente, ao definir o artista na cultura psicodélica. Este trabalho de conclusão de revelou o amadurecimento do meu processo de formação, que ocorreu não só dentro do Curso de Artes Visuais, mas também através de outras experiências.

Identifico-me como uma pesquisadora-aranha que precisa sair da casca antiga que não lhe serve mais para construir uma nova e mais adequada. As aranhas trocam de cascas e ao sair dessas cascas elas estão moles, depois começam a enrijecer novamente. A troca de casca é uma ferramenta processual natural para as aranhas crescerem de tamanho: tornarem-se vulneráveis é fundamental para se reconstruírem em uma nova casca.

¹ A cultura psicodélica faz parte de um movimento que busca a alteração da percepção sensorial, o que pode ser feito através das artes visuais, música e performance, muito presentes em festivais.

² Yoga é um conceito, é uma filosofia que trabalha a harmonização do corpo com a mente, utilizando técnicas de respiração (pranayamas), meditação e posturas de yoga (ásanas).

A metodologia da autoetnografia escolhida para o trabalho permite a inclusão dos repertórios pessoais. As histórias construídas da pesquisadora criam tramas (teias) entre posicionamentos próprios e alheios, individuais e plurais, realçam narrativas que, pela complexidade das experiências vividas, parecem não caber em discursos orais ou escritos, uma vez que “todas as memórias, as reflexões, as narrativas, as entrevistas se constituem, em si mesmas, ‘transformações’ desta experiência” (VAN MANEN, 2003, p. 72).

Neste trabalho apresentam-se em transformação a pesquisadora-aranha e também a sua teia-mapa. Mediante as reflexões e conhecimentos adquiridos através de experiências e das distintas vozes que me atravessam, pela perspectiva autoetnogáfica posso compreender a existência das múltiplas subjetividades.

Desta forma, vou discorrer sobre vários acontecimentos, sensações e lugares. Relacionando os processos pessoais que me levam a reflexões e a produções artísticas dos últimos anos, deixando assim mais compreensível como meu percurso influencia de forma direta e indireta o meu reconhecimento como artista e educadora. E como meu processo não se restringe apenas a mim.

2- “Eldorado”

Começo falando da terra, nossa primeira experiência, caso você, assim como eu, tenha nascido fora da cidade. A primeira terra que nos nutre onde nascemos. Parece clichê começar pelo começo, ou onde a pesquisadora nasceu, porém acho relevante entender o que esse lugar me traz de sensações e questionamentos que afetam diretamente meu trabalho artístico e como se compõe alguns aspectos da arte que construí durante esses anos na Universidade Federal de Uberlândia (UFU).

Trago um recorte então de onde nasci, Paracatu, uma cidade histórica do noroeste mineiro que está localizada na divisa com estado de Goiás, a 200km de Brasília. É um importante polo de mineração, inclusive onde se localiza a maior mineradora a céu aberto do mundo, com uma mina localizada a menos 2km do perímetro urbano, no Morro do Ouro. A localização da mina, muito próxima à cidade, gera várias problemáticas, como os tremores das bombas de mineração, que são sentidos até no centro da cidade, e afetam a estrutura das casas. Toda a população

sofre com esses abalos, além da questão do arsênio (FERREIRA et al., 2012), que está contaminando o córrego “Rico”, afluente do rio São Francisco.

A barragem de rejeitos da mineradora de ouro de Paracatu é a maior do país, a mineradora atua a apenas 300 metros da cidade.

A barragem Santo Antônio não recebe rejeitos desde 2015 e tem 399 milhões de metros cúbicos. Já a Eustáquio faz o armazenamento dos resíduos da mineração e água. Ela foi construída em 2010 e hoje está com 148 milhões de metros cúbicos, o que calcula um volume 11 vezes maior do que a de Brumadinho (ALMEIDA, 2019).

Figura 1- Mineradora Kinross Gold Corporation, Paracatu-MG, fotografia de Dida Sampaio, 2017.



A problemática da exploração do ouro na cidade, que há muitos séculos atrás foi chamada de “Eldorado”, me possibilitou tomar consciência sobre o envenenamento da terra, dos leitos de água e do ar. A exploração das grandes empresas, a maioria multinacionais, assim como o agronegócio e a monocultura, é o que se encontra em volta de Paracatu.

O município de Paracatu possui um cerrado riquíssimo, porém cada vez mais ameaçado pela monocultura e agropecuária. O cerrado

[...] dá origem a dois terços das bacias hidrográficas brasileiras. Mais da metade de sua vegetação nativa foi desmatada, e a maior parte do bioma (45%) abriga pastagens e atividades agrícolas – 12% da soja produzida no mundo sai do Cerrado (IPAM, 2018).

Isso quer dizer que o cerrado está sendo devastado para a produção e exportação de soja e carne, tornando-se assim um bioma muito modificado nos dias de hoje. Um bioma que me alegra com sua abundância de água, seus arbustos e árvores retorcidas, seu clima seco e quente, de plantas e flores delicadas e coloridas, do florir do inverno, das pedrinhas branquinhas e miudinhas que se estendem até cachoeiras que brotam do meio de montanhas que parecem mais contos de fadas.

Ver o cerrado, ambiente onde nasci e ao qual tenho muito afeto, a terra que me inspira, sendo destruída, me faz refletir sobre a responsabilidade dos impactos de minhas ações e como posso começar a agir de forma menos agressiva, procurando não financiar empresas de destruição. Percebo assim que nas pequenas ações acontecem as pequenas revoluções diárias.

2.1- Resignificando o vermelho

Sabendo que em nossa realidade física a dor é inevitável, abordarei esse tema aqui através do ressignificar de forma ritualística o sangue menstrual e a tatuagem. Através desse processo falo de: nascimentos, ciclos, aprofundamentos, autorreflexão, conscientização e principalmente o sentir de confiar e se entregar. A tatuagem é um processo de dor que parte de uma escolha, e uma das formas de ressignificar essa dor, na minha visão é através da respiração que vai levando a pessoa a um estado meditativo.

Pessoas que nascem com útero, em sua maioria, passam pela menstruação, o que atualmente é visto e ensinado como algo nojento, e em algumas culturas, impuro. Esses pensamentos fazem parte do reflexo do patriarcado carregado de machismo. Durante muito tempo eu via o período menstrual como os piores dias do mês, e assim era também com outras pessoas em minha volta. Parecia que quanto mais eu rejeitava essa situação, pior era passar pela dores das cólicas e a TPM.E

dessa forma procurei ressignificar esse processo biológico ,para que fosse lidado da melhor forma possível .

Foram nas minhas viagens sozinha e idas aos festivais de trance, que pude entrar em contato com pessoas de ideias diversas, em espaços onde eram abordados assuntos relacionados ao ciclo menstrual de forma ampla. Eram retratadas de forma simbólica a influência da lua sobre o útero, a ligação com o mar e as emoções. Tomando consciência dessa natureza cíclica pude me entender e experienciar esse período de forma nutritiva.

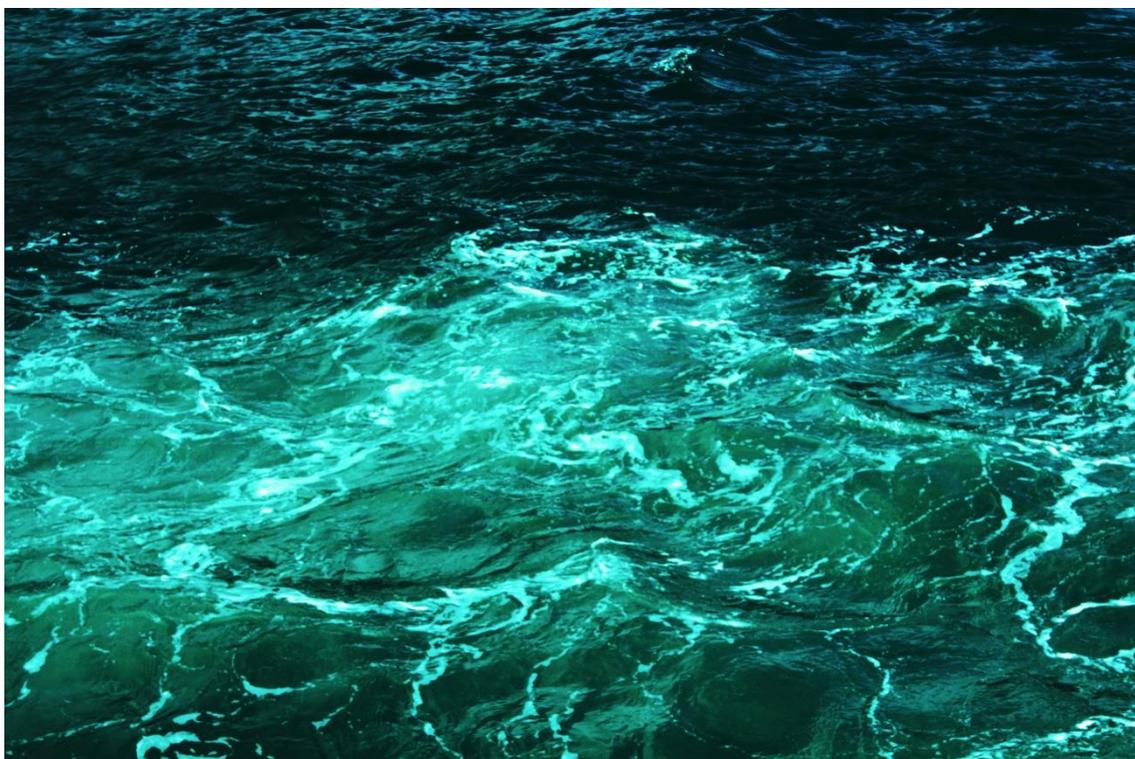
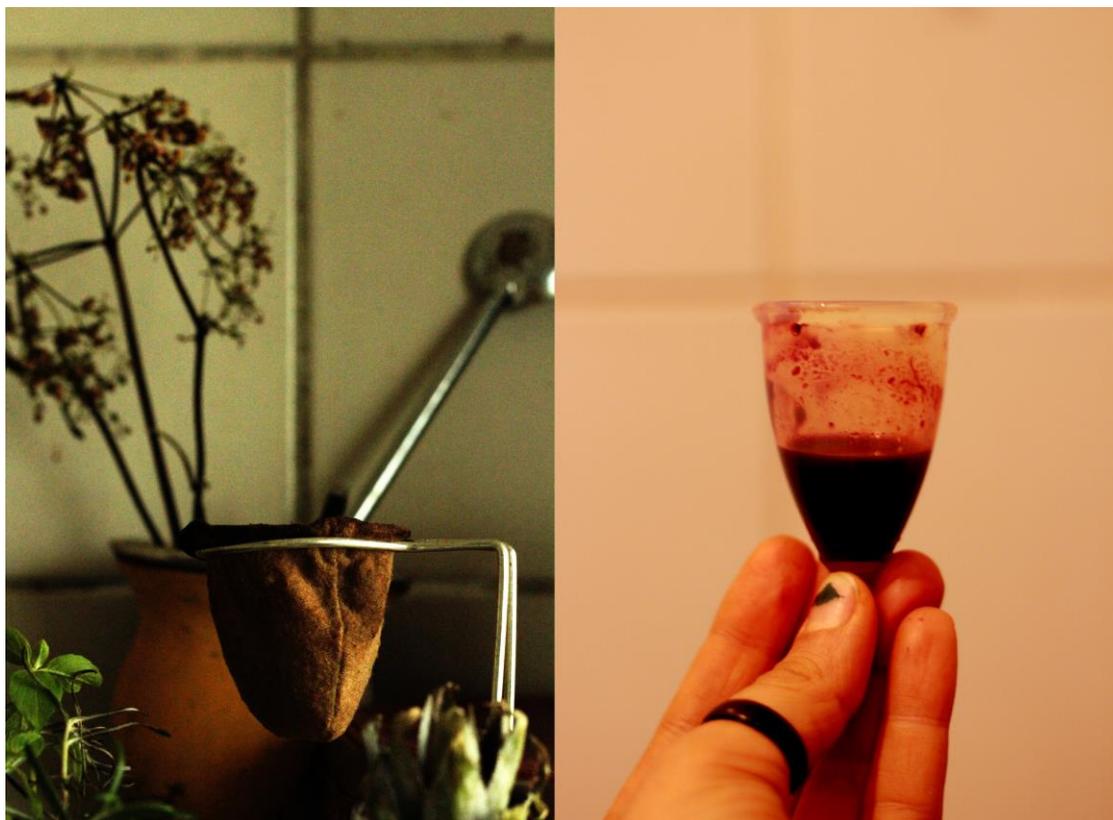


Figura 2- Mar-a-mar, fotografia, acervo pessoal, 2018.

Lidar com o sangue que me pertence todo mês, é entender o poder de criação. Posso assim todo mês me recriar. Esse sangue é potência de limpeza para se reinventar e começar mais um ciclo de criação.

Figura 3- Nutrir, fotografia, acervo pessoal, 2016.



O sangue que me reinventa a cada mês, o ritual de menstruar, começa a ser um elemento muito presente em meus trabalhos, valorizando e me religando a um período que se tornou precioso pra mim, ao qual me mantive desconectada por muitos anos. O sangue agora é visto como algo puro e sagrado e passa a ser ritualizado, saindo do útero, nutrindo e alimentando a terra, através do uso do coletor menstrual diluía o sangue na água e jogava nas plantas assim elas brilhavam como ouro.

Figura 4- A beterraba, foto-poema, Ana Lara Costa, 2017.



A beterraba é a metáfora

A terra é a mãe o cálice
o ventre

O sangue é o sacro-ofício
cíclico

É o adubo é a oferenda

A terra transmuta
a beterraba vem da terra
da terra pra terra
do ventre pro ventre.



No vídeo a seguir uso a arte como um rito em relação ao sangue. Kali é a deidade hindu a qual oferto o sangue.

Figura 5- Sangue sagrado-Jay Kali ma- a oferenda, vídeo, Ana Lara Costa, 2018.



Fonte: A autora. Disponível em <<https://www.youtube.com/watch?v=zE4MGGGr-jHc>>

3- Ritos e Rituais- poder de escolha

Os ritos são simbólicos e tendem a expressar o conteúdo de algum mito e podem estar relacionados a alguma religião ou não. Nesta pesquisa o conceito do rito relaciona-se à individualidade, singularidade e complexidade de quem o faz (cada um).

Assim como a vida te faz criar hábitos e rotinas, a Arte, no meu fazer, se torna muitas vezes uma ferramenta para executar meus Ritos. Pensando no conceito que rito se trata de um costume que se repete de forma invariável de acordo com um conjunto de atividades organizadas, o ritual é um processo continuado dessas atividades, cuja prática está relacionada a ritos não só na vida religiosa, mas em todas as esferas culturais.

O conjunto de gestos, palavras e costumes utilizados de maneira simbólica é algo bem presente nesta autoetnografia. Interesse-me bastante por esses elementos pois consigo vê-los presentes nas pessoas e lugares que tive contato nesses últimos anos, trazendo autorreflexões e autonomia para a mudança de pequenas ações.

Retomando a ideia de ritual para nossa vida, neste momento volto o olhar para aquilo que habitualmente se pratica: a rotina; desde o café que tomamos, até

onde jogamos nosso lixo, a comida que comemos, e o que consumimos. Pensando que para cada ação ocorre uma escolha, o poder da escolha me leva a compreensão de uma certa autonomia. Retomo a importância da ação-revolução como um questionamento para transformar minha rotina em um ato político de pequenas revoluções-ações de forma que seja algo vivido e experienciado, dia-a-dia. Pensando político como a arte de governar, no caso aqui, a si mesmo, a arte de governar suas escolhas de forma harmônica com você e com quem está a sua volta, e principalmente, o ambiente e a terra por onde andam seus pés.

No caso da tatuagem, vejo que a ação e escolha são o que movem o encontro entre o tatuador e o futuro tatuado. Realizar uma tatuagem, tanto para quem recebe quanto para quem faz, nasce de um encontro de escolha de selo (modo que chamo os desenhos que tatuo) que vai para a pele. Nesse encontro vejo o tatuador como quem conduz ao processo da dor, sensação que é inevitável em qualquer tatuagem. A confiança e entrega são os pilares para que os rituais de tatuagem aconteçam. Desta forma, em meu trabalho utilizo um conjunto de gestos e elementos que ambientam e que ajudam a criação de um estado meditativo para ambas as partes.

3.1- Pequenos ritos cotidianos -plantar

O ato de plantar é retomar o contato com o solo. Entender sua ciência é tomar autonomia sobre o que se come. Plantar nos ensina a valorizar o que consumimos e ter paciência com os ciclos, além de começar a entender que cada alimento tem sua época de dar fruto e que em cada região temos alimentos diferentes devido ao bioma e singularidade de cada lugar.

Ao olhar para a construção alimentar social, comandada pela indústria alimentícia atual, nota-se que as grandes empresas são fundadas na agropecuária, monocultura, transgênicos e agrotóxicos. É essa indústria que escolhe o que a maior parte das pessoas no mundo vai comer, usando como base da alimentação apenas cinco tipos de alimentos, e deixando de lado mais vinte e cinco mil espécies de plantas comestíveis.

Comecei a pensar então nos hábitos que eu podia começar a adquirir para estar mais presente no ciclo da terra. Colocando a teoria em prática, comecei

dividindo lixo orgânico do inorgânico; fiz uma composteira com os orgânicos, entrei no ciclo de nutrição, e aos poucos, com a terra bem alimentada, usei o adubo da mesma forma que uso o sangue como fertilizante. Além disso, prefiro uma alimentação que contenha o mínimo de produto animal, para não contribuir com grandes indústrias da agropecuária, responsáveis por mais de 80% de desmatamento do Brasil, e também procuro por feiras de agricultura familiar.

O impacto das nossas escolhas se potencializa as quando trazemos para a visão coletiva. Lembremos que não existe “fora”, tudo que fazemos e consumimos tem impacto no meio cultural e ambiental que estamos inseridos. A arte de plantar talvez seja uma das mais esquecidas entre os próprios artistas e instituições de arte, e uma das mais potentes, principalmente se falarmos de um coletivo. A permacultura³ e a bioconstrução⁴, além de fortalecerem meu senso de coletividade, foram estudos que viraram a chave na minha cabeça para olhar de forma mais artística e ritualística a ação de plantar. Esse interesse começou através de leituras sobre educação libertária, principalmente os livros e estudos de Rudolf Steiner.

Após as ocupações da UFU em 2016, participei de primeira vivência de bioconstrução e permacultura. O curso foi oferecido pelo projeto “Contraponto” e abordou a educação libertária na prática, além de assuntos como agrofloresta⁵ e formas mais sustentáveis de tratamento de água através de um sistema de bacia de evapotranspiração chamado BET⁶. Foi também nesse curso que aprendi a fazer tintas de matérias primas naturais, como argila.

Os assuntos de meio ambiente e ecologia começavam a fazer parte da minha vida, trazendo novas percepções sobre o que eu tinha disponível a minha volta. Voltando o olhar para baixo, me deparo com a terra; uma terra batida vermelha, arenosa e cheia de entulhos.

³ Como seu próprio nome indica, trata-se da combinação de duas palavras: agricultura e permanente. Em outros termos, é a atividade agrícola baseada em um planejamento racional dos sistemas produtivos relacionados ao campo.

⁴ A bioconstrução pode ser definida como a “construção de ambientes sustentáveis por meio do uso de materiais de baixo impacto, adequação da arquitetura ao clima local e tratamento de resíduos”, de acordo com o Ministério do Meio Ambiente.

⁵ Agrofloresta ou Sistema Agroflorestal (SAF) é um conjunto de técnicas que reúne agricultura e preservação ou recomposição ecológica.

⁶ A bacia de evapotranspiração (BET) é uma das possíveis soluções para tratamento de esgoto em comunidades rurais e outras áreas isoladas.

Figura 6- Chão de boldo, fotografia, Ana Lara Costa, 2016.



Essa terra estava no quintal da casa onde morava. Lembro que tudo que plantava morria e aquilo era muito frustrante. Na procura de uma solução e movida pela curiosidade de aprender a transformar e equilibrar a terra a tornando fértil, a *internet* me levou a um documentário chamado “O desafio de Rudolf Steiner” (2012). O documentário abordava a permacultura⁷, biodinâmica⁸, educação libertária e artes. Foi então que comecei a compostar meu lixo orgânico na terra. Mostro esse processo no ateliê de fotografia, em uma série retratando o quintal e esse momento

⁸ O termo biodinâmica é composto pelas palavras biológica e dinâmica. Refere-se a uma agricultura inerente à natureza, que impulsiona os ciclos vitais pela adubação verde, compostagem, consórcios, rotações de culturas e integração das atividades agrícolas.

no qual através de meses de compostagem, eu consigo finalmente plantar algumas coisas.

Figura 7- Secagem, fotografia, Ana Lara Costa, 2016.



O uso do sangue menstrual é um elemento importante no processo, por ser um adubo natural. Ele contém de três nutrientes importantíssimos para as plantas: o nitrogênio, o potássio e o fósforo. A ação de “plantar a lua”⁹ é um conhecimento antigo, bem como seu conceito natural. Existem relatos de rituais indígenas em que

⁹ Plantar a lua é uma forma carinhosa de chamar o ato de jogar a menstruação nas plantas.

a pessoa de cócoras deixava o sangue menstrual escorrer livremente penetrando e nutrindo a terra, mantendo assim o ciclo de fertilidade em uma linda relação entre os seres humanos e o planeta.

Figura 8- Nutrir-colher, fotografia, Ana Lara Costa, 2016.



4- O ouro que sai da terra

Ter nascido em um lugar carregado de dualidades, em uma terra cheia de riquezas e também cheia de exploração, me possibilitou várias reflexões sobre autocuidado, sanidade mental, meio ambiente, feminino e arte. Faço uma analogia do feminino à natureza, e a ganância da mineradora ao pensamento patriarcal machista, que destrói e dissemina. Dessa forma o olhar para o feminino de forma ampla é um dos focos elementares para minha compressão da natureza e da terra que piso.

Ao entrar em algum lugar e ao sair, ficamos marcados pela cultura, simbolismos, sensações e experiências vividas. Isso fica gravado de forma sensorial

na pele. Então noto como o feminino da minha terra grita em mim sem eu saber. A mágica de refletir meu trabalho depois de anos, é ver claramente como esse ouro afetou minhas produções, com a presença do dourado e de aspectos do feminino.

Ao mudar de cidade começo a experimentar novas coisas na fotografia como sobreposição, mesclo então o ouro a uma pessoa que traz o arquétipo de rainha, daquela que governa a si mesma, a própria natureza. Aqui nessas imagens faço uma analogia ao dourado o “ouro” sendo o feminino, toda a beleza e prosperidade sem ser distorcida e massacrada pela ganância. Essa é a forma como vejo esse mineral, a mulher (terra) sendo o símbolo principal toma posse de sua própria riqueza (ouro). As imagens contam da terra que está na pele, do corpo que se mescla aos minérios.

Figura 9- Mulher pedra, fotografia com sobreposição, Ana Lara Costa, 2015.



Figura 10- Mulher pedra, fotografia com sobreposição, Ana Lara Costa, 2015.



Figura 11- Mulher pedra, fotografia com sobreposição, Ana Lara Costa, 2015.



Hoje vejo essas imagens contarem a história da terra, e de um feminino que fale de seu aspecto subjetivo, sendo olhado assim de uma forma onde o sexo não interfere.



Figura 12- Mulher pedra, fotografia com montagem, Ana Lara Costa, 2015.

Figura 13- Mulher pedra, fotografia com sobreposição, Ana Lara Costa, 2015.



As imagens dizem sobre sensações e sentimentos de vulnerabilidade pois considero a habilidade de nos tornar vulneráveis e nos abrir, assim como as aranhas saindo de suas próprias cascas velhas, acarretando assim novos olhares e perspectiva. Na área das artes visuais pude visualizar essa percepção se transformando muitas vezes em imagens gráficas, símbolos, performances; explorando várias superfícies e técnicas. Compreendo a importância do processo do experimentar, e do espontâneo no espaço de aprendizagem.

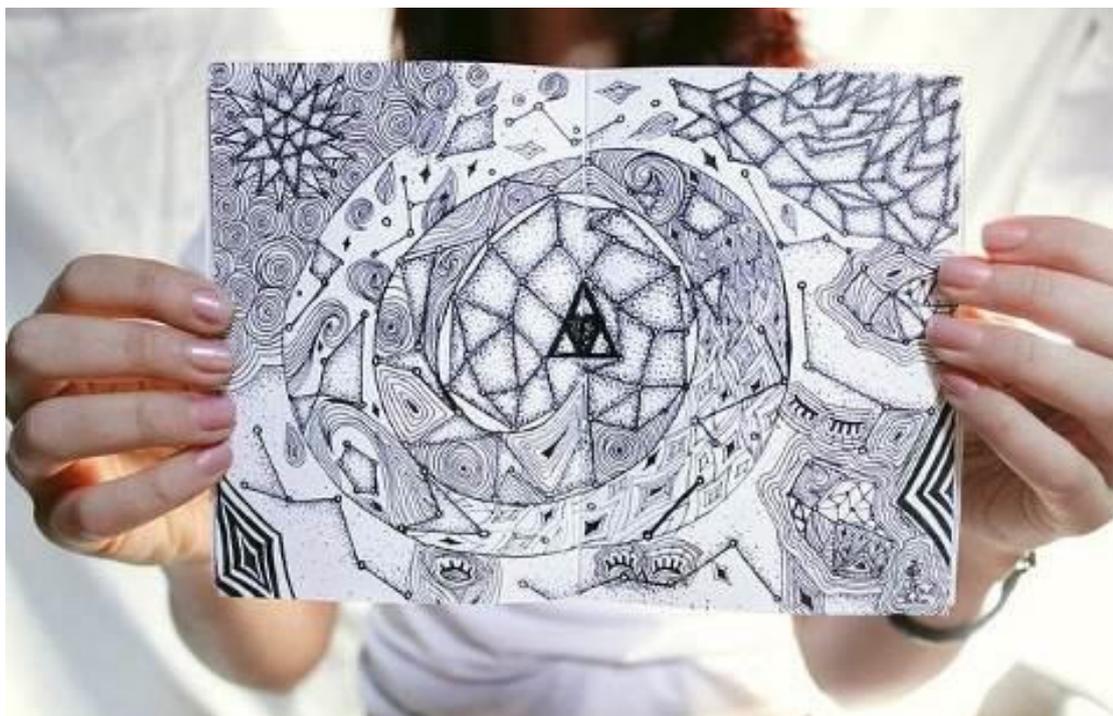
5- Arte visionária

A construção de imagens que faço seja na ilustração, fotografia, pintura e tatuagem vem de memórias que percorrem lembranças sensoriais atemporais. A criação da imagem em resultado passa por um processo de afetos, toques e encontros. As experiências dessas memórias me atravessam, trazendo referências de vivências para a construção de imagens e simbolismos gráficos. Vejo isso afetar meus desenhos feitos em 2014, quando percebo formar imagens psicodélicas. A primeira me lembra um vórtex¹⁰, já a segunda traz um elemento que reverbera na construção de selos para tatuagem, que é a simetria. Dessa forma começo a

¹⁰ Um vórtex (plural: vórtices) ou vórtice é um escoamento giratório onde as linhas de corrente apresentam um padrão circular ou espiral

perceber como a minha linguagem se assemelha a arte visionária ¹¹, que entende que o fazer artístico ou processo criativo e a produção estão condicionadas a experiências advindas de estados não ordinários de consciência.

Figura 14- Sem título, nanquin sobre folha, Ana Lara Costa, 2014.



¹¹ Arte visionária é o resultado de experiências de expansão de consciência retratadas plasticamente. Tem como propósito transcender o mundo físico, retratar visões que muitas vezes incluem temas espirituais e místicos ou, pelo menos, alicerçados em tais experiências.

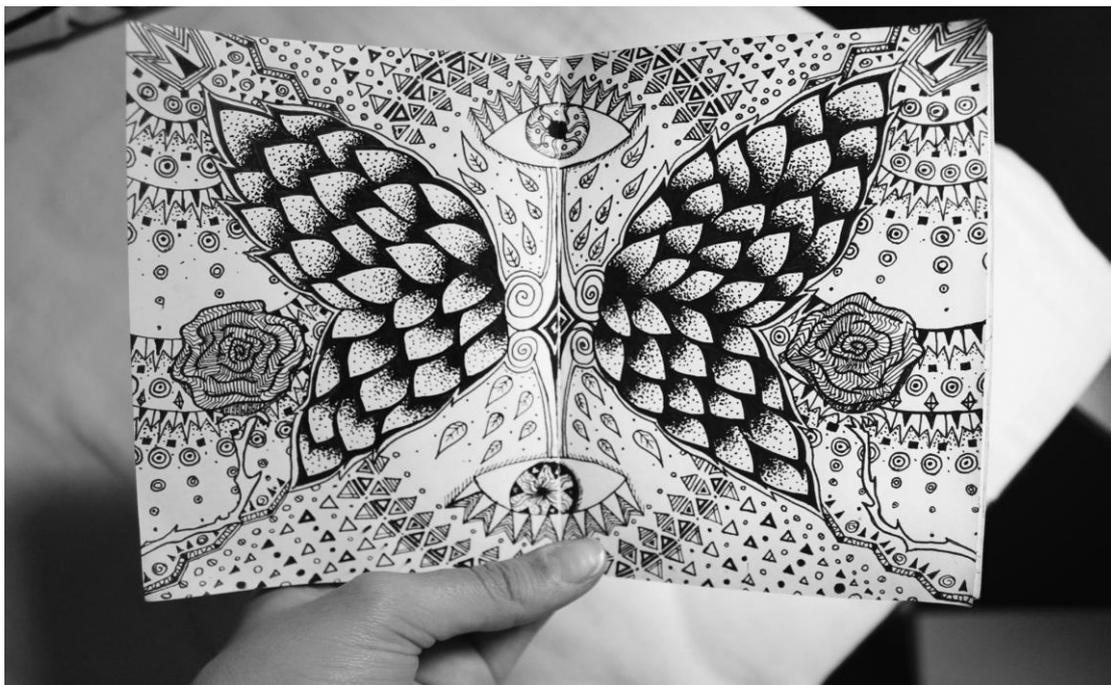


Figura 15- Sem título, nanquin sobre folha, Ana Lara Costa, 2014.

Figura 16- Sol solar, colagem, Ana Lara Costa, 2015.



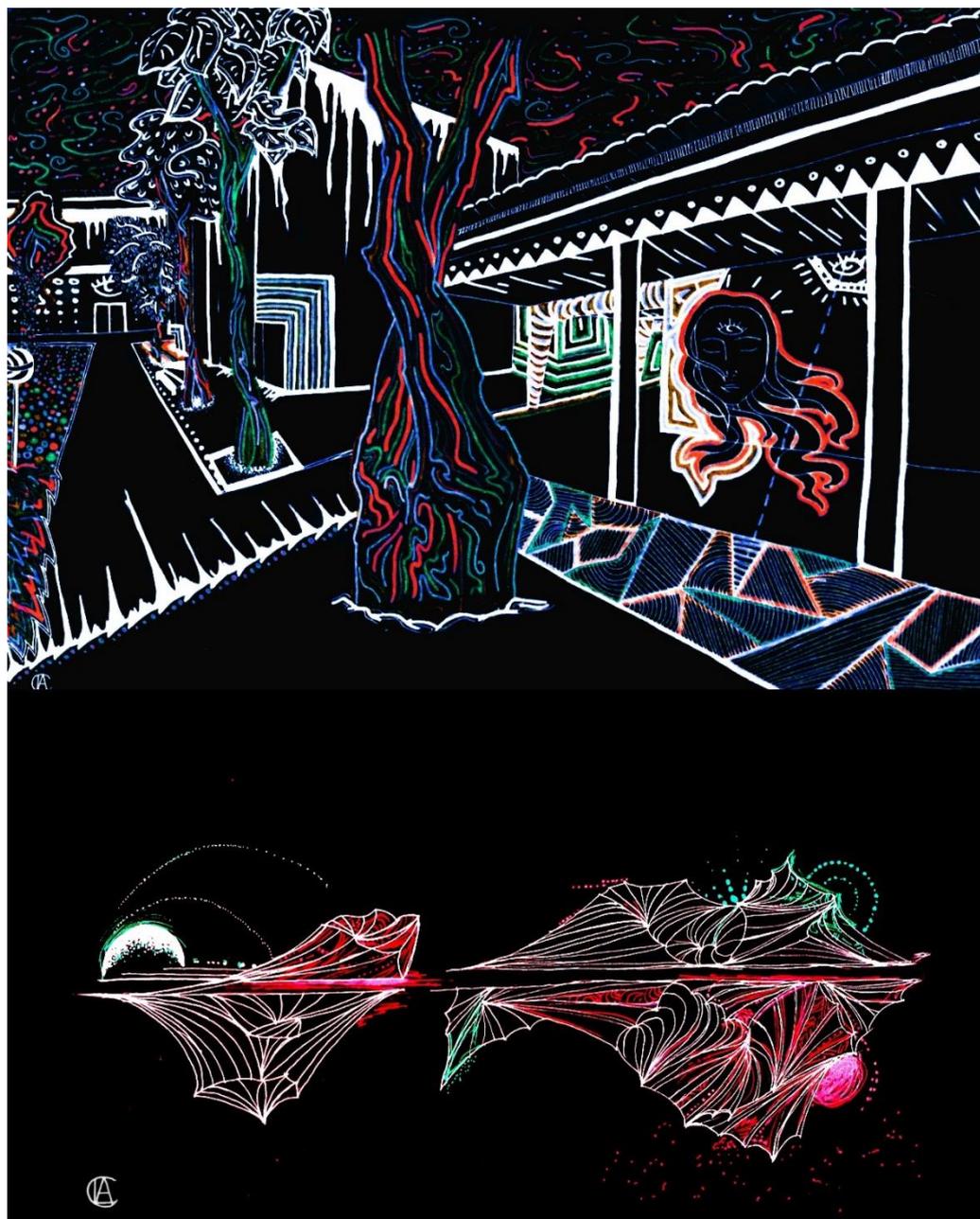
A arte visionária aparece na minha vida durante as vivências em festivais de música trance¹² e rituais com enteógenos¹³ e psicodélicos¹⁴. Foi através desses lugares que conheci e me identifiquei com esse fazer artístico.

¹² Festivais de até sei dias que têm como foco na música trance, que é uma das principais vertentes da música eletrônica, derivada do house e do techno.

¹³ Um enteógeno é uma substância vegetal ou uma preparação de substâncias vegetais com propriedades psicotrópicas que, quando ingeridas, causam um estado de consciência modificado. É utilizado em contextos espirituais, religiosos, e rituais xamânicos, além de usos criativos, brincalhões ou médicos.

¹⁴ Psicodélico é um estado psíquico de quem está sob a ação de um alucinógeno, e é faz com que o indivíduo tenha uma percepção de aspectos da mente que desconhecia anteriormente, e altera a consciência, trazendo sensações semelhantes ao sonho, psicose e êxtase.

Figura 17- Série “Fuga pro mar”, desenho, Ana Lara Costa, 2016.



O que mais me interessa nesta pesquisa são as experiências que nos possibilitam a expansão da mente. Minhas primeiras experiências com essa expansão se deram através da meditação, quando praticava *Sahaja*¹⁵ yoga. Através desse estudo pude ter diversas experiências e viagens sem sair do lugar. Foi nesse

¹⁵ Sahaja yoga é um método de yoga criada por Shri Mataji Nirmala Devi em 1970, com foco na meditação e no sistema de *chakras*.

momento que conheci os 7 centros de energia do nosso corpo chamado *chakras*¹⁶. Quando me aprofundei no estudo do yoga indiano, descobri que cada *chakra* tinha um símbolo, deidade¹⁷, mantra¹⁸, cor e nota musical. Cada *chakra* tem sua representação gráfica através de imagens geométricas, conhecidos como *Yantras*.

Figura 18- Colagem gráfica, Ana Lara Costa, 2015.



¹⁶ Os *chakras* são centros energéticos distribuídos pelo corpo, originários das escrituras sagradas do hinduísmo. A palavra *chakra* significa “roda” em sânscrito e, não à toa, eles estão em constante movimento. Sua comunicação se dá por canais condutores, chamados *Nadís*, por onde passa nossa energia vital

¹⁷ Deidade é um ser sagrado que se pode referir a Deus ou à própria essência divina.

¹⁸ Mantra é um hino do hinduísmo e budismo, que é dito de forma repetida e tem como objetivo relaxar e induzir um estado de meditação em quem canta ou escuta. Um mantra é definido como um instrumento de pensamento

Figura 19-*Yantra muladhara chakra*, papel, lápis de cor e tinta, A4, Ana Lara Costa, 2018.



A arte e o yoga foram fundamentais no meu processo de transformação. O yoga me proporciona estados de expansão de consciência onde minha mente se encontra quase que em buraco de minhoca¹⁹ imaginário. A arte me possibilita expressar e assim materializar seja no papel, na dança ou o que for, o que surge da minha mente. É como diz Tales Nunes, em seu trabalho “Yoga, Arte e Liberdade”:

A arte é fundamental em processos de transformação, por isso muitos artistas foram considerados além de seu tempo, visionários, exatamente porque ousaram criar novos valores, sobretudo se atreveram a ver o mundo de uma maneira diferente. E nunca o mundo precisou tanto de novos olhares, sob perspectivas mais amorosas, mais sensíveis (NUNES, 2017, p. 19).

Posso dizer que o corpo em ação é um laboratório químico maravilhoso em que tudo depende da situação: se for se arriscar ao pular de paraquedas, a

¹⁹ Buraco de minhoca é uma passagem teórica através do espaço-tempo que poderia criar atalhos para longas jornadas pelo universo.

adrenalina vem; há medo no risco, seja ele no papel ou no corpo. Se o caso for estimular os hormônios da alegria (serotonina, dopamina, ocitocina, endorfina), as atividades físicas regulares são excelentes para aumentar a produção dessas substâncias pelo cérebro.

Ao me colocar como uma pesquisadora aranha, meu primeiro laboratório artístico é meu corpo. Isso começa na infância, através da dança, que pratiquei firmemente por 10 anos da minha vida, até então poder voar e firmar o pouso no yoga. Identifico a aranha fazendo teia nas linhas de seus desenhos, linhas que nascem da experiência corpórea. Por ser o corpo meu laboratório onde observo e tenho a possibilidade de me autoconhecer, nasce assim a vontade de trazer esse laboratório-corpo para uma produção artística.

6- Corpo em transe

O caminho que trilho ele não é linear e imagino que do leitor também não. E esse caminho é a própria teia da aranha, daquela que se mostra vulnerável e se permite renascer, ou melhor, amadurecer.

Ao pensar sobre a teia da aranha, busco quais são as reflexões que compõem o meu amadurecimento artístico, que está vinculado as vivências, acontecimentos, viagens e elementos culturais que atravessam minha história.

Figura 20- Série “Fuga pro mar”, desenho, Ana Lara Costa, 2016.



Permeiar vários locais, seja de forma geográfica, lúdica ou imaginativa, possibilita também que o trabalho artístico permeie várias áreas artísticas. Isso se dá através da possibilidade de experimentar, aprender e absorver conhecimento profundo, aquilo que não foi só teorizado pelo mental, mas vivido pelo corpo, aquilo que atravessa e leva a autorreflexão e o aprendizado gerando conhecimento.

O estado de transe nada mais é do que um estado alterado de consciência. O corpo fala mais do que as palavras permitem. O corpo inteiro vibra para sentir, sem racionalizar e tentar criar mil teorias para tentar explicar esse estado.

As minhas primeiras experiências em estado de transe foram nos festivais de música trance. Esse fenômeno ocorre através do som, das cores e dos elementos artísticos, que juntos geram os estados ampliados de consciência por meio da integração entre ondas sonoras e a interação entre pessoas. O foco desses festivais é a experiência sensorial da música, que está mais próxima da dimensão do sensível do que intelectual.

A experiência do transe é o que busco retratar através da seguinte fotografia. Esta obra fala desse estado quase que eufórico de entrega que acontece nos festivais, as cores nas imagens se distorcem e o “corpo em transe²⁰” é um corpo que experimenta um estado alterado de consciência, estados experienciados através das várias formas de meditação, respiração ou dança; um corpo que experimenta a cinestesia de estar em movimento presente. Visualmente é o corpo que vibra ao dançar e se movimenta unindo os campos sensoriais do êxtase.

Figura 21- Corpo em transe, fotografia, Ana Lara Costa, 2015.

²⁰ Transe é a alteração da consciência caracterizada pela ausência da percepção do meio ambiente, por meio da perda das sensações físicas, mudança de comportamento, que podem ser causadas por estímulos sensoriais ou psicológicos,



Os *chakras* me levaram a tomar outra consciência sobre os corpos sutis²¹, através da cinestesia²² e estímulos sensoriais contidos na experiência de mergulhar na própria presença da respiração, nos olhos fechados que aguçam a presença de sons, e nas cores vivas protagonizam a visão, resultado do profundo mergulho em si.

7- O risco

Procuro novas soluções baseadas em meus processos para criar ações relacionadas a arte, rito, yoga, psicodelia, educação e tatuagem. Assumo o risco e coloco no papel, planejo ou “desplanejo”; crio um desenho ou outro, assumo as linhas e pontos que saem da minha mão da mesma forma que assumo minha trajetória. As linhas traçadas se modificam com os anos, a geometria acaba sendo um reflexo de colocar tudo em ordem, “o geométrico ajuda a juntar as coisas”

²¹ Corpo sutil no yoga é considerado um dos 3 corpos do ser humano sendo *Sukṣmaśarīra*, o corpo sutil que corresponde ao sonho.

²² Cinestesia é composto por dois radicais, “Cine” que significa movimento e “Estesia” que indica sensação ou percepção. Cinestesia, portanto, seria uma sensação ou percepção de movimento. Logo se mover e tocar, montar e desmontar coisas estimula o aprendizado de uma pessoa cenestésica .

(RAMOS, 2006, p. 56). É nos *Yantras*²³ que começo ver presente o geométrico como um portal, ou melhor, uma chave de campo meditativo que pode me levar a experiências lúdicas.

E assim vou abrindo um caminho para refletir a vulnerabilidade, no sentido de se arriscar, seja criando com o corpo ou com o papel. Essa reflexão surge toda vez que me sento para iniciar minhas práticas de yoga, e também a percebo surgir nas minhas alunas. Afinal, a prática é um lugar de se abrir para se observar e experimentar sem julgamentos e sem intenção de chegar a lugar nenhum, como se nos colocássemos como espectadores do nosso próprio filme. Nos propormos a qualquer prática nos coloca em um campo da vulnerabilidade, no sentido de estar correndo riscos de formas subjetivas e individuais.

O foco na pesquisa é aproveitar a experiência, o caminho, a teia; e deste caminhar nasce a necessidade de se expressar artisticamente. Então penso em ações que possam ser feitas de forma coletiva, como as oficinas de processo criativo através de atividades meditativas. Utilizando de ferramentas do yoga consigo unir arte e vida através da experiência do corpo.

8- Festivais Trance- o corpo em ação

O contato com novas pessoas me possibilitou expandir meus conceitos e pensamentos, mudar velhas ideias e assim abranger o olhar artístico. Aproximei-me mais de festivais trance, celebrações onde se tem contato com diferentes estados de consciência sob o efeito estimulante das cores, luzes e movimentos. Esses festivais geralmente são realizados em lugares chamados de forma simbólica “centros energéticos”, como: praias, florestas, ruínas etc.

Pelo fato da Índia ser o berço do trance²⁴, os elementos desse lugar são muito presentes nos festivais. A decoração faz referência a divindades egípcias, totêmicas, hindus, pré-hispânicas, psicodélicas, cósmicas e ao xamanismo, budismo e hinduísmo. A incorporação de elementos locais e ancestrais é uma característica

²³ *Yantra*, (lantra) é uma representação simbólica do aspecto de uma divindade, normalmente a Deusa Mãe ou *Durga*. Ele é uma matriz interconectada de figuras geométricas, círculos, triângulos e padrões florais que formam um padrão fractal de elegância e beleza.

²⁴ Em meio a muitas cores, vibração, mantras e alterações de estados de consciência, o trance surgiu na Índia em meados dos anos 1970 e se disseminou na Europa não só como estilo musical, mas um forte movimento de subcultura que permeia em festivais alternativos desde os anos 1990.

importante para os festivais, criando assim um movimento cultural. O planejamento do evento se baseia em uma atmosfera de tolerância e aceitação. A organização é semelhante a um ritual, por isso a importância de tudo acontecer em harmonia entre as pessoas, para que dessa forma os envolvidos possam experimentar estados elevados de consciência. A festa se torna um ser vivo e inteligente em completa harmonia com a natureza e cosmos.

Em vídeo de entrevista com Dj Goa Gil (2015), ele diz:

Eu não chamo o que eu faço de rave ou coisa assim eu chamo de “redefinindo o ritual tribal ancestral para o século 21”. Dança, a dança é uma meditação ativa, quando dançamos vamos além do pensamento além da mente e além da nossa própria individualidade para nos tornarmos Um com o divino êxtase de união com o espírito cósmico, essa é a essência da experiência da dança trance.

Pra entender melhor a origem desse movimento, devemos voltar ao início dos anos 70 onde, antes mesmo de serem chamadas de *rave*²⁵ ou qualquer outro nome, ocorriam as primeiras *free-parties*²⁶. Eram realizadas nos dias de lua cheia na lendária praia de Anjuna²⁷, em Goa²⁸. A partir dos anos 80 as festas tornam-se conhecidas mundialmente. As festas também foram conhecidas por iniciar um movimento psicodélico cultural no início da década de 90.

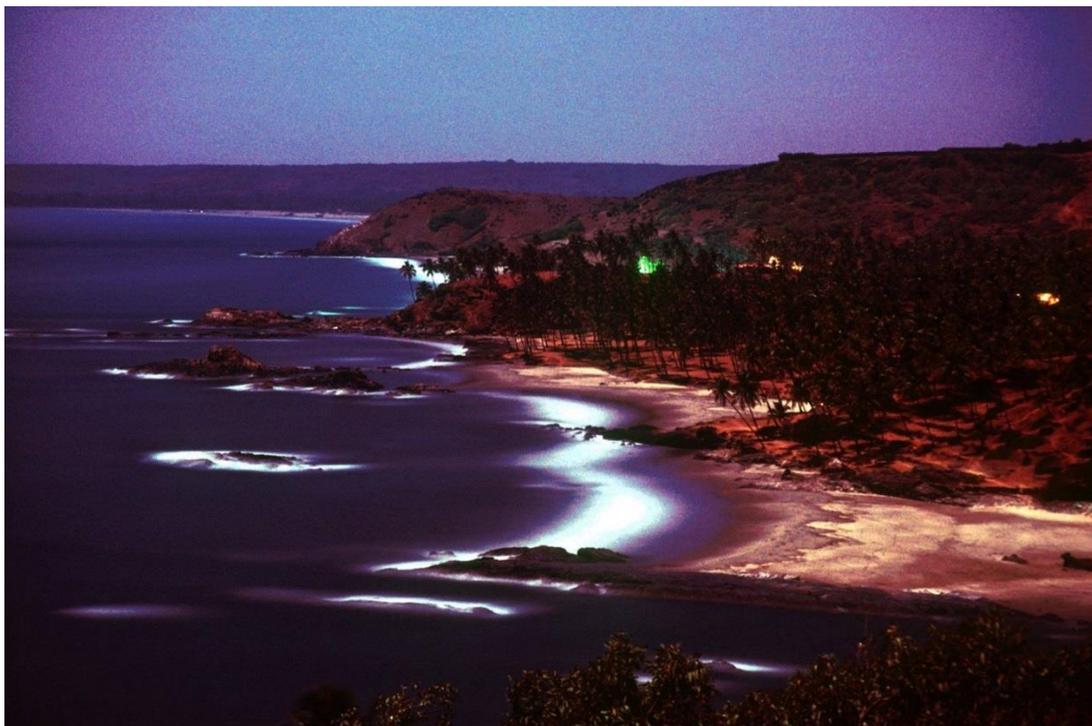
²⁵ *Rave* (lê-se reiv) é um termo em inglês, utilizado no Brasil para caracterizar uma festa de música eletrônica que costuma ter longa duração, onde DJs e demais artistas realizam performances e apresentam seus trabalhos.

²⁶ No início dos anos 70 ocorreram em Goa as primeiras *free-parties*, tornando-se conhecidas mundialmente a partir dos anos 80. À sua poderosa base rítmica juntam-se elementos eletrônicos. São festas ao ar livre em que a entrada é livre.

²⁷ Anjuna é uma Praia de Goa-Índia

²⁸ Goa é uma antiga colônia portuguesa na Índia.

Figura 22- Vagator by Moonlight, Goa, foto de Michel Hilzinger, 1976.



O termo “psicodélico” foi criado pelo psiquiatra canadense Humphry Osmond, em 1953, sendo posteriormente adotado pelo movimento político-cultural dos anos 60.

Como expressão da contracultura, o movimento hippie (psicodélico) representou uma defesa política da autonomia sobre a intervenção psicoquímica voluntária contra a política oficial do proibicionismo estatal, que retira do indivíduo o direito de escolha sobre a estimulação química do espírito (CARNEIRO, 2005).

Goa Gil, um DJ *sadhu*²⁹, consegue tocar sets de mais de 10 horas, cujo propósito é criar a atmosfera para ter experiências místicas alimentadas ou não pelo consumo de substâncias psicodélicas. Até hoje, no auge dos seus 67 anos, ele ainda agita as pistas de trance pelo mundo.

²⁹ Sadhu, no hinduísmo, é um termo comum para designar um místico, um asceta, um praticante de yoga ou um monge andarilho.

Figura 23- Festa no topo de Chapora Fort, Goa, foto de Piers Ciappara, 1988.

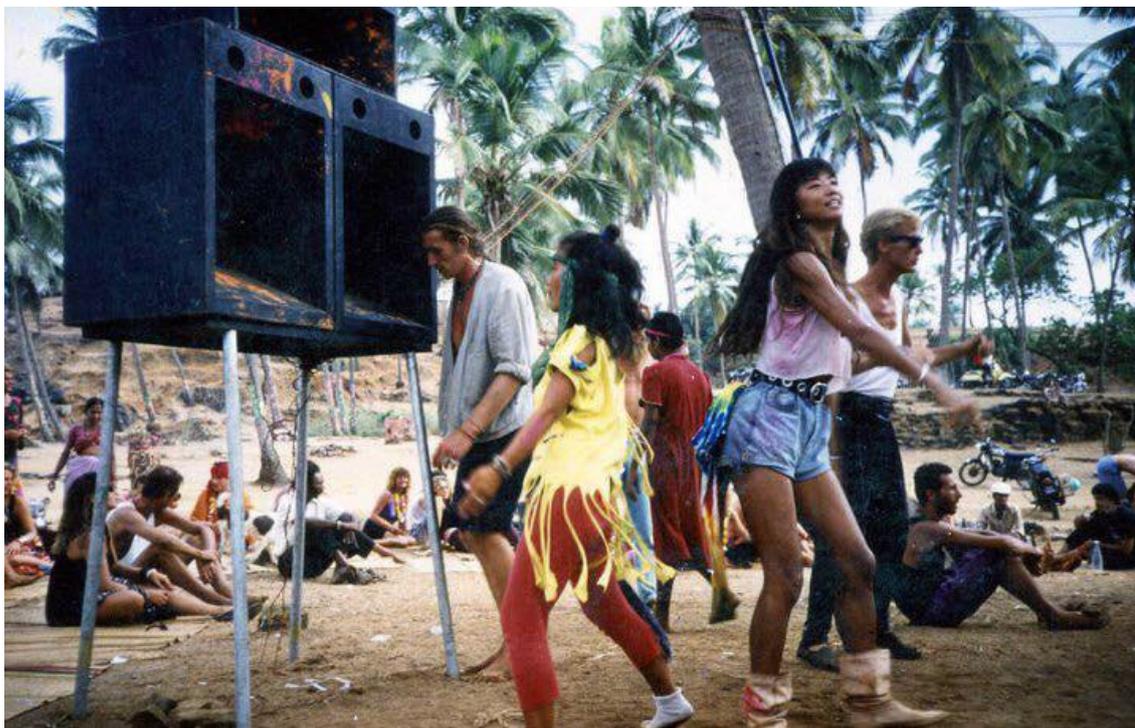


Figura 24- Dia da lua cheia, manhã, Anjuna, Goa, foto de Jacques Lastry, 1979.



Os dias inesquecíveis em Anjuna, ao som de *rock and roll* e fusões de músicas locais progrediu para sons eletrônicos de *goa/psytrance* por pioneiros como Goa Gil, Nick Doof, Martin Freelan, Simon Posford, e outros.

Figura 25- Festa em Vagator, Goa, temporada 1987–88, crédito da foto indisponível.



De acordo com Graham St. John, principal historiador do gênero, o *goa* combinou o desejo de transcender com o desejo de transgredir, em um espaço liminar que seria configurado como *goa*³⁰ e depois *psytrance*³¹.

Todos os elementos contidos nas celebrações podem ser pensados como direcionadores das experiências transcendentais que ocorrem no uso de substâncias psicoativas ou enteógenas³² como: mescalina, psicilosibina, THC, DMT, LSD.

O som permanece ligado desde o momento em que o festival começa até o momento que termina, geralmente duram 5 dias, em alguns casos podem chegar a 10 dias. Essa imersão na experiência permite aproveitar melhor o tempo. Todos os

³⁰ *Goa trance* é um tipo de música eletrônica, um sub-gênero do *trance*.

³¹ *Psytrance* é uma forma de música eletrônica desenvolvida no fim dos anos 1980, a partir do *Goa trance* (da Índia).

³² As substâncias psicoativas ou enteógenas são substâncias químicas que agem no sistema nervoso central de quem as consome e causam alterações na função cerebral. Essas alterações interferem temporariamente no humor, consciência, comportamento e percepção do indivíduo

elementos do espaço, buscam a sinestesia³³. Estímulos visuais se modificam com o dia e a noite criando climas diversos, da mesma forma que a música.

Elementos gráficos materiais ou digitais, geometria sagrada e fractal, simbolismos, formas orgânicas e cores diversas são usados nas composições do cenário. Efeitos visuais exploram movimentos e padrões, o que pode ser notado tanto nas instalações, esculturas, palcos, geodésicas³⁴, quanto nas linguagens artísticas presentes, feitas de técnicas inimagináveis em diversas superfícies, fortemente influenciadas pelo movimento psicodélico. Tudo isso contribui para a atmosfera psicodélica.

O som é gerado por sintetizadores analógicos ou digitais que criam sons cheios de camadas, como os *layers*³⁵ do *fotoshop*, criando assim paisagens sonoras. Por ser um som que carrega herança do movimento de meditação ativa, a dança é vista como um meio de elevação dos pensamentos e conexão, convidando assim para uma limpeza dos pensamentos que se assemelha muito a um estado de meditação chamado yoga de *Pratyahara*³⁶.

Através das batidas do som que remetem ao coração, a dança intensa cria uma sensação de catarse liberando as tensões, assim permitindo a chegada ao tempo zero em transe; felicidade, contemplação, beleza e admiração de forma cocriadora com a celebração.

Uma característica desse movimento cultural é o público abrangente, onde se unem pessoas de diferentes idades, gêneros e tribos. Muitas famílias crescem na cena, sendo nômades participantes da construção e criação do evento. Desde de crianças que acompanham seus pais, artistas jovens a idosos que acompanham a cena desde seu nascimento. Um lugar onde se encontram artistas de várias linguagens: artistas de rua, circenses, visuais, *performers*, entre muitos outros que contribuem para todo clima mágico e utópico, fazendo com que a experiência fique mais intensa. Os festivais caracterizam-se assim um movimento multicultural que

³³ Sinestesia é uma condição neurológica que provoca uma mistura dos sentidos

³⁴ Geodésicas tratam-se de estruturas definidas a partir de uma malha composta por uma rede de polígonos – geralmente triângulos em aço, madeira ou bambu – que, tridimensionalizados, conformam espaços.

³⁵ As *layers* são níveis ou camadas que criamos para melhor organizar nossos projetos. Elas se comportam como se fossem páginas de papel transparente, nas quais podemos ver sua visualização na medida em que necessitamos.

³⁶ Pratyahara ou a "retirada dos sentidos" é o quinto elemento entre os oito estágios do *Ashtanga* Yoga de Patanjali, como mencionado em seu trabalho clássico, *Yoga Sutras* de Patanjali, composto no século II aC.

proporcionam uma vivência coletiva através do *trance*. Todos estão ali por amor à cultura *trance* e às ocasiões vividas dentro dos festivais.

A estrutura do evento, a música, elementos, artes, atividades, oficinas e afins são pensados para que todas as partes conversem entre si, criando um clima único em um estado vívido. O contato com todo simbolismo e mensagens implícitas através de imagens formas e sons direcionam as experiências.

Enquanto se caminha por um festival você se depara com pista principal, chamada de *mainfloor*, o solo sagrado que toca o *trance*. O *chillout* é um lugar bem aconchegante, propício para relaxar e divagar, nesse palco toca *psy-ambiente*³⁷, experimental, *jazz*, *reggae*, brasilidades, entre outras vertentes.

Durante a noite, quando performances de fogos, projeções e efeitos visuais aconteciam, a música me levava com suas frequências para cenários sonoros e sensações que despertavam em mim o interesse sobre geometria sagrada, simbolismos, deidades cósmicas e terrenas. Da mesma forma que uma tatuagem é gravada na superfície da pele, a impressão das experiências fica também gravada no corpo.

De manhã é hora de contemplar os primeiros raios de sol. O amanhecer em um festival é incrível. Imagine que gostoso é amanhecer com pessoas que respeitam as diferenças e individualidades, onde o importante é dançar e se divertir, se entreter sem olhar torto, vivenciando mais e reparando menos. É pela manhã que começam as outras atividades do festival, em espaços específicos com variados nomes. O espaço da consciência é um lugar com atividades voltadas para: meditação, yoga, redução de danos, palestras, reiki³⁸, tarot, rodas de sagrado feminino, rodas de conversa e afins. Em alguns festivais, como no Kundalini³⁹, você pode também encontrar um lugar voltado só para oficinas artísticas, malabares, bambolês, atividades para as crianças e etc. Neste link <https://www.youtube.com/watch?v=eIZ0On4cXso> você pode mergulhar um pouco na atmosfera desse festival.

³⁷ *Psy-ambiente*, *ambient psy*, *psychedelic ambient*, *ambient Goa* ou *ambient psytrance*, é uma mistura de *trance* psicodélico com música ambiente e *glitch music*. Um gênero de fusão de música eletrônica que tem suas raízes no *trance* psicodélico, na música ambiente e na música dub.

³⁸ Reiki é uma prática espiritual que se baseia na crença da existência da energia vital universal "Ki", manipulável pela imposição de mãos. É considerado pelos seus praticantes como uma terapia holística que traz cura espiritual, mental, emocional e física.

³⁹ Festival Kundalini, realizado nos cânions de São José dos Ausentes, no Rio Grande do Sul. <https://www.youtube.com/watch?v=eIZ0On4cXso>

No tempo que sucede os dias do festival, o foco é sentir, contemplar e se inteirar com a natureza. Isso pode ser feito tomando um banho de rio, colocando o pé no chão, se conscientizando do respeito à natureza. O meio ambiente é um assunto muito abordado. Festivais sérios trazem isso através do cuidado com o lixo gerado durante os dias, do uso da bioconstrução para palcos e outros elementos, e até de hortas. Inclusive, os alimentos servidos em um dos festivais que fui no sul, eram de produção própria. Também se disponibilizavam mudas de árvores para serem plantadas no lugar do festival.

Figura 26- Magga- festival de música e cultura, Serra da Canastra-MG, Ana Lara Costa, 2015.

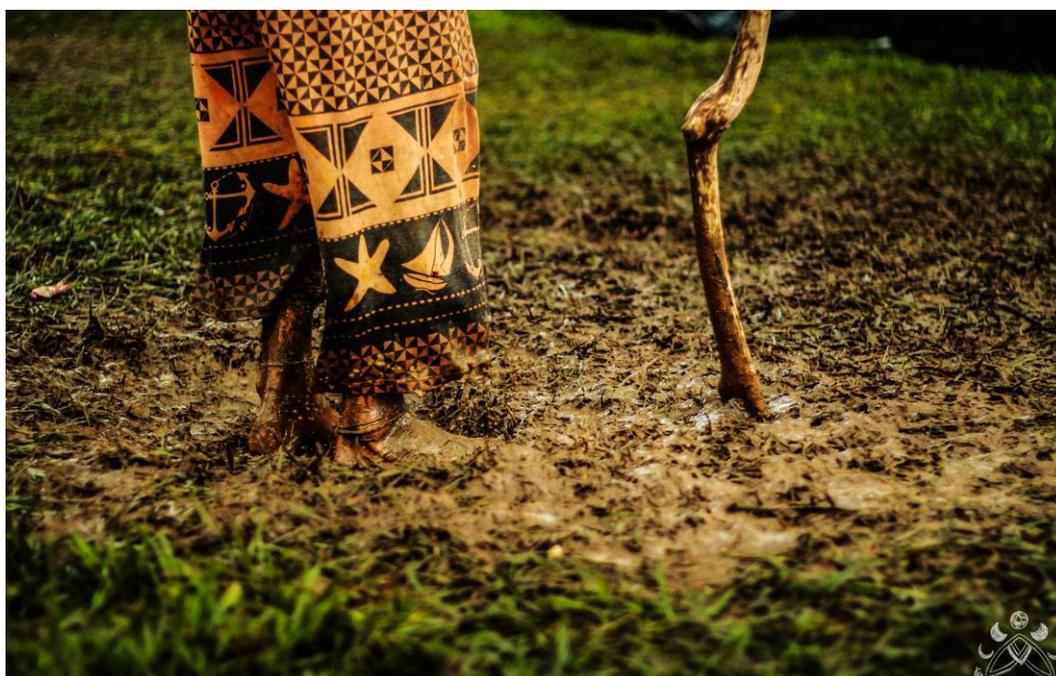


Figura 27-Festival Kundalini ,Célula orgânica, Canios São José dos ausentes-SC ,



2016.

Foi nesse festival que tive contato com intervenções artísticas e performance, e isso me fez refletir sobre a sensação camaleão que eu tinha de poder ver a arte em suas multi possibilidades, pensando como sintetizar todas as áreas de interesse começo a fazer diferentes experimentações.

Figura 28- Magga- festival de música e cultura, Serra da Canastra-MG, intervenção artística, foto de Ana Lara Costa, 2015.

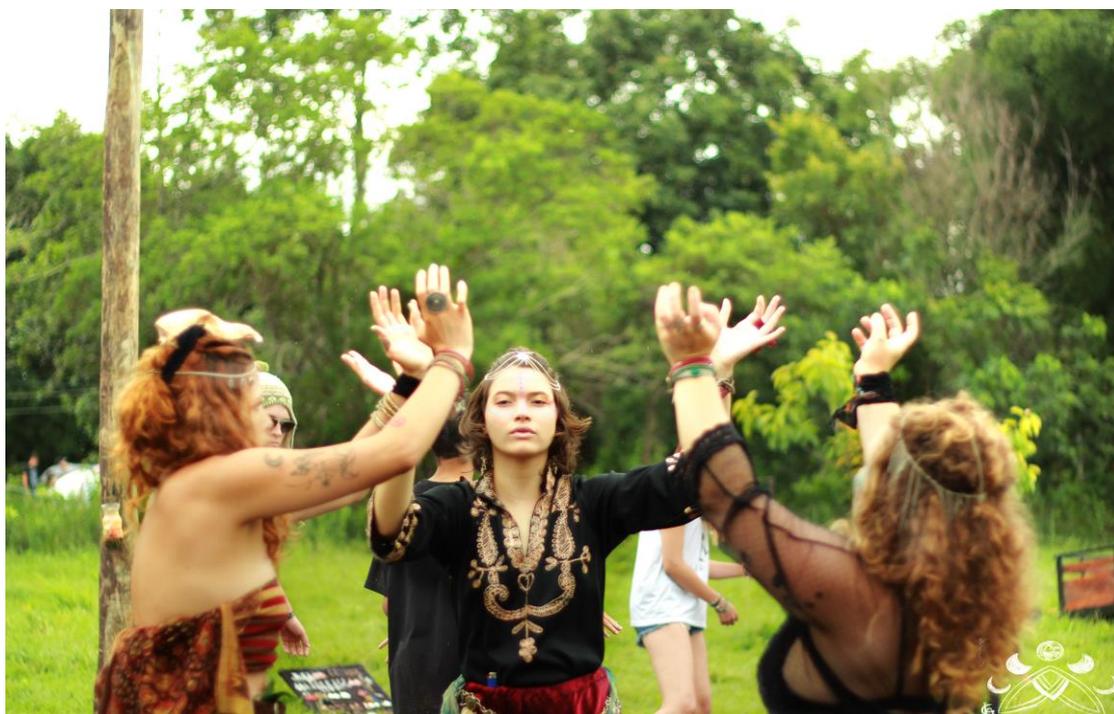


Figura 29- Magga- festival de música e cultura, Serra da Canastra-MG, intervenção artística, foto de Ana Lara Costa, 2015.



Figura 30- Magga- festival de música e cultura, mainfloor, Serra da Canastra- MG, Ana Lara Costa, 2015.



8.1- Novos suportes artísticos -pintura faciais

A partir da experiência da música trance produzi pinturas faciais, adotando uma estética às vezes geométrica às vezes orgânica, mas bem caracterizada por linha e ponto, com a paleta de cor azul e branco.

Figura 31- Pintura corporal, tinta guache, Festival Magga, 2015 | Pintura corporal, tinta guache, Paracatu, 2016.



Experimentar superfícies diferentes para meus desenhos, me gerava vários *insights*⁴⁰.

Figura 32- Pintura corporal tinta guache, Uberlândia, 2015.



⁴⁰ **Insight** é definido na língua inglesa como “a capacidade de entender verdades escondidas

Figura 33- Pintura corporal, tinta guache, Festival Magga, Serra da Canastra, 2015.

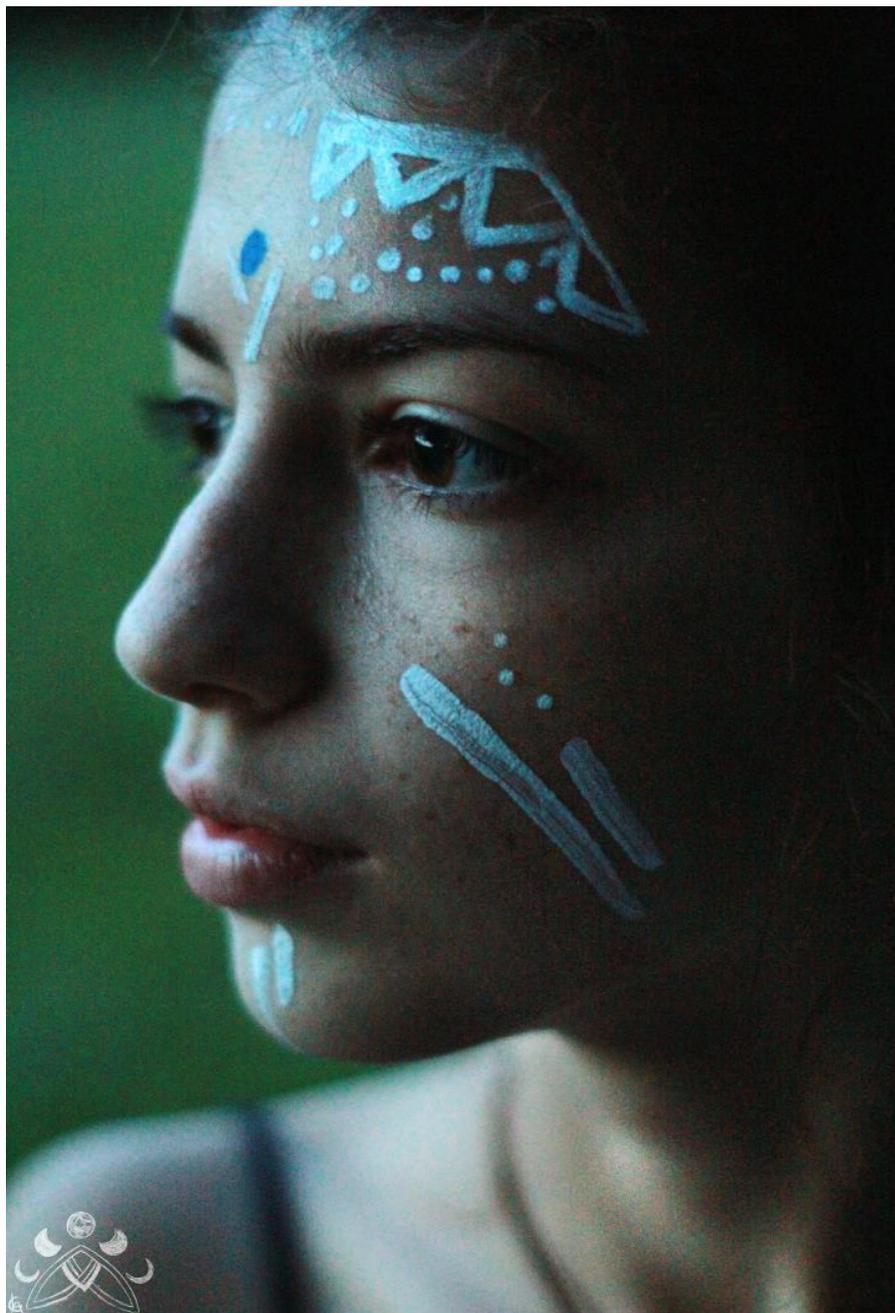
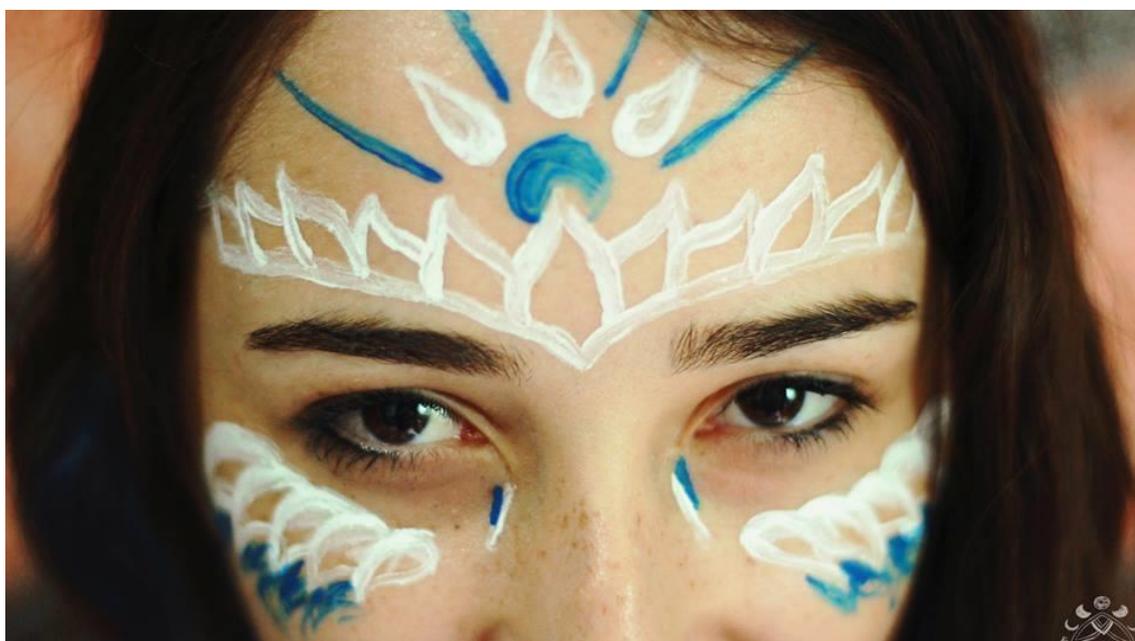


Figura 34- Pintura corporal, tinta guache, Uberlândia, 2015.



Esse contato com a pintura corporal me possibilitou pensar em uma forma de unir performance e pintura. Eu não queria apenas pintar as pessoas, queria ir além, experimentar unindo a performance.

Figura 35- Intervenção artística “Fauno” no festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão-PR, Indy Fotografia, 2016.



Indy Fotografia!

Figura 36- Intervenção artística “Fauno” no festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão- PR, Roots arte e cultura, 2016.

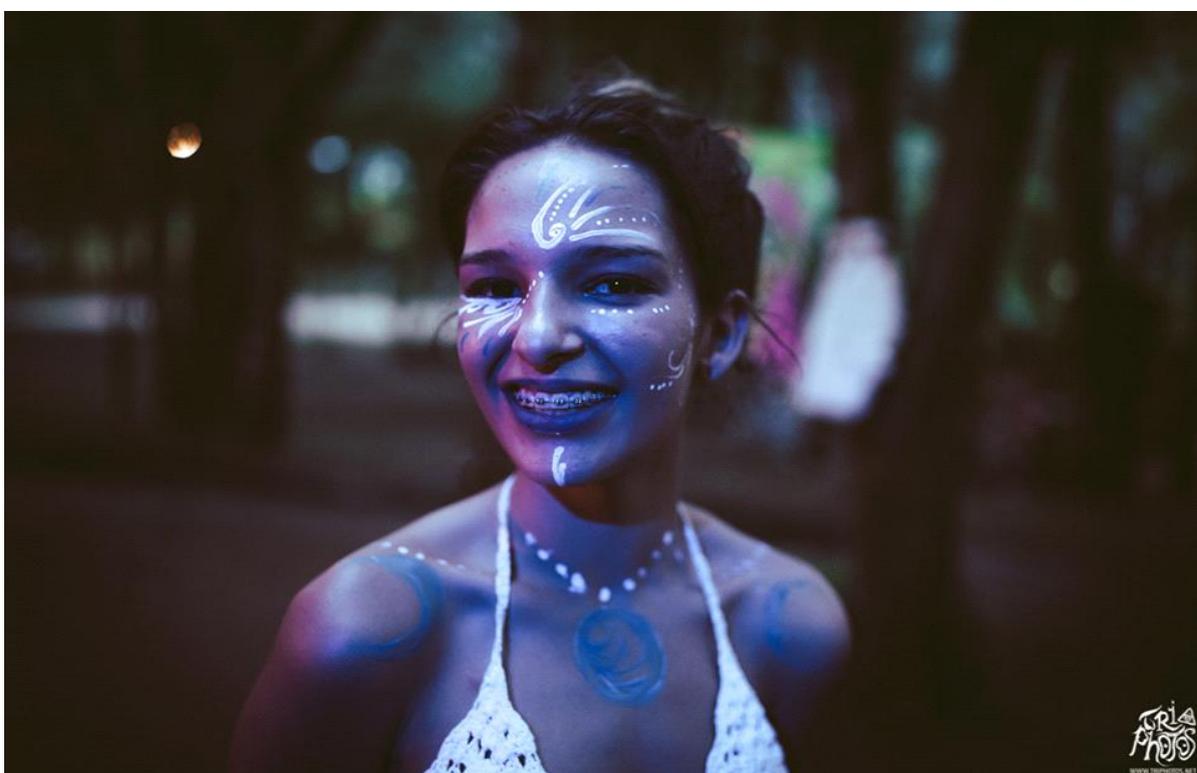
Fonte: Roots arte e cultura.



Figura 37- Intervenção artística “Fauno” no festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão-PR, Indy Fotografia, 2016.



Figura 38- Intervenção artística “Fauno” no festival Elementorum Nature, Francisco



Beltrão-PR, Indy Fotografia, 2016.

Figura 39- *Chillout* do festival Elementorum Nature Francisco Beltrão- PR,
Tripphotos, 2016.



Figura 40- *Chillout* do Festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão- PR,
Tripphotos, 2016.



Figura 41- *Chillout* do festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão- PR, Tripphotos, 2016.



Mandalas, geometrias sagradas, psicodelia e cores fortes transformam o cenário todo, o que se intensifica durante a noite. As cores e os desenhos parecem saltar e o som leva o corpo para a dança, para um estado de transe.

Figura 42. Lojinha de arte, festival Elementorum Nature ,Francisco Beltrão- PR,
Tripphotos, 2016.



Figura 43- Decoração, festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão-PR,
Tripphotos, 2016.



Figura 44- Portal, festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão-PR, Tripphotos, 2016.



Figura 45- *Mainfloor*, festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão- PR,



As telas eram os corpos. Desenhava nos corpos impressões e percepções do lugar. Criar livremente de forma espontânea e expressiva me fazia sentir

inteirada, como um elemento que fazia parte da experiência. O personagem circulava pelo festival dançando e brincando, até se acomodar em um lugar e começar a pintar quem viesse de encontro.

Figura 46- Intervenção artística “Fauno” no festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão-PR, Kenosenetrash, 2016.



Ao me colocar como elemento atuante de uma celebração, identifiquei sensações de vulnerabilidade e julgamento vindas de mim. Isso me fez pensar qual o momento em que comecei a me afastar desse lúdico prazeroso, ou talvez isso seria um reflexo de uma perda de percepção, como quando o vidro vai ficando embaçado. Penso que o lúdico poderia ser uma solução para o desmonte de uma construção social, limpando as janelas para retomar a percepção e assim desenvolver a consciência sobre a liberdade de nossas subjetividades, criatividade e expressões, possibilitando vivenciar e experienciar sem julgamentos, da mesma forma que o estado de espírito dos festivais. “Se as portas da percepção estivessem limpas, tudo apareceria para o homem tal como é: infinito”, escreveu o poeta William Blake retomado por Aldous Huxley (2015) em seu livro *As Portas da Percepção*, publicado pela primeira vez em 1954.

Figura 47- Intervenção artística "Fauno" no festival Elementorum Nature, Francisco Beltrão-PR, 2016.

8.2- Enteógenos e psicodélicos



"As Portas da Percepção" é um livro que Aldous Huxley (2015) escreveu baseando-se na ideia de que o cérebro filtra o que vemos, fazendo com que deixemos passar muitas informações. Essa ideia é chamada por alguns segmentos de "O véu de Maya", que diz que o universo tem ou é uma Ilusão. Huxley aborda em seu livro esse processo de filtragem através do uso de substâncias enteógenas e psicodélicas. Ele mostra os testes com diferentes substâncias e o que cada uma fazia ele sentir/perceber. Entre as substâncias estavam mescalina, LSD, psilocibina, entre outras.

Os contatos com enteógenos e psicodélicos foram experiências riquíssimas para meu autoconhecimento, aprendizado e harmonização. Os Festivais de trance podem ser pensados como rituais do mundo contemporâneo. Carregado de características que vem da contracultura, o uso de substâncias psicoativas está

presente como forma de diálogo, conscientização e quebra de preconceitos com usuários. As tendas de prevenção de danos estão justamente ligadas ao auxílio terapêutico para verificação da droga ou ajuda em algum processo. Por isso a importância da escolha do lugar e dos elementos visuais, da música, da dança e do entretenimento, para que a experiência seja lúdica e prazerosa, onde todos celebram a vida. A “cultura estética”, está voltada para a arte e para o prazer, e guia a estrutura ritual, serve como um meio de direcionar e contextualizar as diferentes experiências individuais e coletivas.

Andando pelo solo fértil preto e pedregoso da montanha dos cânions notava como era a textura de um solo que nunca havia visto, já que estava acostumada com o tom laranja de terra batida do cerrado. Respirar era diferente, afinal estava a 1403 metros de altura, as nuvens passavam por lá trazendo umidade. De manhã, quando o sol estava no meio do céu era bem quente, já a noite era bem fria, úmida e com muito vento. Em momentos inesperados as nuvens tomavam conta dos cânions deixando tudo nublado e frio, e as vezes chuvoso. Muitas vezes eu não conseguia ver um palmo a frente, esse evento se chama viração. Imagine isso acontecendo em meio a uma celebração de 7 dias.

Na beira dos cânions eu contemplava uma visão ampla, enquanto tocavam sons experimentais ao fundo, no *chillout*⁴¹. O tempo parecia eterno. Durante o percorrer do dia eu gostava de estar nas tendas para aprender um pouquinho de cada coisa.

⁴¹ *Chillout* (abreviado como *chill*, também escrito como *chill-out*) é uma forma vagamente definida de música popular caracterizada sua composição harmoniosa (tempos lentos), relaxada e calma. O *chillout* nos festivais são os palcos que tocam esse tipo de música.

Figura 48- *Mainfloor*, Festival Kundalini, Cânions em São José dos Ausentes-RS, Tripphoto, 2016.



Na tenda de cura acontecia: meditação, yoga, acroyoga⁴², massagem, reiki, palestras sobre diversos temas holísticos em geral, inclusive sobre enteógenos, psicodélicos e plantas de poder, entre vivências diversas. Foi na tenda da cura que tive minha primeira aula de Hatha Yoga, onde descobri os *ásanas*⁴³ e *pranayamas*⁴⁴. A experiência da aula me levou a estados em que me encontrava na dança e na meditação. Depois disso nunca mais parei de praticar *Hatha Yoga*⁴⁵.

⁴² Acroyoga é uma prática física que combina ioga e acrobacias. Acroyoga inclui muitos tipos de acrobacias de parceiros e grupos nos quais pelo menos alguém é levantado. Como tal, também se baseia em tradições de artes circenses, líderes de torcida e dança.

⁴³ *Ásana* é uma palavra que em sânscrito significa postura firme e confortável.

⁴⁴ *Pranayamas* são o conhecimento do controle do Prana. Para o yoga antigo, é a expansão da bioenergia no corpo humano através de movimentos respiratórios conscientes e estruturados.

⁴⁵ Hatha Yoga é o sistema de Yoga introduzido aproximadamente no século 15 na Índia. “*Hatha*” do sânscrito “*ha*” – sol e “*tha*” – lua, este método de yoga tem o objetivo de unir os pares opostos, como o sol (representação do positivo) e a lua (representação do negativo) e trazer assim, o equilíbrio entre corpo e mente.

Figura 49- Tenda da cura, Festival Kundalini, Cânions de São José dos Ausentes-RS, Triphoto, 2016.



Durante o tempo que eu pude vivenciar a celebração me permiti abranger minhas percepções. Era o momento de observar como eu estaria depois de uma cerimônia de ayahuasca. O contato com o chá me levou a ver muitas mandalas⁴⁶ e fractais⁴⁷, e me ajudou a resolver várias questões pessoais e desenvolver mais consciência sobre minhas escolhas. A substância “dmt”, chamada também de molécula da vida, me fez voltar meu olhar novamente para meu corpo e autocuidado, voltar o olhar para o que estava disponível a minha volta, e com as janelas limpas perceber o que antes estava embaçado.

⁴⁶ Mandala significa círculo em sânscrito. Mandala também possui outros significados, como círculo mágico ou concentração de energia, e universalmente a mandala é o símbolo da integração e da harmonia.

⁴⁷ Fractal é uma figura da geometria não clássica muito encontrada na natureza, isto é, um objeto em que suas partes separadas repetem os traços do todo completo, como por exemplo na *Brassica oleracea* e no floco de neve de Koch.

Figura 50- *Chillout* na borda dos Cânions, Festival Kundalini, São José dos Ausentes-RS, 2016.

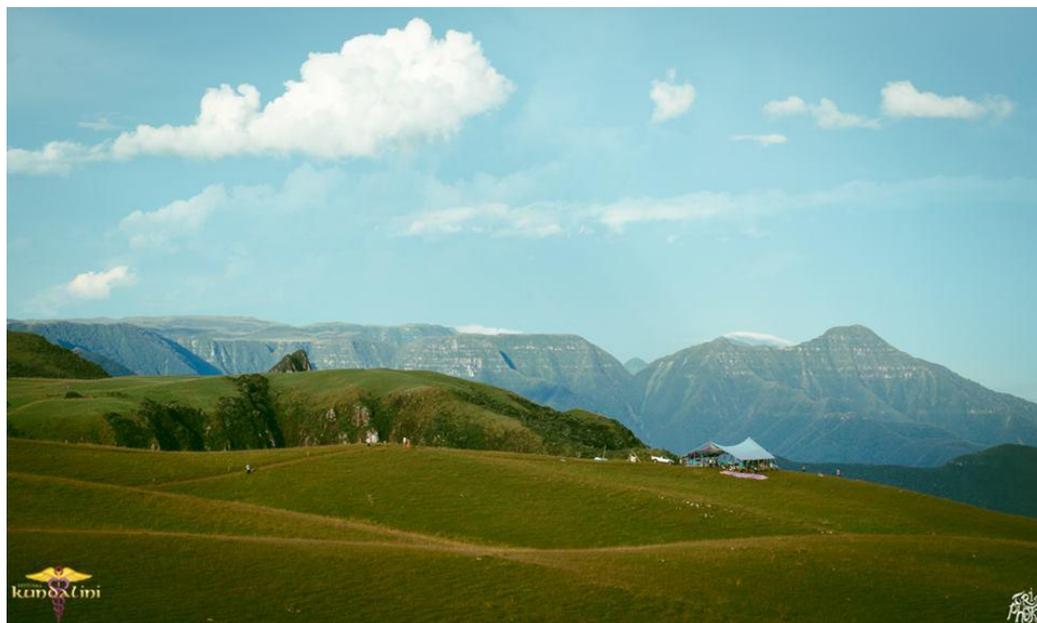
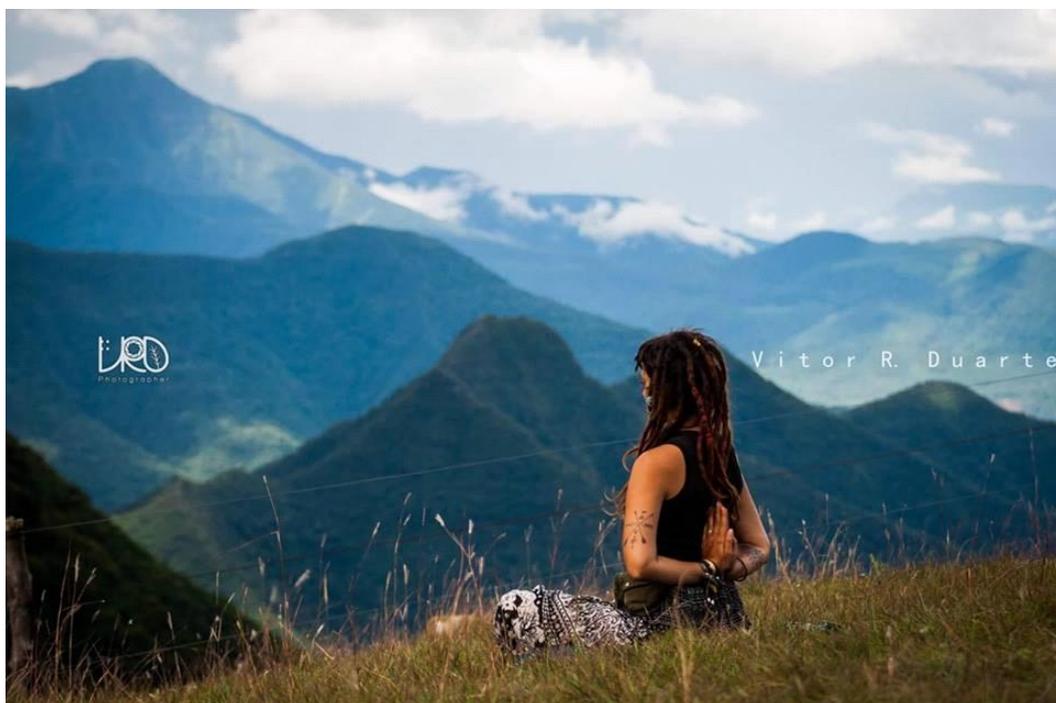


Figura 51- Montanhas avistadas dos Cânions, Festival Kundalini, São José dos Ausentes-RS, 2016.



Apenas através desse tempo pude absorver a experiência com as medicinas e com o contato com os enteógenos.

Figura 52- Cânions, Festival Kundalini, São José dos Ausentes-RS, 2016.



Foi dessa forma que entrei em contato com elementos importantes para minha caminhada como: yoga, *reiki*, tatuagem sem máquina, também chamada de “handpoked”, ⁴⁸cultura psicodélica, arte visionária, pintura corporal, intervenções e performance. E pude ter a experiência de todas essas atividades acontecendo em um lugar de entretenimento, os festivais de música trance.

9- Xilogravura, identidade visual, ilustração

As experiências de viagens internas e externas, a arte psicodélica e todo o pensar sinestésico do festival, com ações educativas abordando artes e ecologia me possibilitaram ver a arte com outra faceta. Assim como as aulas de xilogravura, onde encontrei uma identidade que caminha comigo até os dias de hoje. A xilogravura me fez sair do comum do desenho de fundo branco e traços pretos. Assim, depois dos

⁴⁸ Handpoked :Técnica de tatuar sem a utilização da máquina de tatuagem

trabalhos com xilogravura e linoleogravura comecei a aderir ao fundo preto com os traços brancos nos meus desenhos e ilustrações.

Figura 53- Livro de artista, linoleogravura, folha canson 200g, Ana Lara Costa, 2016.



Figura 54- Livro de artista, linoleogravura, folha canson 200g, Ana Lara Costa, 2016.



Figura 55- Livro de artista, linoleogravura, folha canson 200g, Ana Lara Costa, 2016.



Figura 56- Livro de artista, linoleogravura, folha canson 200g, Ana Lara Costa, 2016.



Nas lineogravuras, algumas plantas de poder como a cannabis, o peiote ⁴⁹ e o cipó, que trazem as respectivas substâncias, THC, mescalina e DMT. Já as ilustrações seguintes trazem a imagem do feminino e mostram a força da união e a coragem.

⁴⁹ Peiote é um pequeno cacto sem espinhos com alcaloides psicoativos, particularmente mescalina.

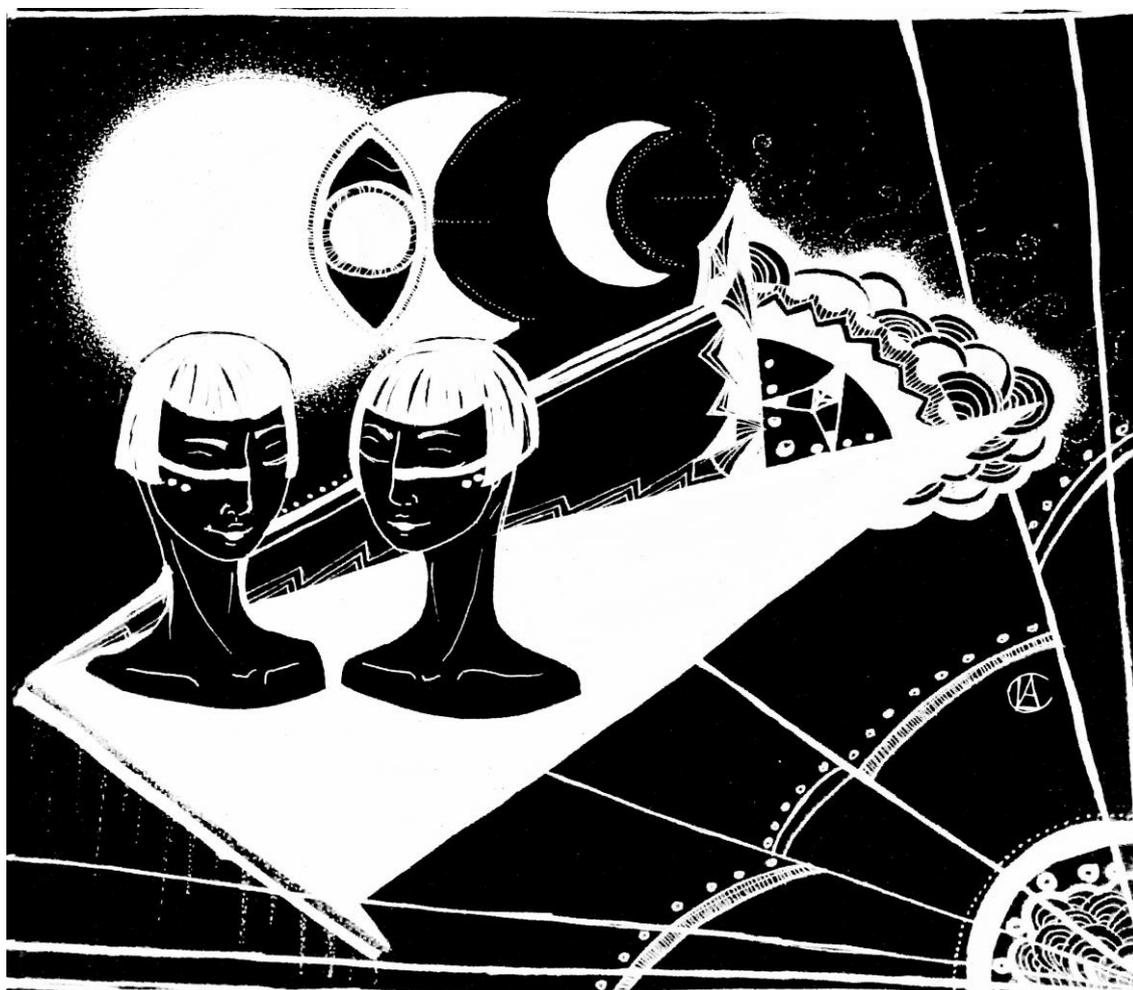
Figura 57- Da série “Flutuando no sideral”, desenho em naquin com tratamento de imagem, Ana Lara Costa, 2016.



Figura 58- Da série “Flutuando no sideral”, desenho em naquin com tratamento de imagem, Ana Lara Costa, 2016.



Figura 59- Da série “Flutuando no sideral”, desenho em naquin com tratamento de



imagem, Ana Lara Costa, 2016.

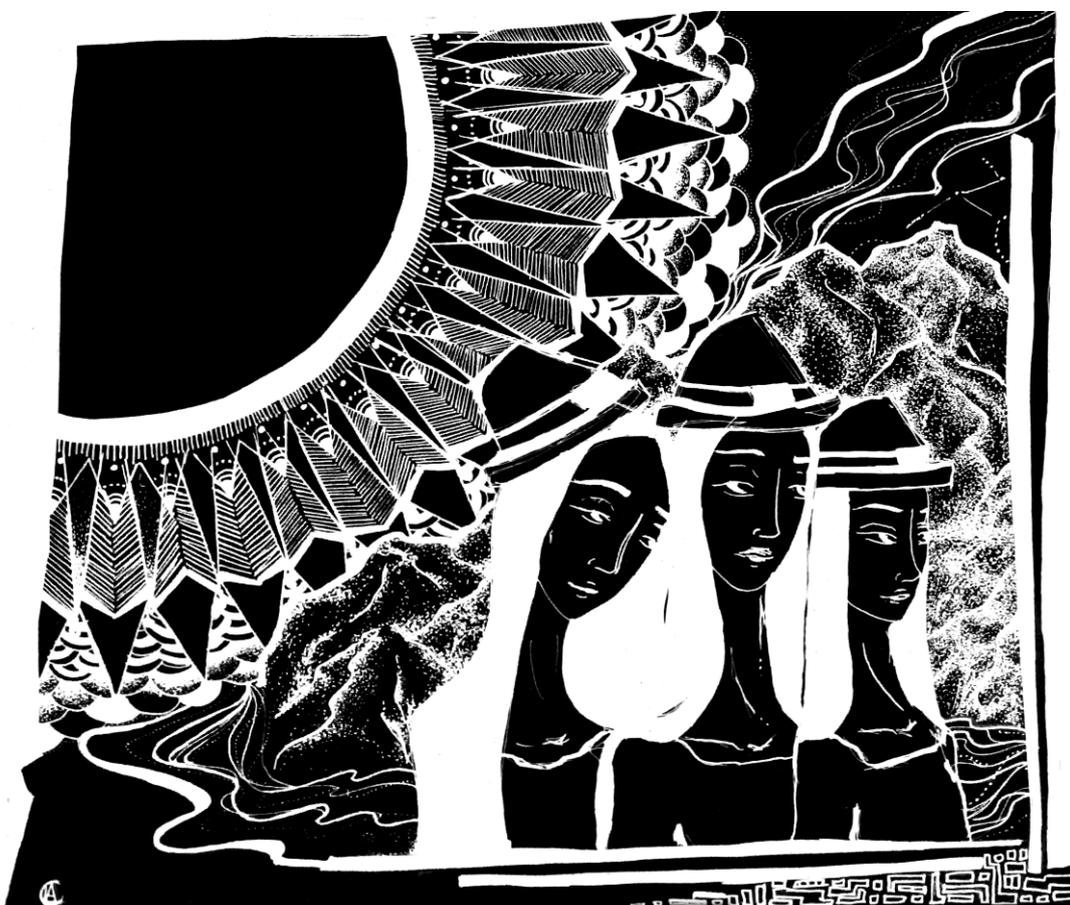


Figura 60- Da série “Flutuando no sideral”, desenho em naquin com tratamento de imagem, Ana Lara Costa, 2016.

10- Netos de Saturno- intervenção artística dos Faunos

A performance do Fauno mudava de estética e de ação. Tínhamos um novo festival para apresentar, e para minha felicidade minha amiga se juntou nessa viagem e na realização dessa intervenção, já que desde o início a ideia original era acontecer com mais de uma pessoa. O nome era “Netos de Saturno”, trazíamos o aspecto brincalhão do fauno e íamos entre as pessoas interagindo com elas de uma forma bem lúdica, e entregando símbolos e alguns glifos⁵⁰. Diferente da primeira apresentação o fauno não pintava ninguém, o foco era na performance e interação. Os dois faunos se apresentavam no *chillout* e depois íamos interagindo com as pessoas do festival, entregando incenso e símbolos, ora brincando entre nós, ora dançando com as pessoas no *mainfloor*.

Figura 61- Intervenção artística “Faunos do bosque”, Festival Floresta Infectada, Ana Lara Costa, Déborah Macedo, 2016.



⁵⁰ Glifo é uma cavidade ou traço gravado numa ornamentação arquitetônica. Desenho, símbolo ou pictograma gravado em relevo.

O Fauno simboliza na maioria das culturas, a fertilidade. Na mitologia romana era neto de Saturno e considerado deus das florestas e pastores, além de apresentar o dom da profecia. Seu nome provém do latim *Faunus*, que significa “favorável” e da palavra *Fatuus*, que detém dos significados “destino” e “profeta”. Outra curiosidade é que Faunos, a palavra fauno no plural, representa seres bípedes, semideuses descendentes do deus romano Fauno. São seres que apresentam o corpo meio humano e meio bode. Simbolizam as festividades e são deidades muito brincalhonas. Adoram tocar flauta, dançar e beber, além de possuírem um grande sentido de orientação e poderem guiar viajantes pelas florestas se gostarem deles, ou causar medo a humanos em lugares remotos.

Figura 62- Intervenção artística “Faunos do bosque”, Festival Floresta Infectada, Ana Lara Costa, Déborah Macedo, 2016.



Figura 63- Intervenção artística “Faunos do bosque”, Festival Floresta Infectada, Ana Lara Costa, Déborah Macedo, 2016.



Figura 64- Intervenção artística “Faunos do bosque”, Festival Floresta Infectada, Ana Lara Costa, Déborah Macedo, 2016.



Figura 65-Intervenção artística “Faunos do bosque”, Festival Floresta Infectada, Ana



Lara Costa, Déborah Macedo, 2016.

11- Ocupação - ativismo- 2016

Figura 66- Sarau das Artes-
OCUPA Bloco 3M UFU,
Beiradestrada, 2016.



Participar do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID), na Escola Estadual Antônio Luís Bastos, foi uma experiência de muito aprendizado, que coincidiu com o começo das ocupações nas escolas públicas. Durante esse tempo continuamos indo às escolas e promovendo oficinas e atividades distintas. Ver a autonomia daqueles estudantes cuidando de seu espaço de aprendizado me fez repensar sobre essa mudança de hábitos. O olhar começava a se focar para o meio ambiente e a educação, mas uma educação diferente, mais humanista e abordando novas formas de aprendizagem. A ocupação foi um período em que a educação também acontecia por meio do entretenimento

e do lazer, e pelos meios de expressões artísticas que levavam a questionamentos a todo momento.

Figura 67- Sarau das Artes- OCUPA, Bloco 3M UFU, Beiradestrada, 2016.



Figura 68- Sarau das Artes- OCUPA, Bloco 3M UFU, Beiradestrada, 2016.

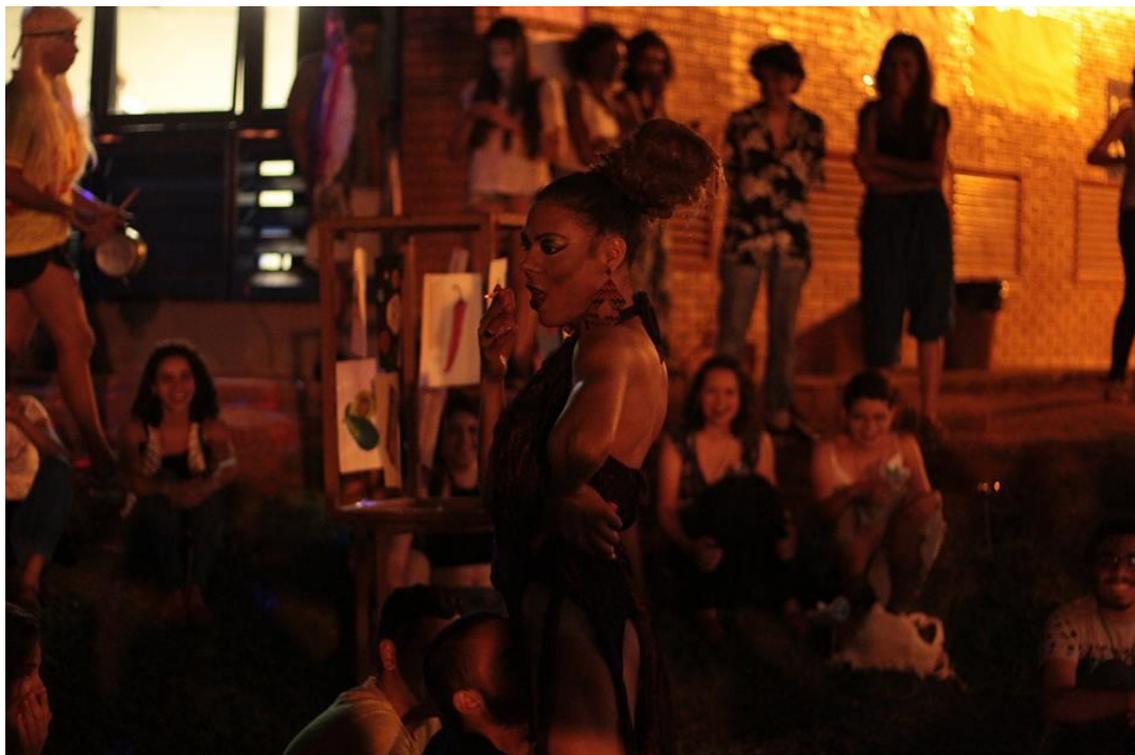


Figura 69- Sarau das Artes- OCUPA, Bloco 3M UFU, Beiradestrada, 2016.



Figura 70- Sarau das Artes- OCUPA, Bloco 3M UFU, Beiradestrada, 2016.



Figura 71 - Sarau das Artes, OCUPA Bloco 3M UFU, Beiradestrada, 2016.



Figura 72- Varal variante no sarau das Artes- OCUPA, Bloco 3M UFU, Beiradestrada, 2016.



Figura 73- Intervenção artística no sarau das Artes – OCUPA, Bloco 3M UFU, Beiradestrada, 2016.



Figura 74- Sarau das Artes – OCUPA, Apresentação de Natania Borges e banda, Bloco 3M UFU, Beiradestrada, 2016.

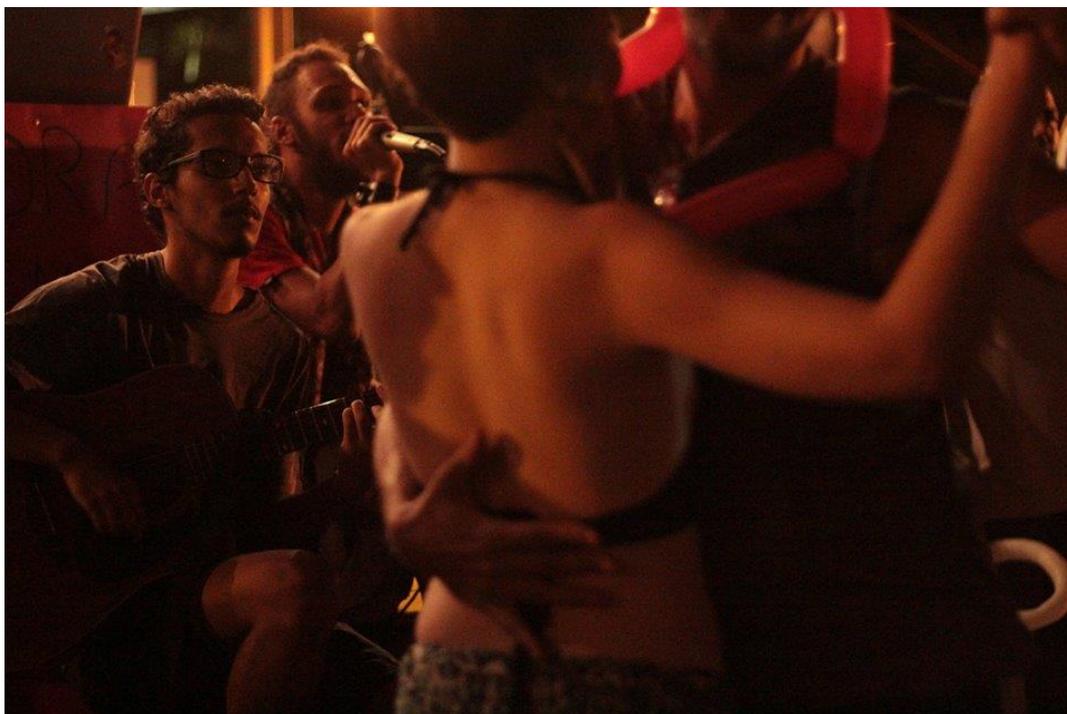


Figura 75- Oficina de modelo vivo no sarau das Artes – OCUPA, Bloco 3M UFU, Beiradestrada, 2016.



Um aspecto importante nessa época foi notar a união que se fez entre os alunos dos cursos de artes durante as ocupações. Para todos que estiveram presentes vivendo esse movimento, foi de se maravilhar o resultado dessa mistura. Um dos resultados foi uma produção teatral-musical feita pelos alunos das artes visuais, teatro, dança e música, chamada “Benedites”. Outro evento muito importante e interessante foi o manifesto que os participantes da ocupação da UFU fizeram. A intenção era sair da estrutura mais convencional de manifesto, transformando o ato político em um espetáculo artístico. Percebia a potência das artes integralizadas.

Figura 76- Artivismo - Manifestação dos estudantes de arte contra a aprovação da PEC 55, viaduto da Av. João Naves de Ávila, Uberlândia-MG, 2016.



12- Cerâmica

A cerâmica veio até minha vida me fazendo refletir suas formas sensoriais na argila, pelo toque macio, cheiro de terra molhada e um certo acolhimento, cuidado e constância que só o fazer da cerâmica permite.

Depois da greve e de muita reflexão sobre o ensino, questionei o formato do curso, pois percebia que meus interesses mudavam. Eu queria estar fazendo algo mais próximo da terra, como por exemplo uma horta ou estudando permacultura, biocostrução agroflorestal, e foi na cerâmica que encontrei esse lugar.

O fazer da cerâmica é um processo sensorial onde a pele é estimulada pelo toque da argila. O cuidado, a atenção e o observar têm que ser constantes. O toque traz acolhimento, assim o acolhimento e o autocuidado começam a ter uma grande importância e relevância nessa pesquisa. A cerâmica e o yoga são os pilares que movimentam o pensar de ações que envolvam autocuidado e acolhimento.

Figura 77- Fornada de cerâmica dos alunos da UFU conduzida pela Prof. Regina, como parte de uma proposta do Prof. Palumbo nas aula de história da arte no Brasil, Uberlândia, Ana Lara Costa, 2017.



Figura 78- Fornada de cerâmica dos alunos da UFU conduzida pela Prof. Regina, como parte de uma proposta do Prof. Palumbo nas aula de história da arte no Brasil, Uberlândia, Ana Lara Costa, 2017.



Figura 79- Fornada de cerâmica dos alunos da UFU conduzida pela Prof. Regina, como parte de uma proposta do Prof. Palumbo nas aula de história da arte no Brasil, Uberlândia, Ana Lara Costa, 2017.



Figura 80- Fornada de cerâmica dos alunos da UFU conduzida pela Prof. Regina, como parte de uma proposta do Prof. Palumbo nas aula de história da arte no Brasil, Uberlândia, Ana Lara Costa, 2017.



Figura 81- Fornada de cerâmica dos alunos da UFU conduzida pela Prof. Regina, como parte de uma proposta do Prof. Palumbo nas aula de história da arte no Brasil, Uberlândia, Ana Lara Costa, 2017.



Figura 82- Fornada de cerâmica dos alunos da UFU conduzida pela Prof. Regina, como parte de uma proposta do Prof. Palumbo nas aula de história da arte no Brasil, Uberlândia, Ana Lara Costa, 2017.



Este foi um momento que questionei muito o curso que estava fazendo. Confesso que logo após a ocupação muitas coisas mudaram pra mim, principalmente a faculdade. Já pensando em dar um tempo no curso, mergulhei na cerâmica, que era o que ainda me interessava devido a todas as questões que ela me despertou, como autocuidado, atenção e constância. Afinal, não dá para fazer uma peça de argila e a largar de qualquer jeito. Para que a argila vire cerâmica é preciso cuidado para chegar ao resultado, já que a peça pode rachar e explodir, por exemplo.

Então em 2016 no final de semestre a turma do prof. Palumbo de historia da arte contemporânea junto a turma da Regina de cerâmica se reuniram na chácara de Palumbo para fazer um forno artesanal para queima das peças de argila. Esse vídeo https://www.youtube.com/watch?v=dlr_oiXFpkE é o trabalho final de arte

contemporânea na qual mostra através de fotografias o processo do fazer do forno ,desde a construção da base a subida do forno ate a sua queima.

Então, insatisfeita com o curso, e sentindo de focar e aprofundar mais nos estudos do yoga, fui fazer uma formação de professora de Yoga Integral, para poder compartilhar de uma prática onde vejo muitas possibilidades de experimentações.

13- O contato com Yoga, Yantra e Odissi

O yoga me acompanhou quando mudei de cidade para fazer arte visuais. A meditação de *sahaja* yoga, no primeiro ano de faculdade, foi muito importante para mim. Depois disso comecei a praticar os *ásanas* (posturas). Algo que ainda não mencionei aqui, é que antes de vir cursar artes visuais fui bailarina por 10 anos. Então, o corpo é na verdade o que mais pesquisei e estudei na vida. Quando vim para as artes visuais, senti que me afastei das minhas investigações de movimento do corpo. Fui bastante influenciada pelo aspecto mental do curso, e o yoga com seu *ásanas* me reconectou com o corpo, e me fez entender que na verdade podia existir uma união de corpo, mente e espírito.

Com a formação de Yoga me tornei mais próxima das divindades hindus e tive meu primeiro contato com as imagens de *yantras*. Lembro que ficavam na base do altar do *Asharam*⁵¹ onde morei. Inclusive, a última atividade em grupo foi criar um *yantra* que representasse toda turma. Com uma matéria que parecia areia colorida, criamos um desenho que representava a turma e de acordo com os *yantras* budistas. Desmanchamos o *yantra* no final, misturando toda a areia. Essa ação presente nos rituais de *yantras* budistas representa a transitoriedade da vida. Enfim, mais um ciclo se fechava para novas experiências surgirem.

⁵¹ Hoje, o termo *ashram* é, normalmente, usado para designar uma comunidade formada intencionalmente com o intuito de promover a evolução espiritual dos seus membros, frequentemente orientado por um místico ou líder.

Figura 83- Formação em *Purna Yoga* (Yoga integral) no *Ashram Sri Aurobindo*, Paloma Lima, 2017.



No dia da comemoração da festa de Ganesha⁵² houve uma apresentação de Odissi⁵³. Foi durante a minha formação de yoga que conheci aquela dança clássica indiana, originária de Orissa, no sul da Índia. Aquela dança teve grande influência sobre me reconhecer e me entender como artista e no pensar da arte. Ela acabou influenciando muito no meu processo criativo e o pensar de certos elementos predominantes no meu trabalho e pesquisa.

Durante a apresentação de um amigo, eu observava hipnotizada todo o conjunto visual coreográfico; os olhos que acompanham as mãos, os adornos que reluziam em prata no corpo junto as cores vivas do figurino, o movimento em S do corpo é o que traz a leveza e caracteriza o Odissi, o movimento acompanha a

⁵² Ganesha é o deus do intelecto, da sabedoria e da fortuna para a tradição religiosa do hinduísmo e védica. De acordo com a mitologia hindu, Ganesha é o primeiro filho de Shiva e Parvati, e considerado um dos deuses mais importantes desta cultura.

⁵³ Odissi é originária do estado de Orissa, situado na Baía de Bengal, no leste da Índia e, sendo uma das danças mais antigas, a forma como conhecemos hoje é resultado de um longo processo de reconstrução baseada nas várias tradições de dança do estado de Orissa.

música ao som de guizos no pé. A dança conta histórias através de gestos e expressões sem dizer uma palavra, o dançarino comunica através do corpo, características marcantes da dança acarretam vigor a visualidade. Penso o Odissi como uma dança visualmente meditativa, tanto para quem vê quanto para quem faz.

Figura 84- Apresentação de Odissi- Atma, São Sebastião-SP, Ana Lara Costa, 2018.



Figura 85- Apresentação de Odissi- Atma, São Sebastião-SP, Ana Lara Costa, 2018.



Figura 86- Apresentação de Odissi- Atma, São Sebastião-SP, Ana Lara Costa, 2018.

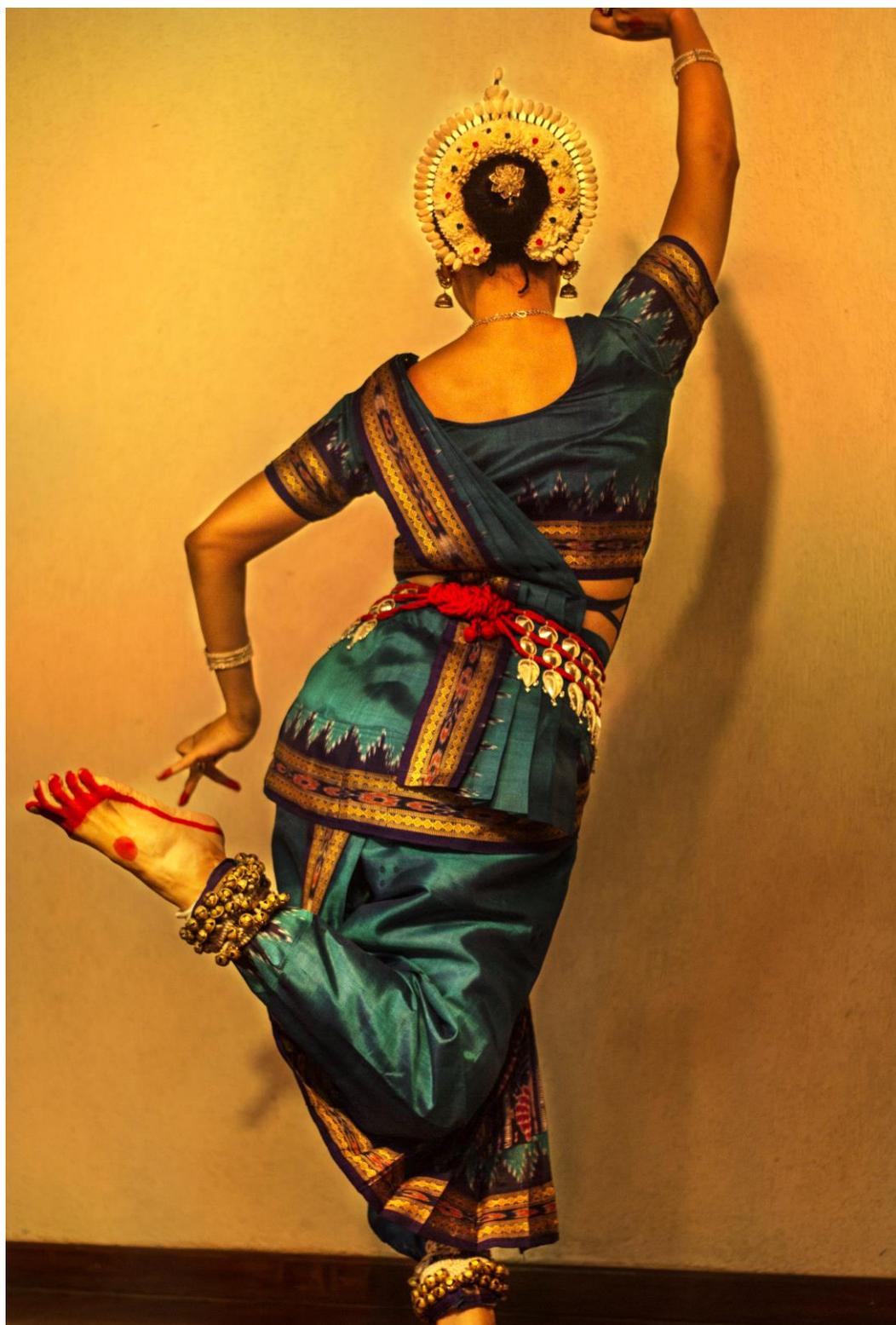


Figura 87- Apresentação de Odissi "Atma", São Sebastião-SP, Ana Lara Costa, 2018.



Figura 88- Apresentação de Odissi "Atma", São Sebastião-SP, Ana Lara Costa, 2018.



Figura 89- Apresentação de Odissi “Atma”, São Sebastião-SP, Ana Lara Costa, 2018.



Pude presenciar e registrar algumas apresentações desse meu amigo. Em São Sebastião-SP, aconteceu seu espetáculo “Atma”, onde fiz essas fotos. Além dos aspectos visuais das formas do corpo, movimentos de olhos, mãos e troncos neste trabalho de fotografia ficou bem evidente como a estética de luz baixa e cores vivas prepara o espaço para ações de importância. Defumação, escolha da cor da luz, luz baixa, e incensos oferecidos no altar mudam o clima das cenas através do cheiro e elementos sensoriais que envolvem a dança.

Odissi, de forma subjetiva, me parece uma mistura de dança, magia e teatro. Devido ao grande interesse em aprender a dança fui morar em São Paulo, e lá tive contato com *yantras* de metal feitos na Índia e usados também em rituais de fogo chamados “*Agnihotra*”⁵⁴, como símbolos de poder representando as divindades hindus.

As imagens abaixo mostram registros do “*Agnihotra*” feitos em um casamento .Como pode ser ver nas imagens os *yantras* de metal estão no local da

⁵⁴ *Agnihotra* é um sacrifício de fogo no hinduísmo, realizado em ocasiões especiais, como o nascimento de uma criança, casamento, funeral, consagração do templo.

cerimônia. E é desenhado outro *yantra* com areia colorida no fundo da bacia de cobre em um formato específico que lembra uma pirâmide de cabeça pra baixo, nessa bacia é colocado a madeira e jogado “*ghee*” que é uma manteiga clarificada, cereais e ervas. E isso tudo acontece gradativamente ao som de *mantras*.

Figura 90- Cerimônia de Casamento Indiano, Centro Hare Krishna, São Paulo- SP,
Ana Lara Costa, 2018.



Figura 91- Pirâmide usada para *Agnihotra* (cerimônia de fogo) desenho de yantra feito ao fundo da bacia , Centro *Hare Krishna*, São Paulo-SP, Ana Lara Costa, 2018.



Figura 92- Cerimônia de Casamento Indiano, Centro *Hare Krishna*, São Paulo- SP, Ana Lara Costa, 2018.

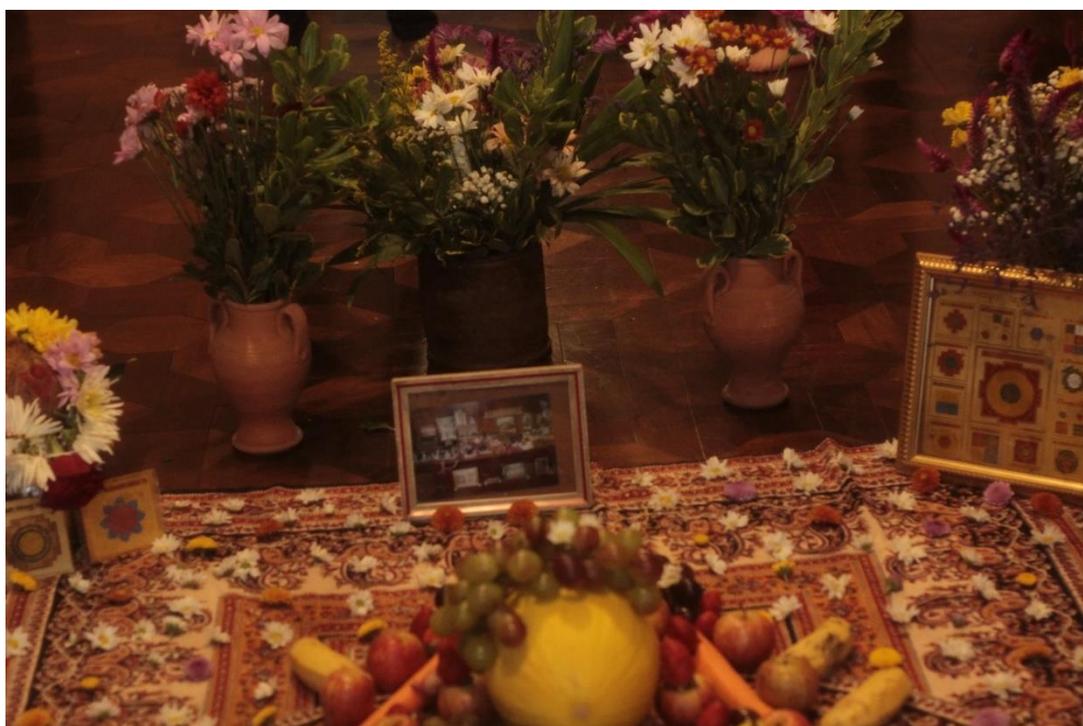


Figura 93- Yantra indiano de metal, internet, 2021.

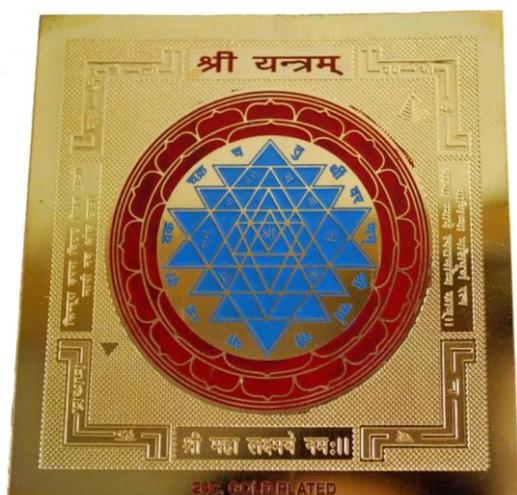


Figura 94- Yantras indianos de metal, internet, 2021.



13.1- Yantras

Durante um dos momentos em que trabalhei em uma casa terapêutica em São Paulo, fiquei mal de saúde, foi quando comecei as experimentações no pintar de *yantras*. *Durga* (Deusa Hindu) foi o primeiro *yantra* que fiz, na intenção de utilizar como um selo de proteção. Depois de estudar mais profundamente sobre *Durga*, descobri que o seu yantra de fato está ligado a proteção. O fazer desse *yantra* foi mais complexo do que imaginava ao pesquisar a imagem. Fiquei um tempo olhando as tintas que tinha, para ver qual seria a melhor paleta de cor que para representar esse *yantra*. Então, intuitivamente, surgiu essa paleta de cores bem marcantes e chapadas, e o fundo preto para trazer aquela sensação que a imagem surge no universo.

Peguei uma tela antiga que tinha na casa, tintas e pincéis, e comecei a fazer. Foi bem intenso fazer o *yantra* nesse momento de bastante vulnerabilidade. Todo dia eu meditava no *yantra*, mesmo com o quadro em processo, e então pude abrir os olhos para a potência dessa ferramenta e dessa prática no yoga. Finalizei o *yantra* no mesmo tempo em que melhorei de saúde. Naquele momento soube que deveria buscar e estudar mais sobre, para compreender as imagens e forças envolvidas nos *yantras*. Foi nesse momento que resolvi retomar a faculdade e

finalizar o curso, sentia que havia encontrado algo que queria desenvolver mais, e meu maior desafio seria sintetizar e unir minhas áreas de interesse.

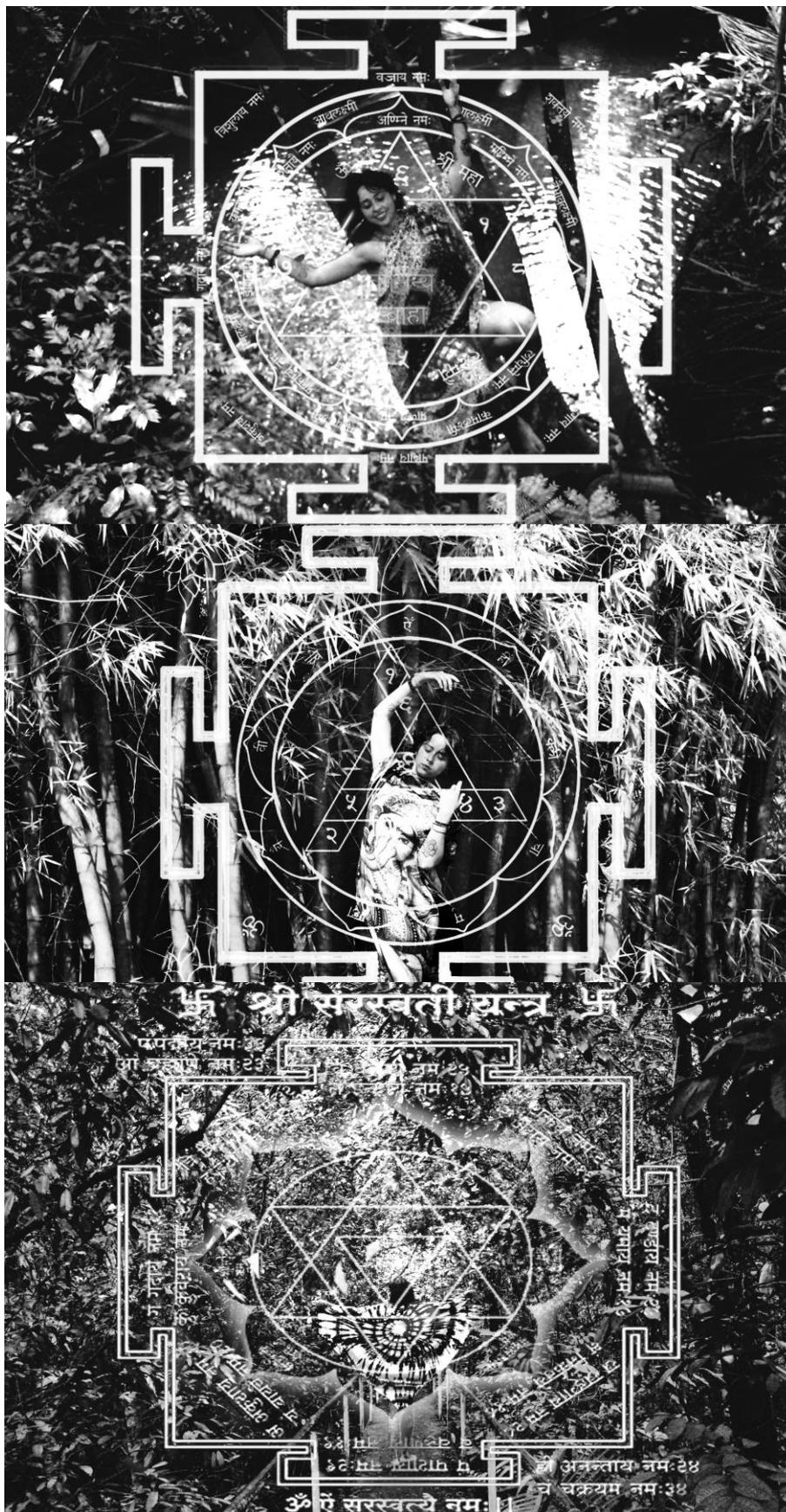
Figura 95- *Yantra de Durga*, acrílica sobre tela 1mx80cm, Ana Lara Costa, 2018.



Ao retomar para o Uberlândia, com o foco nos *yantras*, começo a trazê-los presentes em meus próximos trabalhos artísticos. Isso resultou em uma exposição conjunta no Museu Universitário de Arte da UFU (MUnA), chamada “*Átma*⁵⁵”. O intuito era realizar uma instalação interativa com a imagem, onde o espectador pudesse sentar-se para meditar.

⁵⁵ *Átma*, ou *Atman*, é o termo usado no hinduísmo para alma (espírito, ou consciência) e princípio de vida (*sopro*).

Figura 96- Foto montagem, série “Atma”, exposição coletiva dos alunos da UFU no MUNA, Ana Costa Nigro, Lara Victor 2018.



Já que *yantra* significa literalmente assomar, ferramenta ou máquina, ele é uma matriz interconectada de figuras geométricas, círculos, triângulos e padrões florais que formam um padrão fractal de elegância e beleza. Acredita-se que *yantras* místicos revelam a base interna das formas do universo.

Uma curiosidade interessante é a relação de som (mantra) e forma (*yantra*). O som vibra em frequências que se alteram; por isso os humanos não conseguem ouvir alguns sons que os morcegos, por exemplo, conseguem. Só porque não ouvimos, não quer dizer que eles não existem e que não exercem influência sobre nós.

Para debater melhor a complexidade de cada *Yantra*: ele é muito usado pelos astrólogos Vedas, pois cada *Yantra* representa a força influenciadora de cada planeta e também de cada número. Para sua real compreensão, exige-se o estudo não apenas do vasto panteão de divindades do hinduísmo, como também de mantras, numerologia e astrologia védica.

Embora desenhado em duas dimensões, um *yantra* deve representar um objeto sagrado tridimensional. Dessa maneira vejo o poder existente no ato de riscar, gravar e imprimir seja alguma superfície física ou subjetiva.

Depois dessa exposição, comecei a produzir no ateliê de pintura *Yantras* para utilizar para meditação. E durante o processo vou reconhecendo nessa ferramenta um potencial educativo para ser usado em oficinas unindo yoga e arte, mas principalmente a relação de Arte e Rito e investigação de imagens de poder.

Figura 97- *Yantra* Ganesha, acrílica sobre tela, Ana Lara Costa, 2018.



Figura 98- *Yantra* Saraswati, acrílica sobre tela, Ana Lara Costa, 2019.

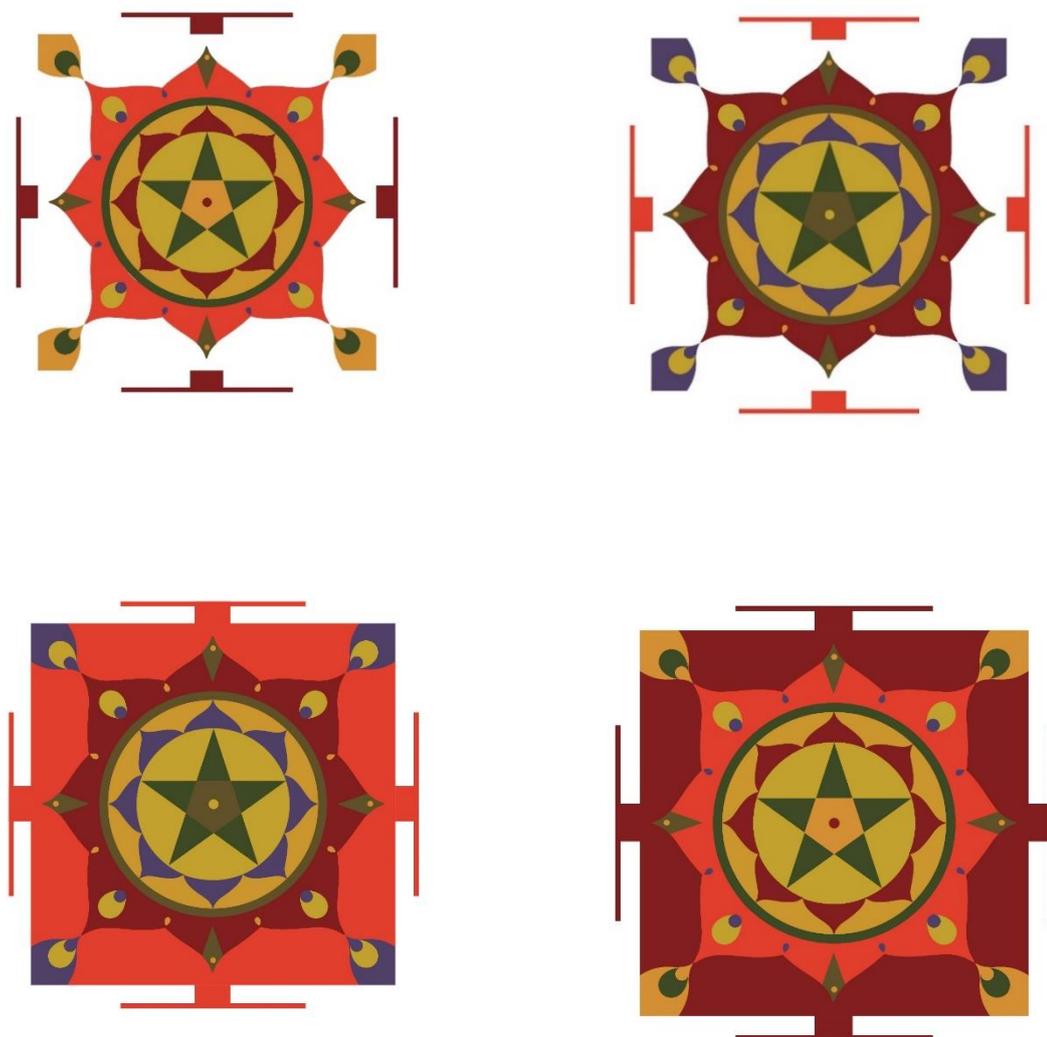


Figura 99- *Sri Yantra*, acrílica sobre tela, Ana Lara Costa, 2019.



Os *Yantras* são desenhos geométricos de origem indiana, conhecidos também como *Mandala* na região do Tibet. O simples ato de fixar os olhos em seu ponto central (*bindu*) auxilia na indução da meditação, produzindo paz interior e principalmente *insights* para os momentos especiais, onde só o nosso interior tem a resposta. No yoga chamamos esse estágio de concentração em um ponto de *Dharaná*.⁵⁶

Figura 100- Logo criada a partir de um *Yantra*. Trabalho conjunto de Ana Lara Costa e Déborah Macedo, 2019.



⁵⁶ Dharaná é a concentração em um só ponto, que pode ser um símbolo (*yantra*), um diagrama geométrico (*mandala*), uma vocalização (*mantra*) ou um ritmo corporal.

O uso de diagramas mágicos é um dos caminhos para aderir ao princípio energético vibratório das formas e das cores que irão atuar no inconsciente produzindo um fluxo de ação.

14- Ação em pandemia - oficinas

O fluxo de ação, objeto da minha pesquisa, criou-se através de oficinas meditativas de processo criativo. Nelas eu busquei utilizar das potências das ferramentas presentes na minha vida e estudos diários. A intenção foi investigar formas, cores e abstrações; principalmente o sensorial como forma do processo para esse fluxo de ação.

O artista busca entrar em contato com a sua noção intuitiva dos deuses, mas, para criar seu trabalho não pode permanecer nesse domínio sedutor e incorpóreo. Ele deve voltar ao mundo material para fazer sua obra. A responsabilidade do artista é equilibrar a comunhão mística com o trabalho criativo (NUNES, 2017, p. 18).

Essas oficinas foram a forma encontrei para essa união acontecer, potencializando a criatividade e a comunhão com o corpo. Também foram uma forma de levar cada um a olhar pra dentro de si, e não um si cheio de si, mas um si que se vê em um lugar de se permitir experimentar e investigar o seu próprio mundo. Assim as oficinas levam à profunda aplicação da mente em abstrações através da meditação ativa, estimulando assim a contemplação.

[...] o artista revela seu íntimo e o seu tempo. E simplesmente ao agir (ação) já é um sopro de inspiração. Resgatarmos a contemplação, a nossa fonte de inspiração, que é exatamente a fonte da vida. O artista cria a arte e ela constantemente o compõe. Ele não é apenas produtor e produto de sua própria obra, mas também de novas formas de ver o mundo, de viver e de se relacionar (NUNES, 2017, p. 18)

Em meio a pandemia a “era online” se intensificou através de atividades à distância como festivais, shows, aulas e etc. Foi então que, em 2020, tive a oportunidade de colocar em prática as oficinas, que são frutos de vários elementos

já retratados e pensados nessa pesquisa. Em 2020 foram duas oficinas, ambas abordando o processo criativo, porém de formas diferentes, quis experimentar diferentes estímulos. A primeira foi através do edital do Festival de Cultura #UFUEMCASA, que aconteceu de forma remota. Nessa proposta, além das oficinas forneci vídeos que explicavam melhor os elementos presentes nelas.

Durante a primeira oficina, foram cinco *lives* disponibilizadas por meio da conta do *Instagram* do PROEX, além de vídeos no IGTV e publicações. Os vídeos abordaram *Pranayamas*, *Yamas* e *Nyamas*, a sequência de *Surya Namaskar*, e os *Yantras* e *Mantras* de forma mais aprofundada. As *lives* com as práticas de yoga aconteceram da seguinte forma: primeiro soltamos as articulações para evitar lesões e facilitar a prática dos *ásanas*; fizemos *pranayamas*, que são exercícios de observação e controle da respiração que auxiliam no controle da mente, acalmando e revitalizando; passamos aos *ásanas*, que são posturas psicofísicas criadas com o objetivo de melhorar a saúde. Cada prática foi baseada em uma forma primordial (círculo, triângulo, quadrado...), como se experimentássemos as formas através do corpo, e então íamos para a meditação. Tudo isso acompanhou o praticante durante as *lives*. A prática se finalizava com a proposta de cada um se expressar artisticamente seja “criando” o seu *yantra* ou de outras formas.

Figura 101-Festival de cultura #UFUEMCASA, oficina feita por Ana Lara Costa de forma online, 2020.

Festival de Cultura
#UFUEMCASA

01/JULHO | QUARTA-FEIRA

EDITAL FESTIVAL DE CULTURA

10h30

Live: *Santa Yoga com Arte* (em casa), por Ana Lara Neiva Brochado e Costa (Instituto de Artes/Curso de Artes Visuais)

Instagram: @dicultufu

PROJETO SELECIONADO VIA EDITAL

Universidade Federal de Uberlândia | PROEXC | dicult | UFU CONTRATO CORONA | #UFUEMCASA

Já na segunda oficina propus oficinas artísticas de processo criativo meditativo, abordando novamente os *yantras*, mas dessa vez trouxe os *mudras* de Odissi. Aconteceram três aulas pelo *Zoom*. Os *Yantras* utilizados em ambas as oficinas foram aqueles feitos nas aulas de pintura, e os *mudras* que ensinei vêm da dança clássica Indiana Odissi, que pratiquei por um tempo no Consulado da Índia em São Paulo, em 2018. Assim abordei o *Samyuta Hasta* e *Asamyuta Hasta*, sequências com *mudras* usando apenas uma mão e as duas mãos, respectivamente. O maior interesse em utilizar os *mudras* é principalmente pela poética visual. Através de minha experiência, vejo os *Yantras* como um link entre Yoga e artes visuais, e os *mudras* como uma caligrafia corporal. Ambas ferramentas têm poder meditativo e nessas oficinas busco compreender, investigar e praticar o processo de criação que eles possibilitam, de forma menos mental para uma mais corpórea e sensorial. Depois da prática abria para que criassem algo visual através da colagem ou outra forma.

Como professora de Yoga, artista visual e investigadora do corpo, resolvi sintetizar conhecimentos dessas várias áreas e transformá-los em uma prática em

que abordo ferramentas do Yoga com um olhar focado na criação e expressão artística. Através desse período de oficinas busquei mostrar/incentivar as pessoas a acreditarem em suas capacidades de criação e habilidades artísticas, a poderem se expressar através da percepção do próprio corpo e da mente, a experimentarem a arte de uma forma que saia do comum, encontrando a si mesmos, fazendo conexões e de forma criativa passarem por esse período de isolamento. A opção de utilizar a linguagem da colagem proporcionou a junção de vários símbolos para criação de algo novo, uma vez que essa é uma técnica de fácil acesso, que pode ser feita manualmente e digitalmente. Posso arriscar a dizer que os benefícios dessa oficina foram: levar para o público dispositivos artísticos de forma integrada; as Artes visuais e o Yoga, proporcionando uma abordagem incomum no ocidente e trazendo o foco ao corpo.

Figura 102- Fotografia da performance “Amor*”, realizada por Márcia e Douglas. Ana Lara Costa, 2017.



15- Tatuagem e os selos

Selos são os nomes que dou aos desenhos que crio para serem feitos na pele. Eles trazem o conceito do selo como uma marca, um símbolo, que eterniza um momento ou desejo. Para entender melhor a construção do que atravessa os rituais, gosto de partir desse conceito de selo, como uma figura que representa uma ideia abstrata, como um símbolo.

Segundo Jung (2016), o símbolo é a melhor expressão possível de algo relativamente desconhecido, pois ele representa por imagens, experiências e vivências que incluem aspectos conscientes e inconscientes, isto é, desconhecidas da consciência.

Dessa forma, cada selo que é feito na pele é diferente do outro. Nenhum desenho é repetido, cada um que escolher tatuar vai manter algo único na pele, respeitando a individualidade e autenticidade de cada pessoa.

Posso dizer que essa arte tem a intenção de ornar o corpo-templo através de selos, marcas, sinais. Só que dessa vez de forma eterna, diferente das pinturas corporais que fiz nos festivais trance, embora ambas sejam formas de celebrar as escolhas e desejos que ornaram a pele.

15.1- O encanto e a magia da tatuagem manual sem uso de energia elétrica

Continuei na superfície corpo, mas dessa vez não só no corpo em movimento, mas também no corpo parado e meditativo, onde a pele é o papel e através de uma agulha é gravado o desenho-selo pigmentado na pele. Assim como o templo, o corpo-templo ganha ornamentos.

O *Handpoked* é uma técnica de fazer tatuagem sem máquina, que conheci pela primeira vez em um festival trance no Sul, em 2016. Só em 2019, depois de uma experiência em um curso de bioconstrução, através de um amigo que lá conheci, tive a oportunidade de ser tatuada através dessa técnica, e também experimentei me auto tatuar. Foi assim que comecei a usar essa técnica de tatuagem, que cada dia mais me encanta. Essa forma manual de fazer a tatuagem

sem utilizar máquina não é nada nova. *Handpoked* é um nome ocidental dado a essa técnica sem máquina. O material usado como agulha é o mesmo utilizados na máquina. *Hand*, em inglês, significa mão, e *poked*, ponto. Então a construção da imagem na pele se dá ponto a ponto, feito à mão.

Sabemos que a tatuagem existe há mais de 3000 anos antes de Cristo. A energia elétrica ainda não existia, portanto, as tatuagens eram todas feitas de forma manual, utilizando diversos suportes e materiais. Na Tailândia por exemplo, pedaços de bambu pontiagudos ajudavam a marcar a pele. O *handpoked* é então, um método adaptado de tradições milenares, usadas em tribos para gravar símbolos de poder.

No Brasil, diversas tribos indígenas traziam tatuagens pelo corpo. Os *waujás* e os *kadiwéus* são alguns dos povos indígenas que utilizavam a pintura definitiva para expressarem rituais de passagem e reverência a alguns elementos da natureza. A seguir vou apresentar a vocês um pouco mais da história de algumas dessas tradições milenares.

No Japão, essa prática é conhecida pelo nome de *Irezumi* ou *Horimono* e dizem ter se originado por volta de 10.000 aC. Um dos métodos mais tradicionais de tatuagem no Japão é o “Tebori”, que surgiu em meados século XIX, cujo significado é “entalhado à mão” ou “esculpido à mão”. A história da tatuagem no Japão tem sua trajetória marcada por muitos altos e baixos. Já foi utilizada para diversos fins, como: espirituais, decorativos, como símbolo de proteção, *status* ou coragem, ou ainda para marcar criminosos. O povo *Ainu*, por exemplo, era bastante adepto das tatuagens decorativas. Esse método artesanal consiste em uma longa haste de bambu ou de marfim, com agulhas de aço dispostas em fileiras isoladas ou amontoadas, que são pressionadas manualmente contra a pele. A tinta utilizada no “Tebori” também costuma ser artesanal, extraída de plantas e pedras moídas misturadas com água.

Figura 103-Cacau-horihana-tatuagemTebori,sem data.
<https://waboritemple.com/tebori-tatuagem-feita-a-mao/>



Sak yant é uma forma de tatuagem muito comum no sudeste asiático. A palavra “*sak*” significa tatuagem e “*yant*” significa *yantra*. Os yantras são representações simbólicas de deuses e divindades através de formas geométricas e padrões florais que representam desenhos fractais. Em outras palavras, a *sak yant* é uma tatuagem divina. Os desenhos das *sak yants* geralmente refletem mantras budistas escritos em sânscrito ou *khmer*, animais ou formas geométricas que remetem a uma mistura de Budismo, Hinduísmo e Animismo vividos na região. O método de tatuar também é diferente. Enquanto as tatuagens tradicionais utilizam a máquina, as *sak yants* são feitas usando-se um *khem sak*, que consiste em varas de bambu ou de metal que perduram a pele e injetam a tinta. A tatuagem *Sak Yant* feita por monges em alguns templos da Tailândia e do Camboja utiliza agulhas de bambu muito finas, que perfuram a pele mais superficialmente em comparação com as agulhas de metal usada normalmente por tatuadores. Na verdadeira tatuagem *Sak Yant* você não escolhe o que vai ser tatuado e nem onde será tatuado, elas geralmente são feitas nas costas, mas isso não é uma regra.

Figura 104-Tatuagem na Tailandia:Sak Yant a agulha de bambu fica dentro desse canudo metálico,Imagem Sheila Dee.
<https://www.vounajanela.com/tailandia/como-fazer-uma-tatuagem-sak-yant/>



Para as mulheres da tribo filipina Kalinga, tatuagens são símbolos de força e beleza, além de marcarem a passagem do tempo. Alguns desenhos só podem ser feitos após atingir certa idade. Aos 102 anos de idade, Whang-od é a última *mambabatok* da tribo, ou seja, responsável por tatuar as companheiras. Ela exibe desenhos por todo o corpo, em tinta azul e preta. Segundo a tradição da tribo, é a *mambabatok* quem escolhe o desenho a ser feito, e não quem vai ser tatuado. Ela usa um pequeno martelo de bambu com tinta na ponta da agulha para fazer os desenhos.

Figura 105-Whang Od uma antiga tatuadora Kalinga tradicional(manbabatok),imagem Jorge Fernandez Afamy.



Depois de conhecer algumas tradições e notar essa ligação com ações ritualísticas, os meus rituais de tatuagem são resgates do ato de eternizar símbolos na pele. Surgem de uma necessidade unir pequenos ritos/ações (como defumação e meditação) que estão voltados à intenção de criar um ambiente propício e que facilite a pessoa a entrar em um estado mais presente e meditativo. A intenção de fazer o ritual vem de um lugar de acolhimento e cuidado, afinal é um contato muito rápido e íntimo com a pessoa. Creio que o acolhimento e o cuidado nesse momento podem ajudar várias questões, como as inquietações da ansiedade e o nervosismo.

Nos rituais utilizo diversos elementos que são bem importantes, o primeiro deles é o cristal acoplado à agulha e à haste de bambu ou cânhamo. Assim crio o suporte da agulha. Água em um copo, uma vela com o fogo e algum ornamento/arranjo de flores, folhas ou coisas que me interessam e vou pegando no caminho, fazem parte do pequeno altar formado para o ritual. A fumaça é outro elemento importante antes de começarmos a passar o desenho pra pele. É no momento da defumação que eu direciono a pessoa para ficar de pé, fechar os olhos e respirar profundamente. Vou guiando-a para se conectar com toda sua percepção sensorial e assim entrar em um estado mais presente. A fumaça desperta o poder adormecido da erva seca através da ativação com fogo. Essas ervas são colhidas e

secas por mim, logo tenho um contato direto e sei como acontece todo o processo de preparação da planta. É importante pra mim ter uma conexão direta com as plantas que vou utilizar durante o ritual.

Proponho uma experiência onde ambas as pessoas que participam entrem em estado meditativo. Creio que a pele seja um órgão que somatiza muitas memórias, e vejo o ato de tatuar como um revisitar dessas memórias, através da pigmentação da pele. Enquanto vou gravando o desenho na pele, auxilio o processo de cada um.

Figura 106- Processo de criação de selo, São Paulo- SP, Ana Lara Costa, 2019.

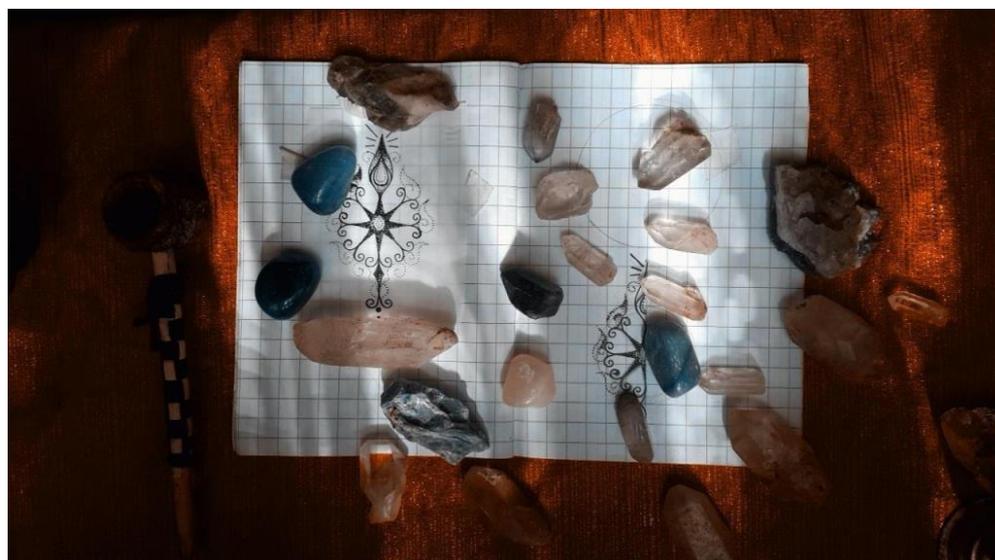


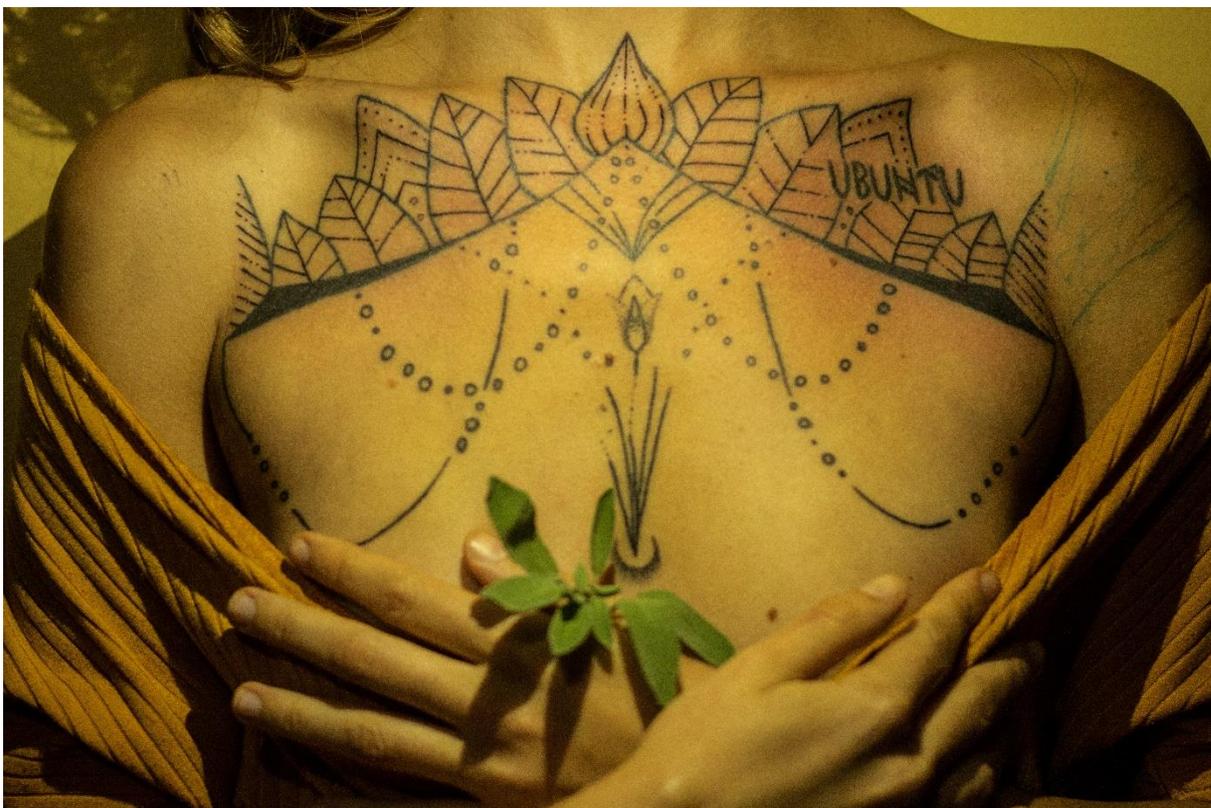
Figura 107- Selo eternizado na pele, técnica Handpoked, São Paulo-SP, Ana Lara Costa, 2019.



A visão de arte como um rito está muito presente no meu trabalho artístico. Desde o momento que acordo e rego as plantas, cuido da terra, fertilizo, ressignifico imagens, e penso em uma nova percepção em relação ao aprendizado e entretenimento. O aprendizado pode ser comparado ao que é gravado na ação de tatuar.

Um dos meus trabalhos mais desafiadores com a técnica de *handpoked* foi finalizar o selo “A coroa de folha de jurema”. Foram quatro sessões intensas e muito importantes para entender a construção de uma imagem grande através de uma técnica que leva mais tempo. Nessa tatuagem aprendi estratégias que serviram para o amadurecimento e aprimoramento da técnica.

Figura 108- Selo folha de jurema, técnica *handpoked*, Uberlândia, Ana Lara Costa, 2019.



Um dos focos e interesses com esse trabalho de tatuagem é a possibilidade de tatuar em meio a natureza. Tive a oportunidade de fazer um dos primeiros selos em outra pessoa na cachoeira “Corredeiras”, no parque Nacional da Chapada dos Veadeiros. No mesmo ano tive a oportunidade de ir a outra cachoeira localizada em Cavalcante-GO, e lá eu e a Thais passamos a tarde tatuando. Estar ao lado da água corrente, cercada por um cerrado rico, e ver o céu mudar de cor enquanto o selo era materializado na pele foi uma experiência indescritível.

Figura 109- Ritual nômade (nome dado as tattoos feitas em espaço aberto), técnica *handpoked*, Cavalcante-GO, Ana Lara Costa, 2019.

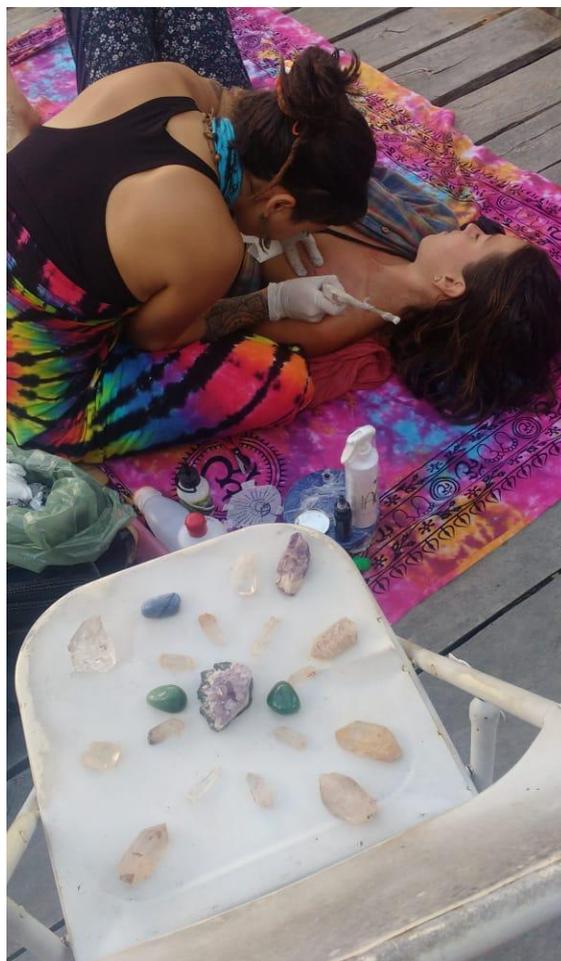


Figura 110- Técnica *handpoked*, Cavalcante-GO, Ana Lara Costa, 2019.



16- Considerações finais

Na dança, teatro, circo, performance e artes visuais o risco nos une, e nos deixa vulneráveis. Assim vejo a artista em seu processo criativo vulnerável a qualquer estímulo externo ou ideia e impressão que parte da mente e das sensações do corpo.

Eu vejo minha pesquisadora-aranha andando pela sua teia, revisitando lugares, experiências e pessoas, assim como a tatuagem na pele, revisitando memórias e materializando escolhas e desejos, desta forma ornando o corpo-templo. Essa aranha se mostra vulnerável em seus questionamentos como forma de amadurecer e crescer. Procuro inserir no meu dia a dia ações-revoluções para desenvolver uma consciência que busque uma relação harmônica com a natureza e comigo, entendendo tempos e ciclos. Transformo essas ações em pequenos ritos, para que essa consciência seja colocada em prática.

Foi inserida nos festivais trance, nessas grandes celebrações-rituais, que encontrei um espaço que atua meio da sinestesia e cinestesia, que coloca em foco o

“sensorial” e a percepção dos movimentos corporais. Um lugar também aberto a aprendizagem através das diversas oficinas. Percebo que esses conceitos abrangem a educação, pois respeitam as várias formas de aprendizado, entendo que cada pessoa carrega sua subjetividade e complexidade na hora de apreender algum conhecimento.

A experiência com os festivais e os momentos de entretenimento me levaram a pensar em uma oficina que traga sinestesia e cinestesia, mesclando yoga, arte e o processo criativo, em lugares de entretenimento e lazer. Pensando nesses lugares como nossas casas, já que ainda estamos vivendo em uma pandemia.

A internet tem uma importância grande em toda pesquisa, pois foi e é uma ferramenta de divulgação do meu trabalho, abrindo a possibilidade de fazer de forma *online* as oficinas que antes seriam feitas de presencialmente. Observo um avanço grande da internet em nossas vidas. Nosso contato com ela, de forma integral, possibilitou que o trabalho de muitas pessoas continuasse a acontecer, principalmente as faculdades e escolas. Entretanto, de forma *online* a educação perde muito, já que segundo IBGE, um a cada quatro brasileiros não tem acesso à internet, um total de 46 milhões de brasileiros, que vão sobrevivendo em eiras e beiras.

Depois de revisitar cada experiência me reconheço nessa arte como rito onde se abordam aspectos ritualísticos. Neste texto trato de aspectos cotidianos, experimentais e contemporâneos como também abordo a ancestralidade, retomando a prática milenar de inserir desenhos na pele de forma ritualística. Nas cerimônias de tatuagem acontecem o compartilhar de experiências, a troca de afeto e cuidado com o outro. A experiência com o outro nutre a compreensão de si. Retomar a uma ancestralidade é reconhecer a minha história, assim como o ato de tatuar é revisitar memórias.

Referências

ALMEIDA, Gabriela. Após desastre em Brumadinho, empresa responsável por barragens em Paracatu comenta estrutura de mineradora. **Site do G1**, 2019. Disponível em: <https://g1.globo.com/mg/triangulo_mineiro/noticia/2019/01/31/apos-desastre-em-brumadinho-empresa-responsavel-por-barragens-em-paracatu-comenta-estrutura-de-mineradora.ghtml>. Acesso em 05 de junho de 2021.

CARNEIRO, Henrique Soares. A odisséia psiconáutica: a história de um século e meio e de pesquisas sobre plantas e substâncias psicoativas. In: LABART, Beatriz Caiuby; GOULART, Sandra Lucia. **O uso ritual das plantas de poder**. 1ª ed. Campinas: Mercado de letras, 2005. 520 p.

FERREIRA, Marcos. M.; SÁ, Alana R. C.; PATCHINEELAM, Sambasiva R.; CASTILHOS, Zuleica C.; CALMANO, Wolfgang. Teores de Arsênio em sedimentos superficiais do córrego Rico, Paracatu-MG. In: Congresso Brasileiro de Geoquímica & Simpósio Latino-Americano de Mapeamento Geoquímica, 4, 2013, Diamantina. **Anais do Congresso...** Diamantina: 2013, p. 1-4.

HUXLEY, Aldous Leonard. **As portas da percepção**. 1ª ed. São Paulo: Biblioteca Azul, 2015. 160 p.

IPAM. Desmatamento no Cerrado emitiu 7 bi de gases do efeito estufa em 15 anos. **Site do Instituto de Pesquisa Ambiental da Amazônia (IPAM)**, 2018. Disponível em <<https://ipam.org.br/desmatamento-no-cerrado-emitiu-7-bi-de-gases-do-efeito-estufa-em-15-anos/>>. Acesso em 05 de junho de 2021.

JUNG, Carl C. **O homem e seus símbolos**. 2ª ed. São Paulo: Harper Collins, 2016. 448 p.

NUNES, Tales. **Yoga arte e liberdade**. 1ª ed. Florianópolis: Vida de yoga, 2017. 197 p.

O DESAFIO DE RUDOLF STEINER. Direção e produção de Jonathan Stedall. [S. l.: s. n.], 2012. 1 vídeo (1h:33min:23s). Disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=rXF3rGCKDLo&ab_channel=GogginsGogGogginSgog>. Acesso em 08 de junho de 2021.

RAMOS, Fernando Silva. **Forma e arquétipo: um estudo sobre a mandala**. 2006. 292 f. Dissertação (Mestrado em Artes). Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2006.

SAMPAIO, Dida. **Mineração na cidade de Paracatu**. 2017. 1 fotografia. 1920x 1280 pixels. Disponível em <<https://infograficos.estadao.com.br/especiais/novas-veredas/mineracao>>. Acesso em: 05 de junho de 2021.

VAN MANEN, Max. **Investigación educativa y experiencia vivida**. Barcelona: Idea Books, 2003. 213p.

VÍDEO DE ENTREVISTA COM DJ GOA GIL. [S. l.: s. n.], 2015. 1 vídeo (8min:5 s). Publicado pelo canal Fabio Munhoz Gomes. Disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=ZiGFetz_KbY&t=4s&ab_channel=FabioMunhozGomes>. Acesso em 08 de junho de 2021.