



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA**  
**ESCOLA DE DANÇA**  
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM DANÇA**

**GIORRDANI GORKI QUEIROZ DE SOUZA**

**IMPROVISAR-SE DANÇANDO:**  
**COGNIÇÃO E INVESTIGAÇÃO DA EXPERIÊNCIA**

Salvador  
2017

**GIORRDANI GORKI QUEIROZ DE SOUZA**

**IMPROVISAR-SE DANÇANDO:  
COGNIÇÃO E INVESTIGAÇÃO DA EXPERIÊNCIA**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Dança, Escola de Dança, Universidade Federal da Bahia, como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Dança.

Orientadora: Prof. Dra. Jussara Sobreira Setenta.

Salvador  
2017

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

Queiroz de Souza, Giorrdani Gorki  
IMPROVISAR-SE DANÇANDO: COGNIÇÃO E INVESTIGAÇÃO DA  
EXPERIÊNCIA / Giorrdani Gorki Queiroz de Souza. -- Salvador,  
2017.

140 f. : il

Orientador: Jussara Sobreira Setenta.  
Dissertação (Mestrado - Programa de Pós-Graduação em Dança) --  
Universidade Federal da Bahia, Escola de Dança, 2017.

1. Improvisação em dança. 2. Práticas Somáticas. 3.  
Metodologias de Primeira Pessoa. 4. Enação. I. Sobreira  
Setenta, Jussara. II. Título.

**GIORRDANI GORKI QUEIROZ DE SOUZA**

**IMPROVISAR-SE DANÇANDO:  
COGNIÇÃO E INVESTIGAÇÃO DA EXPERIÊNCIA**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Dança, Escola de Dança, Universidade Federal da Bahia, como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Dança.

Aprovada em 21 de dezembro de 2017.

**BANCA EXAMINADORA**

Jussara Sobreira Setenta – Orientadora \_\_\_\_\_  
Doutora em Comunicação e Semiótica pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP).  
Universidade Federal da Bahia (UFBA)

Adriana Bittencourt \_\_\_\_\_  
Doutora em Comunicação e Semiótica pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP).  
Universidade Federal da Bahia (UFBA)

Letícia Damasceno Barreto \_\_\_\_\_  
Doutora em Memória Social pela Universidade Federal do Estado do Rio Janeiro (UNIRIO).  
Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

A meu pai, seu Pereira, pelo apoio e amor incondicional, sempre.  
A Adelaide e Socorro que me ensinaram e encorajaram a lutar pelos meus  
sonhos.  
À dança.

## AGRADECIMENTOS

A minha orientadora, Profa. Dr.<sup>a</sup> Jussara Sobreira Setenta, por acreditar em mim desde o início, pelo empenho, carinho, dedicação e cumplicidade com este projeto.

À banca: Profa. Dr.<sup>a</sup> Adriana Bittencourt e Profa. Dr.<sup>a</sup> Letícia Damasceno, por suas contribuições e incentivo.

Aos meus queridos colegas de turma, por tantos afetos compartilhados e pelos momentos inesquecíveis.

À Valeria Vicente, amiga e parceira em tantos projetos e sonhos, por sempre me apoiar e incentivar com sua sabedoria e carinho.

Ao grupo X de Improvisação em Dança, por todas as experiências improvisadas e por todo o aprendizado que me proporcionou.

A todas as professoras do Programa de Pós-Graduação em Dança da UFBA, pela constante e incansável luta pelo campo da Dança e por todo o saber que compartilham com os mestrandos desse programa.

Ao PPGDança, por me proporcionar um ambiente de intensas trocas.

Às amigas que estiveram ao meu lado neste processo e por suas contribuições para este projeto: Liana Gesteira, Clarice Contreiras, Dora D'Albuquerque e Daiana Carvalho.

Ao Grupo de Escrita Compartilhada, com sua contribuição fundamental para a escrita dessa dissertação – Valeria Vicente, Liana Gesteira, Flávia Meireles, Soraya Jorge, Patrícia Zarske e Lilian Graça.

À Escola de Dança da UFBA, por tantas memórias que ficaram em meu corpo.

À CAPES pela concessão da bolsa, sem a qual nada disto seria possível.

*Vem, lhe direi em segredo  
aonde leva esta dança.*

*Vê como as partículas do ar  
e os grãos de areia do deserto  
giram desnorteados.*

*Cada átomo, feliz ou miserável,  
gira apaixonado em torno do sol.*

Jalal ud-Din Rumi  
(ARRAIS, 2013, p.5)

SOUZA, Giorrdani Gorki Queiroz de. **Improvisar-se dançando: cognição e investigação da experiência.** 140 f. il. 2017. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-Graduação em Dança, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2017.

## RESUMO

Este trabalho surge da necessidade de aprofundar entendimentos e articulações acerca da improvisação em dança como caminho possível para desenvolver e/ou aprimorar habilidades sensório motoras em dançarinos. Abordando o tema de forma interdisciplinar, apresentam-se aqui as práticas somáticas, como Metodologias de Primeira Pessoa (SADE, 2009, SADE e KASTRUP, 2011; VARELA, 2003; VARELA e SHEAR, 1999a), uma estratégia possível para atualizar hábitos sensório-motores do sujeito movente. Atualizar esses padrões neste contexto, significa tanto o processo de aprendizagem para o movente inexperiente, quanto refinamento de suas habilidades para o profissional em dança. Por acreditar na potência da interdisciplinaridade na pesquisa, tanto artística quanto acadêmica, como estratégia para interlocução de saberes, e no intuito de fundamentar e expandir esta reflexão, trouxe para esta articulação a abordagem enativa ou atuacionista da cognição corporificada como apresentada e desenvolvida por Varela, Thompson e Rosch (1991,2003); Noë (2006) e Gallagher (2005). Minha hipótese inicial é a de que as práticas somáticas podem ser abordadas como metodologias de primeira pessoa, devido à proximidade em seus objetivos experienciais e seus procedimentos metodológicos. Ambas visam uma investigação regular, organizada e sistemática da experiência através da articulação de dados subjetivos. Quando nos aproximamos dessas metodologias pelo viés da cognição corporificada, percebemos que elas podem contribuir com as práticas improvisacionais em dança por abordarem o corpo como um processo de circularidade entre a ação e a percepção que potencializam a produção de conhecimento de si e do mundo. Aqui, a improvisação em dança é vista como uma forma particular de corporificação (*embodiment*) da cognição capaz de dissolver fronteiras entre corpo e pensamento. Para argumentar e enriquecer a discussão, trarei algumas situações artístico-pedagógicas, nas quais esses contextos foram vivenciados e que possibilitarão uma abordagem, na qual, teoria e prática estão interconectadas nas articulações que apresento.

**Palavras-chave:** Improvisação em dança. Práticas Somáticas. Metodologias de Primeira Pessoa. Enação.



SOUZA, Giorrdani Gorki Queiroz de. **Improvising yourself dancing: cognition and investigation of experience.** 140 pp. ill. 2017. Master Dissertation – Post Graduate Program of Dance, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2011.

## ABSTRACT

This work arises from the need to deepen understandings and articulations about improvisation in dance as a possible way to develop and / or improve sensory motor skills in dancers. Approaching this subject in an interdisciplinary way, here, the somatic practices are presented as First-Person Methodologies (SADE, 2009, SADE e KASTRUP, 2011; VARELA, 2003; VARELA e SHEAR, 1999a), and as a possible strategy to update the sensorimotor habits of the moving subject. Updating these habits (patterns) in this context means both, the learning process for the inexperienced mover and the refinement of their skills for the professional in dance. For believing in the power of interdisciplinarity in research, both artistic and academic, as a strategy for the interlocution of knowledge, and in order to substantiate this reflection, I brought to this articulation the enactive approach of embodied cognition as presented and developed by Varela Thompson and Rosch (1991, 2003); Noë (2006) and Gallagher (2005). My initial hypothesis is that somatic practices can be approached as first-person methodologies because of their proximity to their experiential objectives and methodological procedures. Both aim at a regular, organized and systematic investigation of the experience through the articulation of subjective data. When we approach these methodologies by the bias of embodied cognition, we realize that they can contribute to improvisational practices in dance by approaching the body as a process of circularity between action and perception that potentiate the production of knowledge of oneself and the world. Here improvisation in dance is seen as a particular embodiment of cognition capable of dissolving boundaries between body and thought. To argue and enrich the discussion I will bring some artistic-pedagogical situations in which these contexts were experienced and that will enable an approach in which theory and practice are interconnected in the articulations I present.

**Keywords:** Dance Improvisation. Somatic Practices. First-Person Methodologies. Enaction.

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Be; um experimento coreográfico para quatro corpos quânticos ....	91
Figura 2: Be; um experimento coreográfico para quatro corpos quânticos ....	91
Figura 3: Be; um experimento coreográfico para quatro corpos quânticos ....	92
Figura 4: Be; um experimento coreográfico para quatro corpos quânticos ....	92
Figura 5: Elégùn: um corpo em trânsito .....	102
Figura 6: Elégùn: um corpo em trânsito .....	102
Figura 7: Elégùn: um corpo em trânsito .....	103
Figura 8: Elégùn: um corpo em trânsito .....	103
Figura 9: Grupo X de Improvisação em Dança .....	107
Figura 10: Grupo X de Improvisação em Dança .....	108
Figura 11: Grupo X de Improvisação em Dança .....	108
Figura 12: Grupo X de Improvisação em Dança .....	109
Figura 13: Grupo X de Improvisação em Dança .....	109
Figura 14: Grupo X de Improvisação em Dança .....	110
Figura 15: Improvisar-se Dançando: compartilhando formas de ser na dança .....	122
Figura 16: Improvisar-se Dançando: compartilhando formas de ser na dança .....	122
Figura 17: Improvisar-se Dançando: compartilhando formas de ser na dança .....	123
Figura 18: Improvisar-se Dançando: compartilhando formas de ser na dança .....	123
Figura 19: Improvisar-se Dançando: compartilhando formas de ser na dança .....	124
Figura 20: Improvisar-se Dançando: compartilhando formas de ser na dança .....	124

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO .....	12
2. COGNIÇÃO, CORPO E MOVIMENTO .....	29
2.1. Ciências Cognitivas: entendimentos e desenvolvimento .....	32
2.2. Enação: movimento, percepção, ação .....	40
2.3. A improvisação como prática enativa .....	44
3. INVESTIGANDO A EXPERIÊNCIA .....	49
3.1. Práticas somáticas: investigando o soma, o movimento e a experiência .....	51
3.2. Práticas somáticas como metodologias de primeira pessoa.....	58
3.3. A atenção como pré-requisito para investigar a experiência.....	64
3.4. Investigando a experiência de improvisar, investigando o soma .....	69
4. IMPROVISAR-SE DANÇANDO .....	79
4.1. A vida como improviso: soma e mundo coemergindo.....	83
4.2. Improvisando padrões sensório motores.....	93
4.3. Improvisando e complexificando a cognição .....	104
4.4. Dançando novas formas de estar no mundo: uma cartografia dos afetos .....	110
5. IMPROVISANDO DO COMEÇO PARA O FIM E DO FIM PARA O COMEÇO .....	125
5.1. Cartografando o agora: do começo para o fim .....	125
5.2. Improvisações futuras: do fim para o começo .....	127
REFERÊNCIAS .....	129

## 1. INTRODUÇÃO

O acolhimento da surpresa e do imprevisto é indissociável da formação de uma política cognitiva.

Passos, Kastrup e Tedesco (2014, p.10).

Na proposta argumentativa que ora se inicia, o objeto de reflexão se apresenta através da articulação de alguns entendimentos acerca das práticas somáticas como Metodologias de Primeira Pessoa<sup>1</sup> e de experiências com práticas investigativas de improvisação em dança. Como práticas investigativas de improvisação em dança, aponto aqui para as práticas e procedimentos que investiguem o movimento dançado pelo viés da improvisação, inseridos em quatro contextos específicos: a improvisação como procedimento para o desenvolvimento técnico/poético do dançarino; como procedimento pedagógico de ensino de dança; como procedimento para composição coreográfica; e como linguagem artística.

Para argumentar e enriquecer a discussão, trarei algumas situações artístico-pedagógicas, nas quais esses contextos foram vivenciados por mim e que possibilitarão uma abordagem, na qual, teoria e prática estão interconectadas nas articulações que apresento. Nesta dissertação, aponto para a possibilidade de que uma prática regular, organizada e sistematizada pedagogicamente de investigação da experiência de improvisar em dança, pautada em procedimentos que abordem a investigação da experiência na primeira pessoa, tais como as práticas somáticas, seja capaz de atualizar hábitos sensório-motores (cognitivos), e também, para a possibilidade da abordagem enativa (*Enactive Approach*) ou atuacionista da cognição corporificada<sup>2</sup> (*Embodied Cognition*) oferecer recursos teóricos para aprofundar esse diálogo.

---

1 “Podemos distinguir metodologias de primeira, segunda e terceira pessoa a partir do dispositivo utilizado para a coleta de dados e o tipo de dado coletado [...] A metodologia de primeira pessoa é aquela na qual o dado é fenomenológico, no sentido daquilo que aparece para o sujeito, como experiência, a partir da atenção que o sujeito porta sobre si próprio, sobre isso que ele pode acessar de sua experiência ou a posteriori (retrospectivamente). Ela pressupõe a relação do sujeito consigo mesmo em função de uma atenção a si.” (VASCONCELOS, 2009, p.12).

2 *Embodied Cognition*: de difícil tradução para o português, o termo *embodied* tem aparecido na literatura portuguesa como “encarnada”, “corporificada” ou “incorporada”. Adoto aqui o termo corporificada, pois, em português, os termos incorporada ou encarnada trazem nuances de dualidade, indicando que algo entra no corpo. Essa abordagem da cognição defende que a simulação de sentidos, estados corporais e ações contextualizadas são a base da cognição. Essas teorias são baseadas em

Para apresentar esta relação entre a improvisação em dança e as práticas somáticas de forma a oferecer pistas que indiquem o imbricamento entre elas na produção de conhecimento pelo movente, parto aqui do pressuposto apresentado pela abordagem da cognição corporificada, considerando a compreensão de que o conhecer emerge da experiência vivida, e não, da representação de mundo exterior ao indivíduo. Esse conhecer está intrinsecamente imbricado com o mundo em uma relação de coespecificação mútua. Com tal maneira de entender, é possível indicar que a improvisação, como experiência vivida produz conhecimento para o improvisador. Através da articulação dos conteúdos desses campos do saber, proponho que o movente improvisador perceba a possibilidade que se abre para o experienciar de formas mais complexas de lidar com a realidade somática do corpo em movimento, viabilizando, assim, outros modos de estar na dança, e na vida.

A prática da improvisação é o aspecto que mais me interessa no campo da dança. Vejo no improvisar um lugar de potência, de devir, bem como, um campo gigante de possibilidades para investigações artísticas e pedagógicas. O interesse por parte de artistas, pesquisadores e acadêmicos pela improvisação vem crescendo e o advento da dança contemporânea parece ter intensificado o interesse. Deste interesse, surgem pesquisas e processos investigativos que abordam os mais diferentes aspectos da improvisação. São vários os aspectos e as perspectivas que se podem pesquisar na improvisação em dança. Cito aqui algumas<sup>3</sup>, no âmbito

---

evidências empíricas comportamentais e neurais, frutos de pesquisa em vários assuntos e áreas da neurociência. Alguns estudos da cognição incorporada focam nos papéis do corpo na cognição, baseados em várias descobertas de que estados corporais podem afetar a cognição e vice-versa. Entretanto, a maioria dos estudos focam nos papéis da simulação na cognição. Considerando simulações como quaisquer reencenações (*reenactment*) de estados perceptivos, motores e introspectivos adquiridos durante a experiência com o mundo via corpo e mente.

<sup>3</sup> Aline Fiamenghi (mestrado em Psicologia – PUC/SP) – A potência da improvisação em dança: uma abordagem arquetípica; Líria Morais (mestrado em Dança – UFBA/BA) – Emergências cênicas em dança: conectividade entre dançarinos no momento cênico improvisado; Líria Morais (doutorado em Artes Cênicas – UFBA/BA) – Corpomapa: o dançarino e o lugar na composição situada; Laura Pronsato (mestrado em Artes – UNICAMP/SP) – Composição coreográfica: uma interseção dos estudos de Rudolf Laban e da improvisação; Zilá Muniz (mestrado em Teatro – UDESC/SC) – Improvisação como processo de composição na dança contemporânea; Zilá Muniz (doutorado em Teatro – UDESC/SC) – A improvisação como um elemento transformador da função do coreógrafo na dança; Hugo Leonardo da Silva (doutorado em Artes Cênicas – UFBA/BA) – Contato improvisação: o movimento e a desabituação compartilhada no campo da experiência; Cleide Martins (mestrado em Comunicação e Semiótica – PUC/SP) – A improvisação em dança: um processo sistêmico e evolutivo; Cleide Martins (doutorado em Comunicação e Semiótica – PUC/SP) – Improvisação, dança, cognição: os processos de comunicação do corpo; Paola Rettore (mestrado em Artes – UFMG/MG) – A improvisação no processo de criação em composição da dança de Dudude Herrmann; Hugo Leonardo da Silva (mestrado em Dança – UFBA/BA) – Poética da oportunidade: tomada de decisão em estruturas coreográficas abertas à improvisação; Marina Fernanda Elias (mestrado em Artes – UNICAMP/SP) – Zona do improviso: uma proposta para o desenvolvimento técnico poético do ator-dançarino e para a

acadêmico, para colocar esta afirmação em perspectiva e salientar o interesse que vem se desenvolvendo por esse campo de investigação.

Vou aqui indicar de onde surgem os questionamentos que ora quero compartilhar. No meio da dança ainda existe um entendimento, bastante presente em suas práticas, que aponta para a ideia de que para se tornar um bailarino profissional são necessários muitos anos de formação e treinamento, principalmente, e algumas vezes exclusivamente, em balé clássico ou em técnicas formalizadas de dança moderna. Este entendimento se baseia na crença de que uma única técnica seria capaz de disponibilizar o soma<sup>4</sup> para qualquer tipo de dança. A dança contemporânea questiona esse entendimento e aponta para formas multidisciplinares e híbridas de abordar a formação do dançarino.

Um bailarino clássico, para receber seu diploma, dependendo do método utilizado em sua formação (Método Italiano, Método Vagánova, Método Francês, Método Inglês, Método Cubano), levará de seis a oito anos, com praticamente aulas diárias, até se formar. Sem querer desmerecer esse pensamento, mas tentando abrir possibilidades para reflexão, questiono-me se alguém que tem o interesse de se tornar dançarino e despende esse mesmo tempo praticando regularmente aulas de improvisação organizadas de forma sistemática não seria capaz de se tornar um profissional da dança. Ou ainda se, dentro dos programas de formação em balé clássico, a utilização de procedimentos advindos das práticas somáticas e da improvisação em dança não aumentariam as possibilidades de o dançarino lidar com

---

criação cênica; Marina Fernanda Elias Volpe (doutorado em Artes – UNICAMP/SP) – Cartografia de um improvisador em criação; Bárbara Conceição Santos da Silva (mestrado em Dança – UFBA/BA) – A tessitura de sentidos na composição improvisada em dança: como o dançarino cria propósitos para a cena; Mara Francischini Guerrero (mestrado em Dança – UFBA/BA) – Sobre as restrições compositivas implicadas na improvisação em dança; Raquel Valente de Gouvêa (mestrado em Artes – UNICAMP/SP) – Prática corpoenergética para a improvisação de dança: uma via para a manifestação da criatividade; Raquel Valente de Gouvêa (doutorado em Artes – UNICAMP/SP) – A improvisação de dança na (trans)formação do artista-aprendiz: uma reflexão nos entrelugares das Artes Cênicas, Filosofia e Educação; Carine Lewis (doutorado em Filosofia – University of Hertfordshire, Inglaterra) – The relationship between improvisation and cognition; Ashley Thorndike (doutorado em Filosofia, Ohio University, Estados Unidos) – Articulating dance improvisation: knowledge practices in the college dance studio; Hilary Elliott (doutorado em Filosofia – University of Huddersfield, Inglaterra) – The place from which I see: a practice-led investigation into the role of vision in understanding solo performance improvisation as a form of composition.

<sup>4</sup> No decorrer desta dissertação utilizarei a palavra *soma* para me referir ao corpo com abordado nas práticas somáticas, ou seja, nas práticas somáticas, corpo e soma são abordagens diferentes do mesmo fenômeno. Enquanto o "corpo" seria aquilo que pode ser objetivado pela perspectiva da terceira pessoa, o "soma" seria o corpo como experienciado subjetivamente na perspectiva da primeira pessoa.

seu próprio corpo em movimento e, com isso, aprofundar seu entendimento sobre o que seja uma técnica individuada.

Para se tornar dançarino(a), aprender passos e repeti-los até executá-los perfeitamente não deveria ser o único caminho possível para se chegar a este objetivo. Uma formação em dança visa a desenvolver, no movente, habilidades corporais que permitam a ele mover-se com consciência e tornar seu corpo disponível para a dança. Para dançar, precisamos saber andar, transferir o peso de uma base de apoio a outra, girar, cair, levantar, correr, saltar, lidar com a temporalidade e espacialidade do movimento, entender como o corpo funciona e, principalmente, investigar como tudo isso acontece para cada um, como experiência singular. É uma pesquisa individual que objetiva desenvolver, no soma, suas próprias “técnicas”, ou seja, como cada corpo consegue realizar todos esses movimentos e ações e, com isto, desenvolver um repertório de habilidades sensório motoras, evitando lesões e movendo-se de forma eficiente.

A questão que norteia o desenvolvimento desta pesquisa surge da minha experiência profissional como artista, pesquisador e docente, que trabalha sistematicamente com improvisação em dança há mais de 30 anos. Durante essa trajetória, na qual a improvisação se mantém como foco de minhas práticas, tive a oportunidade de atualizar vários dos meus conhecimentos e das minhas crenças sobre a dança, tanto em seus aspectos artísticos e estéticos quanto pedagógicos. Após tantos anos de investigação, alguns contextos foram se delineando como focos distintos de reflexão e prática, quase que campos de investigação específicos dentro do grande leque de possibilidades que a improvisação me apresentou.

Ao entrar em contato com um artigo de Marina Elias (2015) sobre a improvisação como possibilidade de reinvenção da dança e do dançarino, no qual a autora nos apresenta alguns contextos específicos para pensar a relação entre dançarino e movimento improvisado, reconheci que minhas práticas e reflexões envolvendo a improvisação também transitavam pelos contextos de investigação apresentados por ela, a saber: a improvisação como procedimento para o desenvolvimento técnico/poético do bailarino; improvisação como procedimento pedagógico de ensino da dança; improvisação como procedimento para a composição coreográfica; improvisação como linguagem.

Como desdobramento dessas experiências e das investigações que venho realizando nesses contextos nos últimos anos, muitas são as questões que passaram a fazer parte das reflexões e discussões pertinentes às práticas que realizo e, para este recorte, trago a que mais me ocupa neste momento: será que uma prática regular e sistemática de improvisação em dança, que se utiliza de metodologias investigativas que privilegiem os dados da experiência na primeira pessoa, seria capaz de interferir nos hábitos sensório-motores (cognitivos) do improvisador e, com isso, possibilitar formas outras de se mover e estar no mundo, contribuindo, assim, para formação e aperfeiçoamento do dançarino? A partir do meu interesse pelo ato de conhecer o que acontece no corpo, parece-me coerente dialogar com alguns pressupostos das ciências cognitivas, em particular, com sua abordagem denominada "*embodied cognition*" (VARELA, THOMPSON e ROSCH, 1991; NOË, 2006; GALLAGHER, 2005; SHAPIRO, 2011), e com as contribuições que o entendimento das práticas somáticas como metodologias de primeira pessoa podem trazer para as práticas improvisacionais em dança dentro dos contextos já citados.

Minha hipótese inicial para esta questão é a de que as práticas somáticas podem ser abordadas como metodologias de primeira pessoa, devido à proximidade em seus objetivos experienciais. Ambas visam uma investigação regular, organizada e sistemática da experiência através da articulação de dados subjetivos. Por abordarem o corpo como um processo de circularidade entre a ação e a percepção, a abordagem corporificada da cognição pode contribuir para expandir alguns entendimentos sobre as práticas improvisacionais em dança e as práticas somáticas, principalmente, no que se refere a como essas práticas produzem conhecimento.

Circularidade, nesse contexto, de acordo com Varela, Thompson e Rosch (1991), acontece quando nós experienciamos um mundo que não é feito, mas encontrado; e é também nossa estrutura que nos possibilita refletir sobre esse mundo. Então, ao refletirmos, nós nos encontramos em um círculo: estamos em um mundo que parece que já existia antes da reflexão ter-se iniciado, mas esse mundo não é separado de nós. A circularidade como apresentada por esses autores sugere esta coemergência entre nós e o mundo, em que, na experiência vivida, não há causalidade, mas circularidade, ou seja, há uma interdependência ou coespecificação mútua entre estrutura e experiência. Nessa pesquisa, dialogando com esses pressupostos, trago a ideia de que o movente modifica a si e seu mundo pelo próprio



ato de mover, uma vez que durante a improvisação, tendo ele que fazer escolhas em tempo real diante de um universo complexo de variáveis, criam-se possibilidades de flexibilizar e rever os hábitos cognitivos e cinestésicos devido a essa circularidade entre percepção (estrutura) e ação (comportamento/experiência).

Visando sua adequação às contingências do Programa de Pós-Graduação em Dança, ao próprio objeto de pesquisa e seu desenvolvimento durante o mestrado, esta pesquisa passou por inúmeras mudanças desde a apresentação do pré-projeto durante o processo de seleção para o mestrado. No pré-projeto, a relação entre imagem corporal e esquemas corporais<sup>5</sup> com a improvisação em dança ainda era o tema central de minha investigação. Esse tema já vinha sendo investigado por mim desde a Pós-Graduação em Dança como Prática Terapêutica, que fiz na Faculdade Angel Vianna. Na monografia que apresentei como trabalho de conclusão, sob a orientação da Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Hélia Borges, investiguei como as práticas somáticas e a improvisação poderiam influenciar a imagem que o ator tem de si mesmo e os seus esquemas sensório-motores.

Durante essa pesquisa, os autores com os quais dialoguei abordavam a imagem corporal e os esquemas corporais de um ponto de vista conexionista, ou seja, ainda utilizando o pressuposto de que a cognição se dá via representações de um mundo dado *a priori*. Na época, esse entendimento pareceu responder meus questionamentos, porém, durante o mestrado, tive a oportunidade de conhecer o trabalho de autores que abordam a cognição por outro viés, ou seja, para esses autores, a cognição não se utiliza da representação em seus processos e isso me abriu novos entendimentos e perspectivas para abordar a improvisação em dança e como se dá o processo de produção de conhecimento através dessa forma de movimento.

Apesar das modificações no tema pesquisado, vale salientar que as indagações motivadoras do estudo se reorganizaram, porém, persistiram os aspectos disparadores que formularam perguntas iniciais, como a que se segue: será que a

---

<sup>5</sup> Na visão tradicional e utilizada por mim na pesquisa da pós-graduação citada acima, a imagem corporal é a figuração do próprio corpo (representação) formada e estruturada na mente do indivíduo, ou seja, a maneira pela qual o corpo se apresenta para si próprio, está vinculada à identidade da pessoa e se desenvolve de forma indissociável dos aspectos fisiológicos, sociais e psicológicos. O esquema corporal é tido como o modelo postural do corpo, é a imagem tridimensional que todo sujeito tem do seu próprio corpo, não abordado sob a ótica de uma mera sensação ou imaginação, mas da percepção corporal via cinestesia e propriocepção.

improvisação que se utiliza de procedimentos advindos das práticas somáticas como caminho para preparar o soma para o movimento seria capaz de modificar ou interferir na forma como o movente produz conhecimento sobre si e sua dança? A medida que a pesquisa foi se configurando e se aprofundando nos temas escolhidos, pude perceber que tanto a imagem corporal quanto os esquemas corporais abordavam discussões relativas à cognição e que as abordagens da cognição corporificada me possibilitariam uma melhor articulação com a improvisação em dança e um melhor entendimento de como se dá o conhecimento no corpo.

Levando em consideração os desdobramentos próprios da pesquisa, a imagem corporal e os esquemas corporais deixaram de ser seu foco, e outros acordos e constatações foram se impondo num reforço à escolha temática atual do estudo que mantém a improvisação em dança como elemento primordial para o rebatimento reflexivo das práticas tanto teóricas quanto empíricas.

Para tanto, tornou-se necessário relacionar aspectos da cognição corporificada e do movimento dançado com mais profundidade. Sendo um destes aspectos o fato de que a cognição corporificada considera que a cognição humana é fundamentalmente imbricada com os processos sensório-motores, com a morfologia do corpo, com seus estados internos e com o ambiente em que se encontra. Por fazerem parte de um campo muito amplo de conhecimento que, desde seu início, se apresenta como interdisciplinar, a proximidade desse modo de conhecer e lidar no mundo com as maneiras de mover-se e improvisar dançando parecem pertinentes e possíveis de serem tratadas argumentativamente.

No primeiro capítulo, farei uma introdução sobre cognição, ciências cognitivas, cognição corporificada e a abordagem enativa ou atuacionista da cognição corporificada e uma discussão mais aprofundada sobre esse tema no intuito de abrir caminho para as articulações que quero tecer. No segundo capítulo, articularei as questões relacionadas às práticas somáticas como metodologias de primeira pessoa e sua relação com a improvisação em dança como caminho para investigação da experiência de mover-se, para então, no terceiro capítulo, relacionar os fundamentos teóricos apresentados com algumas de minhas experiências artísticas e pedagógicas.

A abordagem enativa<sup>6</sup> (VARELA, THOMPSON e ROSCH, 1991) da cognição, um ramo da ciência cognitiva corporificada, apresenta a possibilidade de conceituar a improvisação em dança como uma *enação*, pois, considera os indivíduos como sistemas vivos caracterizados por plasticidade e permeabilidade (adaptações momento a momento entre sujeito e o ambiente), autonomia, tomada de sentido, emergência, experiência e busca de equilíbrio. A enação e a cognição corporificada enfatizam os papéis que o movimento do corpo e a experiência sensório-motora desempenham na formação de conceitos, do pensamento abstrato, logo, no próprio ato de conhecer. Um quadro de referencial teórico e uma perspectiva sistêmica sobre a improvisação em dança são aqui apresentados como abordagem interdisciplinar, articulando as ciências cognitivas e as práticas somáticas. Parto da premissa proposta por Varela, Thompson e Rosch (1991) de que ser é fazer e fazer é conhecer, e que essa possa ser o ponto de interconexão que a improvisação em dança, a enação e as práticas somáticas compartilham entre si, o soma agindo e produzindo conhecimento sobre si através do movimento (ação).

No campo da dança, o paradigma representacional da cognição, no qual um sujeito pré-existente se relaciona com um mundo também dado *a priori*, criando uma representação simbólica do mesmo, ainda se encontra muito presente em nossas práticas artísticas e pedagógicas. De acordo com Wilson e Foglia (2017), as representações são estruturas simbólicas com propriedades quase linguísticas e combinatórias; atuam como veículos de conteúdos e são utilizadas, principalmente, para explicar o comportamento inteligente. As representações mentais são simbólicas e abstratas no sentido de que uma mesma representação, como, por exemplo, "mesa", é usada para significar diferentes tipos de mesa. Elas são amodais na medida em que a mesma representação pode ser empregada quando a "mesa" é escrita ou falada. Tais representações são arbitrariamente relacionadas aos seus referentes porque a forma como elas são formadas e utilizadas, juntamente com suas

---

<sup>6</sup> "Enação" ("*enact*", "em-ação", "fazer-emergir"). A abordagem da enação ou atuacionista, como também é conhecida, afirma que todo conhecimento é inseparável do sujeito cognoscente, sujeito e mundo constituem-se mutuamente, assim toda ciência cognitiva habita uma circularidade, na qual a cognição estudada não pode ser isolada da estrutura e experiência (corporificação) do sujeito (SADE, 2009). Ela está baseada na complexidade das maneiras de estar no mundo. Mostra que a cognição não é a representação de um mundo preestabelecido, elaborada por uma mente predefinida. É a conjugação de uma rede de atores e de ações executadas no mundo, e por ele percebida. Ela coloca que há um agente para a ação e o surgimento da cognição estaria relacionado à atuação desse agente no mundo.

características, não tem relação com as características físicas e funcionais dos referentes. Assim, na visão tradicional, não só as representações internas empregadas na linguagem, formação de conceitos e memória são essencialmente distintas das processadas pelo sistema sensório-motor, mas seu significado é separado da experiência corporal.

Podemos encontrar essa situação em aulas de dança e processos criativos que se baseiam em uma hierarquia vertical entre coreógrafo/dançarino e/ou professor/aluno, nas quais a tentativa de repetição da forma de um movimento dado é o que deveria possibilitar o corpo a dançar, ou seja, existe uma realidade dada para a qual o corpo deve criar uma representação no próprio corpo. Pensando em sair do lugar da representação para o lugar da presentificação (enação) do corpo e em propor outras opções de entendimento da dança, através de modelos mais atuais para abordar a cognição que se diz corporificada, acredito que a abordagem enativa possa apontar para um entendimento de que sujeito (soma) e mundo (ambiente) coemergem da experiência (dança), de que eles não preexistem a ela, e que de essa compreensão pode trazer tanto para as práticas improvisacionais quanto para as práticas mais tradicionais em dança novas reflexões sobre o ato de mover-se e o tipo conhecimento que essa ação produz.

Ao longo da história da dança, percebemos um constante intercâmbio com práticas corporais não dançadas, tais como, regras de postura, o esporte, a medicina, terapias corporais, artes marciais, entre outras. A partir dos anos 1970, um conjunto de práticas passou a ser muito procurado por bailarinos, professores e pesquisadores em dança. Essas práticas, que abordavam não apenas os aspectos físico-estruturais do corpo, mas também os subjetivos, simbólicos e sociais, construídos a partir das relações de troca com o ambiente, foram denominadas de "métodos somáticos" ou "*somatics*" e foram definidas, pela primeira vez, pelo filósofo e professor norte-americano, credenciado no Método Feldenkrais, Thomas Hanna (1928-1990) na revista criada por ele, *Somatics*: "A Educação Somática é a arte e a ciência de um processo relacional interno entre a consciência, o biológico e o meio ambiente. Esses três fatores vistos como um todo agindo em sinergia." (HANNA, 1983<sup>7</sup>, p.3 apud

---

<sup>7</sup> SOMATICS (so-ma-tiks) n. pl. (construed as singular). 1. *The art and science of the interrelational process between awareness, biological function and environment, all three factors being understood as a synergistic whole: the field of somatics.* 2. *The study of the soma, soma being the biological body of functions by which and through which awareness and environment are mediated...* 3. *In common usage*

FORTIN, 1999, p. 40). Mais tarde, em seu artigo *What is Somatics?*, de 1986, Hanna nos traz que:

Somática é o campo que estuda o soma: a saber, o corpo percebido de dentro através de uma percepção em primeira pessoa. Quando o ser humano é observado de fora – isto é, do ponto de vista da terceira pessoa – o fenômeno percebido é o de um corpo. Mas, quando este mesmo ser humano é observado do ponto de vista da primeira pessoa, de seus sentidos proprioceptivos, um fenômeno categoricamente diferente é percebido: o soma humano. (HANNA, 1995, p. 341, tradução minha).<sup>8</sup>

Tais definições dialogam, sobremaneira, com os aspectos da improvisação em dança que desejo abordar e argumentar, principalmente, com o entendimento da investigação do soma na perspectiva da primeira pessoa. Em contribuição com as definições anteriores, recorro ainda a Ginot (2010) quando nos traz que “[...] essas práticas reconhecem a unidade corpo-mente e usam, simultaneamente, a observação objetiva e a interpretação subjetiva da experiência como métodos de construção do conhecimento” (GINOT, 2010, p. 1). Para esta discussão que desenvolvo aqui a observação objetiva e a interpretação subjetiva da experiência são os aspectos das práticas somáticas que articulo com as metodologias de primeira pessoa e com a improvisação. Dessa forma, não abordarei nenhuma prática ou método específico de Educação Somática, mas alguns conceitos e princípios presentes nessas práticas. Não tenho nenhuma formação específica em nenhum desses métodos e/ou práticas e meu conhecimento sobre elas decorre de minha pesquisa e prática pessoal de mais de duas décadas, aliadas à pós-graduação em Movimento como Prática Terapêutica, que fiz na Faculdade Angel Vianna, na qual as práticas somáticas constituíram a base de todos os componentes curriculares.

Embora já se venha discutindo há bastante tempo a relação entre dança e práticas somáticas, tanto na academia quanto em processos artísticos e pedagógicos, acredito que ainda existem alguns aspectos dessa relação que podem fomentar novas

---

somatics relates to somas of the human species, whose sensoria and motoria are relatively free from the determination of genetically fixed behavior patterns, thus allowing learning to determine the inter-relational process between awareness, biological function and environment [Gk. somatiko, soma, somat- body F. somatique.]” (HANNA, 1983, p.19)

<sup>8</sup> “Somatics is the field which studies the soma: namely, the body as perceived from within by first-person perception. When a human being is observed from the outside -- i.e., from a third-person viewpoint – the phenomenon of a human *body* is perceived. But, when this same human being is observed from the first-person viewpoint of his own proprioceptive senses, a categorically different phenomenon is perceived: the human soma.” (HANNA, 1995, p. 341).

reflexões e, assim, contribuir para expansão desses dois campos do conhecimento. A aproximação dessas abordagens constrói o segundo momento discursivo desse estudo e uma discussão mais aprofundada sobre essa relação será apresentada mais adiante e ao longo da dissertação.

Para um momento seguinte, farei a articulação entre as práticas improvisacionais em dança e as práticas somáticas como Metodologias de Primeira Pessoa. Essas metodologias podem ser caracterizadas como procedimentos disciplinados<sup>9</sup>, para que o sujeito possa acessar e descrever a sua própria experiência (VARELA e SHEAR, 1999a), e por serem autorreflexivas.

Quando relaciono essas práticas com as práticas improvisacionais em dança, refiro-me à integralidade da experiência de mover-se, pois que o corpo se apresenta como referência intrínseca da experiência de si mesmo, do outro e do mundo. Integralidade aqui significa que a improvisação articula todos os aspectos da corporeidade, estrutura, função e relação. Isto nos aponta para a profundidade relacional que o movimento possibilita entre nós e nós mesmos e entre nós e o mundo a nossa volta. Para abrir essa discussão, quero apresentar alguns entendimentos com os quais estarei dialogando nesta dissertação e iniciar citando Turtelli, Tavares e Duarte (2002) quando nos trazem, em um artigo sobre a relação da imagem corporal com o movimento, que:

O ato de colocar-se em movimento possui um grande potencial transformador. Quando a pessoa é considerada na sua totalidade, e o ato motor realizado em conexão constante com o seu sentir, vemos um caminho para o autoconhecimento, no qual o contato com a experiência física promove o desenvolvimento pessoal do indivíduo. Nesse contexto, o indivíduo tem a possibilidade de, ao colocar-se em movimento, reorganizar suas experiências vitais, redescobrir-se e articulando novas integrações. O movimento integrado é um caminho para o fluir no contato dentro e fora do ser humano e um agente para a eficácia da ação significativa do ser humano com o meio. (TURTELLI; TAVARES e DUARTE, 2002, p. 164).

É nesse sentido de reorganização das experiências vitais, através do movimento, que me importa considerar os aspectos articuladores presentes nas metodologias de primeira pessoa e nas práticas improvisacionais em dança que

---

<sup>9</sup> Aqui, o termo “disciplinados” não tem nenhuma relação com a forma como Michel Foucault aborda a palavra. Disciplinado aqui significa que os procedimentos são organizados, regulares e servem como caminho para se atingir um determinado objetivo.

coadunam com a hipótese desse estudo e, ainda, que fazem aproximação com outros campos de conhecimento como as ciências cognitivas, a abordagem enativa da cognição corporificada e as práticas somáticas. Isso, objetivando realizar o exercício argumentativo que possibilite apontar que práticas sistemáticas de improvisação em dança sejam capazes de atualizar hábitos cognitivos.

Acredito que, por mais heterogêneas que possam parecer, existe um ponto de articulação entre as áreas de educação, saúde e arte: o corpo. As práticas somáticas trazem consigo uma nova proposta de diálogo entre elas tendo, justamente, o soma como seu foco. Este novo campo de estudo, a *somática*, engloba uma diversidade de conhecimentos (FORTIN, 1999), nos quais os domínios sensorial, cognitivo, motor, afetivo e espiritual se misturam com ênfases diferentes; é essa mesma diversidade de domínios que a improvisação em dança engloba em seu fazer. Ao improvisar, o soma em movimento traz à consciência as percepções sensoriais que esses movimentos produzem; avalia, discerne e decide como dar continuidade a sua ação, levando em consideração os afetos que o mobilizam. É, justamente por compartilharem esses entendimentos, que tanto as práticas somáticas quanto a improvisação em dança apresentam esse potencial de articulação entre educação, saúde e arte.

As práticas somáticas, em oposição ao pensamento mecanicista, nos propõem uma aproximação processual e sistêmica<sup>10</sup> dos processos de aprendizagem, oportunizando que cada pessoa se conecte consigo mesma como um sistema complexo, com sua forma única de organizar seus movimentos e de ser, utilizando uma organização corporal regida por princípios abertos, ao invés de formas estereotipadas de movimento. Um ponto importante no ensino através das práticas somáticas e da improvisação em dança, diz respeito ao aluno/artista como responsável por sua própria aprendizagem, uma vez que, na perspectiva dessas duas práticas, o saber se constrói na experiência prática de cada indivíduo. Os educadores somáticos e alguns improvisadores reconhecem a interconexão das diversas

---

<sup>10</sup> O entendimento de aproximação sistêmica proposto pelas práticas somáticas é possível considerando a ideia de sistema apresentada pela Teoria Geral dos Sistemas (também conhecida pela sigla T.G.S., que surgiu com os trabalhos do biólogo austríaco Ludwig von Bertalanffy, publicados entre 1950 e 1968), na qual “[...] um sistema é um agregado de elementos suficientemente conectados, tal que esta conectividade e estrutura permitem a emergência de propriedades coletivas compartilhadas” (VIEIRA, 2013, p. 4). O que aponta para o entendimento do corpo como um todo integrado.

dimensões do soma e encorajam seus praticantes a trabalharem no sentido de uma reorganização global de sua experiência.

Ao meu ver, a principal contribuição das práticas somáticas para a improvisação em dança é o foco no corpo como experiência na primeira pessoa, no “soma”, e não mais no corpo objeto da terceira pessoa, separado do mundo. Não por acaso, em uma perspectiva histórica, todas essas técnicas e métodos surgem ao mesmo tempo em que surgem a física quântica<sup>11</sup> e a fenomenologia<sup>12</sup>, ambas com enfoque na dissolução do binômio sujeito/objeto. A física quântica nos diz que não existe a possibilidade de completa objetividade na ciência e na experiência humana e que a subjetividade de quem observa o experimento sempre influenciará os resultados, apontando para a possibilidade da percepção e da experiência se influenciarem mutuamente. Outro postulado da física quântica que também se aproxima das práticas somáticas é a integralidade e interconectividade de tudo que existe.

Thomas Hanna também tece algumas considerações entre a Física Quântica e a Somática que trarei para esta discussão com mais profundidade à frente. Para ele, a “[...] teoria quântica está completamente imbricada com a teoria somática. Cada uma implica a outra e implica a mesma concepção de um universo, que é integralmente uno.”<sup>13</sup> (HANNA, 1987, documento não paginado, tradução minha).

---

<sup>11</sup> Física quântica é um ramo teórico da ciência que estuda todos os fenômenos que acontecem com as partículas atômicas e subatômicas, ou seja, que são iguais ou menores que os átomos, como os elétrons, os prótons e os fótons, por exemplo. Também conhecida por mecânica quântica, essa teoria revolucionária da física moderna surgiu durante os primeiros anos do século XX, sendo o físico Max Planck (1858 – 1947) um dos pioneiros a desenvolver os seus princípios básicos, e que contrariam grande parte das leis fundamentais da física clássica. Essa teoria diz ser possível a existência de duas situações diferentes e simultâneas para determinado corpo subatômico. Esse princípio foi observado na física quântica a partir da chamada "dualidade onda-partícula", ou seja, quando uma partícula se comporta hora como partícula e hora como uma onda.

<sup>12</sup> Fenomenologia (do grego *phainesthai* – aquilo que se apresenta ou que mostra – e *logos* – explicação, estudo) é uma metodologia e corrente filosófica que afirma a importância dos fenômenos da consciência, os quais devem ser estudados em si mesmos – tudo que podemos saber do mundo resume-se a esses fenômenos, a esses objetos ideais que existem na mente, cada um designado por uma palavra que representa a sua essência, sua "significação". Edmund Husserl (1859-1938) – filósofo, matemático e lógico – é o fundador desse método de investigação filosófica e quem estabeleceu os principais conceitos e métodos que seriam amplamente usados pelos filósofos dessa tradição.

<sup>13</sup> “In brief, quantum theory is completely bound up with somatic theory: each implies the other and implies the same conception of a universe that is integrally one.” (HANNA, 1987 – SOMATICS: Magazine-Journal of the Bodily Arts and Sciences, Vol. 6, Nº 3, Fall-Winter 1987/88.) Disponível em: <<https://somatics.org/library/htl-wis4>>. Acesso em: 30 jun. 2017.



A fenomenologia, movimento filosófico, criado pelo filósofo alemão Edmund Husserl (1859-1938) surge no final do século XIX, pautada também na busca da superação dicotômica existente entre o sujeito e o objeto, entre o racionalismo e o empirismo. Afirma que toda consciência é intencional e não existe separação do mundo. Argumenta que a realidade não se encontra fora da consciência perceptiva do homem. Quem muito ampliou esse movimento filosófico, a partir de uma perspectiva existencialista foi o filósofo francês Maurice Merleau-Ponty (1908-1961). Os existencialistas buscam penetrar no contexto do mundo vivido, a partir do qual a experiência é constituída. Para Merleau-Ponty (2011), mundo é aquilo que nós percebemos, e não, fruto do significado mundo. Nós seres humanos, com o nosso corpo, estamos no mundo e é através dele que nós nos conhecemos e ao mundo. O mundo pulsa entre as infinitas possibilidades de significados no corpo, pois ele é o campo de percepções, compreensões, pensamentos e sentidos, ou seja, o corpo é a conexão do sujeito ao seu mundo. Essas novas visões do corpo e da relação sujeito-objeto, que, como visto, podem ser rastreadas desde finais do século dezenove, coincidem com o surgimento nos países do norte europeu e nos Estados Unidos com o que se denominou “Movimento Corporalista”.

Baseadas na ideologia corporalista, começaram então a surgir diferentes propostas teóricas e metodológicas que se aplicaram no campo das artes, da pedagogia, da terapêutica, da psicologia. O corpo humano começou a ser visto não como objeto da pessoa, mas como definição da sua própria existência. A partir de então, uma nova área do conhecimento se desenvolveu. Seu objetivo foi conhecer o sujeito através do corpo. (FERNANDES, 2006, p. 310).

Pesquisas sobre a cognição corporificada surgem de uma variedade de outras disciplinas e são embasadas por uma variedade de estratégias metodológicas. Sem dúvida, muitas das pesquisas nessa nova abordagem da cognição surgem bastante influenciadas pela fenomenologia. Fenomenologistas contemporâneos seguindo essa tradição têm se interessado pela pesquisa teórica e empírica nas ciências cognitivas, especialmente, nas discussões sobre enação e corporificação (*embodiment*) da mente. (GALLAGHER, 2005; GALLAGHER e ZAHAVI, 2012; THOMPSON, 2007; VARELA, THOMPSON e ROSCH, 1991). Embora esta pesquisa não tenha a fenomenologia como objeto de estudo, alguns de seus conteúdos serão abordados aqui, justamente por estarem imbricados com o trabalho de alguns autores com quem dialogo. Para minha discussão, utilizarei alguns aspectos da abordagem pragmática

da fenomenologia de Francisco Varela, que ele denomina de *nurofenomenologia* (VARELA, 1996), para articular alguns pensamentos sobre a relação das práticas somáticas com a experiência da improvisação em dança e das metodologias de primeira pessoa.

Todas as técnicas, métodos e metodologias nas práticas somáticas têm como ponto comum o trabalho com o corpo através do movimento, tendo como princípio norteador o corpo como experiência do sujeito (o soma), embasadas no trinômio vivência, percepção e sensação (BOLSANELLO, 2005), também presente na improvisação em dança, bem como nas discussões em fenomenologia. Parto do entendimento de que o enfoque desse tipo de trabalho não é no resultado que ele possa atingir, mas no processo, nas experiências vivenciadas e no potencial que ele tem de aguçar a percepção através da atenção a si mesmo. Nesse entender, acompanhamos Resende (2008) quando nos relata que:

Esse foco no processo é o ponto de partida para qualquer trabalho que será desenvolvido em educação somática, e coloca o indivíduo como principal instrumento na realização de seus propósitos. Ao aguçar a sua percepção sobre os meios pelos quais ele se move, torna-se mais apto a fazer outras escolhas sobre aqueles movimentos que lhe trazem algum modo de prejuízo. Em última instância, cria-se uma sensação de prolongamento do momento presente que já não se distingue claramente os fins e os meios desse percurso. (RESENDE, 2008, p. 66).

Tendo em perspectiva todo o enunciado acima, finalizo esta introdução apontando para a ideia de que, ao se investigar a experiência de improvisar em dança, regular e sistematicamente, lançando mão de metodologias que deem conta de articular a subjetividade corporificada e praticando o hábito de encontrar novas soluções sensório-motoras-cinestésicas para contextos emergentes durante as práticas improvisacionais, o soma produz conhecimento e se transforma. Para cada contexto espacial, compositivo, perceptivo que vai surgindo (emergindo) durante o improvisar, o soma precisa se reorganizar e encontrar soluções para aquele contexto, abrindo, assim, a possibilidade de atualizar o virtual, de tornar o desconhecido, conhecido, de enagir<sup>14</sup> (*to enact*) novas configurações e organizações de movimento.

---

<sup>14</sup> Como não temos este verbo na língua portuguesa, ancorado na utilização deste termo em alguns artigos em nossa língua, utilizo a palavra “enagir” como tradução para “to enact”.

No trajeto da pesquisa acadêmica, após a elaboração de uma questão, é preciso escolher o método ou caminho para tentar respondê-la. Para este estudo, decidi caminhar tendo em vista as diretrizes da abordagem qualitativa. Esta abordagem parte do fundamento de que há uma relação dinâmica entre o mundo real e o sujeito, uma interdependência viva e circularidade entre o sujeito e o objeto, um vínculo indissociável entre o ambiente e os processos de subjetivação. O objeto não é um dado inerte, neutro e representacional (cognitivismo); ele está atravessado de significados e relações que os sujeitos concretos criam em suas percepções/ações (abordagem enativa). A resposta à questão que me motiva, afigura-se aqui não como um produto, mas como um processo. A perspectiva qualitativa coaduna-se com a produção argumentativa que expõe as discussões e reflexões provenientes do contato estreito com práticas teóricas e empíricas em um fazer acadêmico.

Por ter vivenciado os dois caminhos, o científico e o artístico, acolho o que Tavares (2003) nos traz quando, ao falar sobre pesquisa qualitativa, afirma que “[...] o conhecimento sensível de um artista pode ser o ponto de partida para uma investigação científica, assim como uma investigação científica pode apontar novos caminhos para a consciência do sensível.” (TAVARES, 2003, p. 41). Digo isso devido a minha trajetória, na qual tive a oportunidade de, paralelo a minha jornada artística, ter feito graduação e pós-graduações na área da saúde (fisioterapia, educação física e dança terapia). Toda a discussão aqui apresentada surge dessas práticas como artista-docente-pesquisador, bem como dos questionamentos e reflexões que elas apontam em seu fazer.

Meu desejo é que, ao final deste processo, eu possa compreender melhor como se dá a relação entre a abordagem enativa da cognição corporificada com o ato de improvisar em dança e de como as práticas somáticas como metodologias de primeira pessoa podem aprofundar a relação do improvisador em dança com a sua experiência. Interessa-me também saber como essa relação pode ser utilizada em um processo pedagógico e criativo envolvendo o bailarino-criador, assim como, observar o resultado de tal integração na capacidade deste artista de desenvolver uma maior consciência de sua corporeidade, sua performatividade, seu repertório de metáforas corporais, seu soma em movimento e suas habilidades motoras e expressivas, subsidiando a sua atuação como corpo cênico ou corpo performativo,

auxiliando-o no seu processo de pesquisa em dança e, com isso, contribuir para a construção de saberes em/na dança como área de conhecimento.

Ao propor esta pesquisa, tenho em mente que uma reflexão sobre os pontos de interseção entre os saberes produzidos pelas áreas abordadas neste objeto de estudo pode abrir novas perspectivas epistemológicas para a pesquisa em dança e para as ciências cognitivas. Acredito também que o diálogo entre esses campos do conhecimento pode beneficiar a pesquisa em dança tanto em seus processos criativo-pedagógicos quanto criativo-artísticos e, assim, apontar para novas possibilidades reflexivas no campo da dança.

A pesquisa acadêmica, historicamente, revela-se como uma prática indispensável para a produção do conhecimento. Não poderia ser diferente no campo da dança, que vem se expandindo gradualmente e, com isso, favorecendo o amadurecimento de discussões sobre suas epistemologias e os saberes que aí são produzidos. Este avanço vem fomentando o redimensionamento de sua importância estética, política e pedagógica. Por ser um campo que tem como um de seus temas centrais o corpo, que também é tema de estudo em vários outros campos do saber, a dança na academia vem estabelecendo profícuas interlocuções com diferentes áreas e, com isso, expandindo suas possibilidades de pesquisa e produção de conhecimento. Esta é mais uma destas interlocuções.

## 2. COGNIÇÃO, CORPO E MOVIMENTO

O cérebro existe num corpo, o corpo existe no mundo e o organismo age, move-se, caça, reproduz-se, sonha, pensa. É dessa atividade permanente que emerge o sentido de seu mundo e das coisas.

(VARELA, 1995, p.27)

Para dar início às reflexões e articulações teóricas necessárias para apresentar e desenvolver o objeto dessa pesquisa, quero introduzir alguns conceitos e contextos que dialogam com o meu pensamento. Para chegar ao entendimento que quero apresentar sobre a improvisação em dança, como um processo cognitivo enativo, traçarei um rápido panorama sobre as ciências cognitivas e seu desenvolvimento até a abordagem enativa (atuacionista) da *embodied cognition* (cognição corporificada).

Parece aqui pertinente iniciar com uma questão: o que é cognição? A palavra vem da raiz latina *cognoscere*, que significa "conhecer". Quando falamos de cognição, geralmente, nos referimos a tudo o que está relacionado ao conhecimento ou ao ato de conhecer. Em outras palavras, o acúmulo de informações que adquirimos através da aprendizagem ou experiência, sendo isso já uma pista para articulá-la com a dança. A definição de cognição mais aceita é a de que ela é a capacidade de se relacionar com a informação através da percepção (estímulos que recebemos através dos diferentes sentidos); engloba o conhecimento adquirido através da experiência e de nossas características subjetivas, que nos permitem integrar toda essa informação para avaliar e interpretar o nosso mundo. Em outras palavras, a cognição é a capacidade que temos de assimilar e organizar a informação que recebemos de diferentes fontes (percepção, experiência, crenças, etc.) para convertê-las em conhecimento. Ao improvisar, organizamos diversas informações que acessamos via percepção, propriocepção e sentidos, para, assim, tomarmos decisões e construirmos conhecimento sobre nossa prática e sobre nós mesmos.

O princípio da relatividade diz assim que a percepção depende de movimentos que fazem diferença, e como dizia Bateson (1980: 109), "informação é diferença que faz a diferença", daí o primeiro quesito para um sistema tornar-se cognitivo, ser sensível à informação. (VIEIRA, 1999, p. 23).

A cognição inclui diferentes processos, como aprendizado, atenção, memória, linguagem, raciocínio, tomada de decisão, etc. Para permitir que a nossa discussão possa se tornar mais abrangente, vou partir do princípio de que cognição é a capacidade de conhecer e reúne todos os processos envolvidos nisso. Na dança, como um todo e, mais especificamente, na improvisação em dança, a cognição é parte constituinte de vários de seus processos. Sejam eles processos de ensino/aprendizagem de novas habilidades motoras, em processos criativos, na execução de movimentos, na pesquisa de vocabulários, ou ainda, nos processos reflexivos sobre o seu fazer. A cognição e os processos cognitivos são o que possibilitam essas experiências e a produção de conhecimento através delas.

Com o objetivo de entender o processo relacionado com o ato de conhecer e como ele se dá, as ciências cognitivas se estabelecem como campo de estudos multidisciplinar em meados da década de 1940. Há pelo menos duas décadas, a dança, as ciências cognitivas e a neurociência vêm articulando seus saberes de formas distintas e, dessa articulação, novos questionamentos e novas epistemologias vêm surgindo e sendo investigados por estes campos<sup>15</sup>. Essas investigações vêm acontecendo tanto na academia quanto na criação artística. Um exemplo desse diálogo é o *Dana Arts and Cognition Consortium* que, em 2004<sup>16</sup>, reuniu neurocientistas cognitivos de sete universidades nos Estados Unidos para lidar com a questão de por que a prática artística tem sido associada a um melhor desempenho acadêmico. Isso aconteceria porque pessoas consideradas inteligentes se sentem naturalmente atraídas pelo fazer artístico ou seria porque o treinamento artístico no início do desenvolvimento do indivíduo provoca mudanças no cérebro que melhoram outros aspectos importantes da cognição? São muitos os exemplos de imbricamento entre as ciências cognitivas e a arte, mas foge ao escopo desta pesquisa um aprofundamento nesse diálogo. Os exemplos aqui oferecidos servem apenas como

---

<sup>15</sup> “Algumas pesquisas realizadas na interface arte-ciência são precursoras deste campo: Martins (2002) - Improvisação, dança, cognição: os processos de comunicação no corpo. Ramachandran (1999, p. 15-51) - teoria neurológica da experiência estética. Kawabata e Zeki (2003, p. 1699-1705) - os correlatos neurais da estética por meio da apreciação de diferentes categorias de pinturas. Cela-Conde et al. (2004, p. 6321-6325) - situa a percepção da beleza como o último passo evolucionário da capacidade cognitiva humana e que o córtex pré-frontal teria um papel chave no sistema de percepção estética. Hagendoorn (2004, p. 79-110) - natureza da percepção de dança e da coreografia. Brown e Parsons (2006, p. 1157-1167) - semelhanças neurológicas estruturais entre música e linguagem. Calvo Merino et al. (2008, p.911-922) - primeiro mapeamento neural da percepção estética em artes cênicas.” (SANTOS, P., 2012, p. 8-9).

<sup>16</sup> The DANA Foundation. – disponível em: <<http://www.dana.org/Publications/ReportDetails.aspx?id=44267>> acesso em: 18/04/2017.

indicadores para o profícuo diálogo que esses campos do conhecimento vêm realizando. Outro exemplo foi um simpósio intitulado *Dance and the Brain*, coordenado pelo pesquisador Ivar Hagendoorn e patrocinado pelo coreógrafo William Forsythe, em Frankfurt, em 2004. Essas novas linhas de pesquisa abordam tópicos como a percepção do movimento da dança, imagens motoras, memória corporal, processamento *crossmodal* da música e movimentos da dança e os processos cognitivos subjacentes à criação de coreografia e improvisação.<sup>17</sup>

A abordagem corporificada da cognição surge como desenvolvimento e evolução das pesquisas e respectivos entendimentos inaugurados no campo das ciências cognitivas pela abordagem cibernética (cognitivismo) e pelo conexionismo. Na contemporaneidade, a abordagem da cognição corporificada abriu um vasto campo de possibilidades e perspectivas para um novo entendimento de corpo e cognição e da relação entre eles. Essa abordagem aponta para a dissolução de vários dualismos ainda presentes no paradigma positivista, entre eles, os binômios corpo/mente, natureza/cultura, teoria/prática e sujeito/objeto. Esse aspecto – o da dissolução de binarismos – é o que mais me interessa como artista e pesquisador, uma vez que, na dança contemporânea, tanto vem se discutindo e refletindo sobre a dissolução dessas dualidades. Mesmo com algumas diferenças sutis entre as abordagens da corrente da cognição corporificada, um pensamento fundante é compartilhado por elas, ou seja, o de que a experiência é o meio elementar através do qual o corpo do indivíduo não apenas condiciona as suas crenças, conceitos, pensamentos e ações, como vai sendo modificado ao longo de interações cognitivas em um mundo natural e social.

No campo da dança, dentre as pesquisas e reflexões que abordam a dissolução de binaridades, estão as que discutem a relação e imbricamento entre as práticas somáticas e dança, que também apontam para a visão de que estas dualidades já não dão conta da complexidade que é o soma em movimento. Quero apontar para a ideia

---

<sup>17</sup> Para mais informações, ver: VASS-RHEE, Freya. Integrating dance and cognition science: toward emancipatory research. In: **Continuing Dance Culture Dialogues: Southwest Borders and Beyond**. Proceedings of the 38th International Conference of the Congress on Research in Dance, Tempe, AZ, November 2-5, 2006, 149-155. Disponível em: <[http://www.academia.edu/1432045/Integrating\\_Dance\\_and\\_Cognitive\\_Science\\_Toward\\_Emancipatory\\_Research](http://www.academia.edu/1432045/Integrating_Dance_and_Cognitive_Science_Toward_Emancipatory_Research)>. Acesso em: 21/06/2017

de que a abordagem da cognição corporificada contribuiu para a aproximação e interlocução entre esses campos do conhecimento.

Esta pesquisa se aproxima dessas interlocuções e aponta para algumas articulações possíveis entre os saberes produzidos nas ciências cognitivas, nas práticas somáticas e na dança, como forma de discutir a improvisação em dança. Apresentarei agora um breve histórico das ciências cognitivas e seus principais modelos teóricos até chegarmos à abordagem enativa na perspectiva de facilitar o entendimento das articulações que quero apontar.

## **2.1. Ciências Cognitivas: entendimentos e desenvolvimento**

As novas ciências da mente precisam ampliar seus horizontes para incluir tanto a experiência humana vivida quanto as possibilidades de transformação inerentes a esta mesma experiência.

Varela, Thompson e Rosch (1991, p. 13).

Não vou aqui me aprofundar em detalhes técnicos ou históricos, pois estas informações podem ser encontradas nos fundamentos teóricos contidos nas referências que apresento nesta dissertação, e um aprofundamento sobre detalhes técnicos foge ao escopo da mesma. Interessa-me muito mais as discussões e os questionamentos inaugurados por este campo do saber, como estas questões evoluíram até o nosso presente e como elas se relacionam com o corpo em movimento. Interessa-me estabelecer uma discussão a partir destes enfoques contemporâneos das ciências cognitivas, a favor de uma abordagem que considere as descobertas biológicas, mas sem reduzir o cultural e o social ao neurofisiológico. Pretendo insistir na característica da interação presente em redes de estruturas que se acomodam e se recompõem pela ação, pois creio que esta pode ser uma pista para o entendimento de que a improvisação em dança pode influenciar e modificar hábitos sensório-motores.

Começamos esta reflexão com uma breve introdução ao desenvolvimento das ciências cognitivas. Desde seu início, a interdisciplinaridade tornou-se uma das principais características do que hoje conhecemos como ciências cognitivas. O interesse por este campo apresentava a convergência de pelo menos cinco



disciplinas: neurociências, psicologia cognitiva, inteligência artificial, linguística e filosofia da mente. Para Varela, Thompson e Rosch (1991), autores com os quais estabelecerei um diálogo mais aprofundado, há três momentos significativos a serem analisados numa investigação sobre o desenvolvimento das ciências cognitivas: o cognitivismo, o conexionismo e a enação (atuacionismo), como uma das abordagens da cognição corporificada. A proposta central do cognitivismo, segundo esses autores, é que a inteligência se assemelha de tal forma à computação em suas características essenciais, que a cognição poderia ser definida como processamentos computacionais sobre representações simbólicas. Baseado na afirmação de que o comportamento inteligente pressupõe a capacidade de representar o mundo de certa maneira, o ponto de vista cognitivista propõe que só seria possível explicar a cognição se tomarmos como pressuposto um agente (sujeito) representando em sua mente aspectos presentes nas situações em que se encontra.

Essa primeira fase ficou conhecida como período cibernético e apresentava algumas características básicas, como, por exemplo: escolha da lógica matemática como instrumento para descrição de como o sistema nervoso e a mente funcionam; a utilização da Teoria Geral dos Sistemas como organizador de raciocínios e pesquisas; o desenvolvimento da teoria da informação; e a construção dos primeiros robôs.

A metáfora do computador logo se tornou o “núcleo duro” da ortodoxia cognitivista. O cérebro é o hardware e as informações por ele processadas o software. O processamento (computação) das informações vindas do ambiente é feito sobre símbolos, isto é, elementos que representam as percepções às quais correspondem. (MARIOTTI, 2000, p. 3).

A partir dos anos 70, o modelo *input-output* (entrada-saída) da vertente cibernética é atualizado devido às críticas que recebe. Algumas dessas críticas questionavam se o conhecimento como evento puramente cerebral seria viável, desconsiderando a existência do social e do cultural, bem como, a tendência dos cognitivistas em atribuir ao cérebro a sede de todo processo cognitivo, produzindo o que se chamou de cartesianismo neural. A partir dessas e outras críticas, surgiu uma segunda corrente, chamada conexionismo, em que se abandona o modelo computacional em favor de um modelo que leva em consideração o organismo vivo.

Varela, Thompson e Rosch (1991) apontam que no conexionismo o cérebro opera de maneira distribuída, baseando-se nos conceitos de auto-organização e

emergência<sup>18</sup> e propondo que a cognição opera através de interconexões massivas de redes neurais, de forma que as conexões existentes entre conjuntos de neurônios se modificam em função do desenrolar da experiência, o que já aponta na direção da cognição corporificada. Porém, mesmo aprofundando um diálogo com a Teoria Geral dos Sistemas, o conexionismo mantém a ideia de que o mundo é anterior à experiência do observador e que a cognição corresponde a representações mentais. Este foco em uma visão biológica das ciências cognitivas será atualizado por teorias subsequentes, por autores considerados “pós-conexionistas”, como: Francisco Varela<sup>19</sup>, Humberto Maturana<sup>20</sup>, Eleanor Rosch<sup>21</sup>, Evan Thompson<sup>22</sup>, Gerald Edelman<sup>23</sup>, Andy Clark<sup>24</sup> e Antônio Damásio<sup>25</sup>.

Embora todos sejam pós-conexionistas, existem entre eles diferenças em suas abordagens. Enquanto Edelman, Clark e Damásio trabalham com o modelo dinamicista, Maturana, Varela, Thompson e Rosch partem desse modelo para proporem a abordagem enativa ou atuacionista da cognição. Todos eles têm em comum o entendimento de que processos fisiológicos e psicológicos são absolutamente atrelados e são consequências da estrutura do organismo, ou seja,

---

<sup>18</sup> O termo auto-organização se refere aos processos pelos quais os sistemas se tornam mais organizados no decorrer do tempo. Ele é estreitamente imbricado ao conceito de emergência, ou seja, ao surgimento de qualidades ainda não observadas em um sistema, a partir da interação auto-organizativa desse com o meio. Na abordagem de cognição corporificada, os conceitos de auto-organização e de emergência adquirem relevância por representarem os meios pelos quais a organização de um sistema, dos elementos que poderão formar um sistema, ou de um agente, se altera; atingindo outros níveis de complexificação. (BISSOTO, 2007).

<sup>19</sup> Francisco J. Varela (1946-2001): biólogo e filósofo chileno. Escreveu sobre sistemas vivos e cognição: autonomia e modelos lógicos. Ph.D. em Biologia (Harvard, 1970), em 1979, escreveu *Princípios de Autonomia Biológica*, um dos textos básicos da autopoiese, teoria que desenvolveu com Humberto Maturana.

<sup>20</sup> Humberto Maturana (1928-) é um neurobiólogo chileno, crítico do realismo matemático e criador da teoria da autopoiese e da biologia do conhecer, junto a Francisco Varela. É um dos propositores do pensamento sistêmico e do construtivismo radical.

<sup>21</sup> Eleanor Rosch (1938-) é professora de psicologia na Universidade da Califórnia, Berkeley, especializada em psicologia cognitiva e conhecida, principalmente, por seu trabalho sobre categorização, em particular, sua teoria de protótipo, que influenciou profundamente o campo da psicologia cognitiva.

<sup>22</sup> Evan Thompson (1962-) é professor de filosofia na Universidade da Colúmbia Britânica. Ele escreve sobre ciência cognitiva, fenomenologia, filosofia da mente e filosofia transcultural, especialmente, a filosofia budista em diálogo com a filosofia ocidental da mente e da ciência cognitiva.

<sup>23</sup> Gerald Maurice Edelman (1929-2014) foi um médico, biólogo molecular e físico-químico estadunidense. Foi agraciado, junto com Rodney Porter, com o Nobel de Fisiologia ou Medicina de 1972, por pesquisas sobre a estrutura e natureza química dos anticorpos.

<sup>24</sup> Andy Clark, FBA (1957-) é professor de filosofia, lógica e metafísica na Universidade de Edimburgo, na Escócia. Escreveu extensivamente sobre conexionismo, robótica e sobre o papel da natureza da representação mental.

<sup>25</sup> Antônio Rosa Damásio (1944-): médico neurologista, neurocientista português que trabalha no estudo do cérebro e das emoções humanas.

esses processos, incluindo os cognitivos, de um morcego e de um mamífero serão consequência de suas estruturas específicas (corpo, cérebro, aparato sensório-motor) e de como essas estruturas interagem com o ambiente. O que diferencia a abordagem enativa da dinamicista é o local que a representação ocupa em cada uma delas.

Esses autores concordam que os processos que se dão no cérebro estão atrelados ao corpo do organismo e, conseqüentemente, às ações que este estabelece em seu meio. O corpo é entendido como um sistema dinâmico que existe em uma condição de acoplamento estrutural com o ambiente em que está inserido e que passa por processos coevolutivos com o mesmo. A teoria dos sistemas dinâmicos continua a ser uma ferramenta crucial para a ciência cognitiva dita corporificada. A palavra dinâmica simplesmente significa "mudar ao longo do tempo" e, portanto, um sistema dinâmico é apenas um sistema cujo comportamento evolui ou muda com o decorrer do tempo. O estudo científico dos sistemas dinâmicos está preocupado com a compreensão, modelagem e previsão das maneiras pelas quais o comportamento de um sistema muda ao longo do tempo.

Esses modelos tentam entender como os processos de conhecimento se desenvolvem a partir do fazer, da ação. A diferença entre essas abordagens surge quando se observa as representações internas e como elas se dão. O modelo da enação argumenta que não há nenhum tipo de representação interna exatamente porque, no que diz respeito ao entendimento dos processos comunicativos, não há separação entre realidade interna e externa, enquanto que o modelo dinamicista considera a existência de traduções internas e pessoais da realidade quando indivíduos experienciam o mundo por meio de padrões dinâmicos de imagens emergentes que representariam a realidade.

Os autores da abordagem enativa apontam para ideia de que, nos processos de redução fenomenológica, o que se traz à mente é o próprio objeto, ou seja, suas qualidades, e não, uma representação simbólica do mesmo, o que aponta para uma quebra da dicotomia dentro/fora. Para Oliveira (2004), a redução fenomenológica

Trata-se de uma estratégia que propõe juntar indivíduo/ambiente para que o fenômeno/objeto seja apreendido pelo organismo sem que qualquer tipo de representação interna necessite acontecer, estabelecendo-se tão somente através da experiência tida por tal indivíduo quando este se depara com determinado objeto e/ou fenômeno presente no ambiente. (OLIVEIRA, 2004, p. 34).

Na abordagem enativa, entende-se também que é a partir de sua própria capacidade de auto-organização que o indivíduo modifica o mundo à sua volta, ou seja, esse ambiente é modificado pelo próprio organismo na ação de auto organizar-se abrindo espaço para o imprevisível, a criatividade, o acaso, que surgem a partir da coimplicação entre organismo e ambiente. Auto-organização via coimplicação entre o movente e o meio em que se move parece descrever o ato de improvisar. Ao afirmar que a cognição é corporificada, Varela enfatiza que as propriedades e disposições motoras do corpo são extremamente importantes para a compreensão dos processos cognitivos. Neste modelo, contesta-se tanto a dicotomia agente conhecedor/objeto do conhecimento quanto à própria natureza da cognição apresentada pelo modelo conexionista, na qual a ênfase para compreender o processo cognitivo se baseia na efetivação de operações computacionais sobre símbolos abstratos. No modelo atuacionista da cognição corporificada, o "conhecimento" é entendido como emergindo (*enacting*) da imbricação entre o agente conhecedor e o objeto do conhecimento. Isso acontece através de ações efetivas e adaptativas no mundo, e não, via aquisição racional de informações ou representações mentais do mundo exterior. Este pode ser um link importante entre dança e cognição, que possibilita articular o movimento e as experiências sensório-motoras com o ato de conhecer.

Além disso, quando propõe que a cognição é situada (em um ambiente/contexto), defende-se o ponto de vista de que o ambiente oferece possibilidades para a ação do agente cognitivo. Uma vez que “[...] na perspectiva da cognição corporificada e situada as causas do comportamento estão espalhadas no mundo, pressupõem uma interação entre ambiente, organismo (corpo) e o cérebro.” (SILVA, 2012, p. 496). Quando olhamos para improvisação pelas lentes desse entendimento, podemos inferir que através desta auto-organização do movente, frente às mudanças do contexto/ambiente em que se move, o ambiente e sua configuração são transformados. No capítulo três, articularei esse ponto com mais profundidade.

Enquanto o processamento da informação simbólica, no modelo cognitivista, repousava em regras sequenciais, localizadas, no conexionismo, os conjuntos apresentam capacidades auto-organizadoras e distribuídas, o que garante uma plasticidade, face a possíveis mutilações do sistema. No conexionismo, não há necessidade da intervenção de uma unidade central de processamento visando a organizar o conjunto da operação, e o sistema irá operar a partir de uma noção

complexa de propriedades emergentes. Essas duas visões apontam para uma hierarquia *top-down*, ou seja, de cima para baixo, na qual os processos cognitivos são determinados pelo cérebro e suas redes neurais.

A passagem de regras locais a uma coerência global está no coração do que se costumava chamar auto-organização, nos anos cibernéticos. Hoje, prefere-se falar de propriedades emergentes ou globais, de dinâmica de redes, de redes não lineares<sup>26</sup>, de sistemas complexos, ou mesmo de sinérgica. (VARELA, THOMPSON e ROSCH, 1991, p. 102).

Segundo Varela, Thompson e Rosch (1991), o pressuposto do cognitivismo e do conexionismo é o de um realismo cognitivo. A cognição, nessas abordagens, consiste numa resolução de problemas que deve, para ser atingida, respeitar os elementos, as propriedades e relações próprias já dadas. Em ambos os modelos, permanece o projeto de se relacionar com o conhecimento de um mundo anteriormente existente na forma de uma representação mental. São modelos representacionistas da cognição.

Esses autores, no intuito de apresentar outra possibilidade para esse projeto e tratar o saber dependente do contexto em que surge, apontam-nos para a visão de uma cognição criativa, na qual sujeito/objeto coemergem da experiência. Eles tomam o exemplo da percepção da cor e argumentam que as cores não estão “lá fora”, independentes de nossas capacidades perceptivas e cognitivas, nem “aqui dentro”, independentes de nosso meio biológico e nosso mundo cultural. Simplesmente não há como especificar a realidade externa sem fazer, pelo menos, referência implícita à perspectiva, capacidades e intenções do agente. Qualquer descrição do mundo deve sempre reconhecer a natureza perspectiva de qualquer descrição. Varela, Thompson e Rosch (1991) apresentam um exemplo e afirmam que não há coisas como “o vermelho” no mundo. O que há é um comprimento de onda e reflexões da luz e que só fica vermelho quando a vemos e a categorizamos. O que percebemos não é uma representação de uma realidade fixa, não seria “o vermelho”, mas a “vermelhidade”, apontando para criação constante de categorias como um componente do processo

---

<sup>26</sup> Um sistema não linear é aqui entendido como aquele em que a saída do sistema não é diretamente proporcional à entrada em oposição a um sistema linear, no qual a saída pode ser simplesmente representada como uma soma ponderada dos componentes de entrada. Os sistemas dinâmicos complexos não são lineares nesse sentido, pelo que seu comportamento nunca é apenas a soma do comportamento dos componentes.

cognitivo. A experiência deve desempenhar um papel central na nossa compreensão da cognição e da mente.

[...] a cor não é simplesmente um atributo percebido das superfícies – ela é também um atributo percebido de volumes, como o céu. Além disso, experienciamos as cores como atributos de lembranças de imagens e em sonhos, memórias e sinestesia. A unidade entre esses fenômenos não pode ser encontrada em nenhuma estrutura não experiencial e física, mas nas cores como uma forma de experiência constituída por meio de padrões emergentes de atividade neuronal. (VARELA, THOMPSON e ROSCH, 2003, p. 171).

Nessa discussão sobre as cores, os autores sugerem um caminho do meio entre dois extremos, o da galinha (objetivista) e o do ovo (subjativista), termos utilizados pelos autores. Uma vez que as cores não estão "lá fora", independentes de nossas capacidades perceptivas e cognitivas, e que também não estão "aqui dentro", independentes do mundo biológico e cultural a nossa volta, as categorias de cores são experienciais e pertencem ao nosso mundo biológico e cultural compartilhado, contrariamente à visão objetivista. Sendo assim, levam-nos a inferir que as cores, como um estudo de caso, possibilitam-nos observar o fato de que a galinha e o ovo, o mundo e a pessoa que o percebe, especificam-se mutuamente.

A posição da galinha: o mundo externo tem propriedades predeterminadas. Elas são anteriores à imagem moldada no sistema cognitivo, cuja tarefa é recuperá-las adequadamente – seja por meio de símbolos ou estados subsimbólicos globais. A posição do ovo: o sistema cognitivo projeta seu próprio mundo, e a realidade aparente desse mundo é meramente um reflexo das leis internas do sistema. (VARELA; THOPSON & ROSCH, 2003, p.176)

As pesquisas sobre cor no campo das ciências cognitivas fornecem um paradigma de um domínio cognitivo que não é nem dado previamente, nem representado, mas sim experiencial e enagido (*enacted*). Esses autores nos apontam para outro entendimento que nos dizem da intenção em “[...] desviar inteiramente dessa geografia lógica do interno versus externo, abordando a cognição não como recuperação ou projeção, mas como ação incorporada” (VARELA, THOMPSON e ROSCH, 1991, p. 177). A cognição, então, será dependente dos tipos de experiência que decorrem do fato de se ter um corpo (soma) dotado de diversas capacidades sensório-motoras (cognitivas) e que estão inseridos num contexto biológico,

psicológico, social e cultural mais amplo. Nesse sentido, eles apontam para ação e a percepção como fatores fundantes da cognição vivida.

Utilizando o termo ação queremos enfatizar novamente que os processos sensoriais e motores – a percepção e a ação – são fundamentalmente inseparáveis na cognição vivida. De fato, os dois não estão apenas ligados contingencialmente nos indivíduos: eles também evoluíram juntos. (VARELA, THOMPSON e ROSCH, 2003, p. 177).

A enação é um termo cunhado pelos biólogos chilenos Humberto Maturana e Francisco Varela (1980 apud VARELA, THOMPSON e ROSCH, 2003) a partir da expressão espanhola *en acción* (em ação; atuação), e que tem como *insight* fundamental nossas atividades (ações) como reflexo de uma estrutura (o corpo), sem perder de vista nossa experiência direta. A enação (atuação) pode ser entendida a partir de duas perspectivas: (1) a percepção consiste em ação perceptivamente orientada e (2) as estruturas cognitivas emergem dos padrões sensório-motores recorrentes que possibilitam a ação ser perceptivamente orientada, isto é, o estudo da percepção é o estudo da maneira pela qual o sujeito percebido consegue guiar suas ações numa situação local.

Considerando-se que essas situações locais mudam constantemente como resultado da atividade do observador, o ponto de referência para compreender a percepção não é mais um mundo predeterminado independente do observador, mas sua estrutura sensório-motora (a forma pela qual o sistema nervoso une as superfícies sensorial e motora). Essa estrutura – a maneira pela qual o observador é incorporado – não especifica nenhum mundo predeterminado, mas o modo como o observador pode agir e ser modulado por eventos ambientais. (VARELA, THOMPSON e ROSCH, 2003, p. 177).

Por outro lado, as estruturas cognitivas emergem dos esquemas sensório-motores recorrentes – *The Sensorimotor Approach; Abordagem Sensório-motora* (GALLAGHER, 2005; NOË, 2006) – e é esta regularidade que permite a ação ser guiada pela percepção. É a estrutura sensório-motora, "[...] a maneira pela qual o sujeito percebido está inscrito num corpo, [...] que determina como o sujeito pode agir e ser modulado pelos acontecimentos do meio." (VARELA, THOMPSON e ROSCH, 2003, p. 235). Na improvisação em dança, encontramos a investigação da ação guiada pela percepção que o movedor tem de seus processos internos, de seus próprios movimentos e do contexto no qual ele está inserido. Em um ciclo que se

retroalimenta, as decisões baseadas nessas percepções são tomadas em tempo real, corporificando esse ciclo de percepção-ação.

Em síntese, na abordagem cognitivista a cognição consiste no tratamento da informação como computação simbólica. No connexionismo, prevalece a ideia de que o mundo é anterior à experiência do observador e a cognição corresponde a representações mentais. Já na enação, a cognição é abordada como a história da acoplagem estrutural dos organismos com o meio de forma não representacional e as experiências perceptivas adquirem conteúdos graças a nossas habilidades corporais.

Após esta rápida introdução ao campo das ciências cognitivas e a seus principais modelos teóricos, quero me aprofundar um pouco mais no modelo enativo e tecer algumas articulações com o movimento, a percepção e a ação.

## **2.2. Enação: movimento, percepção, ação**

Todo ato de conhecer produz um mundo, [...] todo fazer é conhecer,  
todo conhecer é fazer.

Maturana e Varela (1995, p. 68).

Tendo em perspectiva essa breve exploração dos modelos mais significativos no campo das ciências cognitivas, percebe-se que o modelo da enação vai um pouco além do que seus predecessores em termos de elaboração teórica, pois mesmo levando em consideração os pressupostos dos dinamicistas, apresenta outro entendimento sobre o papel da representação nos processos cognitivos. Nesse modelo, a cognição não é mais entendida como uma computação formal de símbolos (representações), nem tão pouco é abordada como uma solução adequada a uma tarefa dada ou a resolução de um problema, mas sim, a ação do sujeito (percebedor) “[...] é pensada enquanto participante de uma rede complexa constituída em níveis múltiplos de sub-redes interconectadas que supera a dicotomia indivíduo-interno versus meio-externo.” (ARENDR, 2000, p. 229). Nessa abordagem, perceber é uma forma de agir; percepção não é o que nos acontece, mas algo que fazemos. O modelo enativo propõe “[...] que o sistema cognitivo do sujeito será parte integrante de um mundo existente, que é durável, porém cambiante, no qual indivíduo e meio são



instâncias que se co-implicam [*sic*].” (ARENDDT, 2000, p. 229). Esse modelo traz consigo várias imbricações com a teoria corpomídia de Katz e Greiner (Greiner, 2005), aquela que apresenta a ideia de coevolução entre corpo e ambiente, entre cognição e cultura, sempre em movimentos de mão dupla, nos quais, um afeta o outro por um processo de contaminação.

O corpo não é um meio por onde a informação simplesmente passa, pois, toda informação que chega entra em negociação com as que já estão. O corpo é o resultado desses cruzamentos, e não um lugar onde as informações são apenas abrigadas. É com esta noção de mídia de si mesmo que o corpomídia lida, e não com a ideia de mídia pensada como veículo de transmissão. A mídia à qual o corpomídia se refere diz respeito ao processo evolutivo de selecionar informações que vão constituindo o corpo. A informação se transmite em processo de contaminação. (GREINER, 2005, p. 131).

A enação defende que a cognição é corporificada, que ela é profundamente dependente das características do corpo físico de um agente<sup>27</sup>, ou seja, que aspectos do corpo do agente para além do cérebro desempenham um papel causal ou fisicamente constitutivo e significativo no processamento cognitivo. Essa corrente defende que a cognição ao invés de uma representação do mundo é uma enação de um mundo e uma mente imbricados pela história da variedade de ações que um ser *performa* no mundo. O papel das regras e representações internamente armazenadas no processamento da cognição é assim substituído por uma história corporificada de interações.

O termo *embodiment* (corporificação) é utilizado por Lakoff e Johnson<sup>28</sup> (1999) para o entendimento da mente/corpo como inseparáveis. Para esses autores, o processo de conhecimento se dá no corpo, uma vez que a mente é corporificada. É o corpo que conhece. É o corpo que pensa. O pensamento não se produz na razão, fora do corpo. Para esses autores, a razão humana é uma forma de razão animal, uma razão inextricavelmente imbricada com os nossos corpos e às particularidades de nosso cérebro. O nosso senso de realidade se inicia e é dependente do nosso corpo, especialmente, do aparato sensório-motor. Lakoff e Johnson defendem que todos os

<sup>27</sup> Em termos muito gerais, um agente é um ser com a capacidade de agir no mundo e a "agência" designa o exercício ou a manifestação dessa capacidade.

<sup>28</sup> O interesse comum desses autores pela metáfora dentro da teoria do *embodiment* deu origem a *Metaphors we live by*, um importante divisor de águas que abre espaço para uma discussão que envolve linguagem e cognição. Embora sejam teóricos da cognição corporificada, eles pertencem ao grupo dos chamados "dinamicistas".

seres vivos são seres que categorizam, que até uma ameba precisa categorizar o que é alimento e o que não é. Como essa categorização é feita depende do aparato sensorial do organismo e de sua habilidade de se mover e interagir com o mundo a sua volta.

Seguindo o entendimento de que seres vivos precisam categorizar, nossas categorias são formadas através de nosso *embodiment* (corporificação), o que significa que as categorias que formamos são uma parte de nossa experiência. Categorização, para esses autores, não é uma questão puramente intelectual que acontece após a experiência, mas a formação e utilização das categorias são o cerne de nossas experiências; ela é parte do que nossos corpos e cérebros estão constantemente engajados.

Mariotti (2000) nos traz que a separação entre mente e experiência, ou seja, entre o conhecer e o dar-se conta de estar conhecendo, equivaleria a ignorar os dados fenomenológicos do processo cognitivo. As ciências cognitivas tentam entender como se dão as relações entre o material e o imaterial, entre o corpo e a mente, entre o físico e o não físico, ou seja, como é que átomos podem produzir uma mente ou a consciência. A esse dilema dá-se o nome de lacuna explanatória (*explanatory gap*), termo introduzido por Joseph Levine (1983) para apontar o que talvez seja a principal limitação dos modelos dominantes de ciência cognitiva. A proposta da abordagem enativa das ciências cognitivas é construir essa ponte, isto é, preencher a lacuna entre o físico e o fenomênico, entre ciência e experiência. O processo cognitivo aqui é visto como uma construção de mundo, ou seja, uma construção dinâmica e, portanto, inseparável do histórico de vida, do processo do viver. Isso implica que os seres vivos são determinados por sua estrutura, isto é, percebem o mundo segundo sua estrutura. Por isso, “[...] a percepção de um sistema vivo num dado momento depende de sua estrutura nesse momento. O que vem de fora apenas desencadeia potencialidades que já estão determinadas na estrutura do sistema percebido” (MARIOTTI, 2000, p.30). Quando nos colocamos em movimento em uma improvisação, estamos construindo, através da circularidade entre percepção e ação, um mundo de possibilidades de sentidos, entendimentos, variações cinestésicas, de forma dinâmica, nas quais nossa história de vida e experiências somáticas estão imbricadas no presente e no ato de mover-se. Nossa estrutura é atualizada, novas possibilidades são descobertas e, com isso, produz-se conhecimento.

A abordagem enativa, apresentada no livro *The Embodied Mind* (VARELA, THOMPSON e ROSCH, 1991), enfatiza o fato de que a atividade cognitiva não ocorre no vácuo, mas em um mundo onde um agente cognitivo está tentando fazer algo, seja ir trabalhar, fazer uma xícara de café, aprender a andar, dançar, improvisar ou ainda descobrir o que é essa tal de "abordagem enativa". Essa abordagem também torna central a relação essencial com as experiências do agente cognitivo e o significado dessa experiência para ele. Pensar não é abstrato para o pensador, realmente significa algo e se sente como algo. O conceito de autonomia biológica também é importante na abordagem enativa, bem como, o fato de que, devido a esta autonomia, não somos apenas pressionados pelo nosso ambiente, mas temos a possibilidade de escolha sobre nosso próprio comportamento como agentes vivos.

Thompson (2007) apresenta cinco ideias essenciais da abordagem enativa da cognição. A primeira ideia é que os seres vivos são agentes autônomos; eles ativamente geram e mantem a eles mesmos e, com isso, enagem (*enact*) ou produzem seus próprios domínios cognitivos. A segunda ideia é que o sistema nervoso é um sistema autônomo e dinâmico que ativamente gera e mantém sua própria coerência e padrões significativos de atividade; ele não é como um sistema computacional simbólico que recebe informações do mundo externo e processa essas informações de alguma forma. A terceira ideia delinea a cognição como o exercício de um saber-fazer (*know-how*) habilidoso em uma ação situada no mundo e corporificada, que o sistema nervoso pode ser perturbado por eventos externos, mas não determinado por eles. Este saber-fazer habilidoso é o que se desenvolve ao praticarmos a improvisação. A quarta ideia é a de que o mundo de seres cognitivos não é pré-especificado, que o ambiente externo não é representado internamente pelo cérebro, mas, sim, um domínio relacional enagido ou produzido pela maneira como ele se acopla com o meio ambiente. Esta "produção" também é referida como "fazer sentido"; a capacidade do agente de dar sentido ao seu ambiente e ao seu estar nele. Ao improvisar, o movente produz sentido. E a quinta ideia trazida por Thompson é que a experiência é central para qualquer possível entendimento da mente e precisa ser investigada de forma fenomenológica. O autor diz ainda que a cognição não acontece em abstração, mas sempre em um contexto que inclui não apenas o ambiente que o agente se encontra, mas também sua própria corporeidade. Ao dançarmos, ou nos movermos, estamos sempre inseridos em um contexto, em um ambiente,

corporificando essa relação de sentidos que travamos com o que estamos fazendo no mundo e com a percepção e vivência desta experiência.

### 2.3. A improvisação como prática enativa

Ter um mundo às mãos é comprometer-se ética e politicamente no ato do conhecimento. É intervir sobre a realidade. É transformá-la para conhecê-la. Há uma dimensão da realidade em que ela se apresenta como processo de criação, como *poiesis*, o que faz com que, em um mesmo movimento, conhecê-la seja participar de seu processo de construção.

Passos, Kastrup e Tedesco (2014, p. 16).

Em vista ao apresentado acima, vejo que temos pistas coerentes para articular a relação que o movimento, a percepção e a ação, como apresentadas pela abordagem enativa, apontam-nos para o ato de improvisar como um processo cognitivo, ou seja, uma via para a produção de conhecimento corporificado. Isso abre caminho para a questão: por que a improvisação pode ser considerada uma prática enativa e com o que esse entendimento contribui para suas práticas?

Partindo dos pressupostos apresentados anteriormente, em que o movente é um soma percebedor e um agente em seu mundo, e não, uma entidade universal e abstrata, e que esses entendimentos estão implicados no ato de mover, dançar, improvisar e criar, quero propor a potencialidade que esse perceber e esse agir apresentam ao campo da dança como compreensão de que no fruir da dança devemos levar em consideração não só o viés sensório-motor, mas também o da cognição corporificada. Uma cognição situada no mundo, não dualista, que nos possibilita descobrir o mundo no próprio ato de mover, no exato momento em que o vivenciamos.

De acordo com a abordagem enativa, a mente humana é corporificada em todo o nosso organismo e embebida no mundo e, portanto, não é redutível às estruturas dentro da cabeça. O cérebro humano é crucial para qualquer tipo de atividade, mas também é mutuamente formado e estruturado por elas, em vários níveis, ao longo da nossa vida. O problema corpo-corpo (*The body-body problem*) é uma maneira não-

cartesiana de reformular a lacuna explanatória (*explanatory gap*) entre a mente consciente e o corpo físico, ou seja, o problema corpo/mente (*body/mind*)<sup>29</sup> apontado pelas abordagens materialistas que consideram os pensamentos como representações mentais, e que isto equivaleria aos estados cerebrais. No problema corpo-corpo, a diferença não é mais entre duas ontologias radicalmente diferentes, a mental e a física, mas entre dois tipos dentro de uma mesma tipologia de corporificação, o corpo vivo e o corpo vivido subjetivamente, ou seja, o soma.

Na visão atuacionista, nossas vidas mentais e nosso desenvolvimento cognitivo envolvem três modos permanentes e interligados de atividade corporal: auto regulação, acoplamento sensório-motor e interação intersubjetiva. Auto regulação, aqui, como sendo uma das características universais da vida com duplo caráter, orgânico e cognitivo, na qual o organismo é um agente dotado de subjetividade, em sua inter-relação com o meio, sempre buscando se reequilibrar e conservar esta subjetividade (seu funcionamento e sua organização), numa contínua coespecificação com seu meio circundante. Shapiro (2011) introduz três conceitos que visam diferenciar as abordagens tradicionais da cognição das abordagens corporificadas, são eles: “conceptualização”, que significa que os conceitos que um organismo pode adquirir ou formular são determinados, limitados ou restritos pelas propriedades do corpo do organismo; “substituição”, que significa que a dinâmica de interação do corpo de um organismo com o meio ambiente substitui a necessidade de processamento representacional – assim, a cognição pode ser explicada sem o apelo a processos computacionais ou estados representativos; e “constituição”, que significa que os constituintes da cognição se estendem para além do cérebro, de modo que o corpo ou o mundo não desempenham um mero papel causal em processos cognitivos. No momento da improvisação, há uma constante autorregulação da cinestesia e dos processos sensório-motores do sujeito movente em busca da organização de seu mover no contexto em que está inserido e isto acontece tanto através de processos conscientes quanto inconscientes. O acoplamento sensório-motor com o mundo acontece através da sinergia entre percepção, emoção e ação durante o movimento e a interação intersubjetiva é a cognição e a experiência carregada afetivamente de si mesmo e do outro, que, no caso da improvisação, pode ser tanto outras pessoas com

---

<sup>29</sup> O Problema tradicional do corpo-mente é o de como explicar a existência e o caráter do mental – especificamente, a consciência, no sentido de experiência subjetiva, e tudo o que inclui ou implica consciência – em um mundo físico.

quem se improvisa quanto as pessoas que presenciam o ato criativo, ou mesmo ainda, objetos que sejam utilizados durante a improvisação.

Dito isso, quero apresentar alguns entendimentos sobre improvisação e apontar para a possibilidade da improvisação em dança ser considerada uma prática enativa. Iniciemos com a etimologia da palavra improviso apresentada por Santinho e Oliveira (2013):

Etimologicamente, a palavra “Improviso” deriva do latim IN PROMPTU, “em estado de atenção, pronto para agir”, que vem de IN, “em”, mais PROMPTUS, “prontidão” que, por sua vez, origina-se de PROMERE, “fazer surgir”. Esse estado de prontidão do artista, no momento de surgimento da sua obra, caracteriza a ação do improviso na criação artística. (SANTINHO e OLIVEIRA, 2013, p. 10).

Ao contrário do que se costuma afirmar coloquialmente sobre improvisação, ou seja, de que “improvisar” significa “realizar alguma coisa de qualquer jeito”, entendo o ato de improvisar, no contexto artístico e pedagógico, como abrir possibilidades de experimentação e investigação da própria corporeidade. Katz, citada por Martins (1999) em sua dissertação de mestrado sobre improvisação, nos traz que “[...] a improvisação em dança é, muitas vezes, considerada como uma ‘terra sem regras’, onde há o pressuposto de uma erupção permanente de novidade e onde a liberdade passa a ser a garantia de produção do novo.” (KATZ apud MARTINS, 1999, p. 10). Essa autora, em sua tese de doutorado, nos traz ainda que “[...] o novo não é algo que emerge ou irrompe do nada, subitamente. O novo é o surgimento de uma organização diferente. O novo é a reorganização do que já foi feito.” (MARTINS, 2002, p. 111).

Esse sentido de reorganização de uma história de acoplamentos entre corpo e mundo talvez possa nos libertar da ideia do novo ou novidade e abrir caminho para a ideia de reorganização daquilo que já conhecemos e a produção de outros arranjos e lógicas cinestésicas. Talvez esse entendimento, na minha opinião limitante, de que a improvisação tem como seu principal objetivo a criação de novos movimentos precise ser revisto a partir de outras perspectivas. Para além da simples criação de novos movimentos, a improvisação nos possibilita produzir conhecimento sobre nós mesmos pelo simples fato de ser um processo de ação/percepção situado no mundo. Em uma situação pedagógica, na qual a improvisação é utilizada como caminho para desenvolver as habilidades corporais do dançarino e ajudá-lo a aprofundar seu entendimento dos conteúdos e propriedades de seus movimentos, o acoplamento

soma/contexto é o que fornece as informações necessárias para esta construção. Aqui a improvisação não visa criação do novo, mas o entendimento do que acontece no soma ao mover-se.

Vale ressaltar que, neste processo, no qual nosso soma precisa corporificar a impermanência, ou seja, viver na carne o entendimento de que os padrões sensório-motores estão constantemente se diluindo para dar espaço a novas formas de organizar o movimento, e acolher o risco, o acoplamento com o mundo, a sua autonomia e sua intersubjetividade é o que possibilitará a produção de conhecimento pelo movente. Porém, é preciso lembrar que, para acessarmos todos esses aspectos da experiência, precisamos desenvolver uma forma especial de atenção, que possibilite transformarmos essa experiência em conhecimento.

A improvisação em dança neste trabalho, para além de um modo compositivo em dança, é abordada como uma forma de organização de si, sempre em um presente impregnado de passado e futuro, através da ação de um agente que se autorregula e que está em constante acoplamento sensório-motor com o ambiente, ou seja, como uma enação. Como prática enativa, na qual o conhecimento é produzido na ação, é preciso criar espaço e novos entendimentos de como investigar esta experiência em seus vários contextos, seja como recurso para se chegar a algum resultado ou como uma linguagem artística em si.

Desde o final dos anos oitenta, o campo das ciências cognitivas tem voltado sua atenção para o problema da consciência e da experiência como uma forma de construir novos entendimentos sobre do problema *body/mind*, apontando para o problema *body/body* como caminho possível. Esse novo enfoque tem apontado para a necessidade de uma reavaliação das teorias e métodos desse campo. Essa reavaliação vem indicando a necessidade de se incluir nos estudos da cognição o uso de metodologias de primeira pessoa para se investigar a experiência.

O campo das ciências cognitivas, desde o final dos anos oitenta, tem enfatizado o interesse pelo problema da consciência, e da experiência, o que tem levado a uma reavaliação das teorias e métodos desse campo. Essa reavaliação tem apontado para a necessidade de se incluir nos estudos da cognição o uso de metodologias de primeira pessoa. A metodologia experimental padrão utilizada pelas ciências cognitivas, baseada em dados comportamentais e neuronais, não dá conta do domínio da experiência, na medida em que esta é definida como manifestação

fenomenal, que é a noção de experiência em primeira pessoa (VARELA; THOMPSON; ROSCH, 1993, VARELA, 1996a, VARELA; SHEAR, 1999, LUTZ; THOMPSON, 2003, JACK; ROEPSTORFF, 2002, 2003, 2004, VERMERSCH, 1994, 1999, 2004, PETITMENGIN-PEUGEOT, 1999, 2006). (SADE, 2009, p. 45).

A percepção e a experiência são dois aspectos do soma em movimento que também fazem parte das pesquisas em educação somática e em improvisação em dança. Por isto, apresento aqui, a proposta de colocá-las em diálogo e apontar para necessidade de se formular e investigar metodologias que possibilitem pesquisar esses aspectos. A seguir, discuto como as práticas somáticas, aqui apresentadas como metodologias de primeira pessoa, podem ser abordadas como via possível para esse tipo de investigação.



### 3. INVESTIGANDO A EXPERIÊNCIA

Não existe conhecedor abstrato de uma experiência que seja separada da própria experiência.

Varela, Thompson e Rosch (1991, p.43).

Quero iniciar esta parte de nossa discussão relembrando alguns pontos importantes discutidos até agora. Vimos que, nas últimas décadas, as ciências cognitivas vêm se dedicando ao estudo da experiência como forma de superar o problema corpo/mente e se aproximando das metodologias de primeira pessoa como um caminho para acessar os dados subjetivos da experiência. Se, a partir do exposto acima, aceitarmos que todo conhecer se realiza pelo fazer de um ser vivo, ligado a sua experiência do mundo, então, podemos compreender o fenômeno da experiência analisando o modo como os organismos realizam suas ações. Vimos também que a nossa experiência está ancorada na nossa estrutura somática e que existe uma coimplicação entre cognição e experiência, entre ação e percepção, e entre um modo particular de ser e o modo como o mundo nos aparece. Se sem um corpo físico que conheça não há conhecimento, podemos inferir que não existe capacidade cognitiva separada e independente das capacidades corporais como percepção e movimento.

A partir do exposto acima, quero trazer para a discussão articulações entre alguns entendimentos presentes nas práticas somáticas (FORTIN, 1999; BOLSANELLO, 2005, 2011; HANNA, 1976, 1983, 1986, 1987, 1995; RESENDE, 2008; GINOT, 2010; SCHIPHORST, 2009), nas Metodologias de Primeira Pessoa (VARELA e SHEAR, 1999b; VASCONCELOS, 2009a, 2009b) e na improvisação em dança (GOUVÊA, 2012a, 2012b; GUERRERO, 2008; MARTINS, 1999, 2002; SANTOS, 2011), apontando para a perspectiva de que a investigação da experiência é a investigação do que acontece ao soma. A partir desse entendimento, aponto para a possibilidade de que investigações que tenham o corpo (soma) em movimento improvisado como o seu foco de pesquisa se beneficiariam de metodologias que valorizem a experiência subjetiva na produção de conhecimento. Apresento como um caminho possível para investigar a improvisação em dança a experimentação com procedimentos e práticas que facilitassem o acesso aos dados da subjetividade, do soma, de forma sistemática. Para este recorte quero propor um diálogo com

entendimentos metodológicos presentes nas práticas somáticas e nas metodologias de primeira pessoa.

Por prática sistemática entendo uma ação organizada no espaço-tempo que tenha como objetivo investigar um processo e seus desdobramentos. Como possibilidade para uma tal prática, proponho a investigação da experiência em improvisação em dança pelo viés de alguns entendimentos metodológicos presentes nas metodologias de primeira pessoa, aqui entendidas como procedimentos disciplinados<sup>30</sup> para que o sujeito possa acessar e descrever a sua própria experiência (VARELA e SHEAR, 1999a; LUTZ e THOMPSON, 2003) e as práticas somáticas. Parto aqui do entendimento de que tanto as práticas somáticas quanto metodologias de primeira pessoa visam a uma investigação sistemática da experiência através da articulação de dados subjetivos. Tendo isso em perspectiva, quero apontar as práticas somáticas como um caminho possível para disponibilizar o corpo à improvisação e para a investigação dos dados que surgem dessa experiência, nos seus vários contextos, seja ele quando a improvisação é um procedimento para o desenvolvimento técnico/poético do movente ou como procedimento pedagógico de ensino da dança, como procedimento para a composição coreográfica ou ainda como linguagem artística.

Nos contextos em que a improvisação em dança atua como mediador da experiência criativa e/ou pedagógica, o soma organiza os dados dessa experiência para construir seus saberes, e é preciso desenvolver a habilidade de escutá-los, de focar a atenção neles, de observá-los, de entendê-los e de vivenciá-los de forma mais consciente. Esses dados (informações) podem vir do próprio corpo, na forma de sensações táteis, hápticas, visuais, cinestésicas, entre outras, na percepção de como o corpo se relaciona com espaço/tempo e do contexto no qual está inserido, bem como informações vindas do próprio movimento, seu iniciar, seu sequenciar, sua trajetória, seus princípios organizativos e suas qualidades tônicas. As práticas somáticas, como metodologias de primeira pessoa, oferecem-nos exatamente os meios para disponibilizar o corpo a esta escuta atenta à experiência.

---

<sup>30</sup> Faz-se necessário aqui esclarecer que disciplinado neste contexto remete-se a uma ideia de organizado, regular, com determinação e não está vinculado à ideia de disciplinado apresentada por Michel Foucault (FOUCAULT, M. Os corpos dóceis. IN: \_\_\_\_\_. *Vigiar e punir: nascimento da prisão*. 29. ed. Tradução de Raquel Ramalheite. Petrópolis, RJ: Vozes, 2004, p. 125-52.).

### 3.1. Práticas somáticas: investigando o soma, o movimento e a experiência

[...] o problema não está em que não sabemos suficientemente sobre o cérebro ou sobre a biologia; o problema é que não sabemos suficientemente sobre a experiência.

Varela (2000).<sup>31</sup>

As práticas somáticas e a dança vêm dialogando e compartilhando saberes há algumas décadas. Este diálogo vem produzindo conhecimento para os dois campos e oferecendo pistas para formas mais complexas de investigar o corpo em movimento. Mais complexas no sentido de que o corpo é abordado não apenas pelas formas que ele produz enquanto se movimenta visando chegar a um resultado específico, mas também pelos sentidos que estas formas apresentam para o movente durante a investigação, bem como o conhecimento que estes movimentos acrescentam ao movente sobre ele mesmo e seus processos de criação e aprendizagem no campo da dança e das práticas somáticas.

Educação Somática ou *Somatics* é o nome dado ao campo das disciplinas ocidentais que abordam o corpo como uma unidade integral e que englobam formas de trabalhar com ele que podem ser ao mesmo tempo terapêuticas, educacionais e artísticas e que têm seu enfoque no corpo sensível. São práticas que focam na experiência corporal (somática) e que visam o refinamento perceptivo.

Aspectos fundamentais da somática [...] residem numa mudança radical de enfoque, que deixa de ser em estilos e gêneros específicos de expressão corporal e passa a ser na experiência como um todo integrado e dinâmico, na natureza do corpo como ser vivo em constante relação, adaptação e aprimoramento com o/no meio. Ao invés de um aprendizado quantitativo, competitivo e árduo em busca de um modelo, a somática se baseia em um contexto de aprendizado receptivo e perceptivo, facilitando a conexão sensorial através da pausa dinâmica e do refinamento do esforço muscular integrados no todo da pessoa e do ambiente. (FERNANDES, 2015, p. 13).

---

<sup>31</sup> “[...] the problem is not that we don’t know enough about the brain or about biology, the problem is that we don’t know enough about experience.” (SCHARMER, O. 2000). “Conversation with Francisco Varela”. Entrevista publicada em 20 de junho de 2000. Disponível em: <<https://www.presencing.com/dol/varela>>. Acesso em: 9 jul. 2017.

Na mesma linha, Varela, Thompson e Rosch (2003), referindo-se à necessidade de se dar mais importância à experiência humana no âmbito das ciências cognitivas, trazem-nos que:

É somente tendo uma visão do fundamento comum entre as ciências cognitivas e a experiência humana que nossa compreensão da cognição pode ser mais completa e atingir um nível satisfatório. Propomos então uma tarefa construtiva: alargar o horizonte das ciências cognitivas de forma a incluir, em uma análise disciplinada e transformadora, o panorama mais amplo da experiência humana vivida. (VARELA, THOMPSON e ROSCH, 2003, p. 31).

Entre os fundadores e pioneiros das práticas somáticas estão incluídos físicos, médicos, filósofos, psicólogos, atletas e artistas. Pessoas de diferentes *backgrounds* que contribuíram para o desenvolvimento desse campo através da investigação da experiência vivida no corpo. As diferentes abordagens em Educação Somática também são chamadas práticas, técnicas ou métodos, e todos esses nomes tentam definir a aplicação específica e singular de exercícios e procedimentos derivados de um determinado entendimento educacional. A maioria das práticas somáticas que envolvem o movimento como base para o processo de aprendizagem vem recentemente sendo identificada como parte do campo da Educação e Terapia do Movimento Somático (ISMETA – *International Somatic Movement Education and Therapy Association*, 2002). Entre elas, algumas das mais conhecidas são a Técnica

de Alexander<sup>32</sup>, a Eutonia<sup>33</sup>, o Movimento Autêntico<sup>34</sup>, o *Bartenieff Fundamentals*<sup>35</sup>, o *Body-Mind Centering*<sup>36</sup>, o Método Feldenkrais<sup>37</sup>, entre outras.

Aqui no Brasil, podemos citar o Método Angel Vianna de Conscientização do Movimento<sup>38</sup> e Método de Reorganização Postural Dinâmica de José Antônio de Oliveira Lima<sup>39</sup>. O diálogo entre a dança e a somática vem crescendo cada vez mais

---

<sup>32</sup> A Técnica de Alexander, criada pelo ator australiano Frederick Matthias Alexander (1869-1955), é uma técnica de reeducação corporal e coordenação realizada a partir de princípios físicos e psicológicos. A técnica se baseia na autopercepção do movimento e é aplicável a diversos casos como alívio de dores na coluna, reabilitação após acidentes, melhora na respiração, posicionamento correto ao tocar instrumentos musicais ou cantar, além de outros hábitos relacionados. A técnica é ensinada em aulas, através de uma combinação de instruções verbais e de demonstrações práticas, nas quais o professor toca o aluno e posiciona seu corpo adequadamente.

<sup>33</sup> A Eutonia, criada pela alemã Gerda Alexander (1908-1994), é uma prática terapêutica e pedagógica, cuja busca é a regulação tônica. A Eutonia integra educação, terapia e arte; e o soma não fragmentado, como unidade corpo-mente, é o foco do trabalho. Essa prática tem como princípios básicos: conscientização superficial e profunda da pele; conscientização do volume do espaço interno; conscientização dos ossos; e o contato consciente.

<sup>34</sup> Movimento Autêntico (do inglês *Authentic Movement*) é um trabalho corporal iniciado na década de 1950 por Mary Starks Whitehouse, bailarina e terapeuta junguiana. Baseia-se na técnica da imaginação ativa. A técnica se utiliza do movimento improvisado por um ou mais movedores que é testemunhada por uma ou mais testemunhas. Ele visa a expressão no presente, sem julgamentos, permitindo o afloramento de conteúdos do inconsciente, que são, então, integrados ao ego através da escrita, do desenho, ou outra forma.

<sup>35</sup> Os Fundamentos Corporais Bartenieff (*Bartenieff Fundamentals*) foram criados por Irmgard Bartenieff (1900-1982), dançarina, coreógrafa e fisioterapeuta alemã, discípula de Rudolf Laban. Bartenieff desenvolveu seu trabalho como parte integral do Sistema Laban e desenhou exercícios flexíveis, baseados em princípios de movimento ao invés da imitação de um modelo ideal, focando no direcionamento criativo e conectando os impulsos pessoais às demandas do ambiente.

<sup>36</sup> *Body-Mind Centering*® (BMCSM) é uma abordagem integrada e corporificada do movimento, do corpo e da consciência. Desenvolvido pela americana Bonnie Bainbridge Cohen (1943-), é um estudo experiencial baseado na corporificação e aplicação de princípios anatômicos, fisiológicos, psicofísicos e de desenvolvimento sensorio motor, utilizando o movimento, o toque, a voz e a mente. A sua singularidade reside na especificidade com que cada um dos sistemas do corpo (ósseo, celular, fluido, muscular, nervoso, embrionário, entre outros) pode ser pessoalmente incorporado e integrado.

<sup>37</sup> O Método Feldenkrais foi criado pelo engenheiro israelita Dr. Moshé Feldenkrais (1904-1984). É um processo de aprendizagem somática que se transmite em sessões de grupo chamadas ATM (Consciência pelo Movimento, pela sua sigla em inglês – *Awareness Through Movement*), ou em sessões individuais chamadas IF (Integração Funcional). O Método Feldenkrais é uma prática somática que tem como objetivo alcançar um corpo equilibrado e saudável. Em seu estudo, Feldenkrais se baseou no desenvolvimento infantil do sistema neuromuscular e sensorio-motor e, assim como as outras técnicas somáticas, colocou o movimento como forma de investigação e autoconhecimento. O método é baseado em princípios da física, neurologia e psicologia, e explora aspectos biológicos e culturais do movimento, postura e aprendizado.

<sup>38</sup> O método de Angel Vianna de conscientização do movimento, criado pela bailarina, coreógrafa e pesquisadora do movimento Angel Vianna (1928-), contribui para a formação de um ser humano sensível e consciente. Essa pesquisa sobre o movimento do corpo cria um espaço inaugural de reflexão e análise sobre si que possibilita nos constituir em um novo território existencial, outro modo de se relacionar consigo e com o mundo.

<sup>39</sup> “A técnica chamada de Reorganização Postural Dinâmica (LIMA, 2010a), criada pelo médico, filósofo, pesquisador e doutor em educação José Antônio de Oliveira Lima (1949 -), baseia-se em exercícios de força e alongamento, de auto-observação e de reorganização do alinhamento corporal e, principalmente, na utilização da tensão lenta. A tensão lenta é um modo de trabalho muscular lento e contínuo contra uma resistência oferecida pelo próprio corpo; consiste em “uma velocidade lenta e uma tensão alta o suficiente para permitir o movimento” - “A tensão lenta é uma forma de se fazer

e, com isso, expandindo os horizontes de ambos os campos, principalmente, no âmbito acadêmico.

No Brasil, a somática vem ganhando um reconhecimento crescente nas universidades, chegando a ser especialidade de concursos em departamentos de artes cênicas e dança. Na última década, mais e mais instituições vêm criando e oferecendo disciplinas de técnicas somáticas como parte tanto de cursos de graduação como de pós-graduação em artes cênicas e dança. Além disso, algumas instituições são fundadas nessas técnicas, como é o caso da Faculdade Angel Vianna (Rio de Janeiro) e da Anhembi-Morumbi (São Paulo). (FERNANDES, 2015, p. 24).

Foge ao escopo deste texto discuti-las em suas especificidades. Aqui, interessa-me os fundamentos que se encontram contidos nessas práticas e as possíveis articulações com a improvisação em dança. Ao longo do texto, farei referência à diversas abordagens somáticas utilizando o termo *práticas somáticas*. A razão para isso é que não há, de minha parte, a habilitação em nenhum método específico; minha experiência nasce da pesquisa autodidata, de mais de vinte anos, através de leituras, workshops, sessões com profissionais da área, seminários e dos conteúdos dos componentes curriculares da pós-graduação em *Movimento como prática Terapêutica* da faculdade Angel Vianna, na qual tive a oportunidade de entrar em contato e vivenciar várias dessas práticas. Como o foco aqui são os conceitos e princípios presentes nessas práticas, que as unificam sob uma mesma visão, escolhi utilizar o termo práticas somáticas como forma de referenciar esses princípios e conceitos sem, contudo, me fixar em uma prática específica. Segundo Fortin (1999), em seu primeiro texto traduzido para o português, esse novo campo de estudo, a Educação Somática, “[...] engloba uma diversidade de conhecimentos onde os domínios sensorial, cognitivo, motor, afetivo e espiritual se misturam com ênfases diferentes” (FORTIN, 1999, p. 40) – um entendimento que facilmente poderia estar imbricado com a improvisação em dança, que, por sua vez, também engloba esses domínios no seu fazer. Nesse mesmo artigo, ela cita uma breve introdução histórica de Mangione (1993), que nos oferece uma pista de que, desde seu início, essas práticas foram criadas e desenvolvidas, a partir de uma investigação profunda da experiência corporal.

---

movimentos. Um estado corporal que facilita o percurso para a consciência destes.” (DOMENICI, 2010, p.2).

Recentemente, Michèle Mangione (1993) distinguiu três períodos no desenvolvimento da educação somática: da virada do século aos anos 30, quando os pioneiros desenvolviam seus métodos, geralmente, a partir de uma questão de auto cura [sic]; 1930-1970, período que conheceu uma disseminação dos métodos graças aos estudantes formados por estes pioneiros; e dos anos 70 até hoje, onde [sic] vemos diferentes aplicações se integrarem às práticas e estudos terapêuticos, psicológicos, educativos e artísticos. (FORTIN, 1999, p. 41).

Não é à toa que todas essas práticas, coadunando com uma mudança de paradigma que acontecia na passagem do século XIX para o XX, começam a ser desenvolvidas ao mesmo tempo em que surgem a física quântica e a fenomenologia, ambas com enfoque na dissolução do binômio sujeito/objeto e a psicologia experimental que utilizou um método de primeira pessoa para estudar a consciência: a introspecção. Bolsanello (2005) nos traz que “[...] a partir da mudança de paradigma estabelecida pelo pós-Positivismo e do questionamento epistemológico inaugurado pela Fenomenologia, a experiência humana e a subjetividade passam a ser validadas como fonte de conhecimento” (BOLSANELLO, 2015, p. 99). Thomas Hanna (1987-88), na quarta parte de seu artigo *What is Somatics?*, faz um paralelo entre a teoria quântica e a teoria somática. Ele traça algumas considerações muito interessantes para o contexto que estou articulando aqui. O autor nos propõe que a distinção entre soma e corpo nas ciências da vida é exatamente paralela à distinção entre ondas quânticas e partículas na teoria quântica. Hanna nos traz que a concepção da matéria física como, em última instância, "partículas" e da matéria viva como, em última análise, "corpos" (observáveis e mesuráveis) é o centro do ponto de vista newtoniano. Nessa visão, o mundo é constituído de partes separadas cujas relações são governadas por leis de massa, gravidade e impulso, essas leis representam a interação contínua e unificada das partículas “separadas” e defende que existe uma divisão entre corpo e mente. Por outro lado, a concepção da matéria física como ondas dentro de um substrato energético e de matéria viva com centros de experiência que se estendem pelas vias do sensorial e da motricidade em direção ao universo total é o ponto de vista quântico/somático. Hanna nos direciona para o entendimento de que a teoria quântica, partindo do pressuposto de que o universo é integralmente uno, está completamente imbricada com teoria somática, e que uma implicaria a outra. Essas duas visões, apontadas por Thomas Hanna como metáfora, têm cada uma suas próprias perspectivas e coerência, porém, a própria física quântica nos diz que estes

dois estados (partícula ou onda) se apresentam sempre em relação ao dispositivo utilizado para observar o mundo subatômico. Faço aqui este paralelo pois acredito que as práticas somáticas nos apontam para a potência do entendimento de que o soma, como um substrato energético de matéria viva, enriquece as possibilidades de investigação da experiência subjetiva, abrindo para o campo da dança um vasto leque de possibilidades de pesquisa.

Creio que seja importante criarmos aqui uma base comum para o diálogo oferecendo pistas para abordar essas questões. Lima (2010a) nos indica o entendimento no qual as práticas somáticas estão fundamentadas em um “[...] conceito relacionado ao modo de fazer, e não, a uma técnica específica” (LIMA, 2010a, p. 65). Essas práticas apresentam uma proposta de um modo particular de como aprender, uma proposta pedagógica. Bolsanello (2005) nos aponta para outra pista sobre características destas práticas e propõe três aspectos fundantes para a pedagogia somática: o aprendizado pela vivência; a sensibilização da pele; e a flexibilidade da percepção. Esses três aspectos nos conduzem para outro fundamento das práticas somáticas que é a investigação da experiência subjetiva.

Segundo minha experiência como professora de educação somática, nosso objetivo através dos exercícios é o de cultivar a habilidade que o homem tem de se tornar consciente. Para tanto, o professor constrói suas aulas articulando continuamente três eixos: a sensibilização da pele, o aprendizado pela vivência e a flexibilidade da percepção. O primeiro eixo consiste a levar o aluno a estar presente e a fazer-se disponível ao aprendizado; o segundo eixo é de direcionar a atenção do aluno a tomar consciência de suas reações motoras, hábitos posturais, compensações musculares, limites e potencial. O terceiro eixo é um convite ao aluno para entrar em um estado de exploração, tornando-se ele próprio a referência de seu aprendizado. (BOLSANELLO, 2005, p. 104).

Dentro da minha prática com improvisação, no âmbito artístico e pedagógico, venho explorando esses três eixos como uma forma de disponibilizar o soma para a investigação do movimento; alguns exemplos serão apresentados mais adiante no texto. Entre os objetivos dessa prática estão: desenvolver no improvisador uma percepção mais refinada das sensações corporais e facilitar o processo de atenção e escuta do soma; possibilitar ao movente o entendimento de que sua experiência somática é fonte de conhecimento de si e de suas potencialidades sensório-motoras; bem como a investigação atenta de sua experiência no intuito de expandir suas



possibilidades de reconhecer e reorganizar seus padrões de movimento, ou seja, sua história de acoplamentos, para, com isso, ampliar seu potencial para o movimento e o desenvolvimento de suas habilidades corporais.

Outra pista para o entendimento apresentado acima é que a Educação Somática, em oposição ao pensamento mecanicista (newtoniano), nos propõe uma aproximação holística dos processos de aprendizagem, oportunizando que cada pessoa se conecte consigo mesma, com sua forma única de mover e de ser, utilizando uma organização corporal regida por princípios abertos, ao invés de formas estereotipadas de movimento. Um ponto importante no ensino através das práticas somáticas diz respeito ao aluno/artista como responsável por sua própria aprendizagem, a partir de sua investigação, uma vez que, na perspectiva somática, o saber se constrói na experiência prática de cada indivíduo. O principal aspecto das práticas somáticas que me interessa para esta pesquisa é o foco na investigação da experiência corporal (subjetiva) de forma sistemática e atenciosa, objetivando a produção de conhecimento. Isso porque “[...] dentro dessa ótica, o campo da educação somática fundamenta-se numa contínua sistematização e estruturação do conhecimento empírico: a prática é a base da teoria” (BOLSANELLO, 2005, p. 102).

Em acompanhamento às considerações feitas por Resende (2008), parto do princípio de que o enfoque desse tipo de trabalho não é o resultado que ele possa atingir, mas o processo, as experiências vivenciadas e o potencial que ele tem de aguçar a percepção de si mesmo e da relação com o todo. A ênfase não é o corpo da pessoa, mas a sua experiência vivenciada no corpo, o enfoque não é o corpo-objeto, mas o corpo-experiência. Quanto a isto a autora nos relata:

Esse foco no processo é o ponto de partida para qualquer trabalho que será desenvolvido em educação somática, e coloca o indivíduo como principal instrumento na realização de seus propósitos. Ao aguçar a sua percepção sobre os meios pelos quais ele se move, torna-se mais apto a fazer outras escolhas sobre aqueles movimentos que lhe trazem algum modo de prejuízo. Em última instância, cria-se uma sensação de prolongamento do momento presente que já não se distingue claramente os fins e os meios desse percurso. (RESENDE, 2008, p. 66).

São muitos os pesquisadores, com diferentes abordagens, que, nos últimos anos, vêm se dedicando ao estudo da relação entre dança e educação somática (BIANCHI e NUNES, 2015;; EDDY, 2009; BIANCHI, 2014; BOLSANELLO, 2005,

2011; DOMENICI, 2010; LIMA, 2010a; VELLOSO, 2006; FORTIN, 1995, 1999, 2002; GINOT, 2010; ENGHAUSER, 2007; STRAZZACAPPA, 2009; SOUZA, 2012; SILVA, 2008; QUEIROZ, 2009, 2010, 2012; ROCHE e HUDDY, 2015; SCHIPHORST, 2009; VIEIRA, 2015) e dos benefícios mútuos que esses dois campos podem oferecer um ao outro. A relação movimento/atenção/ação/percepção é um dos aspectos dessa relação que me interessa em particular para esta discussão, principalmente, por serem aspectos que podem sedimentar o diálogo entre as práticas somáticas, a improvisação em dança e as ciências cognitivas. Segundo a abordagem enativa da cognição corporificada, ação e percepção não estão dissociadas, esses dois aspectos do movimento são o que, em tempo real, organizam nosso estar no mundo.

Pelo exposto acima, já é possível traçar um esboço sobre o que fundamentaria uma prática somática e propor algumas aproximações com a improvisação em dança. Ambas as práticas abordam o movimento como base para suas investigações e demandam um estado de atenção diferenciado do cotidiano para realizá-las; são também práticas auto-reflexivas que utilizam dados subjetivos da experiência de mover para construção de seus saberes. A seguir, realizo aprofundamento na atenção diferenciada necessária para investigar a experiência.

### **3.2. Práticas somáticas como metodologias de primeira pessoa**

É fundamental reconhecer que o mesmo indivíduo é categoricamente diferente quando visto a partir de uma percepção em primeira pessoa do que é o caso quando ele é visto a partir de uma percepção de terceira pessoa. O acesso sensorial é categoricamente diferente, assim como as observações resultantes.

Hanna (1995, p. 341).

Primeiro, eu gostaria de apresentar o lugar de onde falo e introduzir dois entendimentos importantes para o que quero articular. O conceito de experiência e o de metodologias de primeira pessoa. Falar sobre experiência não é uma tarefa fácil, uma vez que os campos do conhecimento que se debruçam sobre esse conceito (filosofia, epistemologia, etc.) partem e chegam a lugares bem distintos a seu respeito. Para esta pesquisa, vou tentar me ater à experiência perceptiva por estar mais próxima do meu objeto de estudo. De acordo com a *Stanford Encyclopedia of Philosophy* (2016), a definição da experiência, como o termo é usado aqui, tem algum

caráter fenomenal ou, resumidamente, alguma fenomenologia em si. Para Depraz, Varela e Vermesch (2006), a experiência de um dado sujeito é ao mesmo tempo precisa, concreta e individuada. Ela é centrada em parâmetros espaço-temporais particulares e, por isso, diferente a cada vez; mas, ao mesmo tempo, engloba o conjunto do vivido e já sedimentado nas experiências desse sujeito.

O que nós queremos dizer com experiência? Queremos dizer o vivido, entendimento em primeira-mão, uma narrativa, de todo o alcance de nossas mentes e ação, com a ênfase não no contexto da ação, mas na natureza imediata e corporificada, portanto, inextricavelmente pessoal do conteúdo da ação. A experiência é sempre aquela a que um sujeito singular é submetido em qualquer momento e lugar dado, ao qual ela/e tem acesso "na primeira pessoa". (DEPRAZ, VARELA e VERMESCH, 2003, p. 3, tradução minha<sup>40</sup>).

A fenomenologia de uma experiência (na primeira pessoa) é o que é para o indivíduo perceptor tê-la, ou seja, o que a experiência significa para ele. Em qualquer momento de vigília, normalmente, há experiências em algumas (talvez todas) das cinco modalidades de sentido, juntamente com alguma forma de experiência proprioceptiva e cinestésica. As emoções e os estados de fundo, que segundo Damásio (2004) são certas condições de estado interno engendradas por processos físicos contínuos ou por interações do organismo com o meio, ou ainda por ambas as coisas, contribuem para a experiência geral. Cada uma das cinco modalidades de sentido parece ser acompanhada por um fenômeno distintivo. Às vezes, os limites entre elas podem ser difíceis de desenhar, por exemplo, entre a fenomenologia olfativa e gustativa, a experiência cinestésica e a experiência háptica-tátil (ou seja, experiências tácticas envolvendo movimento em vez de apenas sensação de pressão) e, talvez, em alguns casos, entre os dois últimos e experiência visual. Aqui, utilizo a visão de que as experiências são sentidas, ou seja, são afecções sensoriais e perceptivas do sujeito, e que não pretendem representar o mundo.

Um dos pontos de debate sobre a experiência, nas diferentes teorias que a discutem, é com relação a sua precisão (geralmente, levantando questionamentos sobre experiências reais e alucinações). Porém, esses debates, em sua grande

---

<sup>40</sup> "What do we mean by experience? We mean the lived, first-hand acquaintance with, and account of, the entire span of our minds and action, with the emphasis not on the context of the action but on the immediate and embodied, and thus inextricably personal nature of the content of the action. Experience is always that which a singular subject is subjected to at any given time and place, that to which s/he has access 'in the first person'." (DEPRAZ, VARELA e VERMESCH, 2003, p. 3).

maioria, se baseiam na experiência visual relacionada a objetos (uma mesa, uma cor, etc.) e seus conteúdos. Não cabe aqui um aprofundamento nessa discussão sobre a precisão (veracidade) da experiência, entretanto, algo pode ser dito sobre os conteúdos e propriedades da experiência.

Se as experiências tiverem condições de precisão, é natural pensar nessas condições como condições sob as quais certos objetos possuem certas propriedades. Por exemplo, as experiências parecem atribuir propriedades a objetos comuns, como pessoas, peixes, garrafas, sapatos e similares: a garrafa se sente ao toque háptico; os sapatos fazem sons de clique enquanto atingem o chão; o rosto de uma pessoa parece estar a apenas três metros de distância e com raiva; o peixe cheira e tem gosto de peixe. Tomando “objeto” em um sentido mais amplo, a atribuição de propriedades aos objetos parece ainda mais difundida: a experiência auditiva pode apresentar sons tão altos; a propriocepção pode apresentar dores como palpitação; a experiência cinestésica pode apresentar os dedos dos pés como frio e tremendo; a experiência visual pode apresentar uma superfície inteira como rosa brilhante; a experiência háptica-tátil pode apresentar uma superfície como suave. Os conteúdos da experiência, então, muitas vezes parecem ter uma estrutura predicativa, envolvendo objetos (em sentidos estreitos ou amplos) e propriedades. Parece então possível teorizar separadamente sobre as condições de precisão que dizem respeito às propriedades que as coisas parecem ter, por um lado; e as condições de precisão que dizem respeito aos objetos ou coisas que parecem ter as propriedades.<sup>41</sup> (SIEGEL, 2016, documento não paginado, tradução minha).

Durante a experiência de improvisar em dança, temos que lidar com muitos aspectos e conteúdos da experiência, ao mesmo tempo em que tomamos decisões em tempo real sobre o que fazer a partir destas informações que chegam à consciência. Aqui, parto do pressuposto de que os conteúdos da experiência devem ser adequados a sua fenomenologia, ou seja, qualquer proposta sobre o conteúdo de

---

<sup>41</sup> “If experiences have accuracy conditions, then it is natural to think of those conditions as conditions under which certain objects have certain properties. For instance, experiences seem to attribute properties to ordinary objects such as people, fish, bottles, shoes and the like: the bottle feels round to haptic touch; the shoes make clicking sounds as they hit the floor; a person’s face looks to be only 3 feet away and angry; the fish smells and tastes fishy. Taking ‘object’ in a broader sense, the attribution of properties to objects seems even more widespread: auditory experience can present sounds as loud; proprioception can present pains as throbbing; kinesthetic experience can present one’s toes as cold and wiggling; visual experience can present an entire expanse as bright pink; haptic-tactile experience can present a surface as smooth. Contents of experience, then, often seem to have a predicative structure, involving objects (in either narrow or broad senses) and properties. It then seems possible to theorize separately about the accuracy conditions that concern the properties things appear to have, on the one hand; and the accuracy conditions that concern the objects or things that appear to have the properties.” SIEGEL, Susanna, “The Contents of Perception”, *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Winter 2016 Edition), Edward N. Zalta (ed.), Disponível em: <<https://plato.stanford.edu/archives/win2016/entries/perception-contents/>>. Acesso em: 02/04/2017.

uma determinada experiência deve, de alguma forma, refletir a fenomenologia da experiência. A noção de adequação fenomenal tem uma força intuitiva considerável, porém, aqui quero abordá-la pelo viés da enação apresentado por Varela, Thompson e Rosch (1991). De acordo com a abordagem enativa, as experiências perceptivas de conteúdo espacial e de apreensão do mundo dependem do conhecimento implícito na forma como estímulos sensoriais variam em função dos movimentos do corpo, variando, com isso, seus conteúdos e suas propriedades.

Jorge Larrosa Bondía (2002), em um artigo sobre a experiência e o saber da experiência, no âmbito da educação, nos traz, baseado na tradução dessa palavra em várias línguas e defendendo que as palavras têm o poder de produzirem sentido e de criarem realidades, que “[...] a experiência é o que nos passa, o que nos acontece, o que nos toca. Não o que se passa, não o que acontece, ou o que toca.” (BONDÍA, 2002, p. 20). Essa experiência entendida como acontecimento subjetivo ou evento de primeira pessoa, disponível à consciência, ou seja, à investigação, coaduna com o entendimento compartilhado por Varela, Thompson e Rosch (1991) sobre a experiência corporal no contexto da cognição corporificada, que, para eles, tem duplo sentido e abrange o corpo como estrutura experiencial vivida e o corpo como contexto ou meio para mecanismos cognitivos.

Por eventos de primeira pessoa nos referimos à experiência vivida associada a eventos cognitivos e mentais. Às vezes, termos como "consciência fenomenal" e até "qualia" também são usados, mas é natural falar de "experiência consciente" ou simplesmente de "experiência". Esses termos implicam aqui que o processo em estudo (visão, dor, memória, imaginação, etc.) aparece como relevante e manifesto para um "eu" ou "sujeito" que pode fornecer uma narrativa; eles têm um lado "subjetivo". (VARELA e SHEAR, 1999b, p. 1, tradução minha).<sup>42</sup>

Varela (1996) diz que é preciso explorar sistematicamente a estrutura da experiência humana, o que, para ele, é o único *link* entre a mente e a consciência. Aqui, vejo uma pista para o que quero apresentar como investigação sistemática da experiência de improvisar em seus diversos contextos estruturais e da possibilidade

---

<sup>42</sup> “By first-person events we mean the lived experience associated with cognitive and mental events. Sometimes terms such as ‘phenomenal consciousness’ and even ‘qualia’ are also used, but it is natural to speak of ‘conscious experience’ or simply ‘experience’. These terms imply here that the process being studied (vision, pain, memory, imagination, etc.) appears as relevant and manifest for a ‘self’ or ‘subject’ that can provide an account; they have a ‘subjective’ side.” (VARELA e SHEAR, 1999b, p. 1).

dessa investigação conseguir atualizar no soma diversos conteúdos e propriedades da experiência, expandindo, assim, a consciência corporal do movente. Alguns exemplos desses conteúdos e propriedades são: a relação com o peso do corpo, utilização das bases de apoio durante o mover-se, uso de alavancas, informações proprioceptivas, sensações cinestésicas, dramaturgia<sup>43</sup> dos movimentos, conexões ósseas, relação espacial, relação com o outro, entre tantos outros.

No mesmo artigo, Varela delinea a relação entre experiência e reflexão, indicando que a experiência é uma forma de consciência que deve ser adicionada à reflexão, à capacidade reflexiva. A reflexão que se segue a experiência abre-nos a possibilidade de trabalhá-la e ampliá-la. Pode-se inferir que ela é um meio de ajudar a perceber o mundo, compreender como ele se desvela em suas interações conosco, como é construído por nossa experiência e, por sua vez, a organiza. Deveríamos, pois, na opinião desse autor, explorar a experiência humana com grande rigor de coleta de dados fenomenais. Inspirado na fenomenologia, Varela defende ainda que nós precisamos examinar a experiência de forma disciplinada para assim libertá-la de seu *status* de crença habitual. Esse entendimento de experiência como evento subjetivo é o conteúdo de articulação das práticas somáticas, das metodologias de primeira pessoa e da improvisação em dança. Também em uma referência à fenomenologia, Sade (2009), em um artigo no qual articula a enação com as metodologias de primeira pessoa como um caminho possível para um reencantamento pelas investigações da experiência, nos traz que:

A metodologia de primeira pessoa é aquela na qual o dado é fenomenológico, no sentido daquilo que aparece para o sujeito, como experiência, a partir da atenção que o sujeito porta sobre si próprio, sobre isso que ele pode acessar de sua experiência no momento presente em que ele experimenta ou a posteriori (retrospectivamente). Ela pressupõe a relação do sujeito consigo mesmo em função de uma atenção a si. (SADE, 2009, p. 46).

A experiência perceptiva é o meio elementar através do qual este corpo-subjetivado não apenas condiciona as suas crenças, conceitos, pensamentos e ações, como vai sendo modificado ao longo de interações cognitivas em um mundo natural e social. O que caracteriza as metodologias de primeira pessoa, bem como as práticas somáticas, é o tipo de dados que elas coletam da experiência para responder

---

<sup>43</sup> Dramaturgia aqui é entendida como criação de nexos de sentidos.

suas questões. Em ambos os casos, há uma investigação da experiência a partir de dados subjetivos. Tais metodologias preconizam o cultivo sistemático de um tipo especial de atenção para lidar com a experiência. Tratam-se de práticas autorreflexivas estruturadas para transformar a experiência do *self* (*soma*) no mundo através da reflexão-em-ação. Muitas destas práticas visam ser usadas "pelo *self* (*soma*) sobre o *self* (*soma*)" em ordem a refinar o conhecimento de si; no caso das práticas somáticas e da improvisação, isso é feito através do corpo humano em ação, em movimento. Hanna (1986-87) nos apresenta outra referência para este entendimento de que as práticas somáticas são uma escolha possível para investigar a experiência de improvisar em dança, em seu artigo *What is Somatics?*. Para ele,

A experiência existe apenas como experiência somática; os dois são sinônimos. A experiência é autogerada e de propriedade própria; isto é, é individualizada. Assim, o modo de experiência primordial é de primeira pessoa: se refere a si mesmo. Existem outros modos de experiência somática, mas todos ocorrem dentro e através do meio de autorreferência da experiência de primeira pessoa, que colore, molda e dá realidade específica a outros modos de experiência. (HANNA, 1986-87, documento não paginado).<sup>44</sup>

A descrição dos processos que acontecem em pesquisas no campo da dança, não só as sobre improvisação, muitas vezes tentam dar conta de experiências sem levar em consideração os dados de primeira pessoa. A subjetividade, na grande maioria das vezes, é negligenciada ou relegada a um segundo plano, como se a experiência subjetiva não fosse capaz de oferecer dados importantes sobre a experiência ou fosse uma via viável para enriquecer o processo de investigação. Parto aqui do entendimento de que tanto a própria experiência pode ser examinada de forma disciplinada quanto de que a habilidade de realizar esse exame pode ser aperfeiçoada com o tempo. Talvez, o reencantamento recente por metodologias qualitativas de pesquisa, que abordem os dados subjetivos da experiência, como a cartografia<sup>45</sup>,

---

<sup>44</sup> "Experience exists only as somatic experience; the two are synonymous. Experience is self-generated and self-owned; namely, it is individuated. Thus, the primordial mode of experience is first-person: It refers to itself. There are other modes of somatic experience, but they all occur in and through the self-referring medium of first-person experience, which colors, shapes, and gives specific reality to other modes of experience. (HANNA, 1986-7, s/n)

<sup>45</sup> Segundo Passos e Barros (2012), a cartografia como método de pesquisa-intervenção pressupõe uma orientação do trabalho do pesquisador que não se faz de modo prescritivo, por regras já prontas, nem com objetivos previamente estabelecidos. Nessa metodologia, a intervenção sempre se realiza por um mergulho na experiência que agencia sujeito e objeto, teoria e prática, num mesmo plano de produção ou de coemergência. O observador está sempre implicado no campo de observação e a intervenção modifica o objeto.

pesquisa baseada na prática<sup>46</sup>, prática como pesquisa (*Practice as Research – PaR*)<sup>47</sup>, Abordagem Somático-Performativa<sup>48</sup>, etnografia<sup>49</sup>, entre outras, nos aponte para uma mudança de paradigma no que concerne às metodologias de pesquisa no campo da Dança. Dito isso, creio que temos pistas suficientes para reforçar as práticas somáticas como metodologias de primeira pessoa e como um caminho possível para investigar a improvisação em dança. Assim como destacar que a reciprocidade entre sentir, perceber e mover deveria ser melhor investigada, tanto nas práticas somáticas quanto na improvisação em dança. As metodologias de primeira pessoa nos oferecem os meios necessários para esse tipo de investigação.

### 3.3. A atenção como pré-requisito para investigar a experiência

A experiência pode ser examinada de uma forma disciplinada e esta habilidade de examiná-la pode ser refinada consideravelmente com o tempo.

Varela, Thompson e Rosch (1991, p. xviii).<sup>50</sup>

---

<sup>46</sup> A pesquisa baseada na prática (*Practice-based Research*) é uma forma de pesquisa que visa avançar o conhecimento, em parte, por meio da prática. Esse tipo de pesquisa é uma investigação original realizada para obter conhecimento e compreensão e inclui a invenção de ideias, imagens, performances e artefatos, incluindo design, onde esses levam a novos ou substancialmente aprimorados *insights*. A pesquisa baseada na prática (em especial para um doutorado) é a pesquisa onde alguns dos conhecimentos resultantes são incorporados em um artefato. Embora o significado e o contexto desse conhecimento sejam descritos em palavras, uma compreensão completa disso só pode ser obtida com referência ao próprio artefato. Os artefatos na pesquisa baseada na prática podem variar desde pinturas e edifícios até softwares e poemas.

<sup>47</sup> Prática como Pesquisa implica em uma associação estreita e inerente entre pesquisa, criação e realização, como processos simultâneos e interdependentes de procedimentos, metodologias e construções de conhecimento, gerando ou não um resultado artístico (encenação, performance, iluminação, exposição etc.). (FERNANDES, 2013b).

<sup>48</sup> A Abordagem Somático-Performativa é uma modalidade de Prática como Pesquisa (PaR) – metodologia que vem se mostrando como um paradigma coerente e promissor para as artes que enfatizam o corpo e seus processos como forma de criar conhecimento. Visa criar uma estética ética e ecológica, baseada na performatividade do corpo inteiro – compreendido e vivido como físico, emocional, cognitivo, social, cultural, espiritual. Consiste, assim, em uma proposta atual que, juntamente com diversas abordagens, vem transformando uma prolongada e insistente história de dicotomia entre prática e teoria, fazer e pensar, criar e refletir, cena e escrita, arte e ciência. (FERNANDES, 2013a).

<sup>49</sup> A pesquisa etnográfica tem como objeto de estudo os modos de vida e grupos sociais. Refere-se à descrição de um sistema de significados culturais de um determinado grupo, a fim de obter diferentes perspectivas sobre a situação pesquisada e coleta de dados através da observação participante. Baseia-se no contato intersubjetivo entre o pesquisador e o seu objeto, seja ele uma aldeia indígena, uma companhia de dança ou qualquer outro grupo social sob o qual o recorte analítico seja feito.

<sup>50</sup> “Experience itself can be examined in a disciplined manner and that skill in such an examination can be considerably refined over time.” (VARELA, THOMPSON e ROSCH, 1991, p. xviii).



Tendo como seu principal objetivo coletar dados e produzir conhecimento através da experiência subjetiva, as metodologias de primeira pessoa compartilham um conjunto de características comuns. São práticas que usam um conjunto de técnicas definíveis, rigorosas e que podem ser aprendidas; esta mesma situação é encontrada nas práticas somáticas, nas quais, cada uma dentro da sua abordagem metodológica propõe certo rigor em seus procedimentos. Quando abordadas pelo viés da enação, ou seja, pelo viés da circularidade entre percepção-ação, elas produzem estados corporais reconhecíveis e repetíveis. Enquanto as metodologias de terceira pessoa usam a observação para obter conhecimento sobre o mundo, as metodologias de primeira pessoa usam a observação para obter conhecimento sobre o *self*.

Com base na auto-observação, as metodologias de primeira pessoa usam a direção da atenção, ou consciência, para reeducar a percepção. Intenção, intuição e movimento desempenham papéis importantes em seus processos atencionais. Outras disciplinas que utilizam métodos de primeira pessoa se referem a eles de várias maneiras. Dentro da fenomenologia, essas técnicas são referidas como *epoché*<sup>51</sup>, redução-suspensão ou redução fenomenológica, e envolvem técnicas como a descrição fenomenológica<sup>52</sup> para acessar e registrar esses estados. Dentro da psicologia, as técnicas de primeira pessoa são conhecidas como introspecção ou reflexão e foco<sup>53</sup>. Dentro das tradições contemplativas orientais, eles são referidos como *mindfulness*<sup>54</sup>. Uma característica central das técnicas de primeira pessoa é o simples ato de prestar atenção à experiência subjetiva, observando seus conteúdos e

---

<sup>51</sup> Suspensão do juízo, também conhecida pelo termo grego *epoché* ou *epokhé*, que significa “colocar entre parênteses”, é a atitude de não aceitar nem negar uma determinada proposição ou juízo. Pela redução, deixamos de dirigir o nosso olhar para os objetos tomados em si mesmos, para dirigir a atenção para os atos da consciência que nos permitem chegar até eles. A redução fenomenológica é uma conversão do olhar que nos permite chegar ao objeto vivendo-o segundo seu sentido para nós, segundo o valor que lhe atribuímos e sobre o qual não negamos nossa responsabilidade.

<sup>52</sup> Sondra Fraleigh, estudiosa de dança, praticante de somática e coreógrafa de dança contemporânea, introduziu o método de descrição de fenomenologia em primeira pessoa na disciplina de dança contemporânea, abrindo um discurso para a experiência de primeira pessoa do dançarino e coreógrafo para ser reconhecido, valorizado e interpretado como conhecimento formal dentro do campo. A contribuição de Fraleigh incluiu exemplos de descrição fenomenológica no contexto da coreografia e educação de dança. Cf.: FRALEIGH (1991).

<sup>53</sup> Eugene Gendlin desenvolveu processos de atenção em primeira pessoa que chamou de *Focusing* (método experiencial). O foco é um modo de atenção corporal interna que cultiva habilidades e perícia de atenção autogestionada (SCHIPHORST, 2009).

<sup>54</sup> A abordagem meditativa chamada *mindfulness* é baseada na aceitação da nossa experiência e não na reação a experiência em si. Aceitando as condições naturais da vida, criamos a habilidade de responder a essas condições de maneira mais criativa e funcional. Para fazermos isso, precisamos aprender a estar conscientes (*mindful*) e atentos às nossas respostas e reações que é o que propõem os treinamentos em *mindfulness*.

propriedades. O objetivo comum é aprender e reeducar a percepção para aumentar o discernimento e a liberdade de escolha para a ação no momento presente. As metodologias de primeira pessoa acessam e constroem conhecimento no/do soma.

As abordagens de primeira pessoa engendram conceitos que valorizam a atenção aos sentidos, a importância da prática e do self como instrumentos da percepção. Esses ecoam nas habilidades desenvolvidas nas práticas corporais de Educação Somática. (SCHIPHORST, 2009, p. 57, tradução minha).<sup>55</sup>

A atenção participa na realização de outros processos cognitivos como o desenvolvimento de habilidades, percepção, lembrança voluntária, coordenação da execução de atividades e experiência consciente. A atenção, em si mesma, não possui um conteúdo próprio como a percepção e a memória, os objetos da atenção seriam os próprios processos cognitivos que ela investe, modula e regula o funcionamento. Acompanho Vasconcelos (2009), entendendo que toda atividade cognitiva é uma atividade enativa, o que nos conduz para o entendimento de que o processo atencional pode ser caracterizado por um modo de corporificação e, como tal, seria mais adequado pensarmos em diferentes modalidades da atenção de acordo com o contexto e a história de acoplamentos entre organismo e ambiente.

Quando improvisamos em dança, o que é aqui considerado como um processo investigativo, a atividade cognitiva coemerge com a situação de investigação, pois depende de como o movente irá experienciá-la e da qualidade da atenção que irá dedicar a esta experiência, isso porque “[...] a atividade cognitiva mobilizada num experimento é ela mesma co-emergente [*sic*] com a situação de pesquisa, pois depende de como o sujeito experiencia essa situação, expresso na maneira como ele a corporifica” (VASCONCELOS, 2009, p.10).

Gouvêa (2002a) destaca a importância do esvaziamento e da experimentação como preparação do dançarino-improvisador para a criação imediata da dança. É nessa perspectiva que venho experimentando, em minha prática como artista-docente-pesquisador, procedimentos que possibilitem ao dançarino-improvisador acessar os conteúdos da própria experiência, práticas que fomentem este lugar de atenção a si, um lugar de abertura, atravessamento de afetos e devir consciente.

---

<sup>55</sup> “First-person approaches engender concepts that value attention to the senses, the importance of practice and the self as an instrument of perception. These are echoed in the skills developed within the body-based practices of somatics.” (SCHIPHORST, 2009, p. 57).

Acredito que para improvisar em dança é preciso desenvolver um tipo específico de atenção à experiência diferente dessa que mobilizamos no nosso cotidiano que, em geral, é voltada para o exterior e para resolução de tarefas sem que estejamos atentos ao que nos acontece.

Os seres humanos são normalmente desvinculados de suas próprias experiências. Até mesmo a mais simples ou mais agradável experiência diária – caminhar, comer, conversar, dirigir, ler, esperar, pensar, fazer amor, planejar, arrumar o jardim, beber, relembrar, ir a um terapeuta, escrever, cochilar, emocionar-se, visitar lugares interessantes – passa rapidamente em uma névoa de comentários abstratos enquanto a mente se precipita em direção a sua próxima ocupação mental. [...] A dissociação mente-corpo, consciência-experiência é o resultado do hábito, e esses hábitos podem ser quebrados. (VARELA, THOMPSON e ROSCH, 2003 p. 42).

Isso não quer dizer, no entanto, que somos completamente inconscientes do nosso corpo. Nossa atenção pode se voltar para o nosso corpo, por exemplo, em sensações agudas de dor ou na aprendizagem motora. Além disso, pode-se afirmar que estamos constantemente conscientes da presença do nosso corpo, embora na margem do fluxo da consciência. De forma a podermos construir conhecimento, aprimorar nossas habilidades físicas e criativas, ao improvisarmos, seja em um contexto pedagógico ou artístico, precisamos de uma atenção à experiência mais receptiva e panorâmica. Esta forma não cotidiana de atenção pode ajudar o movente tanto a reconhecer seus padrões sensório-motores, suas preferências perceptivas e, se for seu desejo, pode ajudá-lo a modificá-los e expandi-los. Quanto à atenção de si, Vasconcelos (2009) nos traz que:

A atenção é habitualmente investigada como um processo voltado para o mundo exterior. Recentemente, as ciências cognitivas, que habitualmente baseiam suas pesquisas em métodos experimentais de terceira pessoa, têm buscado incluir os métodos de primeira pessoa para estudar a experiência. A crescente utilização de metodologias de primeira pessoa tem colocado o problema de como acionar e mobilizar a atenção a si, acessando aquilo que se apresenta como experiência. (VASCONCELOS, 2009, p. 4)

Este autor nos aponta para um problema metodológico relacionado ao uso da atenção a si, ele questiona como a atenção a si se torna atenção à experiência. Ressalte-se, daí, o problema (paradoxal) de como a familiaridade com nossa experiência (como se ela fosse evidente para nós) nos torna cegos para muitos de

seus aspectos que são pré-refletidos (pré-verbais). Além disso, o emprego dessa atenção que se volta para si, para a própria experiência, é contra-habitual, ou seja, não faz parte de nossos hábitos cognitivos cotidianos. Sobre o acesso a estes aspectos pré-refletidos da experiência, ao devir consciente, Depraz, Varela e Vermersch (2006) apontam para atenção como uma forma de abordá-los. Eles apresentam o chamado *ciclo básico*, do qual a *epoché* seria um primeiro tempo do processo que caracteriza as diversas etapas do devir consciente e que se desdobra em três fases principais:

A0. Uma fase de suspensão pré-judicativa, que é a possibilidade mesma de toda mudança no tipo de atenção que o sujeito presta a seu próprio vivido, e que representa uma ruptura com a atitude natural. A1. Uma fase de conversão da atenção do “exterior” ao “interior”. A2. Uma fase de deixar-*vir*, ou de acolhimento da experiência. (DEPRAZ, VARELA e VERMERSCH, 2006, p. 78).

Faço aqui uma aproximação entre estas fases apresentadas por Depraz, Varela e Vermersch e os procedimentos utilizados por mim quando estou me preparando para improvisar ou preparando outros corpos. Utilizo, para isso, procedimentos que oportunizem o movedor a desviar a atenção do mundo externo para sua experiência e as informações que o soma oferece para, então, permitir (deixar-*vir*) que o movimento surja e acolhê-lo sem julgamento de valor, porém, com atenção aos conteúdos de sua experiência, ou seja, não é uma atitude passiva, trata-se de fato de um agir iminente. Em sua grande maioria, esses procedimentos vêm da minha experiência e pesquisa com os princípios organizativos das práticas somáticas e de algumas práticas de meditação ativa<sup>56</sup>. Refiro-me aqui a procedimentos que oportunizem a passagem de uma atenção direcionada a um objeto (corpo) para uma atenção voltada para o ato perceptivo (soma) e para os conteúdos desta experiência.

O objetivo é despertar para dimensão enativa dessa atenção à experiência, o que implica a necessidade de se corporificar outra configuração do processo de atenção a si, diferente dessa que mobilizamos no nosso dia a dia, em nossas atividades diárias. Ou seja, essa atenção a si não está dada e precisa de um método para se tornar uma prática corporificada. Nas metodologias de primeira pessoa, é

---

<sup>56</sup> Meditações ativas são práticas de meditação que utilizam em sua maioria o movimento para se alcançar o estado meditativo. Um exemplo desse tipo de prática é o *Hatha Yoga*, que, através de posturas e respiração, visa a atingir o estado meditativo.

preciso mobilizar e intensificar um tipo de atenção receptiva e panorâmica; esse modo de atenção é definido por Petitmengin (2006) como ausência de modalidade sensorial específica, ou seja, em termos de seu alvo, ela é panorâmica e difusa, e possui um caráter receptivo. O fato dessa atenção não estar relacionada a um registro sensorial específico faz com que ela se pareça a uma “atitude de expectativa”, não sensorialmente determinada. Sobre esse modo de atenção, Sade (2011) nos traz que “[...] investigar a atenção a si como atenção a essa experiência transmodal e pré-refletida é investir no domínio da sensibilidade, em contraposição ao engajamento no agir, típico da atitude de controle e da atenção voltada para a realização de tarefas.” (SADE, 2011, p. 144). Corroborando com as práticas somáticas, no que se refere ao desenvolvimento de uma escuta mais atenta aos processos do soma, o autor afirma que esse tipo de atenção pode ser aprendida.

Tendo a discussão acima como referência, creio que as práticas somáticas, como metodologias de primeira pessoa, oferecem uma possibilidade de desenvolver esse tipo de atenção à experiência somática e, com isso, possibilitam a produção de conhecimento corporificado.

### **3.4. Investigando a experiência de improvisar, investigando o soma**

A improvisação é uma forma de pesquisa, uma forma de examinar o complexo sistema natural que é um ser humano. É, em certo sentido, outra maneira de "pensar", mas que produz ideias impossíveis de conceber na quietude.

SPAIN (1993, p. 21).<sup>57</sup>

Diante do exposto sobre as práticas somáticas, a enação e sobre as metodologias de primeira pessoa, trago agora para esta discussão a improvisação em dança como caminho para investigar o soma.

Ao se colocar em estado de investigação, o improvisador precisa lidar com seus hábitos sensório-motores, que foram construídos no decorrer de toda sua história natural e social. Existe uma intenção de investigar novas formas de organização do

---

<sup>57</sup> “Improvisation is a form of research, a way of peering into complex natural system that is a human being. It is, in a sense, another way of ‘thinking,’ but one that produces ideas impossible to conceive in stillness. (SPAIN, Kent de. Dance improvisation: creating Chaos. **Contact Quaterly**, v. 18, n. 1, p. 21-27, 1993).

soma em movimento, mas, primeiramente, é preciso reconhecer e identificar estes padrões. Escovar os dentes, amarrar um cadarço ou dar um nó, martelar um prego e não o próprio polegar, escrever o nome, descer as escadas, cada uma dessas atividades é uma dinâmica qualitativa distinta, uma sequência de movimentos que tem um início distinto, um contorno distinto, com mudanças de intensidades distintas, e um final distinto.

Cada atividade é um padrão dinâmico de movimento e nós não nascemos com nenhum desses padrões dinâmicos, o que significa que eles não estão prontos ou são inatos em nenhum sentido, mas que são aprendidos. Isto não significa que, ao nascermos, nós somos uma tábula rasa, muito pelo contrário, para que possamos aprender com nossas experiências, é necessário que existam sistemas e predisposições no corpo que nos possibilitem este aprendizado. No seu livro *How the Body Shapes the Mind* (Como o corpo forma a mente), Shaun Gallagher (2005) inicia sua reflexão afirmando que, no começo, ou seja, no momento do nosso nascimento, nossas capacidades humanas para percepção e ação já foram organizadas pelos nossos movimentos durante a vida intrauterina. Os movimentos na vida pré-natal já foram organizados em ressonância com a nossa forma humana através da propriocepção e dos registros sensoriais cruzados, de forma a nos prover com a capacidade para experienciar a distinção básica entre a nossa existência corporificada e todo o resto (o mundo).

Todo o nosso processo filogenético (evolutivo) já está presente ao nascermos e nos possibilita, para além dos reflexos iniciais, ações inteligentes, e nos predispõe ao aprendizado perceptivo, ou seja, inicia-se aí o processo de dar sentido ao que percebemos e a elaboração de conceitos ainda no nível pré-verbal (pré-reflexivo). Os movimentos e os registros desses movimentos em um sistema proprioceptivo em desenvolvimento (sistema que registra seus próprios movimentos) vai contribuir para o desenvolvimento auto organizado das estruturas neurais responsáveis não apenas por nossas ações motoras, mas também pela forma como nos tornamos conscientes de nós mesmo, bem como, pela comunicação com o outro e na interação com o ambiente em que estamos inseridos. A medida que vamos explorando nossas possibilidades sensório-motoras e o mundo a nossa volta, através do movimento e da percepção, vamos construindo o nosso repertório de conceitos, sentidos e possibilidade de agir e interagir com o mundo.

Podemos, então, inferir, a partir dessa afirmação, que, independentemente dos hábitos que nós desenvolvemos, das coisas que fazemos e da forma como fazemos essas coisas, elas existem porque aprendemos a dinâmica que as constitui, seja por tentativa e erro, por uma prática assídua, pausando e retomando o desafio mais tarde, ou seja qual for a forma como se dá esse aprendizado. O modo de aprendizagem pode variar, mas a formação de um hábito em cada instância é, basicamente, um alargamento do repertório cinético, o que nos aponta para o entendimento de que só se pode formar um hábito ao se aprender um novo padrão de movimento dinâmico. Os bebês iniciam a própria aprendizagem, antes de tudo, aprendendo seus corpos e aprendendo a se moverem (SHEETS-JOHNSTONE, 2011). Eles fazem isso sem um manual do usuário e sem instruções dos outros; um manual que ensine, por exemplo, levante e mova seu pé direito para a frente e gradualmente descarregue o peso do corpo nele e assim por diante. Os bebês aprendem por eles mesmos a alcançar efetivamente algum objeto, a caminhar, se alimentar e, finalmente, conversar e, assim, superar sua classificação como bebês. O mundo vai se tornando acessível para o sistema perceptivo (soma) através dos movimentos e de sua interação com o mesmo. Os hábitos da mente prosseguem em conjunto com essas realizações formadas por padrões e, basicamente, nas expectativas, ou seja, nas relações de se/então que o bebê vai experimentando.

Em termos mais precisos, os hábitos se desenvolvem trazendo consigo o que estava fora do alcance e/ou além da compreensão efetiva e eficiente no domínio do familiar e no que são basicamente sinergias de movimentos significativos que acontecem sozinhos. Os hábitos são, de fato, fundamentados desde o início no movimento, isto é, na animação primordial dos organismos animados que originam sensações e criação de sentidos que se transformam em sinergias de movimentos significativos e hábitos mentais. (SHEETS-JOHNSTONE, 2014, p. 80, tradução minha).<sup>58</sup>

A abordagem enativa afirma que a nossa habilidade de perceber, de investigar esta relação se/então não só depende, mas é constituída por nosso conhecimento

---

<sup>58</sup> “In more precise terms, habits develop by bringing what was out of reach and/or beyond understanding effectively and efficiently into the realm of the familiar and into what are basically synergies of meaningful movement that run off by themselves. Habits are indeed grounded from the beginning in movement, that is, in the primal animation of animate organisms that gives rise to sensings and sense-makings that evolve into synergies of meaningful movement and habits of mind.” (SHEETS-JOHNSTONE, 2014, p. 80).

sensorio-motor, uma vez que a percepção é uma atividade corporal habilidosa, e não, um processo exclusivamente cerebral.

No decorrer deste processo de aprendizagem, nossos corpos, desde a infância, aprendem a se mover efetivamente e de forma eficiente. Os bebês desenvolvem certas formas de "fazer" que conseqüentemente geram um repertório cada vez maior de "eu posso". Para Sheets-Johnstone (2014), citando os postulados de Husserl (1989<sup>59</sup>) e Landgrebe (1977<sup>60</sup>), "eu movo" precede "eu faço" e "eu posso". Certos modos de "fazer" são de fato constituídos por determinadas dinâmicas de movimento influenciadas qualitativamente e que informam os "eu posso" de um bebê, e estes, por sua vez, criam padrões espaço-temporais-energéticos particulares sempre a partir da exploração dos "como" e "o que" destas dinâmicas. As crianças praticam maneiras distintas de chutar as pernas, para, então, finalmente, aprenderem a caminhar de maneiras distintas, o que significa que a dinâmica qualitativa dos movimentos de uma criança é diferente da outra; cada um de nós, no decorrer deste processo, desenvolve formas diferentes de explorar o "como" nos movemos e "o que" esses movimentos significam ou nos possibilitam.

Por isso, um corpo que dança não pode ser igual ao outro, seus "como", seus "o que" e seus "posso" são sempre diferentes. As formas de mover são de fato individualizadas; além disso, as dinâmicas de movimentos qualitativamente moduladas alimentam o que mais tarde levará ao desenvolvimento de um certo "estilo" ou conjunto de padrões reconhecíveis através das ações que o soma realiza no mundo e na dança. O que é importante de se notar aqui é que as dinâmicas autogeradas são a base dos hábitos engendrados durante o nosso desenvolvimento. Por ser o movimento e a nossa consciência cinestésica a base para o nosso aprendizado de como estar neste mundo, para a construção de nossos conceitos (LAKOFF e JOHNSON, 1999) e para a criação de nossos hábitos ou padrões de movimento, pode-se encontrar aqui uma indicação de que também através do

---

<sup>59</sup> HUSSERL, Edmund. *Ideas Pertaining to a Pure Phenomenology and to a Phenomenological Philosophy*. Tradução de R. Rojcewicz and A. Schuwer, Dordrecht, Kluwer Academic Publishers. 1989.

<sup>60</sup> LANDGREBE, L. *Phenomenology as Transcendental Theory of History*. In: ELLISTON, Frederick.; McCORMICK, Peter. (Org.). *Husserl: Expositions and Appraisals*. Notre Dame: University of Notre Dame Press, pp.101-113. 1977. 378 p.



movimento e da consciência cinestésica nós podemos nos tornar conscientes desses padrões e, assim, investir em reorganizá-los.

O termo abrangente para o conteúdo da percepção de primeira pessoa é a experiência. Hanna (1987) nos traz que o soma é um processo de experiência e nada além de experiência. Essa experiência apresenta duas camadas, estendendo-se da camada do núcleo inconsciente para a camada do córtex consciente em torno desse núcleo. O núcleo somático é experimentado como o fundamento estável sobre o qual a experiência consciente repousa. O núcleo condiciona e molda a natureza da experiência consciente, sendo esta última composta de hábitos aprendidos.

Na sua essência, um soma é experiência. Não é uma "mente", nem tem uma. Não é um "corpo", nem possui um. Nem é um "espírito" ou "alma". Um soma é um processo de quatro dimensões que é automovente e autossensível. Suas três dimensões espaciais são coordenadas em movimento (ou seja, tempo) como uma atividade automonitorada. A palavra para esta atividade automonitorada é a experiência. (HANNA, 1986-87, documento não paginado).<sup>61</sup>

Podemos inferir aqui que as práticas somáticas, por terem exatamente o movimento e a consciência cinestésica como núcleo de seus procedimentos e por objetivarem sua reorganização de acordo com as possibilidades individuais, possam ser uma via para reorganizar nossos padrões e hábitos corporificados. Para improvisar, um bailarino precisa construir um amplo repertório sensório-motor e a habilidade de conexão e reestruturação permanente desses padrões. Sobre o improvisador e seu processo de investigação, Gouvêa (2012c) nos diz:

O improvisador é um artista da experimentação. Ele sabe que, a cada novo começo, a cada tentativa de criar a dança no aqui-agora, isto é, na duração daquilo que lhe acontece, terá de enfrentar muitos desafios inesperados e arriscados. Para viver esta experiência em sua plenitude, ele se prepara, ou seja, coloca a si mesmo em experimentação contínua e rigorosa. Persistentemente, ele joga com o acaso para compor o diverso. Experimentar é entrar no fluxo da improvisação da dança, e isto não é nada simples, pois frequentemente o improvisador está tão congestionado internamente, com tantos pensamentos, imagens, sentimentos que não consegue estar na experiência. É preciso, então, esvaziar-se. O improvisador

---

<sup>61</sup> "In its essence, a soma is experience. It is not a 'mind,' nor does it have one. It is not a 'body,' nor does it have one. Nor is it a 'spirit' or 'soul'. A soma is a four-dimensional process that is self-moving and self-sensing. Its three spatial dimensions are coordinated in movement (i.e., time) as a self-monitored activity. The word for this self-monitored activity is experience." (HANNA, 1986-87, documento não paginado).

precisa parar o mundo para entrar no movimento, despertando em si mesmo as intensidades necessárias para tornar-se sempre outro, para metamorfosear-se em quantos outros forem necessários para tornar potente a dança em seu corpo. Ao improvisador-experimentador incansável nada de importante escapa, ele sabe que o menor detalhe pode revelar um universo, que um pequeno movimento pode fazer vir à tona o gesto mais delicado e mais preciso para dizer a poesia do momento, ajudando-o a tecer os sentidos invisíveis do improviso. (GOUVÊA, 2002c, p. 117-18).

Esvaziar, como apontado pela autora, pode talvez não ser a metáfora ideal para se referir ao estado de abertura necessário para se investigar o movimento através da improvisação, uma vez que não podemos nos esvaziar de nossa história de acoplamentos. Talvez, desenvolver uma atenção desinteressada e panorâmica sobre a nossa experiência, nos tornando assim mais conscientes das sutilezas perceptivas do soma em movimento, possa nos apontar metáforas mais condizentes com a investigação do soma ao se improvisar. Investigar os mecanismos que ajudem o bailarino-improvisador a achar este estado de *ser em movimento*, esta atenção não reativa e esta abertura para novas possibilidades de movimento e organização do mesmo é o que alimenta minha investigação. Coaduno com Busaid (2012) quando ela nos fala sobre o aspecto processual do movimento e seu potencial para fomentar processos de subjetivação e de possibilitar uma mobilização do corpo a criar novas lógicas de se mover a partir da investigação.

Necessita-se entender o movimento como essa “coisa” incompleta, que mobiliza e permite criar impulsos para mudar, ou fazer novas conexões sobre si; e para entender-se como inacabado, na permanência de um processo. Este âmbito processual não só se justifica na transformação como eixo radical, senão na opção de se indeterminar, e, na possibilidade de se experimentar sem uma identidade fechada, fugir ao conceito de sujeito ou do “eu” como entidade fixa. De ser um nômade de si mesmo, do movimento e da hegemonia formatada do que pode vir a ser uma dança. (BUSOID, 2012, p. 147).

A improvisação em dança que se atém na escuta atenta do soma e na relação ação-percepção foca na singularidade de cada momento presente e pode promover novas conexões cinestésicas. Interessa-me observar a improvisação em dança a partir das relações entre corpo e ambiente, dos diferentes níveis de consciência, da intencionalidade expressa através do movimento e da maneira como organizamos e

elaboramos nossas metáforas corporais no momento em que acontecem, promovendo o aparecimento de formas mais complexas de explorar o movimento.

Quando nos aproximamos dessas metodologias pelo viés da cognição corporificada, podemos abrir possibilidades de novas contribuições para as práticas improvisacionais em dança, uma vez que elas abordam o corpo como um processo de circularidade entre a ação e a percepção na qual o movente modifica-se a si e seu mundo pelo próprio ato de mover, uma visão que muito se aproxima do próprio ato de improvisar. A abordagem corporificada da cognição aponta para uma relação entre corpo e ambiente (natural e social) que se dá por processos de coemergência, argumentando que sem o envolvimento do corpo tanto na percepção quanto na ação os pensamentos ficariam vazios e os assuntos mentais não exibiriam as características e propriedades que eles exibem. Ao improvisarmos, estamos tentando corporificar essa circularidade de forma consciente através do movimento.

Levando em consideração que redes neurais, que com frequência são acionadas juntas a partir das interações entre cérebro, corpo e ambiente, tendem a se fortalecer e a permanecer unidas, podendo, com isso, produzir hábitos cognitivos, perceptivos e sensório-motores, que por sua vez podem se apresentar na forma de padrões de comportamentos recorrentes, podemos inferir que, ao improvisar, precisamos estar atentos e abertos, para, assim, poder identificar estes padrões no momento em que eles aparecem. Partindo do pressuposto de que a percepção é constituída não somente a partir de padrões sensório-motores e que a sua relação com o ambiente é mediada por esses padrões, creio que um refinamento perceptivo, um dos objetivos das práticas somáticas, pode possibilitar a identificação de padrões sensório motores recorrentes.

Não existe um estado de repouso no cosmos ou em somas: não há nada além de atividade incessante. Mas esta atividade não é aleatória nem caótica: está padronizada. Um padrão é um movimento que é repetitivo. Por exemplo, um elétron que se move em torno de seu núcleo é um padrão repetitivo de movimento, assim como uma terra criando estações movendo-se repetidamente sobre o sol, ou uma terra girando para criar a noite e o dia, ou as marés subindo e caindo, ou somas com diurna – ritmos noturnos. Padrões de movimentos

repetitivos criam a forma do cosmos e a forma de somas. (HANNA, 1986-87, documento não paginado, tradução minha).<sup>62</sup>

Identificar esses padrões é importante para o improvisador para que ele possa decidir quais ele gostaria de manter e quais ele gostaria de mudar. Os padrões em si não são nem bons nem maus; eles são uma forma natural de como o sistema cognitivo e os sistemas em geral se organizam. Porém, para o dançarino improvisador que está sempre a investigar novas formas de organizar seus movimentos e suas habilidades, talvez seja importante, pelo menos, aprender a identificar esses padrões, para, a partir daí, decidir o que irá fazer com eles. A investigação e o reconhecimento desses padrões são importantes para qualquer pessoa que trabalhe com o corpo – um bailarino, um atleta, um operário, etc. Para reconhecer, por exemplo, que em algum tipo de atividade física repetitiva há um padrão sensório-motor que pode levar a um maior desgaste da estrutura corporal ou ainda causar lesões, é importante identificá-lo para poder mudá-lo. No caso do dançarino improvisador, o reconhecimento desses padrões pode abrir novas possibilidades de como lidar com eles, inclusive para a possibilidade de utilizá-los a seu favor nos seus processos criativos e no aprimoramento de sua técnica individual.

A partir desse entendimento de como os padrões se estabelecem e da importância de se tornar consciente deles, creio ser pertinente renovar a ênfase dada às questões relacionadas ao “como” e ao “o que” dos movimentos, como um caminho possível para esta tarefa. A partir da investigação focada nesses dois aspectos, podemos abordar a qualidade das nossas dinâmicas de movimento com mais consciência e possibilitar o surgimento de novas formas de organização do soma em movimento. As práticas somáticas têm como um dos seus focos a investigação desses dois aspectos do movimento: 1. Como me movo? Como organizo meus movimentos? Como transfiro meu peso de uma base de suporte para outra? Como me percebo movendo? 2. O que esta forma de mover me proporciona ou acarreta para minha qualidade de movimento? Ou, ainda: o que este movimento significa para mim? Para

---

<sup>62</sup> “There is no such thing as a state of rest in the cosmos or in somas: there is nothing but ceaseless activity. But this activity is neither random nor chaotic: it is patterned. A pattern is a movement that is repetitive. For example, an electron moving around its nucleus is a repetitive pattern of movement, just like an earth creating seasons by repeatedly moving about the sun, or an earth spinning to create night and day, or the tides rising and falling, or somas having diurnal-nocturnal rhythms. Patterns of repetitive movements create the shape of the cosmos and the shape of somas.” (HANNA, 1986-87, documento não paginado).

um estudante ou profissional da dança, essa pode ser uma experiência transformadora no sentido de que pode ajudá-lo a aprofundar seu processo investigativo.

A área da Educação Somática dá suporte para entender esse corpo que cria a partir de si mesmo. As abordagens das técnicas e/ou métodos que partem do pensamento somático possibilitam ao criador-intérprete compreender seus modos de organização interna do corpo, dialogar com o meio, posicionando-se como indivíduo consciente das suas ações e que está em constante observação e questionamento do seu papel de pesquisador e investigador do movimento. (SILVA, 2013, p. 67).

Em qualquer um desses contextos, assim como, em qualquer contexto no qual o corpo precisa desenvolver uma habilidade, é preciso expô-lo a uma prática que o disponibilize para sua realização. Para aprender a nadar, a meditar, a correr, a realizar um procedimento cirúrgico, a dançar, a improvisar é preciso que o corpo experiencie algum tipo de prática que aborde todas ou, pelo menos, a maioria das características da habilidade desejada e objetive o desenvolvimento delas. Para aprender ou desenvolver a habilidade de improvisar é preciso permitir ao soma que vivencie essa prática.

Na improvisação, por ser uma prática que apresenta suas especificidades, é importante que estas especificações sejam levadas em consideração na hora de elaborar procedimentos e metodologias de ensino. Ao utilizar princípios das práticas somáticas como recursos para elaboração de procedimentos pedagógicos na improvisação em dança, o foco deixa de ser no certo ou errado e passa a ser na exploração sensorial do próprio soma em movimento e nas possibilidades que esses procedimentos apresentam de ajudar o movente a construir sua técnica individual e expansão de seu repertório de movimentos. As práticas somáticas nos oferecem um rico repertório de procedimentos que pode ajudar o dançarino no processo de desenvolver habilidades sensório-motoras que facilitem tanto o improvisar quanto o se manter atento ao que acontece no soma durante a improvisação, possibilitando situações nas quais o movente possa estar receptivo e responsivo para o que surge na forma de movimento durante sua investigação.

O contexto de aprendizagem somática geralmente remove os dançarinos das típicas restrições de espaço-tempo-esforço e demandas psicológicas de uma aula de dança. [...] A tendência geral

do ambiente de aprendizagem somática é de exploração pessoal e auto aceitação [sic] e não competitividade. Ao invés de esforçar-se para realizar o movimento “certo” ou “exato”, o dançarino aprende a mover-se a partir de um impulso corporificado – totalmente receptivo e responsivo ao momento do movimento. (BATSON, 2009, p. 2, tradução minha<sup>63</sup>).

Creio que agora já temos pistas suficientes para refletir sobre esse processo de criação e recriação de si mesmo a partir da investigação do soma em movimento. A seguir, trarei algumas experiências pessoais com a improvisação em dança no âmbito pedagógico e criativo e articularei essas experiências com os enunciados e pressupostos discutidos acima.

---

<sup>63</sup> “Somatic learning contexts usually remove dancers from the typical space-time-effort constraints and psychological demands of a dance class. [...] The general tenor of the somatic learning environment is one of personal exploration, self-acceptance, [...] and non-competitiveness. Instead of striving to perform the “right” or “correct” movement, the dancer learns to move from an embodied source – fully receptive and responsive to the moment of movement.” (BATSON, 2009, p.2)

#### 4. IMPROVISAR-SE DANÇANDO

Viver é um rasgar-se e remendar-se.

Guimarães Rosa (2009, p.83).

Esta dissertação e o estudo que ela se propõe a fazer nascem de diversos questionamentos que tiveram como disparadores algumas de minhas experiências artísticas e pedagógicas, principalmente, nos últimos dez anos. A prática foi produzindo, intuitivamente, teorias que precisavam ser aprofundadas e colocadas em diálogo com outros campos do saber para organizar de forma coerente minhas articulações e o meu entendimento sobre o meu próprio fazer artístico e pedagógico. A maior dificuldade que encontrei para elaborar e desenvolver esta parte da dissertação foi a tentativa de não cair na armadilha comum de apresentar a aplicabilidade de uma teoria a uma prática, ou ainda, a de criar um manual de técnicas e procedimentos. Decidi, então, relatar algumas das minhas experiências atualizando a linguagem utilizada e reelaborando-a a partir dos entendimentos apresentados na fundamentação teórica.

O meu propósito aqui é articular um pensamento coerente e fundamentado, que possa apresentar a ideia de que, ao improvisarmos dançando, estamos nos improvisando como indivíduos no mundo e construindo conhecimento sobre nós mesmos e sobre nossa forma de estar neste mundo, ou seja, vivenciando na carne a impermanência dos fenômenos. Se na auto-organização do movente, frente às mudanças do contexto/ambiente em que se move, o movente bem como o ambiente e sua configuração são transformados, como defende a abordagem enativa, há aí, uma indicação de que, na improvisação, acontece criação de si e de mundo. Considerando essa hipótese, podemos indicar que a dança, como um todo, pode olhar para si mesma de uma forma diferente e rever suas epistemologias, ou seja, rever as relações entre o sujeito e o objeto do conhecimento, assim como, o próprio ato de conhecer. Na própria ação de rever-se e visitar essa relação, está a possibilidade para se atualizar num mundo em constante complexificação.

Nos capítulos anteriores, apresentei os campos e os conceitos teóricos com os quais estou dialogando; neste capítulo, vou explicitar as experiências de dança que

tornaram possível a elaboração da articulação teórica com a improvisação. Quero aqui revisitar os conteúdos apresentados anteriormente e articulá-los com a minha prática nos seguintes contextos: a improvisação como procedimento para o desenvolvimento técnico/poético do dançarino; como procedimento pedagógico de ensino de dança; como procedimento para composição coreográfica e como linguagem artística.

Para fazer isso, escolhi compartilhar algumas experiências pessoais e tentar encontrar neste corpo-memória os afetos disparadores das reflexões que apresento aqui. Não será uma articulação linear, pois não tenho a intenção de criar um mapa, no qual as coisas são apresentadas como fixas, mas de cartografar esses afetos e permitir que eles revelem seus conteúdos. A medida que os conteúdos das experiências pessoais que escolhi para revisitar forem se revelando, discussões sobre esses contextos irão se corporificando na escrita. Esta parte da dissertação tem um caráter cartográfico, ou seja, a medida que a experiência de escrever vai acontecendo e os conteúdos vão surgindo da articulação entre o campo das forças e o campo das formas, irei articulando-os com a discussão que quero fazer.

Para articular teoria e prática, aqui abordados como unidade, visitarei as memórias escritas no papel e no corpo de quatro experiências que motivaram e serviram de disparadores para vários dos questionamentos presentes nesta pesquisa.

Primeiramente, revisitarei a minha experiência como professor residente da Compassos Cia. de Danças, uma companhia de dança profissional na qual lecionei por 6 anos. Durante esse período de ricas trocas, tive a oportunidade de investigar sistematicamente a improvisação em estreita relação com as práticas somáticas. Dessa experiência, quero articular a improvisação, principalmente, como procedimento para o desenvolvimento técnico/poético do dançarino e como procedimento pedagógico de ensino de dança. Durante essa experiência, fui percebendo como os dançarinos facilmente tendiam a repetir padrões de representação de certos clichês presentes no mundo da dança e como certos padrões de organização do corpo para dançar haviam se tornado tão rígidos e sedimentados na cognição que repensá-los se tornava uma tarefa difícil para os mesmos. Essa situação me fez refletir e questionar se haveria uma forma de proporcionar a estas cognições estratificadas uma possível desterritorialização desses estratos e se esses corpos moventes, a partir de práticas e procedimentos de improvisação aliados às



práticas somáticas, poderiam expandir suas habilidades técnicas, seu repertório sensório-motor e tornarem-se mais conscientes de seus somas e de suas danças.

Em seguida, evocarei a memória de um processo criativo vinculado ao projeto artístico *Elégùn: um corpo em trânsito*, no qual fui idealizador, facilitador e performer em 2014/15 e que foi disparador de várias reflexões e questionamentos presentes nesta dissertação, principalmente, no que se refere à reorganização de hábitos sensório-motores, bem como, à questão da composição em tempo real, ou seja, da improvisação como linguagem artística em si mesma. Sobre a composição em tempo real Mundim, Meyer e Weber (2013) nos trazem que:

A composição em tempo real em dança está ligada à noção do presente, do imediato, do imprevisto. Algumas terminologias como coreografia aberta, coreografia estruturada, improvisação dançada, coreografia instantânea, parecem estar sob o mesmo envelope conceitual. Apesar de seu caráter imediato e efêmero, a composição instantânea exige dos bailarinos ou performers experiência de procedimentos, de técnicas para compor no instante. (MUNDIM; MEYER e WEBER, 2013, p. 1).

Antes de iniciar os relatos de experiência, apresento como a composição em tempo real é abordada nesta dissertação no intuito de criar uma interface que facilite o entendimento do que quero discutir. A partir do entendimento de composição em tempo real a improvisação é abordada como uma das diversas formas de composição em dança e como uma via possível para configurações criativas destes tipos de processos. Nesse modo de trabalho, o foco do movente não é apenas na sua criação individual de movimentos e sentidos, mas na sua contribuição para uma composição em dança que acontece de forma compartilhada. Autonomia, mediação da cena e cocriação são exploradas concomitantemente em processos que podem ser tanto individuais quanto coletivos. Nessa forma de improvisação, o imbricamento ambiente/corpo emerge na forma de acoplamento estrutural via acordos provisórios e contaminações. João Fiadeiro<sup>64</sup>, a quem se deve a criação do termo, traz-nos que:

O “tempo real” de que falo não se refere, como à primeira vista pode parecer, à ideia de composição “ao vivo”. O “tempo real” a que faço

---

<sup>64</sup> João Fiadeiro pertence à geração de coreógrafos que emergiu no final da década de 80 e que deu origem à Nova Dança Portuguesa. A partir de 1999, tem deslocado o centro de gravidade da sua atividade para um território de cruzamento entre a teoria e a prática, dando início à sistematização do método “Composição em Tempo Real”, que suporta e determina toda a sua atividade como artista, pedagogo ou investigador (ROEL, 2012).

referência é um movimento que se processa exclusivamente no interior da nossa mente (do praticante ou do espectador se o considerarmos – como eu o considero – um praticante). Trata-se, portanto, e para ser mais preciso, de um pré-movimento, de uma pré-acção. O “tempo real” de que falo trata do intervalo de tempo, na nossa mente, que medeia o surgimento de uma imagem-acontecimento (resultado de um “acidente” exterior ou interior), a sua identificação (é isto ou é aquilo), a formulação de hipóteses de reacção (posso reagir desta ou daquela maneira) e, finalmente, a resposta que efectivamente se escolhe dar (que pode ser, no limite, escolher não responder). Ou seja, em Composição em Tempo Real tudo “acontece” antes mesmo de qualquer acção ter ocorrido. (FIADEIRO, 2008, p. 3).

Embora o termo tenha referências específicas, irei abordá-lo aqui pelo viés da experiência de compartilhamento da improvisação como uma forma de composição em dança que acontece em contextos específicos, levando-se sempre em consideração os objetivos de quem a realiza. Isso concede a essa forma de composição em dança plasticidade e maleabilidade nas suas infinitas formas de realização e compartilhamento.

Em seguida, cartografarei minha experiência durante os dois anos em que vivi em Salvador, nos quais tive a oportunidade de trabalhar com o *Grupo X de Improvisação em Dança*. Esse grupo desenvolve em forma de projeto de extensão na Universidade Federal da Bahia uma pesquisa sobre improvisação. Dessa experiência, quero discutir a questão sobre o desenvolvimento da habilidade de composição em tempo real e do papel da intersubjetividade em processos criativos coletivos.

Por último, trago a experiência com o projeto *Improvisar-se dançando: compartilhando formas de ser na dança*, realizado no Recife, no período de março a junho de 2017 por ocasião de seleção no edital “Espaço de criação”, do Centro de Pesquisa e Formação das Artes Cênicas Apolo-Hermilo – um projeto da Prefeitura do Recife. Nesse projeto, pude investigar em parceria com o *E Aí? Coletivo Artístico* aspectos pedagógicos relacionados à improvisação, principalmente, no que se refere ao diálogo com as práticas somáticas e as metodologias de primeira pessoa. Desse processo, quero compartilhar o trabalho de pesquisa que desenvolvi, suas implicações e desdobramentos para esta dissertação.

#### 4.1. A vida como improviso: soma e mundo coemergindo

[...] a experiência pode ser vivida em seu aspecto criador de si e do mundo, mostrando a codependência entre o mundo que nos aparece e o ponto de vista a partir do qual se experimenta o mundo.

Passos, Kastrup e Tedesco (2014, p. 22).

Seguindo as relações até aqui estabelecidas, sugiro que improvisar-se é a ação de perceber-se (enação) acontecendo em um soma (si mesmo) inserido num meio ambiente (contexto). É corporificar a tomada de decisões imediatas diante de tudo aquilo que acontece conosco e a nossa volta. Por mais que nossas vidas aparentem se repetir, cada momento é único e, a cada momento, podemos decidir diferente diante de uma infinidade de possibilidades que se apresentam para nós. Podemos decidir experimentar com as possibilidades que emergem a cada aqui e agora ou perpetuar a falsa crença de que a repetição fiel é possível e nos apegarmos aos padrões já estabelecidos. Digo falsa pois dois fenômenos nunca podem ser iguais, mesmo que, às vezes, tenhamos a impressão fenomenológica (experencial) de que estamos vivenciando a mesma coisa ou agindo da mesma maneira frente a um acontecimento que se repete em nosso cotidiano ou em nossas danças.

As metodologias de terceira pessoa tentam isolar os fenômenos para poder observá-los e poder repeti-los e, por mais que essas metodologias tendam a estratificar e compartimentar o conhecimento, elas têm sua lógica e sua funcionalidade na produção do conhecimento humano e no campo das formas. Porém, para investigar o corpo em movimento, fenômeno enativo, no qual tudo está interconectado e acontece em sinergia e autonomia em relação com suas inúmeras variáveis, como sugerido no capítulo anterior, é preciso abordá-lo pelo viés da primeira pessoa, do soma; este fluxo dinâmico, contínuo e criador entre o campo das forças e o campo das formas.

Ao nascermos, todas as variáveis presentes no meio ambiente são desconhecidas e o mundo nos acolhe e nos apresenta um turbilhão de novas experiências. Nesse momento, contamos apenas com os nossos reflexos, desenvolvidos em milhares de anos de evolução da nossa espécie; nossa capacidade

de nos movermos; e a nossa predisposição inerente para o conhecer e dar sentido ao que nos acontece.

Ainda no útero, o feto coloca seu polegar milhares de vezes na boca, aprendendo a sugar e preparando-se para poder alimentar-se do seio de sua mãe. Aprender a segurar, puxar, empurrar, virar-se no berço, entre tantas outras ações, faz parte de seu desenvolvimento e tudo acontece em improviso, em experimentação. Essa investigação do próprio mover-se, como seres essencialmente animados, é o que nos possibilita sobreviver no mundo e interagir com ele através da criação e ampliação do nosso repertório de “eu movo”, “eu ajo” e “eu posso”. Nesse período de profunda potência de criação de vida, experienciamos um fluxo contínuo e dinâmico de energia entre nossos desejos, nossas pulsões, nossos afetos, nossas intensidades, nossas emoções (o campo das forças) e o mundo a nossa volta, com suas formatações e territórios bem definidos – o berço, o peito, a comida, o colo, a família (o campo das formas e dos territórios); é o soma e o movimento que mediam essa experiência.

No que se refere à nossa capacidade corporificada de aprendizagem, pode-se dizer que, à medida que aprimoramos nossas habilidades para lidar com as coisas no mundo via movimento (percepção/ação), as coisas se apresentam como solicitação de novas respostas hábeis, de modo que, ao aprimorar nossas habilidades, encontramos mais e mais solicitações diferenciadas para agir, complexificando, assim, nossa cognição e nossa capacidade de aprender a lidar com o mundo.

A cada situação emergente, com todas as suas possíveis variáveis, vamos improvisando nosso estar no mundo e complexificando nossa corporeidade, elaborando conceitos através de nossas experiências sensório-motoras e dando sentido às nossas experiências. No decorrer de nosso desenvolvimento, todo esse aprendizado contribui para a criação e corporificação de nossos padrões e esquemas sensório-motores (cognição corporificada) e para formação de um senso de si. Nesse processo, muitos se consolidam, outros se reorganizam e outros, ainda, são abandonados. Esse processo complexo e em constante transformação acontece da necessidade de improvisarmos nossa relação com o mundo a partir dos contextos que coemergem no nosso dia a dia e de encontrarmos equilíbrio entre o campo das forças e das formas.

Uma vez que a maior tarefa do desenvolvimento infantil é ganhar controle do corpo, a cognição é assim incorporada, à medida que as suas origens lidam com as ações do corpo no mundo. Assim, uma vez que o processo de perceber e agir e os processos de pensamento continuam a compartilhar as mesmas dinâmicas de escala-tempo, eles não podem ser separados em níveis. A mente e o corpo estão unidos no começo da vida e em nenhum lugar, ao longo da trilha da vida, se separam. (MARTINS, 2002, p. 85).

Esse fluxo de experiências vai delineando nossa forma de estar no mundo, como nos percebemos nele e como o conhecemos. Quando começamos a dançar, trazemos na carne toda essa história de acoplamentos e essa história irá moldar nossa percepção da dança e delinear um território no qual nos sentimos seguros para explorar nosso aprendizado, ou seja, a forma como vamos corporificar este novo conhecimento.

Sem a intenção de me aprofundar no conceito de "corpo contratado" ou corpo terceirizado (*the hired body*), desenvolvido por Susan Leigh Foster (1992), quero apresentar uma referência para pensar estes corpos estratificados a partir de alguns entendimentos apresentados pela autora. Ela desenvolve uma reflexão sobre o cultivo de um corpo ideal para a dança pelos dançarinos, que se constrói a partir das vivências em técnicas específicas e crenças pessoais dos mesmos. Ela aponta que os "tipos ideais" de corpos, que cada um traz consigo, também trazem corporificados em si valores culturais embebidos nas estéticas propostas pelas técnicas para as quais os dançarinos dedicam seu tempo, e defende ainda que o treinamento físico ao qual o dançarino se submete, na maioria das vezes, em mais de quatro horas diárias, cinco vezes por semana, cria tipologias corporais, tais como: o corpo percebido, o corpo esteticamente ideal e ainda um terceiro tipo, que seria o corpo demonstrativo.

No III Congresso da ANDA (Associação Nacional de Pesquisadores em Dança), ocorrido na Escola de Dança da UFBA, em 2014, Susan Leigh Foster apresentou uma conferência sobre este tema e, após sua fala, tive a oportunidade de conversar com ela sobre o assunto. Seguindo o entendimento apresentado acima, Foster nos trouxe o corpo contratado (*the hired body*), o corpo balletico (*the balletic body*), o corpo industrial (*the industrial body*) e o corpo despojado (*the released body*)<sup>65</sup> como exemplos de formas com as quais o treinamento em dança opera na

---

<sup>65</sup> Mais sobre este tema, ver: FOSTER, Susan L. Coreografias por contrato. Tradução: Leda e Mariangela de Mattos Nogueira. **Dança**, Salvador, v. 3, n. 2, p. 81-92, jul/dez. 2014. E ainda: FOSTER,

construção de corpos e nos distintos modos de produzir dança. Nossa conversa girou em torno do papel do professor de dança em ajudar o dançarino a reconhecer esses corpos estratificados, promover reflexões sobre como eles se estabelecem e, talvez, possibilitar a desterritorialização desses corpos. Trouxe este tema para a discussão como pista para articulação que apresento a seguir.

Durante a minha experiência de seis anos (2009-2015) como professor residente na Compassos Cia de Danças, uma companhia profissional de dança de Recife (PE), pude desenvolver um trabalho de pesquisa intenso com a improvisação em dança e seus aspectos criativos e pedagógicos. A princípio, fui convidado para dar aulas de dança contemporânea e trabalhar com eles duas vezes por semana durante três horas por dia. Nos outros três dias da semana, eles tinham aula de balé clássico e as aulas eram sempre seguidas dos ensaios. Trabalhei com eles três formatos de aulas que eu chamo de: aulas estruturadas, semi-estruturadas e vivenciais.

Nas aulas estruturadas, o trabalho era feito através de exercícios de dança com um forte enfoque no método de José Limón<sup>66</sup> e na *Release Technique*<sup>67</sup>, práticas que fazem parte da minha formação e que têm forte influência dos fundamentos das somáticas. As aulas seguiam uma formatação bem semelhante às aulas tradicionais de dança, nas quais um professor demonstra e os alunos repetem. Porém, mesmo com uma formatação semelhante a de uma aula tradicional, mas em consonância com as práticas somáticas, o foco da aula era no como fazer, e não, no resultado do movimento. Utilizei essa formatação como um caminho para me aproximar e entender os corpos dos dançarinos, pois tinha consciência de que no seu histórico eles estavam habituados a esse tipo de aula “cognitivista”, na qual temos que criar uma

---

Susan Leigh. *Dancing Bodies*. In: CRARY, Jonathan; SANFORD, Kwinter. (Ed.). **Incorporations**. New York: Zone 6, 1992, p. 480-495.

<sup>66</sup> A Técnica de Limón é baseada nos movimentos e filosofia desenvolvida pelos pioneiros da dança moderna Doris Humphrey e Charles Weidaman nos anos de 1930. José Arcadio Limón (1908-1972) desenvolveu seu trabalho a partir da relação do corpo com a gravidade, explorando os movimentos básicos da dinâmica entre queda e suspensão, qualidades de movimento e isolamento de partes do corpo.

<sup>67</sup> Suas raízes parecem ter surgido na década de 1930, nas explorações feitas por Mabel Elsworth Todd, que criou uma forma de educação somática. Outras figuras continuaram trabalhando e desenvolvendo os entendimentos de Todd, como Barbara Clark ou Joan Skinner, que sistematizou um trabalho derivado e deu-lhe o nome de SRT (*Skinner Releasing Technique*). Daí, surgem os princípios do que geralmente se chama “Técnica de liberação” (*Release Technique*). Essa é uma prática de movimento que se concentra na respiração, alinhamento esquelético, movimento articular, relaxamento muscular, uso da gravidade, fluidez do movimento e impulso para facilitar o movimento eficiente. Seus procedimentos têm uma forte influência do Método Feldenkrais e do *Bartenieff Fundamentals*, ambos métodos de Educação Somática.

representação (cópia) do que é mostrado no próprio corpo e na qual o objetivo é a realização de uma forma sem se prestar muita atenção ao que está acontecendo no soma. Nesse formato, aos poucos, fui introduzindo a improvisação e convidando-os a improvisar a partir de sequências de movimento dadas. Com isso, meu objetivo era possibilitar a transição do aprendizado pela forma para o aprendizado pela experiência e desenvolver neles o hábito de coletar dados da experiência de mover, para, assim, possibilitar o desenvolvimento de suas técnicas e habilidades individuais.

Depois de um tempo de acomodação recíproca, iniciei o trabalho com o formato semi-estruturado. Nesse formato, já não havia, da minha parte, quase nenhuma demonstração de movimentos que deveriam ser copiados, seguindo, com isso, um dos caminhos metodológicos das práticas somáticas, no qual os exercícios nunca são demonstrados, mas narrados. Isso oportuniza o movente a ir descobrindo uma forma pessoal de elaborar metáforas no soma, abordando-o e movendo-o a partir de um referencial pessoal, de primeira pessoa. Digo metáforas pois o movente tem de elaborar o que fazer a partir das indicações oferecidas pelo facilitador/professor e corporificá-las, ou seja, entender uma coisa em termos de outra.

Metáforas aqui são abordadas pelos entendimentos apresentados por Lakoff e Johnson (1999), em seu livro *“Philosophy in the Flesh: the embodied mind and its challenge to the Western thought”*, no qual eles nos trazem que as metáforas nos permitem a formação de imagens mentais a partir do domínio sensório-motor para serem usadas pelo domínio da experiência subjetiva. Um exemplo nesse contexto é dizer ao aluno que mova sua pelve para o lado esquerdo e se conecte com o seu peso e seu deslocamento no espaço, onde “conecte-se com seu peso” é o domínio subjetivo da experiência e “desloque a bacia para a esquerda” pertence ao domínio sensório-motor. Isso possibilita ao movente a experienciar o movimento não mais pelo viés de busca por realizar uma cópia de uma forma dada, mas a partir de seus próprios referenciais perceptivos, criando suas próprias metáforas corporais, a partir do “como” e do “o que” do movimento. Não existe aqui um certo ou errado, mas uma investigação da própria experiência de mover possibilitando a construção do conhecimento sobre si.

Quando crianças, ainda sem o domínio da linguagem, vamos experimentando com o nosso soma através do movimento e, com isso, vamos formando nossos conceitos básicos. Quando uma criança está brincando com um daqueles brinquedos

que elas têm de encaixar círculos, quadrados e triângulos em buracos, também com esses formatos, ou enchendo e derramando líquidos ou sólidos em recipientes, embora elas ainda não tenham palavras para nomear a experiência, elas estão brincando de investigar, de elaborar e entender conceitos como: dentro e fora, vazio e cheio, recipiente e conteúdo. Conceitos que mais tarde receberão um nome e serão utilizados na elaboração de conceitos mais complexos. Nessa investigação do “como” e do “o que” via movimentos, a criança corporifica seus entendimentos e o mundo passa a fazer sentido, ao mesmo tempo em que ela vai construindo seu repertório de possibilidades cognitivas.

Para Lakoff e Johnson, conceitos humanos não são apenas reflexos de uma realidade externa, mas são crucialmente formados por nossos corpos, nossos cérebros e nossa interação com o mundo, especialmente, via sistema sensório-motor. Tudo isso acontece no corpo da criança, através primeiramente do movimento, que se transforma em ação (percepção, sentido e intenção) e, depois, no entendimento e corporificação de seus “eu posso”. Com isso, ela vai elaborando e constituindo seu vocabulário de possibilidades de estar no mundo via corporeidade. Reconhecendo que cognição é corporificada, podemos ver aqui forte indicação de que o refinamento do movimento é uma potente forma de ampliar a capacidade cognitiva.

Voltando às aulas de dança, há ainda o terceiro formato, o qual chamo de vivencial. Enquanto no segundo ainda há uma estrutura a seguir com exercícios específicos de determinadas práticas somáticas, seguidos por propostas de improvisação a partir da exploração de temas como qualidades de movimento, conexões ósseas, exploração espacial a partir de metáforas específicas (circularidade, espirais, linhas e curvas, etc.), neste terceiro formato, são oferecidas apenas indicações e os alunos têm total liberdade de elaborá-las corporalmente como quiserem.

Para esse tipo de aulas, o conceito de investigação da experiência via a *epoché*, apresentado no capítulo anterior, é bem presente. Na época em que desenvolvi esse formato de aula, muito influenciado pela pós-graduação em Movimento como Prática Terapêutica da Angel Vianna, este conceito de *epoché* ainda não me era conhecido com esse nome ou com o formato que ele apresenta. Por sua semelhança com alguns procedimentos das práticas somáticas, ele aparecia em meu trabalho de forma intuitiva, a partir dos referenciais que essas práticas apresentavam;



ele só surge, com essa denominação, nas minhas reflexões e práticas, a partir do mestrado. Nele, primeiro temos a fase de suspensão pré-judicativa, ou seja, tentativa de suspender os julgamentos sobre a própria experiência, possibilitando uma mudança no tipo de atenção que o sujeito presta a seu próprio vivido, e que representa uma ruptura com a atitude natural (cotidiana). Aqui, normalmente, utilizo práticas de sensibilização da pele, respiração, meditação, entre outras, para possibilitar o movente deslocar a atenção do mundo para si.

Na fase de conversão da atenção do “exterior” ao “interior” são propostas práticas nas quais o movente tem que corporificar metáforas e imagens através do movimento. Algumas possibilidades de proposta para essa fase atribuem-se ao trabalho com os Padrões Neurológicos Básicos (PNB)<sup>68</sup>, horizontalização e verticalização do corpo via movimentos espiralados, mover-se a partir de imagens e sensações internas, entre outras. Na última fase, que é a do *deixar-vir*, ou de acolhimento da experiência, geralmente, trabalho com jogos de improvisação, onde na maioria das vezes o material para se investigar são os afetos que ficaram mais presentes no soma nas fases anteriores. Nesse tipo de formato de aula, toda a responsabilidade pela criação, elaboração e desenvolvimento dos conteúdos da investigação surge dos próprios moventes, minha função é só me deixar afetar pelo que acontece e facilitar o que vai surgindo no processo. Embora pareça aleatório e indeterminado, nesse formato de aula, há uma programação e planejamento organizados sistematicamente para possibilitar a investigação de temas específicos durante as vivências. Temas estes que, dependendo de seus objetivos, podem variar desde a investigação do peso do corpo na relação com seus apoios até a movimentação a partir dos ossos, ou ainda, a criação de dramaturgias coletivamente.

Com esse tipo de organização, objetivo facilitar para os moventes um processo de construção de conhecimento sobre si mesmos a partir de suas próprias experiências e desenvolver neles o tipo de atenção para essa experiência que apresentei no capítulo anterior, ou seja, uma atenção receptiva e panorâmica sobre

---

<sup>68</sup> Os Padrões Neurológicos Básicos (PNB) são utilizados no Sistema Laban/Bartenieff e no Body-mind Centering (práticas somáticas) e são baseados no nosso desenvolvimento ontogenético e filogenético. Eles implicam uma modificação simultânea dos sistemas nervoso e muscular rumo à complexidade. Eles são seis: respiração celular, irradiação central, espinhal, homólogo, homolateral e contralateral. Mais informações, ver: FERNANDES, Ciane. **O corpo em movimento: o sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas**. 2ª ed. São Paulo: Annablume, 2006, 408 p. E ainda: MILLER Gil W.; ETHRIDGE, Pat; MORGAN, Kate T. (Org.). **Exploring body-mind centering: an anthology of experience and method**. Berkeley: North Atlantic Books, 2010, 470 p.

os conteúdos e propriedades de suas próprias vivências. Como entender e corporificar uma coisa em termos de outra (metáforas) partindo da investigação sensório motora é o foco desses procedimentos.

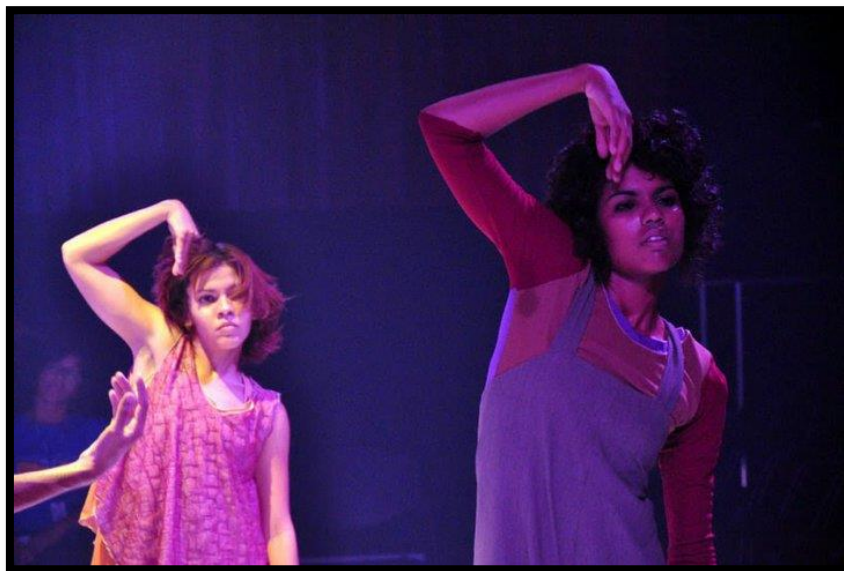
No decorrer desses seis anos em que trabalhei com estes dançarinos, participei de outros projetos da companhia. Houve um projeto para formação de dançarinos que durou um ano, no qual lecionei anatomia, fisiologia do exercício, cinesiologia, biomecânica para dançarinos e dança-teatro. Montei com a companhia um espetáculo chamado *“Be, um experimento coreográfico para quatro corpos quânticos”*<sup>69</sup>, que articulava conceitos da física quântica e que utilizava a improvisação como recurso para composição coreográfica. Meu objetivo para esse trabalho era mantê-los, durante as performances, em um estado que, na época, chamei de hiperatenção receptiva.

O formato de palco foi o de arena e a cada performance, antes de começar, eu definia qual seria “frente” e qual seria a ordem para organização dos quatro blocos que constituíam o trabalho. Também fiquei responsável pela execução do som e, em determinados momentos da performance, eu definia, via microfone, quem iria realizar determinada cena. O experimento que cabia a eles não era o de executar as coreografias, mas, a cada bloco, investigar uma qualidade específica de movimentação, desviando, assim, a atenção da “execução” para a vivência do movimento e se mantendo em um estado de hiperatenção receptiva todo o tempo.

---

<sup>69</sup> Ver <<http://quanticbe.blogspot.com.br>> – site que serviu de plataforma para acompanhar todo o processo. Lá podem ser encontrados os nomes dos intérpretes criadores e a ficha técnica do projeto.

Figura 1: Be; um experimento coreográfico para quatro corpos quânticos<sup>70</sup>



Fotógrafo: Breno César

Figura 2: Be; um experimento coreográfico para quatro corpos quânticos<sup>71</sup>



Fotógrafo: Breno César

---

<sup>70</sup> Intérpretes-criadores: Elis Costa e Janaína Gomes.

<sup>71</sup> Intérpretes-criadores: Elis Costa, Gervásio Braz, Janaína Gomes e Patrícia Costa.

Figura 3: Be; um experimento coreográfico para quatro corpos quânticos<sup>72</sup>



Fotógrafo: Breno César

Figura 4: Be; um experimento coreográfico para quatro corpos quânticos<sup>73</sup>



Fotógrafo: Breno César

No decorrer deste período de seis anos, fui percebendo como os corpos se transformavam, como mudava a qualidade de movimento dos dançarinos e como eles

---

<sup>72</sup> Intérpretes-criadores: Elis Costa, Gervásio Braz, Janaína Gomes e Patrícia Costa.

<sup>73</sup> Intérpretes-criadores: Elis Costa, Gervásio Braz, Janaína Gomes e Patrícia Costa.

foram desterritorializando seus conceitos de “corpos ideais”. À medida que íamos nos aprofundando nas experiências, eram comuns os relatos, por parte dos dançarinos, de que havia uma qualidade diferente no seu mover-se, no lidar com a própria técnica, na percepção do próprio corpo em movimento. Em geral, eles se sentiam mais conscientes quando se moviam, e conseguiam perceber isso não só nas minhas aulas, mas nas aulas de balé clássico, nos ensaios e nas apresentações do repertório da companhia.

Ficou visível, para mim, com o decorrer do tempo, que o repertório de movimentos destes moventes se expandiu, que determinados padrões de movimento desapareceram e outros surgiram, mas, principalmente, que eles estavam se tornando mais conscientes desse processo, utilizando as informações vividas em suas experiências como uma fonte de autoconhecimento. Em diversos momentos, durante as aulas, surgiram comentários do tipo: “Estou caindo naquele lugar conhecido novamente.”; “Nunca havia experimentado esse tipo de dinâmica antes.”; “Menino, mas o peso da minha bacia não me larga mais.”; “Realmente, trazer a respiração à consciência durante o movimento faz tudo parecer tão fácil.”<sup>74</sup> Este tipo de relato aponta para uma mudança na cognição desses moventes, indicando que a atenção voltada para os conteúdos da experiência foi capaz de torná-los mais conscientes do que acontecia no soma durante o mover-se. A ação/percepção (enação) passou a ser uma fonte de produção de conhecimento e de complexificação do sistema sensório-motor para eles.

Vejo, nessa experiência, a improvisação como uma forma enativa de corporificação do processo de ensino-aprendizagem através das situações que emergem nesse processo bem como possibilidade de reflexão e atualização de hábitos sensório-motores, tanto para estudantes quanto para profissionais da dança.

## **4.2. Improvisando padrões sensório motores**

Dando continuidade a este pensamento, quero agora apontar para a possibilidade que a prática da improvisação em dança tem de reconfigurar hábitos sensório-motores e de enriquecer o vocabulário (repertório) de possibilidades do soma

---

<sup>74</sup> Relatos extraídos de diário de bordo.

para mover-se, principalmente quando aliada a metodologias que favoreçam uma investigação mais profunda e atenta desse vocabulário.

Guerrero (2008), em sua dissertação de mestrado, propõe repensar as terminologias habitualmente utilizadas entre improvisadores e investigar sobre a possibilidade de se reformular hábitos. Ela nos traz um panorama extenso sobre artistas que trabalham com improvisação, atentando para o entendimento de que “não há como agir sem hábitos, mas pode-se adquirir uma ampla experiência que garanta vasto repertório” (GUERRERO, 2008, p. 33). E segue:

A experiência consolida hábitos, que são reorganizados constantemente, consciente e inconscientemente, de acordo com cada situação que nos é apresentada, indicando uma maneira adequada de agir de acordo com o contexto presente. Consequentemente, há um campo de possibilidades para a ocorrência da improvisação, que restringe as condições para sua composição, sob a incidência inevitável de hábitos. Podemos então dizer que a improvisação ocorre entre regularidades e divergências de regularidades, numa relação entre hábitos e contexto que se auto-organiza em tempo real. (GUERRERO, 2008, p. 4).

A proposta de Guerrero, em sua dissertação, é discutir algumas terminologias que indicam questões relativas às restrições implicadas em processos de improvisação. Ela propõe uma revisão de termos, observando especificamente a ação compositiva, apontando para a restrição que os hábitos impõem ao campo de possibilidades de decisão autônoma para o improvisador. Para isso, a autora parte do pressuposto de que:

[...] a improvisação é um dos diversos modos compositivos da dança, cujos arranjos ocorrem no ato de sua apresentação. Trata-se de um processo que não conta com predefinições sobre os desenvolvimentos de ações e/ou composições. A imprevisibilidade operante na improvisação gera uma série de questões que direciona focos de investigação compartilhados entre improvisadores, tais como, a busca por evitar a repetição de padrões; o interesse em ampliar o repertório de movimentos e a atenção sobre a composição; a intenção em compor constantemente novas e surpreendentes obras; a busca pela manutenção de reações espontâneas nas decisões; entre outros. Entretanto, há restrições inevitáveis incidindo sobre a improvisação, pois, não há como suprimir os hábitos. (GUERRERO, 2008, p. 4).

Acredito que o interjogo entre regularidades e divergências de regularidades que a autora aponta, quando vivenciado e investigado durante a improvisação em

dança de forma consciente e atenta, seja um gatilho para o reconhecimento dos hábitos cinestésicos e sensorio-motores e crie a possibilidade de articulá-los de forma ainda não habitual. Quando a autora nos traz que a presença inevitável de hábitos restringe as condições para sua composição do novo, questiono a que novo ela se refere. Com certeza, o novo se tornou quase um clichê quando se trata de improvisação e serve como argumento para muitos entendimentos na prática da improvisação em dança, mas, se olharmos o novo não como a criação de algo que ainda não existia, e sim, como uma possibilidade de desenvolvimento de formas diferentes de organizar a corporeidade com o vocabulário já existente, talvez, isso nos aponte para uma abordagem mais realista acerca da “novidade” e das possibilidades que a improvisação nos oferece como investigação cinestésica e de expansão da habilidade de reorganização do movimento.

Para que possamos ter experiências de improvisação significativas e conectadas com os contextos nas quais elas ocorrem e sobre as quais podemos compreender e argumentar, deve-se colocar sobre elas uma luz diferente, um tipo de atenção diferenciada, como já discutido anteriormente. Esse tipo de atenção aberta e receptiva pode nos revelar as regularidades e as divergências de regularidades que o soma produz ao improvisar. As práticas somáticas disponibilizam um rico repertório de procedimentos que viabilizam esse tipo de atenção. Um esquema é um padrão, forma e regularidade recorrentes, e esses padrões emergem como estruturas significativas para nós, principalmente, no nível de nosso movimento corporal através do espaço/tempo, nossa manipulação de objetos e nossas interações perceptivas. É importante reconhecer o caráter dinâmico dos esquemas de imagem (corporificados) como estruturas para organizar nossa experiência e a compreensão dela. Estas imagens não têm aqui o sentido pictórico de cópia do mundo, mas, sim, de “coisa, corpo, como informação física mesmo”, como ação estratégica do corpo ao se constituir corpo, como nos aponta Bittencourt (2012):

As imagens emergem como modos de sua própria percepção. Imagem no corpo é sempre uma ação que desliza pela instabilidade dos ajustes que enfrenta para se tornar presentidade. Ou seja, quando se fala em imagem, há que se levar em conta, sobretudo, o movimento presente nas ações do corpo. (BITTENCOURT, 2012, p. 13).

Segundo essa autora, as imagens que vêm do ambiente se acomodam com as que já constituem o corpo e se apresentam durante o movimento como informações

vindas dos diversos aparatos perceptivos, evoluindo e entrando no jogo de produzir padrões. O aparato sensório-motor produz suas imagens perceptivas e muitas delas tendem a se organizar de tal forma que padrões são constituídos. Esse é um processo natural que ocorre durante toda nossa vida e que é, em grande parte, inconsciente, porém, na improvisação, quando realizada com esta atenção de si receptiva, possibilita-se ao soma trazer essas imagens à consciência e trabalhar com elas.

Ao improvisarmos, temos que lidar com a complexidade que é o corpo em movimento e acionar uma forma de lidar com a experiência aberta à imprevisibilidade e ao acaso em uma dinâmica não linear. Com a prática constante deste tipo de cognição, é possível que haja uma reconfiguração das imagens (mapas neurais) e dos hábitos cognitivos, predispondo o movente a agir de forma mais aberta à imprevisibilidade da vida e encontrar novas articulações em seu fazer artístico. Essa dinâmica cognitiva não linear possibilitada pela improvisação em dança, como apresentada aqui, viabilizaria ao corpo se manter mais adaptável às alterações, nem sempre previsíveis, entre as suas partes e o entorno, expandindo a sua capacidade de inovação, criação de imagens e mudança de hábitos, ao atingirem certos patamares de complexidade em seu mover, visto que “[...] cada vez que uma coisa está sendo combinada com outra, todo o sistema precisa se reconfigurar, criando uma grande quantidade de variáveis” (MARTINS, 2002, p. 42). Essa recombinação de imagens, de forças e de formas produz reorganização e transformação do movente.

O corpo improvisador está sempre investigando possíveis resoluções para situações emergentes. O que fazer agora? Quais as possibilidades que o meu corpo me apresenta neste exato momento? Neste ambiente? Neste contexto? Essas questões são elaboradas no e pelo próprio soma, e enagidas (*enacted*) em sua movimentação a partir de um pressuposto de que existem múltiplas possibilidades de exploração.

Cartografando as memórias relativas à experiência com o processo de *Elégùn, um corpo em trânsito*<sup>75</sup>, o primeiro afeto que meu corpo revela é o da dificuldade que muitas vezes encontro, como improvisador e facilitador de processos improvisatórios, de ir além dos esquemas sensório-motores já impregnados no soma e o quanto determinadas dinâmicas de movimento reaparecem continuamente durante o

---

<sup>75</sup> Link para o blog que serviu de plataforma de compartilhamento do processo: <<https://corpoelegun.wordpress.com>>.



processo de investigação via improvisação, revelando a facilidade com que estancamos o fluxo entre regularidades e divergência de regularidades e permanecemos no que já nos é conhecido e cômodo. Neste processo criativo, eu quis investigar como a improvisação poderia subsidiar uma investigação artística em todos os seus aspectos, desde a preparação do corpo para improvisação no dia a dia dos ensaios, passando pela construção de repertório e vocabulário, transitando pelas dramaturgias até seu compartilhamento com o público.

Nós, os participantes do projeto, tínhamos um desejo de refletir sobre como a vida com todos os seus conteúdos transita pelo soma continuamente, produzindo nele as regularidades que vão sendo assimiladas e corporificadas para produzir um senso de si. Nos interessava também investigar como esse corpo poderia ir para cena e produzir um *fazer-dizer* que permanecesse aberto ao fluxo das intensidades que o atravessam no momento mesmo da encenação e, para isso, optamos pela composição em tempo real. O conceito de fazer-dizer na dança, ao qual me refiro aqui, foi elaborado por Setenta (2008)<sup>76</sup>, e segundo a autora,

O fazer- dizer do corpo insere-se numa discussão que trata o corpo que dança como pensamento politicamente investido e propositivo. Vai considerar que na produção da dança/performance ocorrem diferentes modos de fazer. Cada um deles deve ser observado a partir de como o corpo dá conta e toma conta das informações perceptivas presentes no fazer. Nesses fazeres operam-se diferentes maneiras de lidar com o corpo, daí a possibilidade de se discutir os distintos procedimentos e modos de enunciação. No processo de produção de falas artísticas é possível observar os modos de fazer ressaltando a necessidade de reconhecer a existência de diferentes maneiras de estudar e organizar falas no corpo, isto é, o fazer traz tão indistintamente o dizer que essa relação torna-se coesa, articulada, e possibilita adaptações, prospecções e emergência de aspectos da complexidade nas ações de dança onde o corpo se diz no ato de seu fazer. O fazer-dizer que se enuncia dá conta dos modos de agir e atuar artisticamente que se organizam em práticas entrelaçadas de experiências que não separam os modos do ser dos modos do mundo. (SETENTA, 2012, p. 1).

Durante o processo, a dramaturgia, ou seja, a criação de nexos de sentido, foi se revelando com o próprio investigar das questões que iam surgindo, com o próprio fazer-dizer. Os conteúdos dramaturgicamente provindos de leituras, vídeos, improvisações, reflexões e questionamentos foram se delineando e chegamos a uma metáfora que

---

<sup>76</sup> SETENTA, J. S. **O fazer-dizer do corpo: dança e performatividade**. Salvador: EDUFBA, 2008. Disponível em: SciELO Books <<http://books.scielo.org>>.

nos serviu de fio condutor para o processo criativo. Decidimos investigar se estados alterados de consciência, ou seja, estados não cotidianos de presença corporal, poderiam ser levados à cena e como eles poderiam subsidiar o fazer-dizer do soma em uma composição em tempo real.

Partindo do pressuposto de que o corpo precisa ser preparado para improvisar e acessar seus esquemas sensório-motores, os procedimentos utilizados variavam entre práticas somáticas e técnicas de meditação ativa como via de acesso a estes conteúdos. Depois de colocar o soma neste estado não cotidiano de atenção a si, nós o preparávamos para a investigação de movimentos através da improvisação. Geralmente, eram utilizados procedimentos que tinham como gatilho os Padrões Neurológicos Básicos, o processo de verticalização e horizontalização via espiralização do corpo, seguido da exploração dos temas que queríamos investigar naquele dia.

Dividimos os conteúdos da dramaturgia em ciclos e, a cada ciclo, nós os explorávamos improvisando sobre eles. Cada ciclo gerou um repertório de metáforas corporais e de vocabulário de movimentos. Quando chegamos na fase de compartilhamento (apresentações), tínhamos uma estrutura flexível que denominamos de *cartografia de afetos*, na qual tínhamos a liberdade, de a cada performance, revisitar o vocabulário que ficou impregnado no soma. Nessa cartografia, tínhamos os lugares (afetos) que queríamos visitar e o experimento era permitir que o fazer-dizer desses afetos coemergissem no momento da performance. Esse processo, em seu início, era constituído de apenas dois improvisadores; no decorrer de seus compartilhamentos, ele foi se reconfigurando, primeiramente com três, depois com vinte e um e, atualmente, ele conta com três, mais o número de investigadores que quiserem participar do experimento.

Tendo explanado como foi o processo, quero agora trazer para a discussão a questão da improvisação como possibilidade de inaugurar novas formas de organizar os esquemas sensório-motores e intensificar o fluxo entre o campo das forças e o campo das formas.

No início do processo de investigação, quando éramos apenas dois improvisadores, o outro artista estava trabalhando em um processo de montagem em uma companhia de dança profissional da cidade. Nesse outro trabalho, quanto à estética, ele poderia ser considerado como um espetáculo de dança moderna. Havia

uma coreógrafa, que criava os movimentos, e os bailarinos aprendiam esses movimentos. Havia também a possibilidade de os dançarinos (intérpretes-criadores) criarem algumas células de movimento que eram, então, utilizadas na coreografia (improvisação como recurso para composição coreográfica). Comecei a perceber em nosso processo que, quando era o momento de improvisar, no intuito de produzir vocabulário a partir de nossa dramaturgia, muitos dos conteúdos e da estética presentes no outro processo criativo surgiam em suas improvisações. Se fez necessário, então, refletir sobre o tema dos padrões sensório-motores e de como abordá-los. Lancei para ele algumas questões: como expandir tua imagem corporal e reconhecer teus padrões motores? Como permitir que diferentes movimentos, novas formas de organizar teu discurso corporal apareçam? A partir daí, todo o nosso trabalho se desenvolveu tentando corporificar esses questionamentos.

Tais questionamentos estão em relação próxima com o que Gallagher (2005) pergunta na introdução de seu livro: como é que o fato da corporificação, o fato de que a consciência é corporificada, afeta e, talvez, transforme minha experiência intencional? O autor aponta para a possibilidade de que em qualquer instância particular, exatamente por razão da nossa corporificação (*embodiment*), nós necessariamente percebemos o mundo de uma perspectiva espacial restrita e dentro de uma moldura aparentemente amorfa de um estado emocional particular.

Tais restrições pre-noéticas<sup>77</sup> ou pré-reflexivas, necessariamente, dariam forma a nossa experiência, mesmo que elas não apareçam explicitamente como parte do conteúdo fenomenal que eu experiencio. O autor afirma que o corpo humano e a forma como ele estrutura a experiência humana também formatam a experiência humana do *self*, e que, talvez, estruture a própria possibilidade de desenvolver um senso de *self*. Se o *self* é alguma coisa a mais que isso, ele é, não obstante e primeiramente, um *self* corporificado. Este entendimento coaduna com a visão de Thompson (2005), Noë (2006) e Thompson e Varela (2001) sobre a abordagem sensório-motora da cognição, que é um desenvolvimento de um dos pressupostos da Teoria Enativa.

---

<sup>77</sup> Pre-noético significa aquilo que molda a experiência sem ser ele mesmo um objeto da consciência ou parte da estrutura da consciência, enquanto noético indica uma consciência do próprio corpo, que pode não ser o centro da atenção, mas é ainda acessível através da reflexão fenomenológica. Sentimentos e emoções possuem os dois aspectos, noético e pré-noético e, por isso, eles são apenas parcialmente acessíveis à consciência de forma direta. (Gallagher, 2005).

A abordagem enativa oferece uma visão distinta de como a cognição se relaciona com a atividade corporal em três níveis: autorregulação corporal, acoplamento sensório-motor e interação intersubjetiva. A abordagem sensório-motora se concentra no segundo nível. Essa abordagem postula que o corpo como vivido subjetivamente e o corpo vivo do organismo estão relacionados (o problema corpo-corpo) através da atividade sensório-motora dinâmica e, ainda, que as estruturas e processos cognitivos emergem a partir de padrões sensório-motores recorrentes de percepção e ação. É esse entendimento que aproxima a abordagem enativa da fenomenologia, pois ambos sustentam que a cognição tem uma relação constitutiva com seus objetos. Visto pelo viés da fenomenologia clássica, a ideia é que o objeto, no sentido preciso do que é dado e experienciado pelo sujeito, é condicionado pela atividade mental do sujeito. Aproximando-se pelo viés fenomenológico mais existencial, a ideia é que o mundo de um ser cognitivo, e o que quer que ele seja capaz de experimentar, conhecer e lidar de forma pragmática, é condicionado pela forma ou estrutura desse ser.

Dito isso, voltemos ao processo de *Elégùn* para articular algumas reflexões. Partindo dos pressupostos expostos acima, pode-se inferir que, à medida que os padrões sensório-motores iam surgindo através da investigação via improvisação e podiam ser reconhecidos no momento que coemergiam da experiência, ou retrospectivamente via reflexão, era preciso elaborar procedimentos que possibilitassem reorganizá-los. Foi através da epoché, já descrita anteriormente, que conseguimos trazer a consciência para a presentidade do movimento de forma atenta e receptiva e, com isso, reorganizar esses padrões e permitir que formas diferentes de organizar o movimento surgissem. Esta parte do processo foi muito prazerosa, pois podíamos perceber o surgimento de dinâmicas sensório-motoras ainda desconhecidas e investigá-las mais profundamente.

Cada vez que o soma se reorganizava, nós explorávamos em profundidade aquela nova organização até que ela se tornasse parte do repertório de possibilidades. Tendo em vista que as experiências perceptivas dependem constitutivamente da nossa capacidade de acompanhar a interdependência entre as entradas sensoriais e as saídas motoras, pude verificar como a cada improvisação o soma ia se enriquecendo e desenvolvendo outras formas de se perceber em movimento. Foi-se observando que esta habilidade está baseada no conhecimento processual de como

a forma que cada um se move afeta os sinais sensoriais que recebe e que essa circularidade entre ação e percepção, acontecendo em um soma atento, possibilitou as mudanças que conseguimos reconhecer no nosso processo.

Quando o processo iniciou sua fase de compartilhamentos (apresentações), a investigação continuou, pois nos interessava saber como aquilo que foi investigado em sala de ensaio poderia ser investigado com a presença do olhar do outro e como isso iria influenciar o nosso fazer-dizer. Percebemos mais uma vez como o soma tende a criação de regularidades e continuamos investindo na busca de divergências de regularidades. Embora o intérprete-improvisador tivesse apenas que percorrer a nossa cartografia, tendo total liberdade de investigar novas possibilidades de fazer-dizer, com o passar dos compartilhamentos algumas dinâmicas começaram a se sedimentar e a se repetir durante as performances. Mesmo estando ciente disso, ele relatava que tinha dificuldade em sair do conhecido e experimentar dinâmicas diferentes. Em nossas reflexões pós-performances, identificamos alguns fatores que provavelmente interferiam na superação dessas regularidades, entre eles, estavam a idade dele, por ser muito jovem; o medo de estar fazendo algo “errado”; a falta de experiência de improvisar em cena; e, talvez, suas crenças e valores sobre o que é que ficava “bonito” ou não no seu corpo, ou seja, sobre o “corpo ideal” que citei anteriormente. Com o decorrer das performances, continuamos focando no caráter investigativo do trabalho e, por ser uma obra aberta, essa investigação faz parte de sua dramaturgia até hoje. Com o passar do tempo e com a prática, muitos padrões foram desaparecendo e cedendo espaço para um soma mais aberto ao imprevisto e à experimentação em cena, o que possibilitou o surgimento de novas formas de organização do movimento.

Para mim, *Elégùn* foi e continua sendo um processo muito enriquecedor, no sentido de ter aberto muitas possibilidades de investigação sobre a improvisação. Bem como, de investigar práticas e procedimentos que disponibilizem e preparem o soma para improvisar; sobre como os padrões sensório-motores se organizam e se reorganizam quando se trabalha com eles utilizando as metodologias de primeira pessoa para acessar a experiência; como levar a investigação da sala de ensaio para o espaço de compartilhamento mantendo-se atento e consciente do que se faz.

Figura 5: Elégùn: um corpo em trânsito<sup>78</sup>



Fotógrafo: Breno Cesar

Figura 6: Elégùn: um corpo em trânsito<sup>79</sup>



Fotógrafo: Paulo Pretz

---

<sup>78</sup> Criador-intérprete: Jorge Kildery.

<sup>79</sup> Criadores-intérpretes: Jorge Kildery e Giorrdani Gorki.

Figura 7: Elégùn: um corpo em trânsito<sup>80</sup>



Fotógrafo: Paulo Pretz

Figura 8: Elégùn: um corpo em trânsito<sup>81</sup>



Fotógrafo: Paulo Pretz

---

<sup>80</sup> Criadores-intérpretes: Jorge Kildery e Giorrdani Gorki.

<sup>81</sup> Criador-intérprete: Jorge Kildery.

### 4.3. Improvisando e complexificando a cognição

Partilhamos um domínio comum do qual fazemos parte em função do modo como juntos habitamos um território, coexistimos em um tempo e compartilhamos um tipo de atividade, um modo de fazer.

Passos, Kastrup e Tedesco (2014, p. 22).

Esse tópico se organizará a partir do entendimento no qual, ao improvisarmos e termos de reorganizar nossa experiência somática diante dos contextos que emergem a cada momento de todo o processo cognitivo, e levando-se em consideração que tal processo por sua vez é corporificado, vamos criando novas articulações entre cérebro, corpo e ambiente e, com isso, complexificando e flexibilizando os processos cognitivos. Com a prática constante desse tipo de experiência, a cognição vai, devido a sua plasticidade, ficando mais apta a lidar com o inesperado, tornando-se, assim, mais criativa, aumentando seu repertório de possibilidades para lidar com a realidade.

Para que alguma mudança aconteça em um sistema aberto<sup>82</sup>, nesse caso, o corpo improvisador, é preciso que haja uma reorganização das relações entre suas partes constituintes e entre o ambiente em que está inserido. As regularidades e as divergências de regularidades destas novas relações a que o sistema fica exposto irão influenciar sua habilidade de produzir mudanças na forma de organizar o movimento.

Para discutir a composição em tempo real, articulando-a com intersubjetividade em processos criativos coletivos, revisito as memórias sobre o trabalho com o Grupo X de Improvisação em Dança.

Assim que se iniciou o mestrado, fui convidado pela Prof. Dr<sup>a</sup>. Fátima Daltro para participar dos encontros semanais do Grupo X de Improvisação em Dança na Escola de Dança da UFBA. Estava claro, para mim, que para organizar minha cognição e o processo de aprendizagem durante o mestrado eu precisava me mover. Durante todo o período que residi em Salvador, participei dos encontros e das performances do Grupo X. Foi um espaço de muito aprendizado e muita reflexão sobre a improvisação como linguagem cênica e sobre o processo de criação em coletivo.

---

<sup>82</sup> Teoria Geral dos Sistemas (T.G.S.) – teoria que explica como as partes de um sistema se relacionam com o todo, como este todo se articula e como cada parte é também um todo em relação a outras subpartes (MARTINS, 1999, p. 23).



À medida que os nossos encontros aconteciam, fui percebendo como os participantes se engajam na atividade de produção criativa e conjunta numa coordenação sensório-motora em resposta às proposições trazidas, em sua maioria, por Fátima Daltro e Edu Oliveira (também professor da licenciatura e bacharelado em Dança da UFBA). Porém, como processo de criação coletiva, todos entravam com suas proposições e elas eram experimentadas e investigadas pelo grupo. Durante esse período, preparamos e apresentamos três performances, todas elas com uma estrutura definida *a priori*, nas quais tínhamos a liberdade de improvisar, sempre em relação com o todo, a cada compartilhamento. Dentro dessa estrutura aberta, cada um tinha responsabilidade consigo e com a composição de forma geral. Aqui, também, os ensaios serviam para praticar este tipo de atenção receptiva, na qual tínhamos de estar conectados com o que estava acontecendo com o grupo para decidirmos sobre nossas ações em relação à composição que ia surgindo. Geralmente, tínhamos um tema a investigar e todos contribuía para a criação de sentido no intuito de uma composição coletiva. Exercitávamos a nossa autonomia dentro desse processo relacional e a improvisação individual era voltada para uma tomada de sentido participativo.

Paolo e Thompson (2014), com relação à visão da intersubjetividade e criação de sentido participativa, dentro da abordagem enativa, apontam que, ao contrário das abordagens tradicionais, esta abordagem da cognição corporificada chama a atenção para o domínio da interação social longe do individualismo metodológico. Jaegher e Paolo (2007), também falando sobre a criação de sentido participativa, usam a ideia de autonomia aplicada aos processos relacionais que ocorre quando duas ou mais pessoas se encontram e estes encontros assumem vida própria e que as ações e intenções dos agentes que participam deste encontro não determinam completamente o resultado do mesmo. Nesses casos, tanto os padrões relacionais quanto os interatores permanecem autônomos, dando-se aí, uma interação social. Paolo e Thompson (2014) nos trazem que:

Os processos envolvidos são padrões de coordenação intercorpórea em vários níveis – gestos imitativos, regulação da distância pessoal, postura e orientação, sintonização com conversação ou ritmos de caminhada, e assim por diante (esses padrões têm sido investigados em psicologia e ciências sociais). Esta forma compartilhada de fazer sentido é o que se entende por "tomada de sentido participativo". Isso acontece em vários graus, desde a orientação da tomada de sentido

individual (alguém chama nossa atenção para um aspecto do mundo que ignoramos) ao sentido conjunto – fazer (um trabalho é literalmente criado junto através de um processo que não seria possível pelos indivíduos envolvidos por conta própria). (PAOLO e THOMPSON, 2014, p. 75, tradução minha).<sup>83</sup>

Nas investigações com o Grupo X, ficou evidente que não há ruptura na experiência entre perceber, agir, sentir e pensar, e que interação sensório-motora coletiva pode ser uma parte constitutiva da cognição social. Dado que a tomada de sentido é um processo incorporado de regulação ativa do acoplamento entre agente e mundo, a interação social, através de padrões de coordenação corporal, abre a possibilidade desse processo ser compartilhado entre os interagentes. Naquela oportunidade, o processo de corporificação da intersubjetividade via movimento possibilitava esse fluxo dinâmico entre os campos das forças individuais (vontades, desejos, afetos, percepções, escolhas estéticas) e o campo das formas, criadas pelo conjunto. Juntos construíamos territórios para que cada um pudesse contribuir com sua cartografia individual e o devir coletivo.

A própria palavra afetar designa o efeito da ação de um corpo sobre outro, em seu encontro. Os afetos, portanto, não só surgiam entre os corpos – vibráteis, claro – como, exatamente por isso, eram fluxos que arrastavam cada um desses corpos para outros lugares, inéditos: um devir. (ROLNIK, 2014, p. 57).

Com os encontros, íamos exercitando este corpo vibrátil e essa atenção receptiva para os afetos do conjunto, na qual, mais importante do que os movimentos e as ações que eventualmente criássemos era focar na intersubjetividade, na cognição e criação coletiva. Essa forma compartilhada de criação de sentido é o que se entende por "criação de sentido participativa". Isso acontecia em vários graus, a partir da orientação da tomada de sentido individual, quando, por exemplo, alguém chama nossa atenção para um aspecto do mundo que não estávamos percebendo, um movimento ou uma dinâmica de ações, bem como para a criação de sensações

---

<sup>83</sup> “The processes involved are patterns of intercorporeal coordination at various levels – imitative gestures, regulation of personal distance, posture and orientation, attunement to conversation or walking rhythms, and so on (such patterns have long been investigated in psychology and social science). This shared form of sense-making is what is meant by ‘participatory sense-making’. It happens to various degrees, from orientation of individual sense-making (someone draws our attention to an aspect of the world we have ignored) to joint sense-making (a piece of work is literally created together through a process that would not be possible by the individuals involved on their own). (PAOLO e THOMPSON, 2014, p. 75).

conjunta, na qual um trabalho é literalmente criado em conjunto através de um processo que não seria possível, por conta própria, pelos indivíduos envolvidos.

Cada ação combinatória individual irá possibilitar que todo o sistema dialogue e se posicione face a essa nova combinação produzindo sentido em coletivo. Como apontam Mundim, Meyer e Weber (2013), quando falam de composição em tempo real, improvisar pressupõe o exercício da experiência no tempo-espço que parte de uma percepção consciente do corpo e do universo que nos rodeia, um estado de atenção constante na observação e na proposição do, com e por meio do mundo, reconfigurando-o através do contato poético com a vida, de uma forma tão prática quanto subjetiva.

Desta experiência, consigo perceber o quanto esta prática de criação de sentido coletivo possibilita a complexificação da cognição, uma vez que, para além da autonomia individual, o soma precisa agir no mundo de forma relacional com um maior número de variáveis e possibilidades de ação, levando em consideração um acoplamento estrutural compartilhado em rede. Quando temos que estar abertos de forma tão intensa para o mundo que nos rodeia e permitir que ele nos afete para, em conjunto, criarmos sentido, o processo cognitivo enativo se complexifica.

Figura 9: Grupo X de Improvisação em Dança<sup>84</sup>



Fotógrafo: Edu Oliveira

---

<sup>84</sup> Improvisador: Giorrdani Gorki.

Figura 10: Grupo X de Improvisação em Dança



Fotógrafo: Edu Oliveira; Arte gráfica: Giorrdani Gorki

Figura 11: Grupo X de Improvisação em Dança<sup>85</sup>

Fotógrafo: Edu Oliveira; Arte gráfica: Giorrdani Gorki (Kiran)

<sup>85</sup> Improvisadores: Diana Carvalho e Giorrdani Gorki.

Figura 12: Grupo X de Improvisação em Dança<sup>86</sup>

Fotógrafa: Sueli Ramos; Arte gráfica: Giordani Gorki (Kiran)

Figura 13: Grupo X de Improvisação em Dança<sup>87</sup>

Fotógrafa: Liana Gesteira

---

<sup>86</sup> Improvisadores: Fafá Daltro, Eduardo Oliveira, Sonia Gonçalves, Natalia Rocha, Aline Lucena, Greyce Spósito, Taynah Melo, Cyça Lopez e Giordani Gorki.

<sup>87</sup> Improvisadores: Sonia Gonçalves, Aline Lucena, Sueli Ramos e Giordani Gorki

Figura 14: Grupo X de Improvisação em Dança<sup>88</sup>



Fotógrafa: Briza Menezes

#### 4.4. Dançando novas formas de estar no mundo: uma cartografia dos afetos

O que pode o corpo do improvisador? Metamorfosear-se em corpo-movimento, prolongando-se para além do desenho que cria no espaço-tempo, ele então se transmuta em corpo sutil, energético, paradoxal.

Gouvêa (2012b, p. 83).

A ideia de um mundo separado em dois, de binarismos e dualidades ainda se faz muito presente em nosso discurso e conseqüentemente em nossas formas de pesquisar e criar dança. Não estou interessado em experimentar um estilo metodológico de produção de conhecimento que aspira à verdade, mas uma estratégia de pesquisa e questionamento que satisfaça a complexidade da dança e

---

<sup>88</sup> Improvisadores: Cyça Lopez, Greyce Spósito, Fafá Daltro e Giordani Gorki.



do soma humano e é, por isso, que vejo na cartografia uma possibilidade viável para articular investigação, processos de subjetivação e produção de conhecimento.

O sujeito reinventa-se no trânsito de informações que atravessam o seu soma e no fluir de acoplamentos com o ambiente; estas trocas acontecem continuamente e compõem o que somos. Elas passam a ser partes constituintes do nosso modo de ver o mundo e se relacionar com ele. Sendo assim, os processos de subjetivação estão acontecendo em um espaço composto de pensamentos, significados, conceitos, e desejos, tentando encontrar coerências e sentidos por entre uma multiplicidade de modos de estar no mundo.

Segundo Thompson e Varela (2001), nossa cognição envolve três modos permanentes e entrelaçados de atividade corporal: a autorregulação, o acoplamento sensório-motor e a interação intersubjetiva. Interessa-me aqui articular o acoplamento sensório-motor com a improvisação como uma via possível de acesso ao entendimento de corpo vibrátil.

O acoplamento sensório-motor com o mundo é expresso via percepção, emoção e ação. Vejo entre o acoplamento sensório-motor e o corpo vibrátil proposto por Suely Rolnik (2014) alguns pontos de intersecção. O corpo torna-se vibrátil exatamente quando o fluxo bidirecional entre o campo das forças (o soma com seus desejos, afetos, intensidades, sensações) e o campo das formas (o mundo, com seus territórios, seus estratos, suas instituições e suas formas) está fluindo de forma equilibrada. Quando esse fluxo está fluindo com mais intensidade em qualquer uma das direções há o desequilíbrio do sistema. Improvisar é acessar o corpo vibrátil e potencializá-lo fazendo surgir a força de criação do soma. Aqui, criação não tem a ver com criatividade, embora ela também faça parte, mas com criação de mundo, de sentido, de si.

O sistema nervoso não processa informações no sentido de operações computacionais, mas cria sentido. O acoplamento sensório-motor entre organismo e meio ambiente modula, mas não determina a formação de padrões dinâmicos e endógenos de atividade neural, que, por sua vez, informam ao organismo sobre o acoplamento sensório-motor. Desse acoplamento, o soma e o mundo coemergem, são cocriados e se afetam mutuamente.

Ao improvisar, o acoplamento entre nossos desejos, nossas visões de mundo, nossas sensações, nossos afetos e a materialidade do mundo a nossa volta se influenciam e se modulam para a criação de ações significativas no contexto em que o soma está inserido.

Gostaria agora de compartilhar mais uma experiência pessoal e, a partir dela, articular a improvisação em dança como estratégia de pesquisa e a cartografia. Tal conceito fundamenta-se nas ideias de Gilles Deleuze e Félix Guattari (1995), que vêm apresentadas aqui por Suely Rolnik (2014), com vistas a refletirmos sobre a importância da construção de novas posturas e modos reflexivos sobre práticas investigativas em dança, que valorizem os processos de subjetivação e, assim, desloquem e/ou reterritorializem o corpo na dança como potencializador de saberes. Trago essa articulação por acreditar que a abordagem enativa da cognição e a cartografia apresentam vários pontos de confluência em seus pressupostos, principalmente, no que diz respeito à importância da experiência que coemerge da relação soma/mundo.

Das pistas do método cartográfico queremos, neste texto, discutir a inseparabilidade entre conhecer e fazer, entre pesquisar e intervir: toda pesquisa é intervenção. Mas, se assim afirmamos, precisamos ainda dar outro passo, pois a intervenção sempre se realiza por um mergulho na experiência que agencia sujeito e objeto, teoria e prática, num mesmo plano de produção ou de coemergência – o que podemos designar como plano da experiência. A cartografia como método de pesquisa é o traçado desse plano da experiência, acompanhando os efeitos (sobre o objeto, o pesquisador e a produção do conhecimento) do próprio percurso da investigação. (PASSOS e BARROS, 2012, p.17-18)

A inseparabilidade entre conhecer e fazer também faz parte das premissas da abordagem enativa, bem como a coemergência entre sujeito e objeto. A cartografia explora essa coemergência e faz dela sua metodologia para investigar a experiência. Quero apresentar agora os fragmentos de memória de um projeto investigativo que aconteceu na forma de residência artística no início deste ano. Nesse projeto, que teve como título *Improvisar-se Dançando: compartilhando formas de ser na dança*<sup>89</sup>, pude investigar em parceria com o *E Aí? Coletivo Artístico*, coletivo do qual faço parte, aspectos pedagógicos relacionados à improvisação, principalmente, no que se refere

---

<sup>89</sup> Blog que serviu de plataforma de compartilhamento do processo, com fotos, vídeos e textos produzidos pelo coletivo: <<https://corpoimprovisado.wordpress.com>>.



ao diálogo com as práticas somáticas e as metodologias de primeira pessoa. Desse processo, quero compartilhar o trabalho de pesquisa artística que desenvolvi, suas implicações e desdobramentos para esta pesquisa acadêmica na relação com a cartografia e o corpo vibrátil<sup>90</sup>.

Esse projeto consistiu em reunir artistas interessados em investigar a prática da improvisação como mote para a criação de fazeres artístico-políticos em dança e, com isso, fomentar a articulação de suas práticas e conhecimentos através de uma pesquisa artística de cunho teórico-prático. Esse ajuntamento teve ainda a finalidade de compartilhar saberes com linguagens que tivessem o corpo como protagonista, sendo assim, também potencial para diálogos com outras práticas artísticas (ex.: música, vídeo, literatura, teatro, performance), tendo em vista compreender as contribuições da prática da improvisação para a formação do artista na contemporaneidade.

Através de convocatória online, abrimos espaço para outros artistas da cidade participarem do projeto conosco e, depois de seleção feita a partir de currículos e cartas de intenção, oito artistas foram convidados para participar da residência. Nossa metodologia consistiu em três módulos de cinco semanas cada, nos quais, tínhamos um tema para pesquisar por módulo. No primeiro módulo, pesquisamos a relação do soma com a improvisação; no segundo, a relação do espaço com a improvisação; e, no terceiro, a relação da dramaturgia com a improvisação. O coletivo é constituído de cinco artistas independentes e os módulos foram organizados de forma que a cada semana um de nós fosse responsável por facilitar as vivências.

Semanalmente, o facilitador (escolhido por sorteio) ficaria responsável por articular o tema do módulo com suas próprias investigações e propor vivências para o grupo. Trabalhávamos três vezes por semana e três horas por encontro. Ao final de cada módulo (cinco semanas), realizávamos um encontro aberto ao público, que chamamos de “práticas compartilhadas”, nas quais, via rede sociais, convidávamos artistas e interessados a participar conosco. O público podia tanto só observar quanto

---

<sup>90</sup> Segundo Suely Rolnik (2014), o corpo vibrátil é aquele que nos permite apreender o mundo em sua condição de campo de forças que nos afetam e se fazem presentes em nosso corpo sob a forma de sensações. O exercício dessa capacidade está desvinculado da história do sujeito e da linguagem. Para este corpo, o outro é uma presença viva feita de uma multiplicidade plástica de forças que pulsam em nossa textura sensível, tornando-se, assim, parte de nós mesmos. É o nosso corpo como um todo que tem esse poder de vibração às forças do mundo.

participar da prática de composição em tempo real, que teve como estrutura dramática jogos de improvisação, nos quais as regras do jogo eram compartilhadas com o público antes de iniciarmos a sessão.

Estávamos interessados em investigar como se prepara um soma para a improvisação, como os afetos produzidos poderiam contaminar os outros e contribuir para a composição. Ao final de cada encontro, tínhamos uma sessão de improvisação, sempre em formato de jogo com regras pré-estabelecidas e, logo após, uma conversa para compartilharmos nossas experiências. Houve uma confluência de interesses e de pesquisas pessoais e todos os integrantes do coletivo estavam interessados nas práticas somáticas como forma de disponibilizar o soma para improvisação. Nesse sentido, houve uma rica troca de procedimentos, discussões e reflexões.

No primeiro módulo, que tinha como tema de investigação a relação do soma com a improvisação, investigamos como os afetos do corpo, suas sensações, percepções, lógicas de organização serviam como disparadores para o movimento. Em todos os encontros, a improvisação foi utilizada do início ao fim e, em nenhum momento, foram feitos exercícios ou procedimentos nos quais tivéssemos de copiar o que alguém mostrava. Esse foi outro ponto de confluência entre todos os facilitadores. Todos nós acreditamos que para preparar o soma para improvisar a melhor estratégia pedagógica é utilizar a improvisação como procedimento. Todos os integrantes do coletivo, além de artistas, também são professores de dança e trabalharam com diversos tipos de práticas somáticas.

Isso foi muito enriquecedor do ponto de vista pedagógico, pois muitas trocas puderam ser realizadas, discutidas e refletidas. Práticas meditativas também foram utilizadas por alguns dos proponentes e, de certa forma, todos trabalharam com a *epoché*, no meu caso, intencionalmente e, no dos outros facilitadores, intuitivamente. Isso me leva a pensar que de alguma forma, pelo menos os participantes do coletivo, compartilham do entendimento de que para se trabalhar com improvisação é preciso colocar o soma em um estado de atenção diferenciada desta que utilizamos cotidianamente. Uma atenção focada e ao mesmo tempo aberta, receptiva para os acontecimentos do corpo na perspectiva da primeira pessoa, para permitir o “deixar vir”. Os encontros se iniciavam sempre com alguma prática que desviasse a atenção para os afetos do corpo, para, em seguida, se produzir movimentos a partir desses afetos.

No decorrer das práticas, cada qual relacionava-se com seus afetos permitindo-se afetar pelos outros e, disso, vários conteúdos começavam a surgir através do movimento, na forma de temas, assuntos, intensidades, dinâmicas e qualidades de movimento. Quando chegava no momento dos jogos de improvisação, era solicitado aos participantes que, dentro das regras estabelecidas, cada um tentasse se aprofundar nesses afetos que surgiram durante as práticas anteriores e os utilizassem como material para investigação. Com isso, queríamos proporcionar aos participantes a oportunidade de investigar e se aprofundar nas suas regularidades e divergências de regularidades no ato de compor em grupo. Esse formato não foi pré-determinado pelo coletivo, mas, seguindo na ideia de cartografar os fluxos que fossem surgindo durante os encontros, essa estratégia se mostrou bastante potente no sentido de permitir aos participantes entrarem em um contato mais profundo com os conteúdos que estavam transitando por seus somas.

Outra estratégia utilizada em nossos encontros foi a de que cada proponente, antes de iniciar suas vivências, apresentasse uma questão que deveria ser resolvida no soma durante todo processo daquele dia. Essas questões deveriam estar relacionadas com o foco de investigação que cada proponente tinha para aquele dia, ou seja, o que é que ele/ela queria investigar através das práticas propostas. Alguns exemplos de questões para o primeiro módulo foram: como eu presencio o meu movimento? O que eu percebo no meu corpo quando me movo? Qual a qualidade do meu mover? Como a respiração influencia meu movimento? O que a minha pele me diz? Como me movo a partir de meus ossos? Onde os afetos são mais intensos no meu corpo? O objetivo era deixar que essas questões permeassem toda a prática para que, no momento final dos encontros, nós pudéssemos retornar a elas e compartilharmos o que elas desencadearam em cada um de nós.

Essa estratégia de utilizar perguntas foi uma ideia minha e, com ela, eu gostaria de, por um lado, aguçar a dimensão pedagógica das vivências apresentadas pelos proponentes, no sentido de que eles teriam de organizar suas práticas em torno de uma questão a ser investigada e, por outro lado, gostaria de investigar como o soma pensa via movimento. Poderia o processo de circularidade entre ação/percepção na cognição corporificada dos improvisadores, durante um trabalho de investigação via movimento (sistema sensório-motor) ser atualizado, ou seja, tornado consciente? Ou ainda, o quanto desse processo poderia ser acessado, que afetos, que intensidades,

que conteúdos e propriedades da experiência poderiam se tornar conhecimento de si, tanto no momento da improvisação quanto, retrospectivamente, durante as conversas finais? O quanto podemos ser testemunhas de nosso próprio fazer/dizer?

No segundo módulo, o tema foi a relação do espaço com a improvisação, ou seja, como a espacialidade do corpo e a espacialidade do mundo dialogam e produzem movimento, como a espacialidade pode ser disparador para metáforas no soma em movimento. Durante os encontros, questões disparadoras para os trabalhos diários tentavam articular o tema do módulo com as pesquisas pessoais dos proponentes, alguns exemplos foram: como crio espaço com o meu corpo? Como o espaço produz discursos e narrativas no corpo? Quais são os acontecimentos no espaço-corpo? Qual a dança desse espaço? Qual o espaço dessa dança? Quais metáforas de espaço eu articulo enquanto movo? Durante o módulo, além das relações espaciais do próprio soma, exploramos intervenções por todo o teatro, no qual a residência aconteceu, e fizemos várias incursões no espaço urbano.

Segundo Lakoff e Johnson (1999), como apresentado no primeiro capítulo, os conceitos sobre relações espaciais são o coração de nosso sistema conceitual, eles são o que fazem o espaço ter sentido para nós. Eles caracterizam a forma do espaço e definem nossas inferências espaciais, embora não existam como entidades fixas no mundo externo fora da nossa percepção/ação. Nós usamos conceitos de relação espacial inconscientemente e o impomos nas nossas relações com o mundo via nossos sistemas perceptivo e conceitual. Os autores apresentam o seguinte exemplo:

Por exemplo, para ver uma borboleta como no jardim, temos que projetar uma quantidade não trivial de estrutura imaginária em uma cena. Temos que conceituar os limites do jardim como um recipiente tridimensional com um interior que se prolonga no ar. Também temos que localizar a borboleta como uma figura (ou indicador de trajetória) em relação ao recipiente conceitual, que serve como um terreno (ou ponto de referência). Realizamos atos tão complexos, embora mundanos, de percepção imaginativa durante cada momento de nossa vida de vigília. (LAKOFF e JOHNSON, 1999, p. 31, tradução minha).<sup>91</sup>

---

<sup>91</sup> “For example, to see a butterfly as *in* the garden, we have to project a nontrivial amount of imagistic structure onto a scene. We have to conceptualize the boundaries of the garden as a three-dimensional container with an interior that extends into the air. We also have to locate the butterfly as a figure (or *trajectory*) relative to the conceptual container, which serves as a ground (or *landmark*). We perform such a complex, though mundane, acts of imaginative perception during every moment of our waking lives.” (LAKOFF e JOHNSON, 1999, p. 31).

Os autores nos trazem que nossos corpos (somas) definem um conjunto de orientações espaciais fundamentais que nós utilizamos, não só para nos orientar, mas para a nossa percepção da relação entre um objeto com outro. Quando nós percebemos um gato estando em frente ao carro ou atrás da árvore, essas relações espaciais *em frente* e *atrás*, entre gato e carro ou entre gato e árvore, não estão objetivamente lá no mundo, essa relação não é uma entidade no nosso campo visual. A posição do gato, atrás ou na frente, só existe relativa à nossa capacidade de projetar *frentes* e *trás* sobre carros e árvores e impor relações sobre cenas visuais relativas a essas projeções.

Dessa forma, perceber o gato como estando atrás da árvore exige uma projeção imaginativa baseada na nossa natureza corporificada. As abordagens descorporificadas da cognição diriam que estruturas conceituais têm que ter uma realização neural no cérebro e que, por acaso, faz parte do corpo, negando que qualquer coisa sobre o corpo é essencial para caracterizar o que são conceitos. Lakoff e Johnson (1999) afirmam que as propriedades dos conceitos são criadas como o resultado da forma como o corpo e o cérebro são estruturados e a forma com que eles funcionam em relações interpessoais e na relação com o mundo físico, ou seja, não há distinção entre concepção e percepção.

Nos encontros desse módulo do projeto de residência, as práticas foram todas focadas nessa relação entre soma e metáforas espaciais (orientacionais). As práticas somáticas em muitos de seus procedimentos abordam essa relação, seja através da utilização dos padrões neurológicos básicos, relações entre as partes do soma, exploração do corpo do outro via toque, exploração da tridimensionalidade do corpo, entre tantas outras. Vejo, aqui, um importante aspecto dessas práticas que possibilitam investigar a espacialidade do soma em movimento e o aspecto espacial dos acoplamentos estruturais que estabelecemos com o mundo.

Esses conceitos e metáforas espaciais são construídos ainda em nossa fase pré-verbal, quando a criança se engaja na descoberta do mundo via seu sistema sensorio-motor. Trabalhar esses aspectos da corporeidade ajuda o movente a desenvolver suas habilidades de lidar com a espacialidade na perspectiva apontada por Lakoff e Johnson (1999) de que o espaço não é uma entidade fixa fora de nós, mas se manifesta através da relação que o corpo estabelece com o mundo.

O terceiro módulo teve como tema de investigação a dramaturgia e a improvisação. Nele, exploramos o conceito de composição em tempo real e a criação individual e coletiva de sentidos no momento da improvisação. Durante os encontros, tivemos questões como: qual o corpo que você quer ter para dançar esta dança? Como construir uma dramaturgia compartilhada? Como posso contribuir com a composição geral? Como o corpo produz sentidos (dramaturgias)? Qualidade de movimento é uma dramaturgia do corpo?

Diferente de métodos mais tradicionais nos quais o corpo tem de se adaptar a uma lógica pré-existente a sua experiência e se adaptar a ela, na improvisação, o corpo pode explorar e investigar sua própria experiência e descobrir sua própria técnica, vista aqui como o caminho que se percorre para se chegar a algum lugar; inventar a forma que melhor corresponde a sua realidade estrutural, funcional e relacional para desenvolver uma habilidade. O corpo investiga qual a sua melhor forma para se mover, para cair, para girar, para pular, para criar.

Ao improvisarmos, principalmente, em grupo, não estamos inseridos em um ambiente cheio de objetos estáticos e sem sentido, mas, sim, percebemos o que fazemos com base no que o ambiente nos apresenta como potencial para ação. É através de uma interação dinâmica ou acoplamento com o ambiente que desenvolvo qualquer ação. Quanto ao acoplamento dinâmico com o ambiente, em seu artigo sobre dança, agência e enação, Merrit (2015) nos traz que:

Em termos de contingências e percepções sensório-motoras, todos os objetos do meu alcance estão totalmente presentes e disponíveis para mim, prontos para que eu possa agir sobre eles de forma significativa, e isso é o que percebo. Eu constituo o espaço de possíveis ações em virtude de como eu me relaciono espacialmente, temporalmente, estruturalmente e visualmente com os objetos no meu ambiente. (MERRIT, 2015, p. 101, tradução minha).<sup>92</sup>

Nosso soma está, enativamente, sintonizado com a situação e contexto em que se encontra, sempre acoplado e pronto para interagir e performar no ambiente em que se encontra. Improvisar é uma ação que pode ser composta por movimentos e, por ser uma ação em que eu me engajo propositalmente, nela está presente também eu

---

<sup>92</sup> “In terms of sensorimotor contingencies and perception, all the objects in my purview are wholly present and available to me, ready for me to act upon them in a meaningful way, and this is what I perceive. I constitute the space of possible actions by virtue of how I relate spatially, temporally, structurally, and visually to the objects in my environment.” (MERRIT, 2005, p. 101).

posso, eu quero e eu intenciono. Tendo isso em mente, posso inferir que cognição, como qualquer outro processo ativo, evoca um senso de agenciamento. Dentro de um entendimento enativista, portanto, a cognição pode ser considerada como um acoplamento ativo, não apenas entre organismos e meio ambiente, mas entre agentes e seus mundos.

Nos módulos anteriores, mesmo que outros somas fizessem parte do ambiente em que o movente estava inserido, o foco era outro. No primeiro, o foco era investigar as possibilidades de movimento que surgem a partir dos afetos do soma. No segundo, investigar as relações espaciais entre soma e movimento. Em ambos os módulos, já estava presente o iniciar de um pensamento dramatúrgico, uma vez que o que se fazia individualmente fazia sentido para os moventes que estavam inseridos em um contexto. Porém, no terceiro módulo, a questão de criação e busca de sentido no improvisar em coletivo levou os moventes a uma forma de acoplamento na qual a intersubjetividade e um senso de agenciamento podiam ser mais facilmente reconhecidos.

Assim, a cognição também seria altamente dependente de um senso de agência, um que envolva a percepção de outros agentes, que ofereçam essa ou aquela interação significativa, bem como o conhecimento sensório-motor pertencente as minhas próprias capacidades como participante intersubjetivo. (MERRIT, 2015, p. 102, tradução minha).<sup>93</sup>

Jeagher e Paolo (2007) apontam que, dentro do domínio da cognição social, há razões para se acreditar que existem alguns pensamentos cujo conteúdo significativo é gerado a partir dos processos interativos entre pessoas, ou seja, há alguns pensamentos que não são possíveis sem a dinâmica da interação social. O processo pelo qual esses tipos de pensamentos são formados, já citado anteriormente, esses autores denominaram de Criação de Sentido Participativo (Participatory Sense Making – PSM). É definido por eles como:

A coordenação da atividade intencional em interação, em que os processos individuais de sensação são afetados e novos domínios de sensação social podem ser gerados que não estavam disponíveis para

---

<sup>93</sup> “So, cognition would therefore also be highly dependent on a sense of agency, one that involves perceiving other agents as affording this or that meaningful interaction, as well as the sensorimotor know-how pertaining to my own capabilities as an intersubjective participant.” (MERRIT, 2005, p. 102).

cada indivíduo por conta própria. (JEAGHER e PAOLO, 2007, p. 13, tradução minha).<sup>94</sup>

Segundo esses autores, em experiências interativas, neste caso a improvisação, a agência com a qual eu atuo envolve um senso de ser-com outros, uma dimensão experiencial que regula e modula interações e movimentos. Levando esse entendimento em consideração, a prática de improvisação em dança aciona uma forma de estar no mundo que possibilita ao movente entrar em contato mais consciente com os afetos de forma compartilhada. O fluxo entre o campo das forças e o campo das formas coemerge da situação onde cada um afeta e se deixa ser afetado pelo outro, produzindo sentido em coletivo. Quanto à produção de sentidos, Jaegher e Paolo também nos trazem que sistemas cognitivos vivos participam ativamente na produção de sentidos sobre aquilo que lhes interessa; eles enagem um mundo. O fazer-sentido é um processo relacional e carregado de afetos, fundamentado na organização biológica.

Em situações socialmente interativas, como no caso da improvisação em dança, com duas ou mais pessoas, a coordenação<sup>95</sup> entre os participantes afeta a produção de sentido individual. Os indivíduos estão constantemente envolvidos na atividade de fazer-sentido e isso também é verdade nos encontros sociais. Como atividade, a produção de sentido é intencional e expressiva; é essencialmente corporificada na ação e, por consequência, é diretamente afetada pela coordenação dos movimentos em interação. Meu objetivo aqui não é me aprofundar em uma discussão sobre cognição social e intersubjetividade como abordadas pela abordagem enativa, mas queria abrir esta janela para apontar para outra possibilidade de articular a improvisação em dança com as ciências cognitivas, indicando, assim, o quão profícuo pode ser esse diálogo.

Nesse projeto, tive a oportunidade de refletir muito sobre os entendimentos que apresento aqui nesta dissertação. Foi muito enriquecedor para mim, principalmente,

---

<sup>94</sup> “This is what we call participatory sense-making: the coordination of intentional activity in interaction, whereby individual sense-making processes are affected and new domains of social sense-making can be generated that were not available to each individual on her own.” (JEAGHER e PAOLO, 2007, p. 13).

<sup>95</sup> Coordenação, como definida por estes autores (JEAGHER e PAOLO, 2007), significa a correlação não acidental entre os comportamentos de dois ou mais sistemas que estão em acoplamento sustentado, ou foram acoplados no passado, ou foram acoplados a outro sistema comum.



por essas reflexões terem sido feitas em conjunto com o grupo de participantes e por ter tido a oportunidade de fazer as articulações no/com o próprio soma.

À medida que o projeto ia acontecendo e novos conteúdos para prática e reflexão iam surgindo, íamos ajustando o nosso roteiro e a nossa metodologia de forma compartilhada. Exercitamos o ato de cartografar os afetos coletivos e direcionar nossa investigação de acordo com eles. Ao investigar as práticas somáticas como metodologias de primeira pessoa para acessarmos as experiências vividas, foi se tornando claro o seu potencial para disponibilizar o corpo para a improvisação. Muitas vezes, terminávamos os encontros e todos estavam em um estado somático que era difícil acessar através das palavras, havia uma presentidade relaxada e receptiva nos moventes. Mas, como era para nós importante acessar as experiências vividas, sugeríamos aos participantes que, através da escrita, ou desenho, ou qualquer outra forma de expressão, eles relatassem o que havia acontecido com eles para, então, compartilharmos no dia seguinte antes de iniciarmos as práticas ou publicarmos no blog que criamos para acompanhar o processo.

Tendo sempre a perspectiva enativa como fundante para minhas escolhas metodológicas, através dessa experiência, pude refletir profundamente sobre a preparação e disponibilização do soma para a improvisação dança; atualizar meus procedimentos pedagógicos; bem como investigar como a abordagem da cognição corporificada pode ajudar a entender como se dá o processo individual e coletivo de composição em tempo real. Isso me abriu um vasto campo de possibilidades para investigações futuras, focando na improvisação como objeto central de estudo.

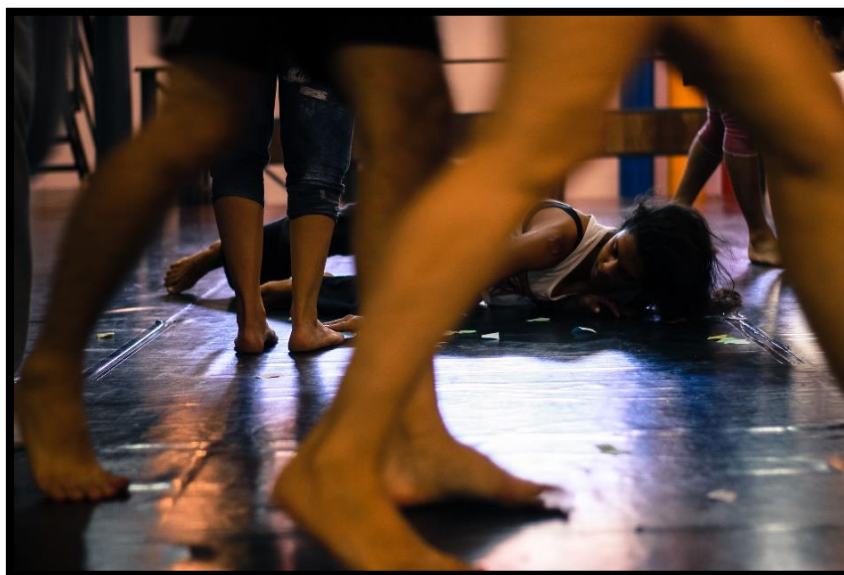
Tendo o cuidado para que a prática não fosse uma ilustração da teoria, desenvolvi aqui uma articulação, que, a partir dos pressupostos apresentados, possibilitou falar de improvisação em dança utilizando conceitos que me conduziram tanto a um aprofundamento nas minhas práticas quanto do meu entendimento como o soma produz conhecimento através do movimento.

Figura 15: Improvisar-se Dançando: compartilhando formas de ser na dança<sup>96</sup>



Fotógrafa: Vanessa Alcântara

Figura 16: Improvisar-se Dançando: compartilhando formas de ser na dança



Fotógrafa: Vanessa Alcântara

---

<sup>96</sup> Por não apresentarem os participantes do projeto com nitidez, aqui não especificarei o nome dos que estão presentes nas fotos. Os nomes dos participantes do projeto podem ser encontrados no blog citado na nota de rodapé n. 91.

Figura 17: Improvisar-se Dançando: compartilhando formas de ser na dança



Fotógrafa: Vanessa Alcântara

Figura 18: Improvisar-se Dançando: compartilhando formas de ser na dança



Fotógrafa: Vanessa Alcântara

Figura 19: Improvisar-se Dançando: compartilhando formas de ser na dança



Fotógrafa: Vanessa Alcântara

Figura 20: Improvisar-se Dançando: compartilhando formas de ser na dança



Fotógrafa: Vanessa Alcântara

## 5. IMPROVISANDO DO COMEÇO PARA O FIM E DO FIM PARA O COMEÇO

Finalizando este projeto de pesquisa, compartilho agora o lugar onde me encontro depois de percorrer essa jornada e ter expandido meu entendimento e minhas reflexões sobre o objeto de estudo e apontar para possíveis desdobramentos desse processo.

### 5.1. Cartografando o agora: do começo para o fim

Levando estas reflexões em consideração, as articulações apresentadas nessa dissertação e o histórico de experiências pessoais como artista, pesquisador e docente, aponto aqui para a possibilidade de que uma prática regular, organizada e sistematizada pedagogicamente de investigação da experiência de improvisar em dança, pautada em procedimentos que abordem a investigação da experiência na primeira pessoa e utilizando estratégias que aproximem o movente do seu fazer, de forma mais consciente, podem atualizar hábitos sensório-motores e disponibilizar o soma para a dança. Atualizar estes padrões, nesse contexto, significa tanto o processo de aprendizagem para o movente inexperiente quanto o refinamento de suas habilidades para o profissional em dança.

Tendo isso em vista, os entendimentos apresentados pela abordagem *enativa* ou *atuacionista* da cognição corporificada, que abordam a cognição como um processo de circularidade entre a ação e a percepção, indico as práticas somáticas, como metodologia de primeira pessoa, como uma estratégia possível, para, em diálogo com a improvisação, potencializarem a produção de conhecimento de si, do mundo e, assim, complexificar os processos cognitivos.

A dança, quando vista como uma forma particular de corporificação (*embodiment*) da cognição, é capaz de dissolver fronteiras entre corpo e pensamento. Movimento é pensamento e, na improvisação em dança, o movimento é pensamento reflexivo.

O que estamos sugerindo é uma mudança na natureza da reflexão de uma atividade abstrata desincorporada para uma reflexão incorporada (atenta) aberta. Por incorporada queremos nos referir à reflexão na qual corpo e mente foram unidos. O que essa formulação pretende veicular é que a reflexão não é apenas sobre a experiência, mas ela

própria é uma forma de experiência - e a forma reflexiva de experiência pode ser desempenhada com atenção/consciência. Quando a reflexão é feita dessa forma, ela pode interromper a cadeia de padrões dos pensamentos habituais e preconceções, de forma a ser uma reflexão aberta – aberta a possibilidades diferentes daquelas contidas nas representações comuns que uma pessoa tem do espaço da vida. Nós denominamos essa forma de reflexão de reflexão atenta, aberta. (VARELA, THOMPSON e ROSCH, 2003, p. 43).

Improvisar dançando é uma ação no mundo de grande complexidade capaz de reorganizar nossa cognição e torná-la mais flexível. Improvisar como um processo de circularidade implica em um conjunto de coordenações de autorreferências recursivas de movimento e percepção. Experiências de movimento improvisado são uma fonte de agentividade (ações intencionais), de relações *se-então*, de variáveis espaço-temporais. Elas estão repletas de conceitos cinéticos que têm a ver com distância, energia, velocidade, amplitude de movimento, direção, ou seja, um conjunto complexo de qualidades dinâmicas inerentes à experiência do próprio movimento. Ao mergulharmos nessa experiência, a cognição precisa flexibilizar-se e complexificar-se, possibilitando o surgimento de novas formas de estar no mundo e de mover-se.

Ao expor o soma (corpo na primeira pessoa) à situação de uma prática regular, sistematizada e constante de improvisação, é disponibilizada ao corpo a oportunidade de descobrir como se mover, como se organizar e como construir uma técnica própria a partir de suas próprias descobertas. E isso é produção de conhecimento.

Finalizo esse projeto com a certeza de que o diálogo entre a dança e as ciências cognitivas, principalmente, as abordagens da cognição corporificada, podem expandir entendimentos e perspectivas de pesquisa para ambos os campos. Em anos recentes, os atuacionistas e os neurocientistas começaram a olhar para os "especialistas do movimento" (dançarinos), tanto para considerações científicas quanto fenomenológicas sobre o pensamento com e através do movimento. Agora, nós, especialistas do movimento, precisamos entender com mais profundidade como o movimento produz conhecimento.

Na improvisação em dança, a sensação de risco, imprevisibilidade e incerteza possibilita ao movente a vivência consciente de um estado de presença corporificada da cognição. Via essa experiência mais consciente de sua autonomia, acoplamento estrutural e intersubjetividade, o soma do movente se coloca em um espaço de flexibilidade em relação as suas descobertas e aprendizado sobre si e sobre sua



relação com o mundo. A habilidade de corporificar o pensamento de forma mais flexível envolve a capacidade de poder pensar de uma forma diferente da que estamos habituados em nosso cotidiano e, com isso, produzimos formas diferentes de estar no mundo.

É importante para o campo da dança que mais pesquisas e investigações se dediquem a melhor entender como movimento produz conhecimento e como esse conhecimento pode ser articulado com seus processos criativos e pedagógicos. Através da interdisciplinaridade e do diálogo com outros campos do saber, a dança pode se beneficiar no sentido de expandir sua produção de conhecimento.

## **5.2. Improvisações futuras: do fim para o começo**

Todo esse processo surge de uma pesquisa pessoal que venho desenvolvendo há alguns anos sobre a imagem corporal e os esquemas corporais e sua relação com o corpo em movimento. Durante o decorrer deste processo de mestrado, mergulhando em autores que se dedicam ao estudo desses aspectos da corporeidade percebi que a maioria dos discursos os abordava a partir de uma visão representacionista da cognição (cognitivista). Ao ser apresentado a autores que abordam esses temas pelo viés da abordagem enativa, pude entender e reforçar a perspectiva de que, longe da representação, pode-se abordar a imagem corporal e os esquemas corporais de forma que eles possam expandir alguns entendimentos de como o soma produz conhecimento a partir de sua própria experiência cinética.

O percurso de estudo permitiu entender e, por via desse entendimento, apontar que a abordagem da cognição corporificada, quando trazida e adotada nos processos de formação em dança, contribui significativamente para a complexificação de fazeres artísticos e pedagógicos e amplia a perspectiva de pesquisas no campo da dança.

O amplo repertório de argumentos sobre a importância da corporificação para o entendimento da cognição tem sido desenvolvido de inúmeras e diferentes formas em uma variedade de campos do conhecimento. Nesse estudo, foi possível apresentar e confirmar a hipótese de que práticas regulares em improvisação em dança, numa perspectiva enativa e de primeira pessoa, expandem os aspectos formativos de dançarinos e professores de dança. É exatamente com esse entendimento que pretendo dar continuidade à investigação aqui iniciada,

reaproximando-me de abordagens que discutem e refletem acerca da imagem corporal e de esquemas corporais, no intuito de ampliar o entendimento sobre o tema e argumentar sobre quais perspectivas relacionais podem ser estabelecidas entre essas abordagens e o entendimento do corpo na improvisação em dança.

E, portanto, sigo improvisando!



## REFERÊNCIAS

- ANDRADE, Claudia C. A fenomenologia da percepção a partir da autopoiesis de Humberto Maturana e Francisco Varela. **Griot - Revista de Filosofia**, [S.l.], v. 6, n. 2, p. 98-121, dez. 2012.
- ARENDT, Ronald J. J. O desenvolvimento cognitivo do ponto de vista da enação. **Psicologia e Reflexão crítica**, [S.l.], v. 13, n. 2, p. 223-231, 2000.
- ARRAIS, Rafael. **Rumi: a dança da alma**. Editora Textos para Reflexão (eBook), 2013, 174 p.
- ASBURY, C.; RICH, B. **Learning, arts, and the brain: o relatório consórcio Dança em Artes e Cognição**. Nova York / Washington, DC: Dana Press, 2008. Disponível em: <<http://www.dana.org/Publications/PublicationDetails.aspx?id=44422>>. Acesso em: 12 jul. 2017.
- BARBOSA, Vivian V. P. Laban e Merleau-Ponty: relação entre teorias de corpo, movimento e percepção. **Moringa**, [S.l.], v. 7, n. 1, p. 97-117, jan./jun. 2016.
- BATSON, Glenna. Somatic Studies and Dance. **International Association for Dance Medicine and Science**, [S.l.], 17 set. 2009. Disponível em: <[https://www.iadms.org/associations/2991/files/info/somatic\\_studies.pdf](https://www.iadms.org/associations/2991/files/info/somatic_studies.pdf)>. Acesso em: 18 ago. 2017.
- BERTHERAT, Thérèse; BERNSTEIN, Carol. **O correio do corpo: novas vias da antiginástica**. Tradução: Estela dos Santos Abreu. 10. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2001. 175 p.
- BIANCHI, Paloma.; NUNES, Sandra M. **A Coordenação Motora como dispositivo para a Criação: uma abordagem somática na dança contemporânea**. Rev. Bras. Estud. Presença [online]. v.5, n.1, pp.148-168, 2015.
- BIANCHI, Paloma. **Abordagens somáticas em dança: uma outra perspectiva em pesquisa e criação**. DAPesquisa, v.1, n.12, p.01-12, dezembro 2014.
- BISSOTO, Maria L. Auto-organização, cognição corporificada e os princípios da racionalidade limitada. **Ciências & Cognição**, [S.l.], v. 11, p. 80-90, 2007.
- BITTENCOURT, Adriana M. **Imagens como acontecimentos: dispositivos do corpo, dispositivos da dança**. Salvador: EDUFBA, 2012, 93 p.
- BOLSANELLO, Débora P. **A educação somática e os conceitos de descondicionamento gestual, autenticidade e tecnologia interna**. Motrivivência (Florianópolis), v.11, n.36, p.306-322, 2011.
- \_\_\_\_\_. (Org.) **Em pleno corpo: educação somática, movimento e saúde**. 2ª ed. Curitiba: Juruá, 2010, 430 p.

\_\_\_\_\_. **Educação somática**: o corpo enquanto experiência. Motriz, Rio Claro, v.11, n.2, p.99-106, mai/ago. 2005.

BONDIA, Jorge Larrosa. **Notas sobre a experiência e o saber de experiência**. Revista. Brasileira de Educação. [online]. n.19, pp.20-28, 2002.

BOURGET, David; MENDELOVICI, Angela. Phenomenal Intentionality. In: ZALTA, Edward N. (Ed.). **The Stanford Encyclopedia of Philosophy**, spring 2017. Disponível em: <<https://plato.stanford.edu/archives/spr2017/entries/phenomenal-intentionality/>>. Acesso em: 12 nov. 2017.

BOURGINE, Paul; STEWART, John. Autopoiesis and Cognition. **Artificial Life**, [S.l.], n. 10, p. 327-345, 2004.

BOUYER, Gilbert C. A "nova" Ciência da Cognição e a Fenomenologia: conexões e emergências no pensamento de Francisco Varela. **Ciências & Cognição**: Revista Interdisciplinar de Estudos da Cognição, [S.l.], v. 7, p. 81-104, 2006.

BRISCOE, Robert; GRUSH, Rick. Action-based Theories of Perception. In: ZALTA, Edward N. (Ed.). **The Stanford Encyclopedia of Philosophy**, spring 2017. Disponível em: <<https://plato.stanford.edu/archives/spr2017/entries/action-perception/>>. Acesso em: 21 out. 2017.

BUSAID, Ana M. N. Como fazer a dançaprópria? **Repertório**, Salvador, n. 18, p. 144-149, 2012.1.

DAMASCENO, Letícia. **Dança e subjetividade**: construção e manifestação da memória do corpo. 2014. 229 f. Tese (Doutorado em Memória Social) – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2014.

DAMÁSIO, António. **Em busca de Espinosa**: prazer e dor na ciência dos sentimentos. São Paulo: Companhia das Letras, 2004. 358 p.

DANCY, Jonathan; SOSA, Ernest; STEUP, Matthias. **A Companion to Epistemology**. 2 ed. [S.l.]: Blackwell Publishing Ltd, 2010. 815 p.

DEPRAZ, Natalie; VARELA, Francisco J.; VERMERSCH, Pierre. A redução à prova da experiência. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, [S.l.], v. 58, n. 1, p. 75-86, 2006.

DEPRAZ, Natalie.; VARELA, Francisco J.; VERMEWSCH, Pierre. **On becoming aware**: advances in consciousness research. Amsterdam: John Benjamins Publishing, 2003. 281 p.

DOMENICI, Eloisa. Educação somática: experiências com a Reorganização Postural Dinâmica. In: CONGRESSO DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO EM ARTES CÊNICAS, 6., 2010, [S.l.]. **Anais...** [S.l.]: [s.n.], 2010.

EDDY, Martha. **A brief history of somatic practices and dance**: historical development of the field of somatic education and its relationship to dance. *Journal of Dance and Somatic Practices*. v.1, n.1, p.5–27, 2009.

ELIAS, Marina. Improvisação como possibilidade de reinvenção da dança e do dançarino. **Pós**: Revista do Programa de Pós-Graduação em Artes da EBA/UFMG, Belo Horizonte, v. 5, n. 10, p. 173-182, nov. 2015.

ENGHAUSER, Rebecca. **Developing listening bodies in the dance technique class**. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance (JOPERD)*, v.78, n.6, p33-37, 2007.

FARIAS, Priscila L. Semiótica e Cognição: os conceitos de hábito e mudança de hábito em C. S. Peirce. **Revista Eletrônica Informação e Cognição**, [S.l.], v. 1, n. 1, p. 12-16, 1999.

FERNANDES, Ciane. Quando o todo é mais que a soma das partes: somática como campo epistemológico contemporâneo. **Revista Brasileira de Estudos da Presença**, Porto Alegre, v. 5, n. 1, p. 9-38, jan./abr. 2015.

\_\_\_\_\_. Princípios somático-performativos no ensino e pesquisa em criação. In: MARCEAU, Carole; SOARES, Luiz C. C. (Org.). **Teatro na Escola**. Reflexões sobre as Práticas Atuais: Brasil-Québec. Salvador: PPGAC/UFBA, 2013a. p. 105-115.

\_\_\_\_\_. Em busca da escrita com dança: algumas abordagens metodológicas de pesquisa com prática artística. **Dança**, Salvador, v. 2, n. 2, p. 18-36, jul./dez. 2013b.

FERNANDES, Ciane. **O corpo em movimento**: o sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas. 2ª ed. São Paulo: Annablume, 2006. 408 p.

FIADDEIRO, João. **Composição em Tempo Real**. 2008. Disponível em: <<https://docdanca.files.wordpress.com/2013/10/fiadeiro-joc3a3c692c3a2c2a3o-composic3a3c692c3a2c2a7c3a3c692c3a2c2a3o-em-tempo-real.pdf>>. Acesso em: 25 nov. 2017.

FORTIN, Sylvie. Living in Movement: Development of Somatic Practices in Different Cultures. **Journal of Dance Education**, [S.l.], v. 2, n. 4, p. 128-36, 2002.

\_\_\_\_\_. Educação Somática: novo ingrediente da formação prática em dança. **Cadernos do GIPE-CIT** – Universidade Federal da Bahia, Salvador, n. 2, p. 40-55, jan. 1999.

\_\_\_\_\_. Towards a new generation: Somatic dance education in academia. **Impulse**: The International Journal of Dance Science, Medicine and Education, [S.l.], v. 3, n. 4, p. 253-262, 1995.

FORTIN, Sylvie; VIEIRA, Adriane; TREMBLAY, Martyne. The experience of discourse in dance and in somatic education. **Movimento**, Porto Alegre, v. 16, n. 2, p. 71-91, abr./jun. 2010.

FOSTER, Susan L. Coreografias por contrato. Tradução: Leda e Mariangela de Mattos Nogueira. **Dança**, Salvador, v. 3, n. 2, p. 81-92, jul./dez. 2014.

FOSTER, Susan Leigh. Dancing Bodies. In: CRARY, Jonathan; SANFORD, Kwinter. (Ed.). **Incorporations**. New York: Zone 6, 1992, p. 480-495.

FOUCAULT, M. Technologies of the Self. In: MARTIN, Luther H.; GUTMAN, Huck.; HUTTON, Patrick H. (Ed.). **Technologies of the self: A seminar with Michel Foucault**. The University of Massachusetts Press, 1988, p.16-49, 176 p.

FRALEIGH, Sondra. A Vulnerable Glimpse: Seeing Dance through Phenomenology. **Dance Research Journal**, [S.l.], v. 23, n. 1, p. 11-16, 1991.

GALLAGHER, Shaun. **How the body shapes the mind**. Oxford: Oxford University Press, 2005. 284 p.

GALLAGHER, Shaun.; ZAHAVI, Dan. **The phenomenological mind: an introduction to philosophy of mind and cognitive science**. 2<sup>nd</sup>. Ed. New York: Routledge, 2012, 244 p.

GINOT, Isabelle. Para uma epistemologia das técnicas de Educação Somática. Tradução: Joana Ribeiro da Silva Tavares e Marito Olsson-Forsberg. **Percevejo Online**, [S.l.], v. 2, n. 2, p. 1-17, 2010.

GOUVEA, Raquel V. de. A Experimentação na Improvisação de Dança. **Revista Científica / FAP**, Curitiba, v. 9, p. 160-176, jan./jun. 2012a.

\_\_\_\_\_. O corpo improvisador. **Revista Urdimento**, [S.l.], v. 2, n. 19, p. 83-91, 2012b.

\_\_\_\_\_. **A improvisação de dança na (trans)formação do artista-aprendiz: uma reflexão nos entrelugares das Artes Cênicas, Filosofia e Educação**. 2012. 160 f. Tese (Doutorado) – Universidade Estadual de Campinas, SP, Faculdade de Educação, Campinas, 2012c.

\_\_\_\_\_. **Prática corporenergética para a improvisação de dança: uma via para a manifestação da criatividade**. 2004. 197 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Estadual de Campinas, SP, Instituto de Artes, Campinas, 2004.

GREINER, Christine. **O corpo: pistas para estudos indisciplinados**. São Paulo: Annablume, 2005.

GUERRA, Estevão M. Cognição incorporada: refletindo sobre a singularidade da condição sensório-motora no desenvolvimento humano. **Ciências da Cognição**, [S.l.], v. 19, n. 2, p. 193-216, 2014.

GUERRERO, Mara F. **Sobre as restrições compositivas implicadas na improvisação em dança**. 2008. 93 f. Dissertação (Mestrado em Dança) – Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2008.

HANNA, Thomas. What is Somatics? Parte I. In: JOHNSON, Don H. (Dir.). **Bone, Breath & Gesture**. Berkeley, Calif.: North Atlantic Books, 1995. p. 341-352. Este artigo foi publicado pela primeira vez na revista Somatics: Magazine-Journal of the Bodily Arts and Sciences, v. V, n. 4, spring/summer 1986.

\_\_\_\_\_. What is Somatics? Parte III. **Somatics**: Magazine-Journal of the Bodily Arts and Sciences, [S.I.], v. VI, n. 2, spring/summer 1987.

\_\_\_\_\_. What is Somatics? Parte IV. **SOMATICS**: Magazine-Journal of the Bodily Arts and Sciences, Volume VI, No. 3, Autumn/Winter 1987-88.

\_\_\_\_\_. What is Somatics? Parte II. **Somatics**: Magazine-Journal of the Bodily Arts and Sciences, [S.I.], v. VI, n. 1, autumn/winter 1986-7.

\_\_\_\_\_. Dictionary Definition of the Word Somatics. **Somatics**: Magazine-Journal of the Mind/body Arts and Sciences, New York, Human Kinetics, [S.I.], v. 4, n. 2, p. 19-28, 1983.

\_\_\_\_\_. The Field of Somatics. **Somatics** – The Novato Institute for Somatic Research and Training, [S.I.], v. I, n. 1, p. 30-34, autumn 1976.

JAEGHER, Hanne de; PAOLO, Ezequiel Di. Participatory Sense Making: an enactive approach to social cognition. **Phenomenology and the Cognitive Sciences**, [S.I.], v.6, n.4, p.485-507, 2007.

JOHNSON, Samantha E. **Translating Embodiment**: a look at language and cognition of dance performance from studio to stage. 2016. 80 f. Dissertação (Dance Master) – State University of New York, Department of Dance of the College at Brockport, Nova York, 2016.

JOHNSON, Don Hanlon. (Org.). **Bone, breath & gesture**: practices of embodiment. Berkeley, California: North Atlantic Books, 1995. 389 p.

KASTRUP, Virgínia. A aprendizagem da atenção na cognição inventiva. **Psicologia & Sociedade**, [S.I.], v. 16, n. 3, p. 7-16, set./dez. 2004.

KASTRUP, Virgínia; TEDESCO, Silvia; PASSOS, Eduardo. **Política da cognição**. Porto Alegre: Sulina, 2015. 295 p.

LAKOFF, George; JOHNSON, Mark. **Philosophy in the Flesh**: The Embodied Mind and Its Challenge to Western Thought. New York: Basic Books, 1999. 624 p.

\_\_\_\_\_. **Metaphors we live by**. Chicago: University of Chicago Press, 1980. 276 p.

LEITE, Maria C. de V. Autoria em dança e os processos de compartilhamento em cenas improvisadas. In: COLÓQUIO INTERNACIONAL EDUCAÇÃO E CONTEMPORANEIDADE, 6., 2012, São Cristóvão/SE. **Anais...** São Cristóvão/SE: [s.n.], 2012.

LEVINE, Joseph. Materialism and qualia: the explanatory gap. **Pacific Philosophical Quarterly**, [S.l.], v. 64, p. 354-361, 1983.

LEWIS, Carine. **The relationship Between Improvisation and cognition**. 2012. 412 f. Tese (Doutorado em Filosofia) – University of Hertfordshire, Hertfordshire (UK), 2012.

LIMA, José António de Oliveira. **Educação somática: diálogos entre educação, saúde e arte no contexto da proposta da Reorganização Postural Dinâmica**. 2010. 183 f. Tese (Doutorado) – Faculdade de Educação da Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2010a.

\_\_\_\_\_. Educação somática: limites e abrangências. **Pro-Posições**, [S.l.], v. 21, n. 2, p. 51-68, 2010b.

LUTZ, Antoine; THOMPSON, Evan. Neurophenomenology: Integrating Subjective Experience and Brain Dynamics in the Neuroscience of Consciousness. **Journal of Consciousness Studies**, [S.l.], v. 10, n. 9–10, p. 31–52, 2003.

LUZ, Suzana de S. da. Estratégias de conexão entre corpos para uma poética de improvisação em dança. **ILINX – Revista do LUME**, [S.l.], n. 10, p. 145-157, 2016.

MACHADO, Adriana B.; SIEDLER, Elke. A incerteza como índice de construção de autonomia em dança. **Moringa**, [S.l.], v. 3, n. 2, jul./dez. 2012.

MARIOTTI, Humberto. Cognição, sociedade e o novo autoritarismo: uma análise de algumas abordagens científicas e suas consequências éticas. **Revista Eccos – Uninove**, São Paulo, v. 2, n. 1, p. 27-43, 2000.

MARTINS, Cleide. **Improvisação em dança: um processo sistêmico e evolutivo**. 1999. 108 f. Dissertação (Mestrado em Comunicação e Semiótica) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 1999.

\_\_\_\_\_, Cleide. **Improvisação, dança, cognição: os processos de comunicação no corpo**. 2002. 129 f. Tese (Doutorado em Comunicação) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2002.

MATURANA, Humberto; VARELA, Francisco. **De máquinas y seres vivos – autopoiesis: la organización de lo vivo**. 6. ed. Santiago, Chile: Editorial Universitaria, 2003. 140p.

\_\_\_\_\_. **A árvore do conhecimento: as bases biológicas da compreensão humana**. Tradução Jonas Pereira dos Santos. São Paulo: Palas Athena, 1995. 270 p.

MATURANA, Leonardo. Imagem corporal: noções e definições. **Efdeportes Revista Digital**, Buenos Aires, ano 10, n. 71, abr, 2004. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/>>. Acesso em: 18 set. 2014.

MELE, Claudia. Aproximações entre Viewpoints e Modo Operativo AND. In: SEMINÁRIO DE DANÇA ANGEL VIANNA, 2014. **Anais...** v.1, n. 2. [S.l.]: [s.n.], 2014.

MERLEAU-PONTY, Maurice. **Fenomenologia da percepção**. São Paulo: Martins Fontes, 2011. 662 p.

MERRIT, Michele. Thinking-is-moving: dance, agency, and radically enactive mind. **Phenomenology and Cognitive Sciences**, [S.l.], v. 14, n. 1, p. 95-110, 2015.

MORAES JÚNIOR, José de A. Para uma análise cartográfica da subjetividade na escola a partir de Nietzsche, Deleuze e Guattari. **Saberes**, Natal – RN, v. 1, n. 6, fev. 2011.

MUNDIM, Ana C.; MEYER, Sandra; WEBER, Suzi. A composição em tempo real como estratégia inventiva. **Revista Cena** – Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas/UFRGS, [S.l.], n. 13, 2013.

NAGEL, Thomas. What is it like to be a bat? **The Philosophical Review**, [S.l.], v. 83, n. 4, p. 435-50, 1974.

NOË, Alva. **Action in perception**. Cambridge: MIT Press, 2006. 277 p.

OLIVEIRA, Adriana G. **Arte, artefatos, cognição**: evolução e processos comunicativos. 2004. 87 f. Dissertação (Mestrado em Comunicação e Semiótica) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2004.

OVERGAARD, Morten; GALLAGHER, Shaun; RAMSOY, Thomas Z. An integration of First-Person Methodologies in Cognitive Science. **Journal of Consciousness Studies**, [S.l.], v. 15, n. 5, p. 100-120, 2008.

PAKES, Anna. Dance's Mind-Body Problem. **Dance Research: The Journal of the Society for Dance Research**, [S.l.], v. 24, n. 2, p. 87-104, 2006.

PAOLO, Ezequiel Di. THOMPSON, Evan. The enactive approach. In: SHAPIRO, Lawrence. (Org.). **The Routledge Handbook of Embodied Cognition**. New York: Routledge, 2014. p. 68-78.

PASSOS, Eduardo; BARROS, Regina B. A cartografia como método de pesquisa-intervenção. In: PASSOS, Eduardo; KASTRUP, Virgínia; ESCÓCIA, Lílina da. (Org.). **Pistas do método da cartografia**: pesquisa intervenção e produção de subjetividade. Porto Alegre: Sulina, 2012. 207 p.

PASSOS, Eduardo; KASTRUP, Virgínia; TEDESCO, Sílvia. (Org.). **Pistas do método da cartografia**: a experiência da pesquisa e o plano comum. v. 2. Porto Alegre: Sulina, 2014. 310 p.

PAULON, Simone M.; ROMAGNOLI, Roberta C. Pesquisa-intervenção e cartografia: melindres e meandros metodológicos. **Estudos e Pesquisa em Psicologia**, Rio de Janeiro, ano 10, n. 1, p. 85-102, 2010.

PENDLEBURY, Michael. Theory of experience. In: DANCY, Jonathan; SOSA, Ernest; STEUP, Matthias. **A Companion to Epistemology**. 2. ed. [S.l.]: Blackwell Publishing Ltd, 2010. 815 p.

PETITMENGIN, Claire. Describing one's subjective experience in the second person: an interview method for the science of consciousness. **Phenomenology and the Cognitive Sciences**, [S.l.], v. 5, p. 229-269, 2006.

QUEIROZ, Clécia F. P. **Ações bases da corporalização/embodyment BMC para performance**. In: VI Congresso de Pesquisa e Pós-Graduação em Artes Cênicas - ABRACE, 2010. Anais... [S.l.]: [s.n.], 2010.

\_\_\_\_\_. **Corporalização**: BMC em dança. Urdimento - Revista de Estudos em Artes Cênicas, v.2, n.19, p.41-51, 2012.

\_\_\_\_\_. **Corpo, mente, percepção**: movimento em BMC e dança. São Paulo: Annablume, Fapesp, 2009, 120 p.

RESENDE, Catarina. O que pode um corpo? O método Angel Vianna de conscientização do movimento como um instrumento terapêutico. **Physis**, v. 18, n. 3, p. 563-574, 2008. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/physis/v18n3/v18n3a11.pdf>>. Acesso em: 12 out. 2014.

ROCHE, Jennifer.; HUDDY, Avril. **Creative adaptations**: Integrating Feldenkrais principles in contemporary dance technique to facilitate the transition into tertiary dance education. Theatre, Dance and Performance Training, v.6, n.2, p.145-158, 2015.

ROEL, Renata S. A experiência do olhar na dança: composição em tempo presente. In: SEMINÁRIO DE PESQUISA EM ARTES DA FACULDADE DE ARTES DO PARANÁ, 7., 2012, Curitiba. **Anais...** Curitiba: [s.n.], jun. 2012. p. 74-77.

ROLNIK, Suely. **Cartografia sentimental**: transformações contemporâneas do desejo. Porto Alegre: Sulina; Editora da UFRGS, 2014. 247 p.

ROSA, João Guimarães. **Tutaméia**: Terceiras estórias. 9ª ed., Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2009. 188 p.

SADE, Christian. Enação e Metodologias de Primeira Pessoa: o reencantamento do concreto das investigações da experiência. **Informática na Educação**: teoria & prática, Porto Alegre, v. 12, n. 2, p. 42-58, jul./dez. 2009.

SADE, Christian; KASTRUP, Virgínia. Atenção a si: da auto-observação à autoprodução. **Estudos de Psicologia**, [S.l.], v. 16, n. 2, p. 139-146, maio/ago. 2011.

SANTINHO, Gabriela Di D.; OLIVEIRA, Kamilla M. **Improvisação em dança**. Guarapuava: UNICENTRO, 2013. 72 p.



SANTOS, Bárbara C. **O que mobilizo quando me movo dançando.** In: CONGRESSO NACIONAL DE PESQUISADORES EM DANÇA (ANDA), 2., 2012. **Anais...** [S.l.]: [s.n.], 2012.

\_\_\_\_\_. **A tessitura de sentidos na composição improvisada em dança:** como o dançarino cria propósitos para a cena. 2011. 114 f. Dissertação (Mestrado em Dança) – Pós-Graduação em Dança, Escola de Dança, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2011.

SANTOS, Patrícia E. O. Dança e neurociência: processos cognitivos envolvidos na criação, execução e observação estética. In: CONGRESSO NACIONAL DE PESQUISADORES EM DANÇA (ANDA), 2., 2012. **Anais...** [S.l.]: [s.n.], 2012.

SCHIPHORST, Thecla H. H. M. Embodiement in Somatics and Performance. In: \_\_\_\_\_. **The Varieties of User Experience:** Bridging Methodologies from Somatics and Performance to Human Computer Interaction. 2009. 320 f. Ph.D.Thesis – School of Computing, Communications and Electronics, Faculty of Technology, University of Plymouth, Plymouth (UK), 2009.

SETENTA, Jussara S. **O fazer-dizer de corpos:** modos de fazer dança e performance. In: ENCUESTRO LATINOAMERICANO DE INVESTIGADORES SOBRE CUERPOS Y CORPORALIDADES EN LAS CULTURAS, 1., 2012, Rosario. **Anais...** Rosario, Argentina: [s.n.], 2012.

\_\_\_\_\_. **O fazer-dizer do corpo:** dança e performatividade. Salvador: EDUFBA, 2008. 124 p.

SHAPIRO, Lawrence. **Embodied cognition.** New York, NY: Routledge, 2011. 419 p.

SHEETS-JOHNSTONE, Maxine. On the origin, nature, and genesis of habit. In: BOWER, Matt; CARMINADA, Emanuele. (Ed.). **Mind, habits and social reality.** Phenomenology and mind: The Online Journal of the Research in Phenomenology and Sciences of the Person, [S.l.], IUSS Press. n. 6, p. 76-89, 2014.

\_\_\_\_\_. **The primacy of movement.** 2. ed. Amsterdam: John Benjamin B. V., 2011. 574p.

SIEGEL, Susanna. The Contents of Perception. In: ZALTA, Edward N. (Ed.). **The Stanford Encyclopedia of Philosophy.** 2016. Disponível em: <<https://plato.stanford.edu/archives/win2016/entries/perception-contents/>>. Acesso em: 26 nov. 2017.

SILINS, Nicholas. Perceptual Experience and Perceptual Justification. In: ZALTA, Edward N. (Ed.). **The Stanford Encyclopedia of Philosophy.** 2015. Disponível em: <<https://plato.stanford.edu/archives/win2015/entries/perception-justification/>>. Acesso em: 24 nov. 2017.

SILVA, Adilson L. Corporeidade e Cognição. **Revista Conexão** (AEMS - Faculdade Integrada de Três Lagoas), [S.l.], v. 9, p. 498-505, 2012.

SILVA, Camila F. **Processo de criação**: improvisação como caminho para composição coreográfica. 2009. 102 f. Dissertação (Mestrado em Artes) – Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2009.

SILVA, Hugo L. da. **Estruturas coreográficas abertas à improvisação**. Salvador: EDUFBA, 2009.

\_\_\_\_\_. **Poética da oportunidade**: tomada de decisão em estruturas coreográficas abertas à improvisação. 2008. 141 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal da Bahia, Escola de Dança, Salvador, 2008.

SILVA, Rosemeri R. **Corpo propositor**: um ponto de partida na criação. Coleção Corpo em cena. v. 6. São Paulo: Andarco, 2013. p.63-85.

SILVA NETO, Thompson L. da. **A cognição corpórea como continuidade crítica das ciências cognitivas**. 2014. 200 f. Tese (Doutorado em Filosofia) – Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2014.

SOUZA, Beatriz Adeodato Alves de. **Corpo em Dança**: o papel da educação somática na formação de dançarinos e professores. 2012. 117 f. Dissertação (Mestrado em Dança) – Programa de Pós-graduação em Dança, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2012.

SPAIN, Kent de. The cutting edge of awareness: reports from the inside of improvisation. In: ALBRIGHT, Ann C.; GERE, David. (Ed.). **Taken by surprise**: a dance improvisation reader. Middletown, Connecticut: Wesleyan University Press, 2003. 304 p.

SPAIN, Kent de. **Dance improvisation**: creating Chaos. Contact Quaterly, v. 18, n. 1, p. 21-27, 1993.

STRAZZACAPPA, M. **Educação Somática**: seus princípios e possíveis desdobramentos. Repertório Revista Acadêmica de Teatro e Dança, v.2, n.13, p.48-54, 2009. (Edição Eletrônica). Disponível em: <<https://portalseer.ufba.br/index.php/revteatro/article/view/4013>>. Acesso em: 06/02/2016.

TAVARES, Maria C.G.F. **Imagem Corporal**: conceito e desenvolvimento. Barueri, SP: Manole, 2003, 147 p.

THOMPSON, Evan. **Mind in Life Biology**: Phenomenology and the Sciences of Mind. [S.l.]: Harvard University Press, 2007. 568 p.

\_\_\_\_\_. Sensorimotor subjectivity and the enactive approach to experience. **Phenomenology and the Cognitive Sciences**, [S.l.], v. 4, n. 4, p. 407–427, dez. 2005.

THOMPSON, Evan; VARELA, Francisco J. Radical embodiment: neural dynamics and consciousness. **Trends in Cognitive Sciences**, [S.l.], v. 5, n. 10, p. 418-425, 2001.

TINOCO, Mariana M. Terapia através do movimento como dispositivo de cuidado no SUS. **POLÊMICA**, [S.l.], v.15, n.2, p.001-014, jul. 2015. Disponível em: <<http://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/polemica/article/view/17954/13291>>. Acesso em: 15 jan. 2017.

TURTELLI, Larissa S.; TAVARES, Maria da C. G. C. F.; DUARTE, Edison. Caminhos da pesquisa em imagem corporal na sua relação com o movimento. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, [S.l.], v. 24, n. 1, p. 151-166, set. 2002.

TYE, Michael. Qualia. In: ZALTA, Edward N. (Ed.). **The Stanford Encyclopedia of Philosophy**. 2016. Disponível em: <<https://plato.stanford.edu/archives/win2016/entries/qualia/>>. Acesso em: 12 nov. 2017.

VARELA, Francisco J. O reencantamento do concreto. In: CADERNOS de subjetividade: o reencantamento do concreto. São Paulo: HUCITEC/EDUC, 2003. p. 71-86.

\_\_\_\_\_. Neurophenomenology: a methodological remedy for the hard problem. **Journal of Consciousness Studies**, [S.l.], v. 3, n. 4, p. 330-349, 1996.

\_\_\_\_\_. **Sobre a competência ética**. Trad. Artur Mourão. Lisboa: Edições 70, 1995, 104 p.

VARELA, Francisco J.; SHEAR, Jonathan. (Ed.). **The view from within**: first person approaches to the study of consciousness. Thorverton, UK: Imprint Academic, 1999a. 320p.

\_\_\_\_\_. First-Person methodologies: what, why, how? **Journal of Consciousness Studies**, [S.l.], v. 6, n. 2-3, p. 1-14, 1999b.

VARELA, Francisco J.; THOMPSON, Evan; ROSCH, Eleanor. **A mente incorporada**: ciências cognitivas e experiência humana. Tradução: Maria Rita Secco Hofmeister. Porto Alegre: Artmed, 2003.

\_\_\_\_\_. **The embodied mind**: cognitive science and human experience. Cambridge: MIT Press, 1991. 328 p.

VASCONCELOS, Christian S. **Atenção a si**: da auto-observação à auto-produção. 2009. 178 f. Tese (Doutorado em Psicologia) – Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2009.

VELLOSO, Marilla. **Body mind centering e os sistemas corporais**: uma possibilidade de integração no ensino da dança. In: BOLSANELLO, Débora Pereira (org). Em pleno corpo. Curitiba: Juruá Editora, 2009, pp.147-157.

VIEIRA, Jorge da A. Metodologia, complexidade e arte. **Revista do LUME** – Núcleo Interdisciplinar de Pesquisas Teatrais da UNICAMP, Campinas, n. 4, dez. 2013.

\_\_\_\_\_. **Teoria do conhecimento e arte**: formas de conhecimento – arte e ciência uma visão a partir da complexidade. Fortaleza: Expressão Gráfica e Editora, 2008. 136 p.

\_\_\_\_\_. **Rudolf Laban e as modernas ideias científicas da complexidade**. Cadernos do Gipe-CIT, n.2, Bahia, PPGAC - Escola de Teatro/Escola de Dança, Universidade Federal da Bahia, p.17-30, 1999.

VIEIRA, Marcílio Souza. **Abordagens somáticas do corpo na dança**. Rev. Bras. Estud. Presença, Porto Alegre, v.5, n.1, p.127-147, jan./abr. 2015.

WARBURTON, Edward C. Re-languaging embodiment in dance phenomenology and cognition. **Pós**: Revista do Programa de Pós-Graduação em Artes da EBA/UFMG, Belo Horizonte, v. 3, n. 5, p. 151-179, 2013.

WILSON, Robert A.; FOGLIA, Lucia. Embodied Cognition. In: ZALTA, Edward N. (Ed.). **The Stanford Encyclopedia of Philosophy**. 2017. Disponível em: <<https://plato.stanford.edu/archives/spr2017/entries/embodied-cognition/>>. Acesso em: 12 fev. 2017.

ZALTA, Edward N. (ed.) **The Stanford Encyclopedia of Philosophy**. The Metaphysics Research Lab Center for the Study of Language and Information. Stanford University, Stanford. Disponível em: <<https://plato.stanford.edu/>>, acesso em 18/02/2017.