

Projeto autoral
© 2025

Beatriz
Brito

UM LUGAR DE SI



FICHA TÉCNICA

Direção Criativa Beatriz Brito

Redação Beatriz Brito

Fotografia e Curadoria Beatriz Brito

Design Gráfico Roberta Formicola

BEM - VINDA

UM LUGAR DE SI é um convite a percorrer imagens de mulheres que, em diferentes momentos e formas, se ocuparam de si mesmas. A presença que se vê aqui não é feita de conquista ruidosa, mas de coragem silenciosa: a coragem de estar, de permanecer, de criar o próprio lugar no mundo, e, especialmente, dentro de si.

Que cada história aqui contada desperte em você a memória dos próprios territórios que já foram conquistados, e a pergunta a respeito de quais novos espaços está pronta para ocupar, ou se retirar, a partir de agora.

Beatriz.

SOBRE A EXPOSIÇÃO

Acredito que não há trajetória tão potente quanto esta:
a de pertencer a si mesma, apropriando-se inteiramente.

É preciso nutrir, dentro de si, um lugar grande o bastante para nos abrigar diante das miudezas da vida. Que tenha beleza o suficiente para desafiar o que é superficial. Sentido o suficiente para nos manter acreditando, apesar da desilusão. Capaz o suficiente de cultivar a alegria, apesar da dor.

Quando recebi a proposta de desenvolver este projeto a partir do meu olhar, através da fotografia, logo entendi que eu gostaria que fosse um convite à reflexão, em primeiro lugar. Qual seria o meu ponto de partida? Decidi que o inundaria de mulheres cheias de si. Mulheres que pertencem a si mesmas, e que percorreram um caminho específico para isso. Me propus a falar sobre o que significa **“OCUPAR-SE”**. Entendi que não há melhor ambiente que o silêncio para se ouvir e mergulhar em si através de outras narrativas e trajetórias. E ninguém melhor que cada uma das mulheres retratadas para responder, na própria voz, o que tudo isso representa para elas, e se houve um momento específico, em suas respectivas histórias, onde perceberam que isso aconteceu. Esta exposição é um convite. Obrigada por aceitar percorrê-lo comigo.

Direção criativa,
curadoria, narrativa,
redação e fotografia
por **Beatriz Brito**.

Ariella Dashefsky .06

Amanda Paris .08

Belle Diocleciano .10

Hellen Telles .12

Kátia Milrad .14

Kelly Campos .16

Ophelia Jacarini .18

Raiza Souto .22

Sávia Barreto .24

ARIELLA DASHEFSKY

O que significa ocupar o seu próprio espaço? Eu acho que se eu voltar na Ariella jovem, menina, eu acho que eu não me dou conta do meu espaço. Eu apenas faço para sobreviver, para fazer acontecer. E agora, entrando nos meus quase 40 (daqui uns meses eu faço 40 anos) ocupar o meu próprio espaço é ser dona da minha própria narrativa. É fazer escolhas duras, difíceis, deixar de equilibrar os pratos que a gente entende que tem que ser equilibrados.

Ocupar o meu próprio espaço, me conhecer internamente e por fora, entender sobre os meus desejos, as minhas vontades, e aqui cabe também sobre os desejos sexuais, habitar num corpo que se transforma chegando nesses 40 anos, como que eu quero levar tudo que eu construo e deixar para as minhas filhas, principalmente, o que é habitar no corpo de uma mulher. Uma mulher que precisa lutar para conseguir tudo que deseja, que nada vem fácil.



Clique para ouvir a
mulher retratada:



Ocupar o meu próprio espaço é me ocupar de mim. É, conscientemente, fazer a escolha de me escolher. E a gente, mulher, quando vira mãe, a gente tem a tendência em se esquecer. Então, hoje, conscientemente, me ocupar do meu espaço é me escolher em primeiro lugar. E é isso que eu quero ensinar para as minhas filhas.

É por isso que eu faço o movimento de colocar a minha fotografia, o meu trabalho em primeiro lugar, de me colocar em primeiro lugar, para que elas entendam sobre o meu amor próprio, sobre dizer não, sobre não agradar, sobre ser dona da própria narrativa, mesmo que isso custe muito caro.





AMANDA PARIS

Me ocupo de mim quando tenho a ousadia de criar os espaços que um dia não encontrei. É sobre construir caminhos que também convidem outras a virem comigo.

Apreendi com minha mãe e minha avó que sonhar é imaginar possibilidades. Elas nunca foram, porque não sabiam que era possível. Ficar era a única opção. Hoje, honro suas histórias indo — por mim, por elas e por tantas outras. Esse é o meu legado: um ecossistema que se retroalimenta e vai além de mim.

Depois de experiências no corporativo internacional, o que realmente me preenche é oferecer acesso a espaços seguros para mulheres brasileiras — pra minha comunidade. Porque quando pertencemos, a gente vai. E quando não, a gente se encolhe... e deixa de ir.

Foi nesse processo de me ocupar que nasceu o Esferas — uma vivência presencial que convida mulheres a se movimentarem pelo mundo, a trocarem,

se escutarem, se reconhecerem... e transformarem suas relações com o trabalho. Uma extensão de uma associação sem fins lucrativos, baseada na troca e na colaboração.

Me ocupar é ir. E ir é um paradoxo: é assustador e, ao mesmo tempo, um alívio. É como caminhar na neblina, sem saber o que há do outro lado — e sentir o orgulho de se ver caminhando com os próprios pés. Eu escolho ir, porque ir é me escolher. E ir, pra mim, é cura.

Existe ousadia em dizer que vou me ocupar. Maior ainda é quando eu, de fato, escolho me ocupar — e, a partir disso, ocupo o mundo.



Clique para ouvir a mulher retratada:





BELLE DIOCLECIANO

Ocupar meu próprio espaço já foi um objetivo, até eu entender que esse espaço já era meu, ele precisava ser ocupado, mobiliado, usando uma metáfora da profissão como arquiteta. Também nunca foi sobre levantar a voz. Por mais que tenha uma voz mais grande e um tom alto. Foi sobre entender que não é preciso gritar pra existir.

Demorou pra eu parar de pedir licença pra ser quem eu sou, parar de justificar as minhas escolhas. Por muito tempo, tentei caber — nos planos dos outros, nas expectativas. Tem algo nobre nisso sim, mas até quando eu ficaria ocupando territórios alheios?



Lembro exatamente quando senti isso pela primeira vez. Foi quando comecei a compartilhar o que eu escrevo — sem pedir opinião. Sem perguntar: “Ficou bom?”. Sem suavizar pra agradar. Ali eu entendi que minha voz não precisava ser validada para ser verdadeira. E que as palavras que nascem de mim são, também, o espaço onde eu moro.

Ocupar o próprio lugar é um trabalho diário. Tem dias em que parece fácil. Em outros, eu ainda preciso me lembrar de sentir que posso seguir sem permissão.

Clique para ouvir a
mulher retratada:



HELLEN TELLES

Ocupar meu próprio espaço, para mim, é um ato de coragem diária. É escolher existir de forma autêntica em ambientes que, por muito tempo, não foram desenhados para mim. É ter escolhido não seguir o caminho esperado.

Sou mulher, sou brasileira, sou do futebol, e essas três palavras, juntas, já desafiavam muitos padrões. Preferi me lançar no desconhecido e desenhar, com as próprias mãos, uma jornada que não cabia nos moldes prontos.

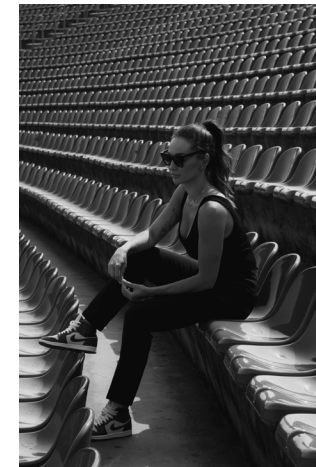
Troquei a estabilidade por uma vida nômade (no mundo, nos aeroportos), encarando negociações e decisões, muitas vezes, solitárias. E talvez o mais simbólico seja isso: construí minha força nos bastidores — estudando, construindo pontes, criando oportunidades — enquanto meu irmão calçava chuteiras.

Entendi que minha trajetória também tem o compromisso e a responsabilidade de honrar e fortalecer ainda mais o sobrenome que ele fez o mundo conhecer.

O momento em que senti que ocupava verdadeiramente meu espaço foi quando me vi sentada à mesa de negociações, em outro país, liderando conversas com clubes, investidores e executivos, sendo ouvida, respeitada, e acima de tudo, segura de que eu pertencia àquele lugar. Não porque alguém me deu permissão, mas porque eu fiz o necessário para ali estar.

Ocupar o meu espaço também significa não abrir mão da minha essência. É saber que posso ser firme sem perder a delicadeza, estratégica sem esconder a sensibilidade, e profissional sem deixar de ser humana... é dar nome, forma e direção à minha história.

É ter feito escolhas que abriram portas estreitas, mas que me levaram a salas onde eu posso ser inteira. Esse lugar que hoje ocupo no mundo (e dentro de mim) foi conquistado com escolhas difíceis, muito trabalho e uma convicção: cada passo é parte de uma narrativa que só faz sentido porque é minha.



Clique para ouvir a mulher retratada:



KÁTIA MILRAD

Ocupar o meu próprio espaço significa dar vazão a minha curiosidade e vontade de explorar a mim mesma. Já ocupei muitos lugares pelo mundo, e continuo. Vou vivendo, experimentando países, culturas, realidades, pessoas. Aprendo tanto. A minha alma tem sede de exploração e de evolução. Mas o espaço mais especial que tenho construído é o interno. Tenho criado em mim a segurança, a presença e o ancoramento emocional que jamais encontrei fora. É olhar, atravessar, permanecer por mim, independente do que seja. De forma saudável, equilibrada, consciente, no meu tempo sabe? Do meu jeito. E assim, sinto que SOU.

Eu não tenho medo de mergulhar em mim, acessar a profundidade das minhas emoções, deixar a energia mover, deixar o corpo falar, testemunhar a minha integração. Tenho me dedicado integralmente a minha jornada de autocura e assim, acessado novas vibrações. É constantemente deixar ruir as velhas estruturas, trangeracionais, para construir o novo, o desconhecido e o autêntico.

O meu contrato comigo é a priorização da minha paz interior, minha liberdade interna, meu florescimento e minha felicidade. Nem que eu tenha que ruir com a realidade que eu construí, quantas vezes forem necessárias. Eu mudo: de endereço, de país, de carreira, de amizades, de parcerias se assim for necessário para honrar a mim e a minha essência.

Um momento? Quando estou ali, de olhos fechados, guiando pessoas para acessarem seu mundo interior. Onde estão todos, entregues, sentados ou deitados e abertos para acessar algo íntimo, especial. O inexplicável. O invisível, que não se pode tocar, mas se pode sentir numa concretude que as palavras não alcançam. Ficam gravados na alma.

Eu sinto em mim e através de mim a energia, a vibração, a vida, a dor, o amor, o universo. É uma fusão, onde penetro e sou penetrada. Se minha missão é essa: tocar almas, corpos e corações, o faço com muita entrega, dedicação, amorosidade e propósito.

Clique para ouvir a mulher retratada:



KELLY CAMPOS

Não nasci ontem. Mas foi só agora, aos 44 anos, que eu aprendi que saber o que eu não quero é mais decisivo do que ter uma lista na qual eu possa dar check em metas para cumprir uma temporalidade que criaram para mim. Criaram para mulheres da minha idade, da cor da minha pele, da minha classe social, da minha profissão.

Eu aprendi a dizer não. E não justificar, não performar desejo para me encaixar em lugares que disseram que eu devia ocupar, que eu devia caber, e quantas vezes eu me encolhi para entrar nesses lugares.

Eu não aceito mais o que me foi oferecido como destino. Tanto na minha profissão quanto na minha vida pessoal, eu parei de tentar fazer sentido para os outros. Eu deixei de ser uma passagem, complemento para o outro.

Ocupar o meu espaço é não me dobrar mais para facilitar a vida de ninguém. E não abrir mais espaço para o outro quando o meu



Clique para ouvir a mulher retratada:



ainda nem foi respeitado. Tudo isso tem preço. É muito solitário. Incômodo. Incômodo para quem se acostumou a me ver como amparo, como acesso. É incômodo para mim.

Quantas vezes eu maternei pessoas e situações quando eu decidi que nem quero ser mãe? Eu mudei de lugar. Agora, ocupar o meu espaço, eu entendi que é ato drástico. Eu precisei escolher limite e aprender a parar antes do esgotamento, sair no meio da frase, não voltar. Então, voltar.

Agora a escolha é minha. Eu não preciso ser coerente, eu posso ser mais visceral, se isso for me respeitar. E se isso incomoda, é porque funciona. E eu finalmente entendi que eu não preciso de permissão.



OPHELIA JACARINI

Se tem algo que eu tentei, foi não ser artista. Precisei encarar a realidade do mundo capitalista e me encaixar numa sociedade que segue a norma. Eu tinha um trabalho que não gostava, mas que pagava as contas. Ia a museus para escapar da realidade da minha vida. Até que percebi que precisava me dar uma chance.

Não gosto de dizer que ser artista era um sonho, porque sinto que é ainda mais do que isso. É a razão da minha vida, o propósito de eu estar aqui. Assim como não posso parar de respirar, não consigo parar de pensar no meu trabalho. Sou fascinada pelo movimento. Por isso, colaborei com dançarinos para capturar seus movimentos e criar esculturas a partir desses dados. Mas meu interesse vai além da captura do movimento.

Quero agarrar um pedaço do tempo. Quero tornar o invisível visível. Quando sou tocada por uma performance de dança, esqueço de tudo. Me perco nessa sensação intensa e multissensorial. Fico tomada por uma emoção, uma estética. Então começo a imaginar pinturas e esculturas que dialogam com a música e com o ambiente, quase como se fossem um só.

Como disse, ser artista não é um sonho, é uma necessidade. Mas se eu tivesse que falar sobre um sonho, diria que sonho em colaborar com teatros, em projetos grandes, cenografia. Sonho em apresentar meu trabalho não como esculturas ou pinturas isoladas, mas como pequenas partes de um conjunto de elementos que, reunidos, criam uma oportunidade para o público viver uma experiência multissensorial.

Clique para ouvir a mulher retratada:

** Áudio original em inglês*



Quando associo minhas esculturas à música, à dança ou à iluminação em um cenário adequado, tudo se integra para convidar as pessoas a experienciar, sentir e viver. Acho que posso dizer que meu trabalho, assim como meu jeito de viver, não é nem uma crítica aos acontecimentos globais, nem uma forma de indiferença diante dos múltiplos cruzamentos da vida. Em vez disso, quero compartilhar uma conexão radical com o habitat natural da arte e seu papel na sociedade: criar emoção, estética e conexão. Questiono o efeito do sujeito, oferecendo chaves para desdobrar novas perspectivas sobre o mundo.

** Tradução livre para o português*





If anything, I tried not to be an artist. I had to face the reality of the capitalist world and fit in a society that follows the norm. I had a job that I did not like, but paid the bills. I was going to a museum to escape the reality of my life. Until I realized that I had to give myself a chance. I do not want to say that it was a dream for me to be an artist, because I feel like it's even more than that. It's the reason of my life, my purpose of being here. Like I can never stop breathing. I can never stop thinking about my work. I'm fascinated by movement. So I collaborated with dancers to capture their motion and make sculptures from the data. But my interest goes beyond the motion capture.

I want to grab a piece of time. I want to make the invisible visible. When I am moved by a dance performance, I forget everything. I get lost in the intense multisensory feeling. I can get overwhelmed by an emotion, an aesthetic. Then I imagine paintings and sculptures that goes along with music and surroundings, almost like a



whole. As I said, artist is not a dream, but a necessity. If I have to talk about a dream, I must admit that I dream to collaborate with theaters, on big projects, stage design. I dream to present my work not like sculptures or standalone painting, but almost as a small piece that takes part of an assemble of items that reunited together, create an opportunity for a viewer to experience a multisensory feeling.

Associating my sculptures to music or dance or lightning in a proper setup, everything comes as a whole, to invite everyone to experience, to feel and to live. I think I would say that my work, as much as my way of living life, is neither a criticism on the global events or form of indifference from the multiplying and intersecting crosses. Instead, I want to share a radical connection with the art's natural habitat and its role in society. That is, to create emotions, visual aesthetics and connections. I wonder about the effect of the subject, offering keys to unfold new perspectives on the world.

* Texto original em inglês



RAIZA SOUTO

Ocupar o meu próprio espaço não tem a ver com chegar a algum lugar, tem a ver com não sair de mim, mesmo quando tudo ao redor me chama pra isso.

Durante muito tempo, ocupei lugares, funções, expectativas, posições que me exigiam presença sem permissão pra sentir, mas nada disso sustentava a mulher que eu sou hoje. Porque ocupar o próprio espaço não é estar em evidência, é estar em coerência. Foi a maternidade que me ensinou isso de verdade. A Stella não me pediu produtividade, nem respostas rápidas. Ela me ensinou a sentir, me mostrou que dor silenciosa vira acúmulo, e acúmulo vira ausência, e eu não quis mais viver ausente de mim.

Hoje, ocupar o meu espaço é ter coragem de estar inteira, mesmo que isso signifique fazer menos, mesmo que doa deixar o que já me serviu.



Eu sempre fui uma mulher que sente com o corpo todo, que precisa experimentar para entender, e às vezes, errar pra sustentar. Sou mãe, esposa, empresária, mas não em caixas separadas. Sou composição.

E cada parte de mim precisa caber no que eu construo. O momento em que senti que algo mudou foi quando parei de tentar liderar como esperavam de mim, e comecei a liderar com o que sou. Quando deixei de buscar controle e comecei a buscar ritmo, foi ali que meu espaço deixou de ser cenário e virou chão. Hoje, o espaço que ocupo é feito de escolhas que me respeitam. De pausas que não precisam de justificativa. De relações onde posso existir sem performance. E pela primeira vez eu senti que me basta.

Clique para ouvir a mulher retratada:



SÁVIA BARRETO

Eu sou uma mulher pequena de altura 1,50m, e trabalho defendendo a minha capacidade analítica, montando estratégias para clientes, ajudando eles a conquistarem os seus objetivos através da reputação, da própria imagem pública. E eu sou uma mulher que trabalha na esfera pública, que posiciono outras pessoas profissionais e para isso também preciso me posicionar.

Eu me sinto enorme quando eu estou sozinha na frente do computador escrevendo, organizando uma frase, organizando um parágrafo, construindo uma estrutura de pensamento. Eu me sinto eu mesma quando aquilo que eu defendo, os meus valores, a minha maneira de ver o mundo, ela tá em consonância, concordando com o modo como eu me posiciono e vivo nesse mundo.

Por muito tempo havia uma discordância entre aquilo que eu acreditava ser o correto e a maneira como eu estava me movendo. Então eu entendi que eu precisava dar um pulo. E nesse pulo tem medo, tem risco, mas tem uma hora que também tem que ter coragem. Então, eu consegui ter essa coragem.

Eu me sinto forte fisicamente, porque eu dedico muito do meu tempo à busca da minha saúde física, porque sei que ela está relacionada a uma estabilidade mental, que eu também preciso muito pra me guiar.

Acho que isso é indissociável, esse cuidado consigo, mas não um isolamento, pelo contrário, é uma expansão do próprio eu, criando, consumindo, claro, mas que esse consumo não seja um consumo totalmente passivo, que ele se transforme em algo que seja doado para o mundo.



Clique para ouvir a
mulher retratada:



AGRADECIMENTO

A vida tem me convidado a receber amor em tantos lugares, através de tantas pessoas. Esta exposição é um desses espaços que me encheu o coração e a alma. O processo de criação me mobilizou do início ao fim, sobretudo pela troca de experiências e afetos com cada mulher retratada, por tudo o que me relataram no percurso.

Obrigada a cada uma que gentilmente dispôs de um pedaço da sua história, através de voz e imagem, para esta exposição. Sou grata pelo privilégio e pela oportunidade de criar e construir este espaço onde convido cada pessoa que se faz presente a ocupar-se de si e dos seus lugares no mundo.

Aos meus pais, Osvaldo e Anacélia, obrigada. Cresci num lar ouvindo Raul Seixas, e assimilei que eu poderia ser *aquela metamorfose ambulante, que tenta outra vez, deseja profundo e sente que é capaz de sacudir o mundo...* Com vocês aprendi que *posso ser rasa, larga, profunda. O tudo e o nada.* Mãe, se sou a mulher corajosa que você diz que sou, é porque você me permitiu voar tão alto, tão livre, com a certeza e a segurança de que sempre terei um porto para onde retornar.

Nomear-me artista nem sempre foi um rumo óbvio. Contudo, se fazer arte significa colocar-se naquilo que faz, como meio de expressão, de si ou de uma mensagem, com a possibilidade de ser veículo para dividir ideias, sentimentos, e um ponto de

vista... então é isso que (também) sou. O somatório de tudo o que vi, das pessoas que cruzei, das histórias que vivenciei, dos lugares que morei, permaneci e me retirei, e das decisões corajosas que já tomei, na busca de ocupar-me, cada vez mais, de mim mesma. Atualmente trabalho com branding, fotografia, narrativas visuais e concepções criativas, e me interesso por tudo o que toca esse universo, em especial a expressão das nossas subjetividades e o que as compõe.

"Eu sou, eu fui, eu vou." (Raul Seixas)

Clique e conheça mais sobre mim e o meu trabalho:



www.biabrito.com
[@abiabrito](https://www.instagram.com/abiabrito)



Foto: Lana Chaves

B I A B R I T O