



Daniella de Araújo Lima

Desmanual de Anatomia

Tese de Doutorado

Tese apresentada ao Programa de Pós-graduação em Literatura, Cultura e Contemporaneidade da PUC-Rio como requisito parcial para obtenção do grau de Doutora em Letras.

Orientadora: Profa. Ana Paula Veiga Kiffer

Rio de Janeiro
Agosto de 2022



Daniella de Araújo Lima

DESMANUAL DE ANATOMIA

Tese apresentada ao Programa de Pós-graduação em Literatura, Cultura e Contemporaneidade da PUC-Rio como requisito parcial para obtenção do grau de Doutora em Letras. Aprovada pela Comissão Examinadora abaixo assinada:

Profa. Ana Paula Veiga Kiffer

Orientadora

Departamento de Letras – PUC-Rio

Profa. Lígia Losada Tourinho

Departamento de Dança – UFRJ

Profa. Patrícia Caetano

Departamento de Terapia ocupacional – UFRJ

Marina Souza Lobo Guzzo

Instituto Saúde e Sociedade – UNIFESP

André Bocchetti

Faculdade de Educação – UFRJ

Rio de Janeiro, 2 de setembro de 2022

Todos os direitos reservados. É proibida a reprodução total ou parcial do trabalho sem autorização da universidade, da autora e do orientador.

Daniella de Araújo Lima

Graduada em Comunicação Social/Jornalismo pela PUC-Rio (1998), Mestre em Teatro pela Uni-Rio (2005), Doutora em Literatura, Cultura e Contemporaneidade pela PUC-Rio com a presente tese. Artista e pesquisadora do corpo e do movimento, escreveu os livros *Corpo, política e discurso na dança de Lia Rodrigues* (2007) e *Gesto: Práticas e Discursos* (2013). Colabora com diversos artistas da dança, do teatro e das artes visuais. Desde 1997 dirige a Cia de Dança Dani Lima.

Ficha catalográfica

Lima, Daniella de Araújo

Desmanual de anatomia / Daniella de Araújo Lima ; orientadora: Ana Paula Veiga Kiffer. – 2022.
312 f. : il. color. ; 30 cm

Tese (doutorado)–Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Departamento de Letras, 2022.
Inclui bibliografia

1. Letras – Teses. 2. Educação somática. 3. Corporalização. 4. Body-Mind Centering. 5. Anatomia experiencial. 6. Performatividade da matéria. I. Kiffer, Ana Paula Veiga. II. Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. Departamento de Letras. III. Título.

CDD: 800

À Nena e Mia, pelas quais e com as quais me torno um elo na cadeia mitocondrial entre passado e futuro.

Agradecimentos

São muitas as parcerias que trilharam comigo a trajetória desta pesquisa e às quais eu gostaria de agradecer. Começo agradecendo à Ana Kiffer, que acolheu esta pesquisa no PPGLCC ainda em estado vibratório e que me apresentou às palavras de tanta gente, abrindo muitas janelas de pensamento; agradeço a todas as pessoas com quem eu tive a oportunidade de estudar durante estes quatro anos: aos professores do PPGLCC, à comunidade do Ciclo de Estudos Selvagem, à comunidade do Programa de Estudos Independentes Humusidades e à Zoy Anastassakis; ao Grupo de Estudos Gostosinhos – parceria fundamental para revelar os caminhos dessa pesquisa; à comunidade do Body-Mind Centering e em especial às minhas mestras.es Tarina Quelho, Diego Pizarro, Adriana de Almeida Pees, Marila Velozo, Mijal Shahak e à maga Bonnie Bainbridge Cohen; agradeço ao querido Ale Duarte, por ter me introduzido ao universo dos mistérios somáticos e me ensinado a rastrear suas pistas, e por ter me estimulado à fazer a formação do SME-BMC; agradeço aos meus alunos do curso de Artes Cênicas da PUC-Rio, que se disponibilizaram a embarcar nas minhas viagens; agradeço ao Grupo de Estudos de Anatomia Experiencial do Rio de Janeiro pelos aprendizados compartilhados; agradeço em especial a todas os participantes dos Laboratórios de Anatomia Sensível de 2020 e 2021, colaboradores fundamentais nessa aventura, tecendo junto comigo a malha desta tese (são tão numerosas os que há um anexo só para elas.es no final); agradeço às amigas e amigos sem as.os quais teria sido impossível seguir adiante nos últimos anos – pelo companheirismo, pelas conversas, pelo afeto, pelos desabafos, pelas festas, pela troca vibratória essencial e movente; agradeço à Camila e Ricardo pelas trocas inspiradoras, generosas e afetuosas; agradeço à minha irmã de coração Silvia, por sua amizade tão dedicada e presente, por ter me dado a mão para sair da beira do buraco, me ajudando a trilhar o caminho das pedras até o final; agradeço ao Felipe e à Bia que nadaram do meu lado nesse finalzinho, e ao André que me jogou uma bóia cheia de entusiasmo, dando fôlego pras últimas braçadas; agradeço à minha filha Mia, por existir, por me ensinar tantas coisas, entre elas o amor incondicional; agradeço à Imbaúba e ao céu que me ajudaram a arejar o pensamento durante a escrita, às plantas – Ficus, Comigo Ninguém Pode, Espada de São Jorge, Samambaia, Lírio da Paz, Bouganville, que me lembraram a cada dia a importância de tomar sol e beber água, às maritacas que me lembraram de acordar, ao Bagunça pela presença companheira ronronante e quentinha, a esta casa que me deu chão e segurança para esta travessia; agradeço à minha mãe, por seu amor gigante e dedicado e por seu incentivo e apoio total para meu mergulho nos estudos do corpo, e como não podia deixar de ser, agradeço a todos os organismos vivos do meu corpo por esta jornada que trilhamos juntas na Terra.

Resumo

Lima, Daniela; Kiffer, Ana Paula Veiga. **Desmanual de anatomia**. Rio de Janeiro, 2022. 312 p. Tese de Doutorado – Departamento de Letras, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

A presente pesquisa parte do pressuposto de que vivemos um momento ímpar de transformação planetária, no qual está evidenciada a crise do Antropoceno, e que para expandir o horizonte das formas de pensar, de imaginar e de sentir, visando uma reconstrução do eixo da vida no planeta, é urgente valorizar as dimensões sensíveis do corpo como alternativas às abordagens objetificantes perpetradas pelas tradições epistemológicas ocidentais racionalistas, colonizadoras e capitalistas que nos conduziram até aqui. Tomando como eixo central a abordagem somática de anatomia experiencial Body-Mind Centering, a pesquisa se propõe a pensar alguns princípios advindos de suas práticas, em diálogo com reflexões teóricas de pensadoras contemporâneas, a partir de uma metodologia difrativa, tal qual proposta por Donna Haraway (2004, 2019) e Karen Barad (2007, 2012, 2017). A questão investigada versa sobre como uma poética da matéria corpórea pode contribuir para o pensamento e para a arte contemporâneas comprometidas com a tarefa de gerar uma postura-ação micropolítica de reconfiguração das potências de presença e de atuação do corpo com o meio ambiente, tanto na cena quanto na vida. A pesquisa é teórico-prática e se propõe a investigar as noções de saber celular e de performatividade da matéria, relacionando simpoieticamente insights brotados de práticas pessoais, com relatos de experiências e ressonâncias criativas geradas nos Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (oferecidos em 2020 e 2021), e com abordagens da física quântica, da biologia, das somáticas, da dança e das ciências sociais. A tese pretende, através do jogo entre esses diferentes registros de escrita, fabular uma poética do Body-Mind Centering, entendido como uma metodologia de fabulação especulativa do corpo.

Palavras-chave

Educação somática; corporalização; Body-Mind Centering; anatomia experiencial; performatividade da matéria.

Abstract / Resumen / Résumé

Lima, Daniela; Kiffer, Ana Paula Veiga. **Anatomy Unmanual**. Rio de Janeiro, 2022. 312 p. Tese de Doutorado – Departamento de Letras, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

This research is based on the assumption that we're living in an unparalleled moment of planetary transformation, where a crisis of the Anthropocene becomes evident, and that, to expand our thinking, imagining, and feeling horizons, intending to rebuild the axis of life on this planet, it's urgent to value the body's sensitive dimensions as alternatives to the objectifying approaches perpetrated by rationalist, colonizing, and capitalist Western epistemological traditions that have brought us here. Using as its core the somatic approach of Body-Mind Centering experiential anatomy, this research intends to consider some principles born from its practices, in dialogue with theoretical reflections by contemporary thinkers, through diffractive methodology, as proposed by Donna Haraway (2004, 2019) and Karen Barad (2007, 2012, 2017). The issue investigated here deals with how a physical matter poetics can contribute to contemporary thought and art that is committed to the task of generating a micropolitical action-posture to reconfigure a body's presence and action powers in regards to the environment, both on stage and in life. The research is theoretical-practical, and intends to investigate the notions of cellular knowledge and the performativity of matter, sympoietically connecting insights stemming from personal practice to experience reports and creative resonance generated in the Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível [Sensitive Anatomy Performance Workshops] (offered in 2020 and 2021), as well as perspectives from quantum physics, biology, somatics, dance and social sciences. Through the interplay of these different writing registers, the dissertation attempts to fabulate a type of Body-Mind Centering poetics, understood as a methodology for speculative body fabulation.

Keywords / Palabras clave / Mots clefs

Somatic education; embodiment; Body-Mind Centering; experiential anatomy; performativity of matter.

Sumário

1. Cinco explorações de contorno 15

- 1 | manifesto 15 • 2 | uma histórica entre os rapazes 17 •
- 3 | em busca do corpo 19 • 4 | com quem, para quem 22 •
- 5 | o que e como 24

2. Educação somática 44

- Soma 44 • Somáticas 47 • Estrutura e Função 50 •
- Awareness*, Consciência 51 • Autoridade Somática 56
- Gesto 59 • Educação vitalista 62 • Teoria Social Somática 66 • Uma epistemologia somática? 70 •
- Ecosomática 74

3. Body-Mind Centering 78

- atomia do corpo morto 79 • Bonnie 92 •
- rendizado experiencial 95 • Visualização, matização e corporalização 99 • Anatomia corpo vivo 117

4. Saber celular 124

- Células 128 • Consciência celular & Sistema nervoso 138 • Metáfora 155 • O equilíbrio fluido-membrana 165 • Micropolíticas da subjetividade 184 • Vitalidade erótica 192 • Sabedoria 205 • Estar perdida 213

5. A matéria sente e pensa 222

- Difração, vibração, ressonância, magnetismo 222 •
- Artes de notar 228 • Revolução dos sentidos 232 •
- Fronteiras não param quietas 247

6. Inconclusão 283

7. Referências bibliográficas 295

8. Anexo 1: Laboratórios 304

9. Anexo 2: Links e acessos 308

Lista de Figuras

- Figura 1 - Padrão de difração (imagem da internet) p. 1
- Figura 2 - Histologia: tecido ósseo/disco epifisário (ATLAS DE HISTOLOGÍA) p. 14
- Figura 3 - Ilustração - desenho em fluxo somático p. 15
- Figura 4 - Ilustração - desenho em fluxo somático p. 17
- Figura 5 - Ilustração - desenho em fluxo somático p. 19
- Figura 6 - Ilustração - desenho em fluxo somático p. 22
- Figura 7 - Ilustração - desenho em fluxo somático p. 24
- Figura 8 - Padrão de reflexão (imagem da internet) p. 29
- Figura 9 - Padrão de difração (imagem da internet) p. 29
- Figura 10 - Difração e interferência - Desenho original de Thomas Young mostrando efeitos de interferência em ondas sobrepostas (em Thomas Young, *Philosophical Transactions*, 1803) p. 30
- Figura 11 - Padrões de difração e interferência na água (Foto de Berenice Abbott, "The Science Pictures: Water Pattern", em BARAD, 2007, p. 77) p. 33
- Figura 12 - Difração no mar (imagem da internet) p. 33
- Figura 13 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (maio e junho de 2021) e Cama de gato - Wikiwand p. 42
- Figura 14 - Histologia: tecido celular (ATLAS DE HISTOLOGÍA) p. 43
- Figura 15 - Histologia: tecido ósseo/sistema de Havers (ATLAS DE HISTOLOGÍA) p. 77
- Figura 16 - *De humani corporis fabrica*, de Andrea Vesalius, 1554 p. 86
- Figura 17 - *De humani corporis fabrica*, de Andrea Vesalius, 1554 p. 86
- Figura 18 - *De humani corporis fabrica*, de Andrea Vesalius, 1554 (detalhe) p. 86
- Figura 19 - *De humani corporis fabrica*, de Andrea Vesalius, 1554 (detalhe) p. 86
- Figura 20 - *Anatomia del corpo humano*, de Juan Valverde de Amusco, Roma, 1559 p. 87
- Figura 21 - *De humani corporis fabrica*, de Andrea Vesalius, 1554 p. 87
- Figura 22 - *De humani corporis fabrica*, de Andrea Vesalius, 1554 p. 87
- Figura 23 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (maio e junho de 2021 de 2021) p. 90
- Figura 24 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (maio e junho de 2021 de 2021) p. 91
- Figura 25 - Bonnie Bainbridge Cohen (disponível em: <https://www.instagram.com/p/Cddq2d5r5N7/>) p. 94
- Figura 26 - *Absorbe the earth force* em <https://siennatree-blog.tumblr.com/post/35013458316> p. 100
- Figura 27 - Circulação sanguínea (imagem da internet) p. 101

Figura 28 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (maio e junho 2021) p. 103

Figura 29 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (maio e junho 2021) p. 104

Figura 30 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (maio e junho 2021) p. 105

Figura 31 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (junho 2021) p. 111

Figura 32 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (junho 2021) p. 113 e 115

Figura 33 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (junho 2021) p. 116

Figura 34 - Mapas corporais dos alunos de graduação em Artes Cênicas da PUC-Rio p. 122

Figura 35 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: desenho de Amaranta Gasperotto Krepschi (Junho 2021) p. 127

Figura 36 - Histologia: tecidos celulares diversos (ATLAS DE HISTOLOGÍA) p. 133

Figura 37 - Histologia: tecidos celulares diversos (ATLAS DE HISTOLOGÍA) p. 134

Figura 38 - Imagem do padlet Contramanual de Anatomia para Tempos Brutos (<https://padlet.com/danilima65/7eixoxcm8nyogq25>) p. 137

Figura 39 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Desenho de Tatiana Vitória Penna dos Santos (maio 2021) p. 142

Figura 40 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Desenho de Raquel Amaral (maio 2021) p. 143

Figura 41 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Improvisação de Babi Fontana (agosto 2021) p. 146

Figura 42 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Sonho de Ludmila Rosa (agosto 2021) p. 147

Figura 43 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Desenho de Anne Karoliny Cristino de Souza (maio 2021) p. 148

Figura 44 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Desenhos de Amaranta Gasperotto Krepschi, Valéria Martins, Milene Lopes Duenha, Laura Silveira, Zoé Freitas, Luiza Marcier, Fernanda Kut, Luana Bezerra, Liana Caldeira (maio e junho de 2021) p. 150

Figura 45 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Desenhos de Irene Milhomens, Larissa Coty, Laura Silveira, Taís Almeida, Nicolas Miranda, Larissa Coty (maio e junho de 2021) p. 151

Figura 46 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Desenho de Irene Milhomens (maio 2021) p. 152

Figura 47 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (maio, junho, julho, agosto 2021) p. 159

Figura 48 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (junho 2021) p. 163

Figura 49 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (junho 2021) p. 172

Figura 50 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Poema de Ludmila Rosa (junho 2021) p. 174

Figura 51 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Infiltração de Camila Jorge (junho 2021) p. 176

Figura 52 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Infiltração de Camila Jorge (junho 2021) p. 177

Figura 53 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Desenho de Amaranta Gasperotto Krepschi (junho 2021) p. 178

Figura 54 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (junho 2021) p. 180

Figura 55 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (junho 2021) p. 181

Figura 56 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (junho 2021) p. 182

Figura 57 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Improvisação de Tayson Pio (junho e julho 2021) p.191

Figura 58 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Fotos de Samuel Frare (junho 2021) p. 200

Figura 59 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (junho 2021) p. 201

Figura 60 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Escrita de Amaranta Gasperotto Krepschi; vídeo de Camila Venturelli (maio e junho 2021) p. 202

Figura 61 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Fotos de Camila Venturelli (junho 2021) p. 203

Figura 62 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Escritas de Amaranta Gasperotto Krepsch e Ludmila Rosa (junho 2021) p. 204

Figura 63 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Fotos de Camila Venturelli (maio 2021) p. 208

Figura 64 - Posts no Instagram de Bonnie Bainbridge Cohen p. 212

Figura 65 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível: Foto de Bia Figueiredo (junho 2021) p. 219

Figura 66 - Histologia: Fibras reticulares/ glândula suprarrenal (ATLAS DE HISTOLOGÍA) p. 221

Figura 67 - Histologia: Corpúsculos de Pacinni/receptores vibracionais p. 227

Figura 68 - Tecido conjuntivo/ fibras de colágeno (ATLAS DE HISTOLOGÍA) p. 231

Figura 69 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (junho 2021) p. 238

Figura 70 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (agosto 2021)p. 241

Figura 71 - Histologia: Tecido nervoso/astrocistos (ATLAS DE HISTOLOGÍA) p. 246

Figura 72 - Radiografia das mãos (Arquivo pessoal) p. 266

Figura 73 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (agosto 2021) p. 268

Figura 74 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (agosto 2021) p. 269

Figura 75 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (agosto 2021) p. 270

Figura 76 - Laboratórios Performativos de Anatomia Sensível (agosto 2021) p. 271

Figura 77 - Histologia: Tecido ósseo lesionado /osteoclastos (ATLAS DE HISTOLOGÍA) p. 276

Figura 78 - Imagem do Lago Amadeus, Austrália, via satélite p. 277

Figura 79 - Imagem de rio na Islândia via satélite p. 278

Figura 80 - Angioplastia das artérias cerebrais p. 279

Figura 81 - Histologia: tecidos ósseo, pulmonar (brônquios) e epitelial; imagens do Irã e de Oman, via satélite p. 280

Figura 82 - Histologia: Tecido celular /íleo (ATLAS DE HISTOLOGÍA) p. 282

Figura 83 - Ossos no chão do cemitério São João Batista (Arquivo pessoal) p. 288

Figura 84 - Osso no chão do cemitério São João Batista (Arquivo pessoal) p. 289

Figura 85 - Cachorro no cemitério São João Batista (Arquivo pessoal) p. 290

Figura 86 - Cachorros no Cemitério São João Batista (Arquivo pessoal) p. 290

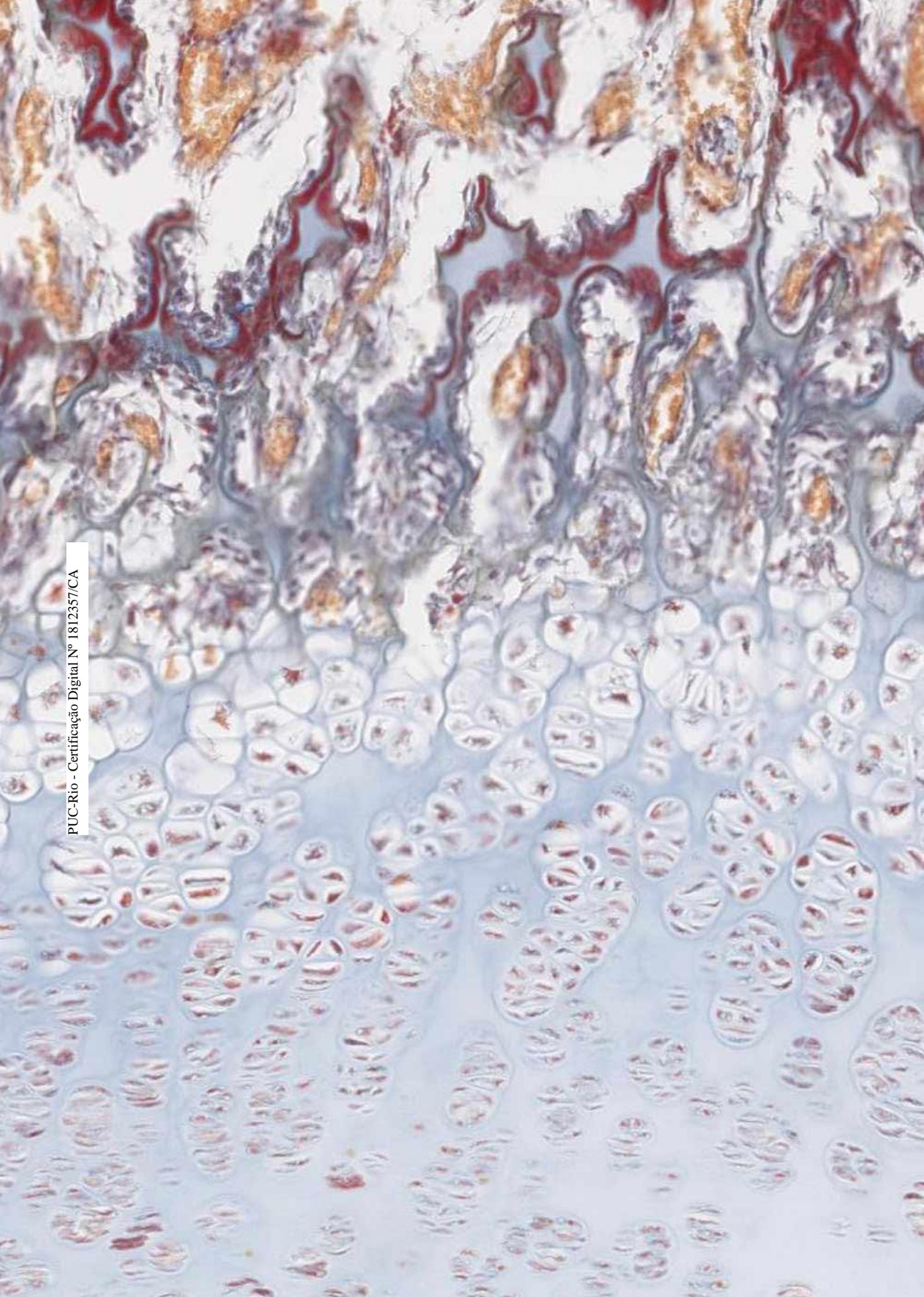
Figura 87 - Flores ressecadas no chão do cemitério São João Batista (Arquivo pessoal) p. 291

Figura 88 - Formação marinha e cabelos de minha mãe (Arquivo pessoal) p. 292

Figura 89 - Minha mãe e eu (Arquivo pessoal) p. 293

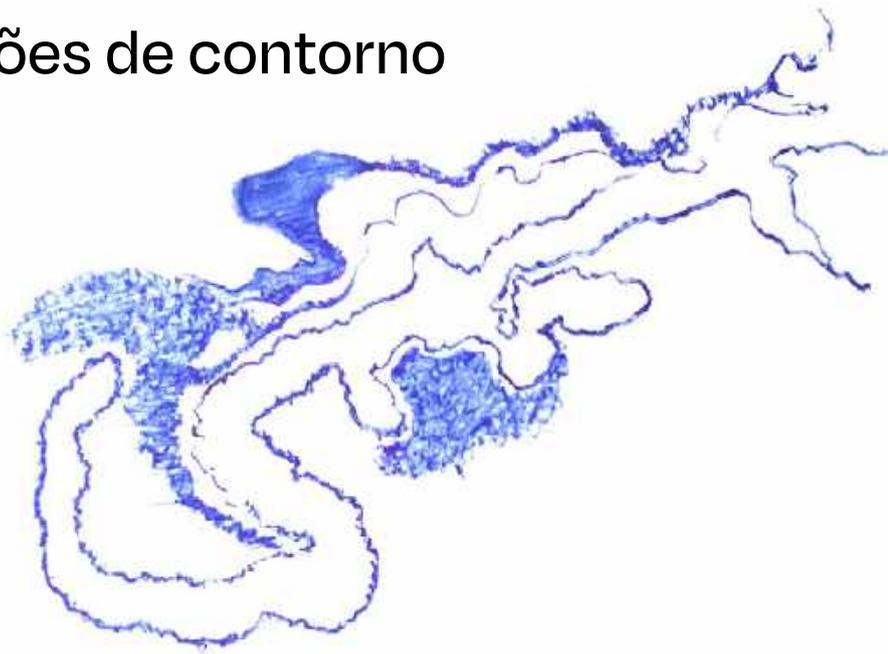
Figura 90 - Minha mãe e eu (Arquivo pessoal) p. 293

Figura 91 - Histologia: Tecido celular/ plexo coroide (ATLAS DE HISTOLOGÍA) p. 294



1. Cinco explorações de contorno

1|manifesto



É preciso refazer o corpo. Mais uma vez. E sempre. E a cada dia. É preciso refazer o corpo agora. Como um gesto de sobrevivência. E como um manifesto, um gesto político.

Temos muitos indícios hoje de que vivemos um momento ímpar de transformação planetária e que o futuro não vai seguir mais apenas reproduzindo o passado. Mas qual mundo está por vir, não sabemos. A singularidade do momento é vivida com assombro e o futuro é apenas pressentido, nem sequer conseguimos imaginá-lo¹. De diferentes lugares, pensadores de todas as áreas do conhecimento, das ciências biomédicas e tecnológicas às humanidades e às artes, buscam avaliar o que se tornou insustentável nos modos de vida do presente. Buscam fazer diagnósticos que possibilitem delinear projetos de futuro. Não temos sistemas epistemológicos, conceituais, nem imaginários para dar conta do que vem em sua totalidade. É preciso, mais do que revê-los, refazê-los, fabular especulativamente realidades (im)possíveis para expandir o horizonte das formas de conhecer, de pensar, de imaginar, de sentir e de se relacionar, visando uma reconstrução do eixo da vida no planeta.

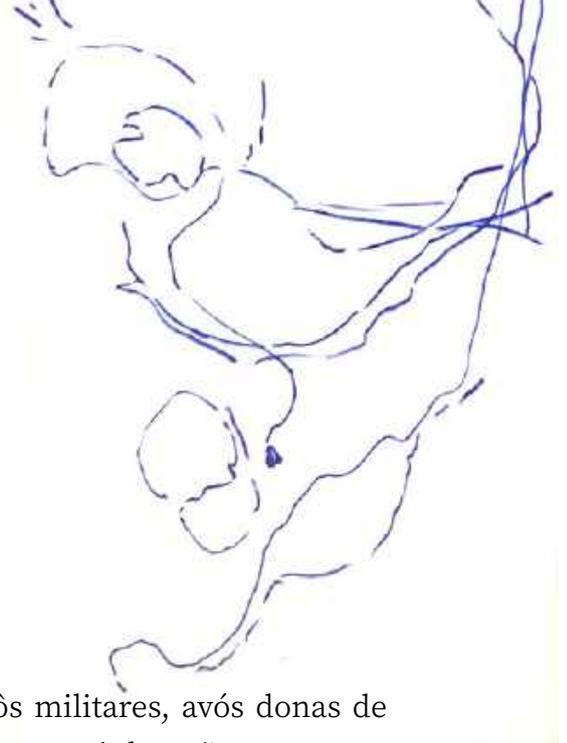
Sabemos que o barco da história que nos trouxe até aqui está com as madeiras podres, se decompondo, abrindo um buraco no casco de onde é possível enxergar tudo o que ficou submerso no escuro profundo por mais de cinco séculos, todo o chão do oceano da tradição civilizatória colonialista moderna. Quando podemos enxergar o fundo do passado conduzindo ao colapso do presente,

1 TADDEI, 2020.

nos perguntamos como foi possível sustentar essa navegação por tanto tempo. Suas construções epistemológicas iluministas, humanistas, racionalistas, antropocêntricas, masculinistas já vêm demonstrando sua falência há décadas. Há em toda parte uma mesma cadeia interligada de fenômenos sociais, políticos, econômicos e ambientais que revelam as formas como este colapso vem se apresentando: o acirramento das desigualdades sociais a nível global, a ascensão dos novos fascismos, a proliferação de embates violentos entre minorias políticas e poderes instituídos, o agravamento da crise ambiental ao ponto de ameaças apocalípticas, e, como clímax, a crise sanitária da pandemia do Covid-19 que varreu todo o planeta com a promessa de ser o início de uma nova era de pandemias virais regulares e incontroláveis. Estamos na crise do Antropoceno, essa era geológica na qual os efeitos da ação humana passaram a deixar marcas irreversíveis nos sistemas geológicos, biológicos e atmosféricos, e porque não dizer, sociais. Como podemos seguir vivendo aqui?

Os fundamentos de uma percepção da realidade que garantiram até aqui que as coisas são de um certo modo e vão sempre seguir sendo assim parecem estar sendo abalados. Então, é preciso que sejamos capazes de reimaginar novas possibilidades a partir de outros gestos fundadores. O corpo tem um papel importante nesse processo, porque é no corpo e em sua relação com o mundo que reside a capacidade de reinaugurar os padrões de resposta, de redesenhar os mapas neuronais, de fundar novas realidades perceptivas e gestuais. Faz-se então urgente valorizar as dimensões sensíveis do corpo, dimensões críticas e alternativas às abordagens objetificantes perpetradas pelas tradições epistemológicas ocidentais iluministas, racionalistas, colonizadoras e capitalistas que nos conduziram até aqui. Um caminho possível, que investigarei no decorrer desta tese, faz uma aposta na matéria de que somos feitos, em um mergulho para dentro que é em direção ao lado de fora, buscando nessa exterioridade de dentro uma postura-ação micropolítica face aos novos desafios. Trata-se de fazer um investimento em recorporalizar o corpo, reequipar seu poder de ação através da aprendizagem de um *saber-sentir*, rearticulando o pensamento à materialidade de sua natureza corpórea.

2 | uma histérica entre os rapazes



Sou de uma família de classe média alta, avôs militares, avós donas de casa. Meu pai era médico, cirurgião de cabeça e pescoço. Minha mãe nunca trabalhou fora de casa, e criou seus 4 filhos com a ajuda de uma empregada doméstica, Elazir, que começou a trabalhar lá em casa com seus 17 anos. Eram 3 meninos, um seguidinho do outro e, 8 anos depois, uma menina temporã – eu. Os meninos estudando em colégio de padres e eu estudando em colégio de freiras. Muita culpa cristã nos corredores da casa. Os meninos jogavam futebol, faziam surf, curtiam Deep Purple e motocicletas. Eu fazia balé, devorava os clássicos da literatura e amava os Beatles. Nos fins de semana, o programa era ver os filmes dos diretores aclamados no cinema, ler os romances *best-sellers* da vez e ir ao Teatro Municipal ver as grandes companhias internacionais de dança. Meu pai colecionava a National Geographic, ouvia jazz em seu gravador de rolo e fumava cachimbo. Minha mãe fazia trabalhos manuais de todos os tipos, cuidava das plantas, pintava as unhas de vermelho, tinha os cabelos bem curtos e um Seiko prateado no punho. Tínhamos um Passat e uma poltrona Berger de couro. Uma casa na praia, um pastor alemão, um gato siamês e bacalhau aos domingos.

A nossa educação tinha pouco espaço para a sensibilidade e para a sutileza. Entrar em contato com o que se sentia e falar sobre isso era chamado de frescura. Fato: não me lembro de termos livros de poesia em casa. Mas a inteligência era valorizada, e ser inteligente era ser capaz de raciocinar com clareza, de pensar com a razão, de falar sobre um assunto importante. Assuntos importantes eram aqueles que estavam nos jornais. Havia pouca escuta para o corpo e para os afetos sensíveis. O corpo era domínio da medicina, dos esportes e do Balé Bolshoi. Manifestações diferentes do corpo se tratavam com remédios ou com *whisky*. Quase não se falava em psicanálise e muito menos em terapias alternativas. Fui cedo rotulada de histérica pelos meus irmãos porque eu tinha alguns rompantes de raiva de vez em quando. Ninguém em casa jamais me perguntava o que eu estava sentindo. Era alguma frescura. Meu pai morreu quando

eu tinha 13 anos, de um ataque fulminante do coração, jogando tênis em Búzios. Eu era muito apegada à ele, mas mal chorei a sua morte, eu não queria parecer histérica. Já começava aí um processo de dissociação do corpo sensível. No ano seguinte, entrei para o teatro da escola. Lá eu podia ser bem histérica. A arte foi a minha tábua de salvação, me colocou em contato com meu corpo e com minhas emoções, e me proporcionou caminhos para traduzi-las.

Esta pesquisa é, de certa forma, uma conversa tardia com a minha família. Escrevo para aquelas.es que, como eu, foram educadas.os separando corpo e pensamento, levadas.os a acreditar que só se pensa com a cabeça. Para aquelas.es que defendem a objetividade e a racionalidade acima de tudo, e para as.os quais as indeterminações atrapalham o pensamento. E para aquelas.es que gostariam de tentar imaginar novos modos de pensar com o corpo e que precisam de pistas de acesso. A pesquisa é um libelo pela valorização de uma educação sensível do e pelo corpo, pela possibilidade de descoberta de outros registros de inteligência menos apoiados unicamente numa ideia cartesiana e masculinista de saber racional e mais aberta a outros modos de conexão com o mundo, ligados a um saber-sentir corpóreo, sensorial, sensual e empoderador.

3 | em busca do corpo



Desde menina eu fazia aulas de balé, como é comum às meninas de classe média-alta no Brasil. Aos 14 anos, encontrei o teatro na escola com o professor Reginaldo Saadi, que tinha sido ator do Teatro Oficina, dirigido por José Celso Martinez Corrêa. Alguns anos depois ele foi demitido da escola, mas seguimos fazendo teatro com ele no nosso grupo amador, Território Livre. Lá aprendi muito sobre sexualidade, política e cultura brasileira. Com 16 anos, eu saí da casa de minha mãe, fui morar com amigos em Santa Tereza e trabalhar como garçonne num restaurante chique da Lagoa. Larguei o curso de História na UFF e fui fazer Teatro na Unirio. Do teatro, fui levada para a dança contemporânea e para as técnicas circenses. Ingressei na Escola Nacional de Circo com 19 anos, enquanto fazia aulas de dança com a uruguaia Graciela Figueroa e com o Grupo Coringa. Graciela libertou meu “pescocito de russa”, me ensinou a deitar no chão e a sonorizar a respiração e a dança sem pudor. Suas aulas-acontecimento me introduziram no universo do movimento orgânico, do prazer do corpo dançante. Em 1986, junto com um grupo de amigos do circo, do teatro e da dança, fundamos o coletivo de circo-teatro-dança Intrépida Trupe, para integrar a missão cultural do Circo Voador na Copa do Mundo no México. Eu tinha então 21 anos.

Desse momento em diante me profissionalizei como artista do corpo e da cena, enquanto estudava paralelamente Jornalismo na PUC-Rio. Esse binômio prática artística de corpo + estudos teóricos viria a ser uma marca repetida na minha história. Fundei minha própria companhia de dança em 1997 – Cia Dani Lima – com a qual desenvolvi uma linguagem artística que ganhou repercussão no meio da dança e das artes contemporâneas brasileiras e internacionais, trilhando 25 anos de atividades artísticas ininterruptas. Nos anos 2000, senti desejo de voltar à universidade e fiz mestrado em Teatro na Unirio, com uma pesquisa sobre a dança política da coreógrafa carioca Lia Rodrigues. A tese viria a ser publicada em 2007, inaugurando um longo período de pesquisas artísticas sobre as relações entre gesto, discurso e performatividade política, que resultou em

várias performances, palestras e no livro *Gesto: práticas e discursos*, publicado em 2013, pela Cobogó.

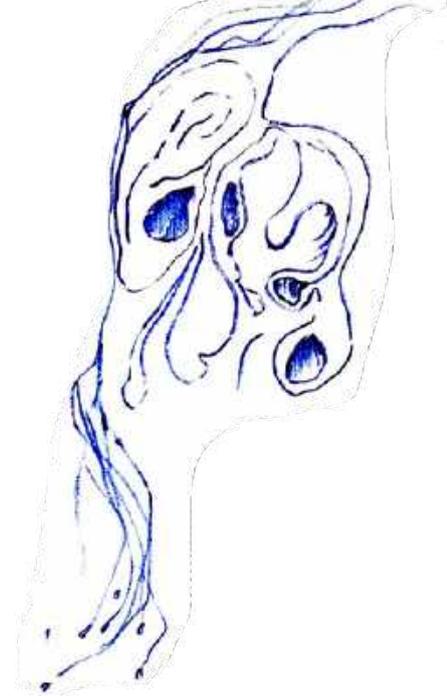
Durante os 35 anos de minha trajetória profissional como artista-pesquisadora do corpo e da dança, experimentei práticas corporais variadas, diversas técnicas de dança e métodos de educação somática, entre os quais a ginástica holística, que pratico há mais de 20 anos. Foi na sala de trabalho da minha amiga Silvia Soter, professora do método da Dra. Ehrenfried, onde tive a oportunidade de compreender, na carne, a diferença fundamental entre um movimento e um gesto. Essa distinção, à qual voltarei ao longo da pesquisa, não é apenas conceitual. Ela enfatiza a importância de ser capaz de dominar a modulação dos gestos e chama a atenção para as dimensões performativas menos explícitas que envolvem a presença do corpo. Era comum eu sair das aulas da Silvia achando que nenhum trabalho efetivo tinha sido feito no corpo, porque não era algo visível e sensível a nível da musculatura superficial, mas fui aprendendo, aos poucos, a reconhecer os espaços movidos por dentro e as mudanças no tônus postural e na sensação geral acarretada pelo trabalho. Outras foram as práticas somáticas que, ao longo de minha trajetória, me revelaram também diferentes camadas do gesto. O Contato-Improvisação me acordou para a poética da relação com a gravidade, me ensinando o prazer de reconhecer e de ceder meu próprio peso para o chão e para os parceiros de dança. Também me revelou as infinitas possibilidades de modulação de um toque e, conseqüentemente, das relações táteis que podemos estabelecer com pessoas e objetos parceiros na dança e na vida. A Análise Funcional do Corpo no Movimento Dançado (AFCMD), pelas mãos de Nathalie Shulmann, me proporcionou conhecer e experimentar corporalmente o pensamento movente do pesquisador e rolfista Hubert Godard, através do qual pude vivenciar relações entre o eixo ponderal e a orientação espacial na construção da postura e do movimento.

A partir de 2016, com o estudo de anatomia e fisiologia experienciais pela abordagem do Body-Mind Centering (BMC)² recebi um chamado para uma experiência ainda mais radical de corpo. Nestes 7 anos que tenho me dedicado à formação de Educador do Movimento Somático (SME) pelo método Body-Mind Centering, tenho aprendido como incorporar as estruturas do corpo na tessitura do gesto e da consciência. O Doutorado me deu a oportunidade de estudar mais profundamente esta abordagem.

2 Usarei aqui frequentemente a sigla BMC como abreviação de Body-Mind Centering, como é usada dentro da School for Body-Mind Centering. No entanto, devido a questões puramente operacionais, me dou a liberdade de não respeitar, neste texto, o uso da marca que deve vir, no Brasil, associada ao nome: Body-Mind CenteringSM.

Esta pesquisa, portanto, se inscreve dentro da minha longa trajetória em direção às práticas sensíveis do corpo. Ela é motivada pela certeza de que, assim como eu, outras pessoas podem ser tocadas pela importância de empreender essa revolução na relação que temos com nossos corpos e com o mundo a partir de nossos corpos.

4 | com quem, para quem



Pode ser até que o trabalho aqui desenvolvido não se insira direta ou explicitamente no campo em que fui formada e onde trabalho ativamente como artista, pesquisadora e professora universitária, lá se vão 30 anos. Digo tal coisa porque não me detenho a aprofundar as pesquisas desse campo específico, no qual existem valiosas contribuições investigando o encontro entre as diferentes abordagens somáticas e as artes da cena e da dança em especial, muitas das quais estão presentes aqui, no corpo desta tese.

No encontro com o Programa de Pós-graduação em Literatura Cultura e Contemporaneidade da PUC-Rio e com Ana Kiffer, minha orientadora, a pesquisa traçou outro percurso, dialogando diretamente com reflexões teóricas de pensadoras.es contemporâneas.os de fora das artes cênicas, mesmo quando essas autoras falam a partir de esquemas e sistemas teóricos distintos, apontando, a meu ver, para um conjunto de problemas que atingem o nosso tempo – como a crise climática e a exigência de outras epistemes que repensem a relação homem-natureza, ou a distopia generalizada, a fronteirização dos corpos e os anúncios de fim de mundo, acelerados por uma pandemia mundial que recolocou em cheque todas as nossas conexões com o mundo – exigindo repensarmos as potências de presença e de atuação do corpo com o meio ambiente, humanos e não humanos, tanto na cena quanto na vida.

Me propus a ler junto com tais pensadoras.es as experiências de anatomia experiencial do Body-Mind Centering, buscando elucidar como essa poética da matéria corpórea pode contribuir para o pensamento e para a arte contemporâneas comprometidas com a tarefa de promover, como propõe a bióloga Donna Haraway³, “a recuperação parcial de um mundo danificado.” Ao me propor a abraçar como objeto de pesquisa um universo de práticas desconhecidas da

3 HARAWAY, 2019, p. 27 (a paginação se refere ao PDF da edição disponível online).

maior parte de minhas.meus colegas e professores.as, fui me dando conta de que escreveria também para leitoras.es que, talvez, pouco ou nunca tenham ouvido falar em educação somática ou em Body-Mind Centering, e para quem a própria noção de “somático” tem, muito provavelmente, uma conotação negativa ligada à doença.

Essa pesquisa tem a intenção de ser uma escrita-convite para a aventura de viver nossa realidade somática, de conectar as nossas matérias corporais e delas e com elas se arriscar a pensar. Escrevo para chamar a atenção para a necessidade de conhecer a partir da matéria do corpo, acreditando que para poder narrar novas histórias com poder de transformação é preciso comprometer os alicerces corporais mais íntimos. Considero de fundamental importância que o movimento de cuidado com o mundo, urgente na atualidade, parta do cuidado com o próprio corpo. Estou atenta para o risco de que esse “cuidar do próprio corpo” possa ser interpretado unicamente como a manutenção de uma rotina de bem-estar, envolvendo alimentos saudáveis, exercícios físicos conscientes, respiração etc. Mas não se trata apenas disso. Do que se trata, talvez, só seja possível responder no traçar de algumas pistas fugidias no corpo desta pesquisa. Parto da convicção de que enquanto nos relacionarmos com os nossos corpos de maneira instrumental, vamos seguir usando os nossos recursos e os recursos dos outros corpos do planeta em uma relação de uso-abuso de tudo e de todos, perpetrada por pelo menos quatro séculos de civilização ocidental capitalista. Mas sei que este movimento de reapropriação do mundo-corpo e do corpo-mundo é tão utópico quanto essencial. Talvez seja precisamente neste paradoxo que resida a força e a inutilidade desta pesquisa.

É claro que existem muitos outros caminhos de encontro com este corpo sensível. Por exemplo, o compromisso com uma arte de observar atenta aos corpos, humanos e não-humanos, que foram esquecidos, subordinados e relegados às margens da história ocidental, muitos dos quais nunca se afastaram do corpo, como nós o fizemos, nunca se separaram do corpo do mundo. Ouvir suas histórias, aprender seus modos, suas cosmogonias, seus sonhos de futuro.

Mas, para mim, foi a reconexão com o corpo somático e a reapropriação de um saber sensível desde a matéria das células que possibilitou esta abertura e contribuiu definitivamente para a minha tomada de consciência das conexões de co-produção e co-gestão entre micro e macro, dentro e fora, corpo e planeta. E é essa experiência que proponho compartilhar com as.os leitoras.es desta pesquisa.



5 | o que e como

A minha contribuição através desta pesquisa se fundamenta na minha experiência como artista-pesquisadora do corpo e da dança. E na aposta de um refazimento – uma corporalização – que começou em meu próprio corpo, num processo silencioso e longo que dura alguns anos, mas que se revelou mais plenamente quando decidi estudar anatomia experiencial pela abordagem de educação somática Body-Mind Centering (BMC), em 2016. Eu queria aprofundar meus estudos em anatomia, queria compreender mais sobre como tudo o que vivemos imprime marcas nos diferentes tecidos corporais. Mas a experiência com o BMC foi muito além das lições de anatomia e desencadeou uma revolução paradigmática no meu corpo e na minha subjetividade, ultrapassou o contexto do trabalho na dança, e tornou explícita a dimensão micropolítica da corporeidade e de seus saberes de um modo que eu ainda não conhecia. Esse é o coração dessa pesquisa, ponto central do sistema por onde circulam todos os outros fluxos de pensamento: o chamado que o Body-Mind Centering promoveu em mim para uma prática radicalmente sensível de apreensão do mundo, para uma reconexão com a matéria, desde a micro-dimensão da experiência celular até a macro-dimensão que envolve toda a vida neste planeta. Outro modo de dizer ou de articular esse impacto sensorio-perceptivo seria abordá-lo através da necessidade que sentimos hoje de uma nova práxis da escuta. Uma escuta da consciência discursiva das matérias de que somos feitos e da urgência de encontrarmos um acesso ao corpo em camadas infra-perceptivas. Camadas abertas a abandonar certos hábitos cognitivos, permitindo habitar lugares desconhecidos, acolhendo o fora do dentro, o dentro do fora, abalando as categorias conhecidas de corpo, subjetividade, pensamento, saber, matéria, anatomia, discurso, entre outras tantas.

Alguns desafios se impuseram ao trabalho, no que se refere a um duplo deslocamento do meu lugar habitual de artista-pesquisadora. O primeiro deles diz respeito aos impedimentos impostos pela crise sanitária que vivemos desde março de 2020, que inviabilizou o lugar da práxis do gesto em contato com outros

gestos e outros corpos, lugar este que era previsto existir como fonte da experiência catalisadora desta pesquisa. Os laboratórios de anatomia experiencial que estavam previstos como parte significativa desta pesquisa, desde março de 2020 tiveram que se deslocar para o ambiente virtual. Conseqüentemente, boa parte da experiência corporal da pesquisa sofreu as limitações desse tipo de interação virtual e da debilitação das condições corporais e emocionais gerais devido à pandemia prolongada. As práticas de toque entre os corpos se transformaram em práticas de auto-toque, e as propostas de explorações corporais e criativas sofreram várias alterações para se adaptarem ao formato à distância. Muitas vezes as práticas funcionaram mais como trabalhos de auto-cuidado do que como detonadores de estados performativos e de estudos dramaturgicos, como era a ideia inicial.

Um outro deslocamento vivido foi o da própria escrita, convocada aqui a transitar da experiência do corpo à experiência das palavras. Como artista e pesquisadora do corpo e da dança, estou familiar a uma escrita que se faz no gesto, nas qualidades de presença da matéria corpórea em movimento e nas dinâmicas relacionais que ela inaugura. Uma experiência sensorial operada na linguagem escrita das palavras foi um grande desafio. Faço então minhas as palavras do educador Jorge Larossa Bondia, que me serviram como bússola e me inspiraram a colocar algumas questões norteadoras:

“Não precisamos de uma língua que nos permita objetivar o mundo, uma língua que nos dê a verdade do que são as coisas, mas sim uma língua que nos permita viver o mundo, fazer a experiência do mundo e elaborar com outros o sentido (ou ausência de sentido) do que nos acontece”.⁴

Que escrita é possível para tocar as transformações oriundas desse campo de saber-experimentação? Como escrever em contato, em relação, em sintonia com aquilo de que tratamos: as células, os ossos, os órgãos, os fluidos circulantes, a pele, os neurônios...? Que escrita dá conta de dizer da experiência celular em fluxo, antes mesmo do pensamento se configurar tal qual o identificamos, como linguagem, palavra, conceito? Como é possível escrever na linguagem disponível algo que se relaciona com o não-saber, com o limite do que sabemos?

Não houve certamente uma resposta, talvez apenas um campo múltiplo e diverso de experimentações, tentativas, fracassos, e algumas brechas estreitas. Talvez até o encenar ou o performar da impossibilidade, no fim das contas.

4 BONDIA, 2014, p.65

.....

Apesar de todos os desafios, gostaria de ressaltar que realizei esse trabalho orientada pela prática somática do BMC, que não foi apenas objeto de estudo, mas integrou a própria metodologia. Explorações corporais, afetos, sensações, percepções e emoções são fontes privilegiadas dessa pesquisa. Importam as minhas experiências corporais e as das pessoas que as compartilharam comigo. Escrevo isso e imediatamente me lembro de Bonnie Bainbridge Cohen, criadora do BMC, dizendo: “Os cientistas não se interessam pelas experiências das pessoas. Nem dos ratos, nem dos sapos.... Eles deixam essa parte para a gente”.⁵ Deixam para nós, artistas e pesquisadores do corpo, a tarefa de produzir conhecimento a partir de um modo de escutar-estudar as experiências das pessoas.

E assumo a audácia de tomar emprestada de Donna Haraway e de Karen Barad a noção de *difração* enquanto metodologia de pesquisa. Difração é um fenômeno físico que acontece quando uma onda encontra um obstáculo ou um orifício e se multiplica em muitas outras ondas, que podem por sua vez se sobrepor umas às outras, criando padrões variados de interferência. É observada no mundo físico com todos os tipos de onda, sejam mecânicas ou eletromagnéticas, ondas de luz, de som, de água... e de pensamentos. Li sobre o conceito de difração pela primeira vez nos escritos da historiadora da ciência, teórica feminista e bióloga norte-americana Donna Haraway. Haraway usa a difração como uma metáfora da possibilidade de mudança nos modos do pensamento crítico e de abertura para a diferença. Propõe a difração como uma alternativa à reflexão, também um fenômeno óptico que acontece quando um raio de luz bate numa superfície e é deslocado em outra direção. A reflexão tem sido uma metáfora privilegiada do pensamento, mas Haraway, seguindo o pensamento da teórica feminista Trinh Minh-ha, a coloca em questão, por ser uma metáfora que reforça a reprodução de padrões idênticos, no trilho de uma “abordagem filosófica ocidental tradicional moderna, na qual a diferença é vista como alguma coisa a ser capturada, a ser assimilada, e eventualmente, a ser totalmente erradicada”.⁶ Refletir seria uma forma de pensar intrinsecamente entrelaçada à ótica cristã⁷, atuando na narrativa de um homem criado à imagem e semelhança de Deus, reflexo do divino, assim como na separação platônica de um mundo de aparências “refletindo” um mundo de ideias. A reflexão, sugere Haraway, é “uma imagem refletida do mesmo”, uma reprodução distorcida de um original, dando margem

5 COHEN, 2020a.

6 GEERTS; TUIN, 2021, p. 173-174. Todas as traduções de textos citados em outras línguas são de minha autoria.

7 HARAWAY, 2004.

a uma indústria de discussões sobre originalidade e verdade. Pressupõe o distanciamento entre o olhar e o espelho, a separação entre o sujeito que olha e o objeto olhado:

Difração é uma metáfora óptica para o esforço de fazer uma diferença no mundo... Os padrões de difração gravam a história da interação, da interferência, do reforço, da diferença. Difração é sobre histórias heterogêneas e não sobre originais. Diferentemente das reflexões, as difrações não deslocam o mesmo para outro lugar, numa forma mais ou menos distorcida... Em vez disso, a difração pode ser uma metáfora para outro modo de consciência crítica no fim deste bastante sofrido milênio cristão, comprometida com fazer uma diferença e não repetir a Sagrada Imagem do Mesmo... A difração é uma tecnologia narrativa, gráfica, psicológica, espiritual e política para criar definições consequentes.⁸

Com a noção de difração, Haraway está nos convidando a gerar um exercício de produção de conhecimento científico que vá além do exercício da crítica, um pensamento que emergja da noção de coexistência, um pensar com e não pensar sobre algo – um objeto – distanciado de quem o pensa. Uma metodologia de articulação de pensamento ancorada nas teorias feministas, e uma tentativa de “pisar fora da lógica falocêntrica, reflexiva, de produzir o Mesmo o tempo todo, reconhecendo as diferenças que existem”.⁹ Por sintonizar-se mais com os modos como as diferenças se produzem no mundo e como afetam os sujeitos e seus corpos, a difração tenderia a conduzir mais a uma autoimplicação e autorresponsabilização do que a reflexão. “Trata-se de fazer ‘uma diferença no mundo’ ao dar atenção aos ‘padrões de interferência nos filmes gravados de nossas vidas e corpos’”.¹⁰

A física quântica e teórica feminista Karen Barad segue Haraway na proposição da difração como uma metodologia intelectual feminista e autoimplificada, aberta a padrões de interferência que criem diferenças, uma alternativa à reflexão crítica masculinista impregnada de metáforas belicosas que imperam no meio acadêmico:

Crítica é bastante frequentemente [...] uma prática destrutiva que trata de dispensar, por de lado, rebaixar alguém ou algo – outro acadêmico, outra feminista, uma disciplina, uma abordagem etc. Então, esta é uma prática de negatividade que eu acho que é sobre subtração, distanciamento e constituição de um outro.¹¹

8 HARAWAY *apud* BARAD, 2007, p. 71.

9 GEERTS; TUIN, 2021, p. 174.

10 *Ibidem*.

11 BARAD, 2012, p. 49.

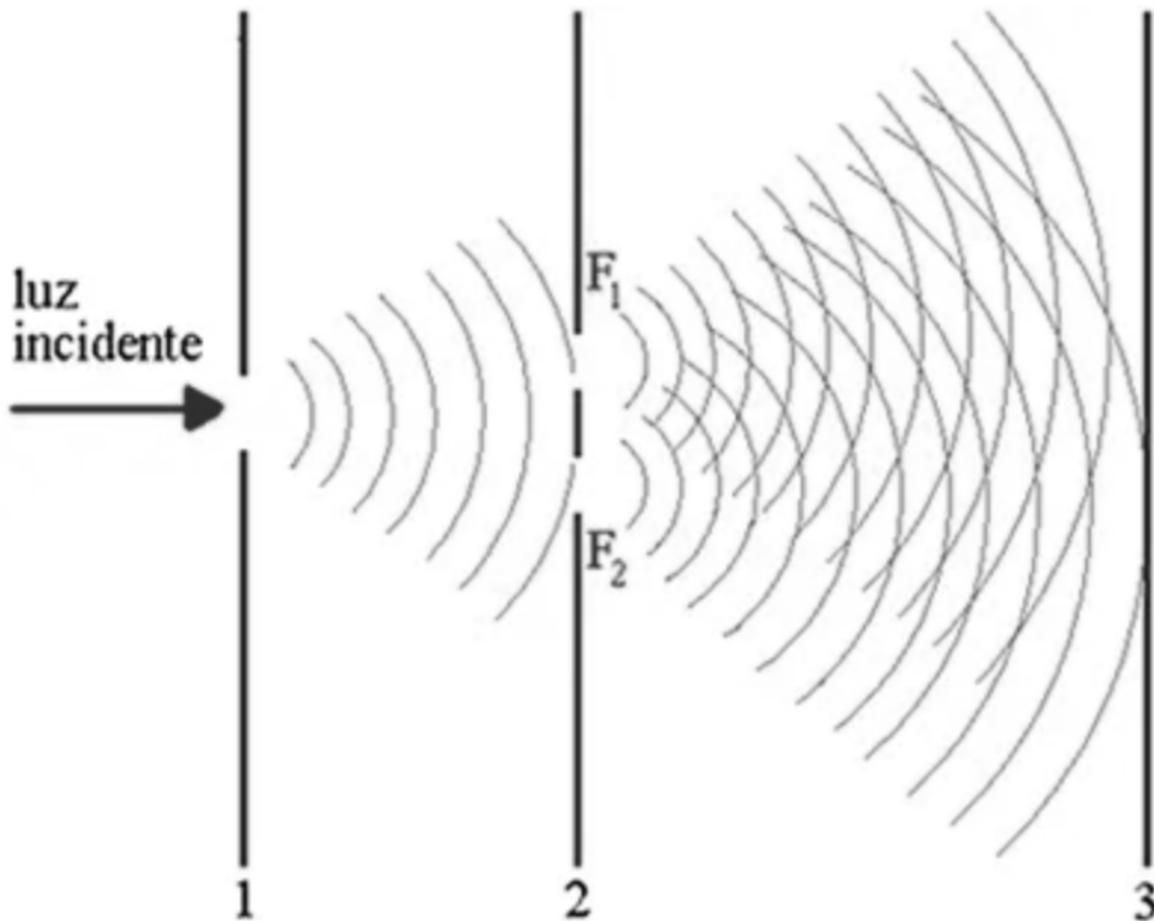
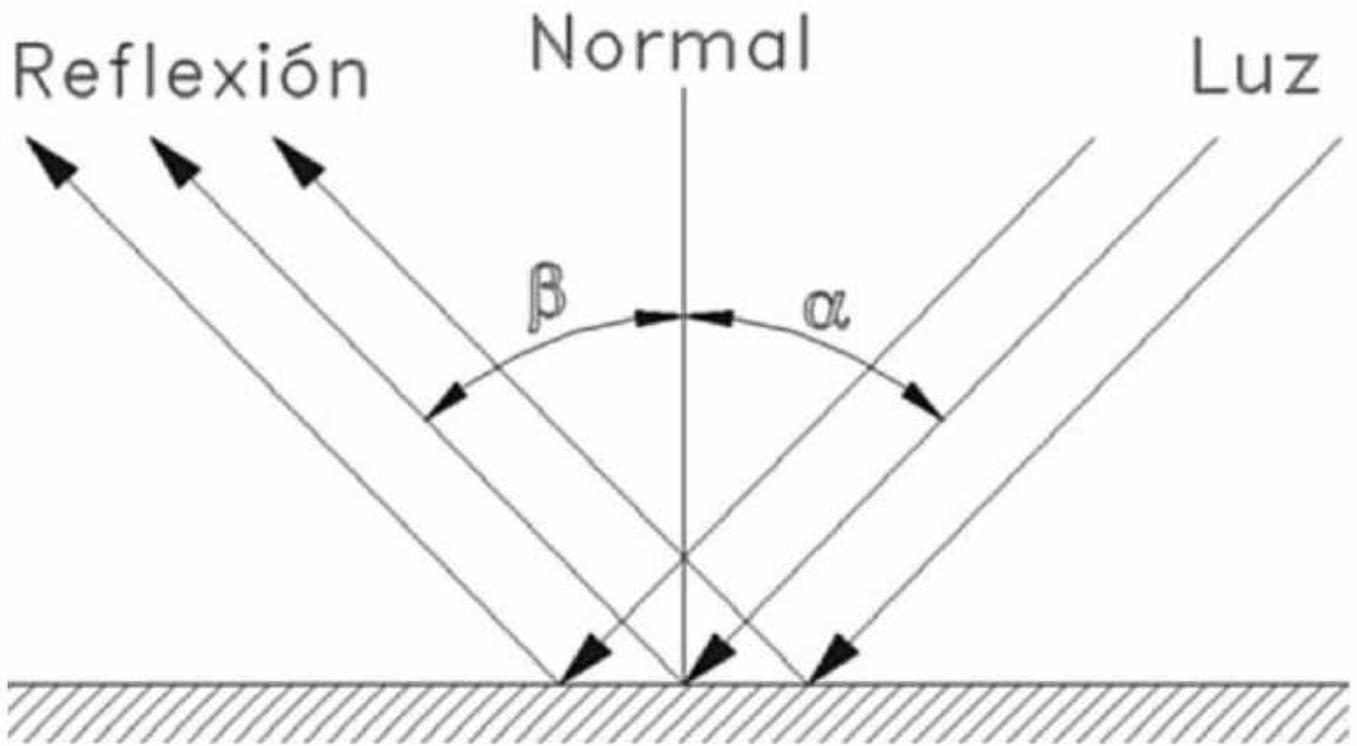
Barad propõe, então, ler e fazer teoria difrativamente, como uma forma de deixar que variadas teorias e campos do saber dialoguem e interfiram uns nos outros, provocando atravessamentos que geram desdobramentos inesperados. Segundo ela, leituras difrativas são respeitosas, éticas e trazem provocações criativas, são “um método de ler *insights* difrativamente através da interferência de uns através dos outros, e desta forma construir novos *insights*”¹² Um pensamento difrativo borra fronteiras interdisciplinares e articula interferências vindas de diferentes domínios, sem necessariamente ser contra nem a favor, mas se propondo a pensar com. Sai de um registro de oposição dualista e abre o campo para que haja convivência e colaboração. Quando teorias são colocadas em domínios separados com fronteiras rígidas, guardando distanciamento entre si, não é possível enxergar as “dissonâncias e ressonâncias que formam os padrões de difração.”¹³ São estes movimentos de interferência que agitam as fronteiras e possibilitam novos contornos, incorporando as diferenças e tornando os emaranhamentos visíveis.

Para essas teóricas feministas, a difração pode ser elevada a uma categoria semiótica que possibilita repensar a relacionalidade e a diferença a partir de outros parâmetros: uma “diferença crítica de dentro, e não como marcas taxonômicas fundamentando a diferença como *apartheid*”.¹⁴ Pensar a difração como ferramenta metodológica de pesquisa implica em acolher a natureza indefinida das fronteiras entre as coisas e entre as teorias também, em oposição a limites diferenciais bem demarcados, que implicam uma relação de exterioridade absoluta.

12 Ibidem, p. 50.

13 Ibidem.

14 HARAWAY *apud* BARAD, 2017, p. 10.



PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA

Busquei estudar difrativamente, pegando *insights* de várias disciplinas e também de fora do meio acadêmico, diretamente das práticas de BMC e dos relatos de experiência dos participantes – para ler umas pelas outras, atentando ao seu emaranhamento, sem perder de vista também o que fica de fora. Sempre fica muito de fora. Minha prática de pesquisa é um composto de conceitos como nós, interrelacionados, embora aparentemente independentes. Estou interessada em tecer, através do gesto de escrever e de performar conceitos como nós de um emaranhado, um modo de pensamento que não progride como numa linha de progresso rumo a um objetivo pré-determinado, mas que emerge como uma malha relacional, conectando por intra-ações específicas – que incluem você, leitor.a – cada nó aos outros, no ato da leitura. Ler umas através das outras, difrativamente, as experiências do Body-Mind Centering e as visões das somáticas, dos estudos da performance, das humanas, das abordagens da física quântica e da biologia, pode ajudar a conduzir a um pensamento-corpo ao mesmo tempo material e discursivo. O que frequentemente são conjuntos separados de assuntos, em uma “relação de exterioridade absoluta”¹⁵, pode se converter num exercício de cooperação mútua de saberes iluminando as sombras uns dos outros.

Tracei então uma metodologia fluida e abracei como estrutura de pesquisa um mapa rizomático – um emaranhado – aberto às forças que atravessaram a pesquisa e teceram seus fios. Me desafiei a não buscar a coerência unificada de um texto raiz. Estão impressos no meu sistema nervoso certos paradigmas dominantes sobre o que é o conhecimento acadêmico e um magnetismo quase irresistível para amarrar as pontas soltas e buscar nas sentenças um sentido de totalidade. Oh que eu não tenha me deixado seduzir por estas âncoras, meus fluidos. Que vocês tenham me ajudado a me equilibrar no fio da navalha, a lembrar à minha sintaxe que a pesquisa é nada mais do que uma “cristalização de algo que não para de se mover”¹⁶, uma sedimentação momentânea e efêmera das relações em fluxo no processo da vida. Que eu tenha sido fiel a uma metodologia processual e difratária, sem compromisso com querer revelar uma possível verdade essencial. Meu olhar se direcionou para uma abordagem, uma forma de conhecer, uma poética, um modo processual de interação com o corpo-mundo. Não enxergo um conceito único ou uma técnica da qual eu deveria extrair um substrato representável de maneira precisa. Então, ao relacionar, nesta pesquisa, múltiplas teorias e práticas, não estou interessada em apontar quais conceitos são lentes privilegiadas para ler o BMC, mas em deixar que conceitos de fontes diversas se interfiram de forma difratária, às vezes justapondo-se, outras vezes

15 BARAD, 2012.

16 CORNEGO *apud* GIRALDI, 2019, p. 142.

contrapondo-se, ou habitando uns dentro dos outros harmoniosamente ou tensionando-se entre si, criando um emaranhado de fenômenos materiais-discursivos sobre as questões que aqui se enunciam.

Ciente da impossibilidade de estabelecer uma enunciação assertiva de uma hipótese a ser defendida, essa pesquisa se apoia em um conjunto incessante de perguntas como impulsos disparadores. As perguntas, mesmo quando não respondidas, traçam difrações, emaranhados e trajetórias a serem percorridas:

Quais as especificidades da dimensão epistemológica engendrada pela abordagem somática do BMC que são capazes de promover um saber-sentir do corpo na produção de pensamento?

Seria a abordagem de anatomia experiencial do BMC, em si, uma metodologia que propõe que nos relacionemos com a materialidade do corpo difrativamente, isto é, de maneira aberta aos movimentos de interferência que agitam as fronteiras do corpo anatômico e possibilitam novos contornos, incorporando as diferenças?

Pode a prática do BMC contribuir para engendrar exercícios de imaginação poética de novas narrativas para o corpo desde sua anatomia, compreendida como uma fabulação especulativa de corpos-mundos e mundos-corpos?

Pode ainda esta prática somática criar desestabilizações no pensamento antropologofalocêntrico do qual somos herdeiros.as e mantenedores, fermentando aberturas e conexões com outros modos de existência? Por outros modos de existência, quero dizer outras corporeidades, humanas e mais que humanas, outros projetos de mundo, desconhecidos, marginalizados, inimaginados. Mundos, modos e corporeidades ainda por conhecer, tanto dentro quanto fora de nós.

Como esta abordagem, ao apostar na materialidade discursiva do corpo, opera performativamente a não separação binária entre dentro e fora, entre o sujeito que conhece e o objeto conhecido, entre o corpo e a mente, entre a matéria e o discurso, entre natureza e cultura? Como dialogam com a proposição de uma interconexão ecossomática entre todos os viventes, humanos e não-humanos, numa relação recíproca de co-dependência e co-produção?

Pode o BMC integrar um conjunto de práticas sensíveis e ecossomáticas fundamentais e urgentes para o tecer micropolítico de futuros possíveis, através da produção individual e coletiva de subjetividades?



PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA

A trama do emaranhado desta pesquisa parte de três linhas de práticas discursivas:

Prática pessoal

Aqui trago as práticas corporais de BMC que venho experienciando de forma sistemática nos últimos anos. Resisto à nomenclatura “trabalho de campo” por acreditar que ela opera a partir da separação entre as dimensões da experiência corpórea e da produção de teoria, o que além de ser um modo de manutenção da epistemologia cartesiana clássica, é um modo especialmente inoperante dentro desta pesquisa.

- Aulas com Bonnie Bainbridge Cohen – presencial em 2019 e online em 2020, 2021 e 2022.
- Aulas na Formação do Educador Somático pelo BMC – presenciais de 2016 a 2021, com algumas incursões online em 2020 e 2021.

Essas práticas promoveram o contato do meu corpo com os princípios, proposições e estudos da anatomia e fisiologia do BMC. Lançaram as sementes das questões da pesquisa, produzindo no meu corpo um campo de experiências sensoriais e pensamentos sensíveis que se materializaram, ao longo do processo, nos conceitos que investigo aqui. Todas as outras camadas envolvidas na pesquisa são atravessadas, direta ou indiretamente, por esta. Ela se faz presente explicitamente nos registros das minhas experiências e estudos pessoais, nas escolhas e na organização dos materiais a serem partilhados e desenvolvidos nos laboratórios subsequentes e nas imagens usadas, na minha condução oral, e tecem na forma de um aprendizado silencioso, “o diálogo entre pulsação e rastro, experiência e comunicação, realização e testemunha” que gera os conceitos, as conexões teóricas e as relevâncias dessa pesquisa. Reivindico a oportunidade de seguir aberta aos tropeços e gagueiras da linguagem, às repetições de palavras, aos neologismos, às cacofonias e às alterações rítmicas vindas da linguagem falada. A oralidade tem um lugar importante na condução e no compartilhamento de experiências nas práticas somáticas. Muitas vezes será fundamental manter a forma falada e direta das sentenças ao evocar as experiências e abrir-se para os conteúdos que emergem daí, e revelam os ritmos e afetos através dos quais as palavras se conectam com o corpo.

Conversas Cruzadas

Durante todo o processo de pesquisa, ao mesmo tempo em que eu praticava e estudava a abordagem Body-Mind Centering, estive assistindo regularmente às aulas do Programa de Pós-graduação em Literatura, Cultura e Contemporaneidade. Durante a pandemia, passei também a acompanhar uma série de outros estudos, entre os quais o Ciclo de Estudos Selvagem, organizado por Ailton Krenak e Anna Dantes, e o Ciclo de Estudos Independentes Humusidades, organizado pela antropóloga Zoy Anastassakis. Do encontro da bibliografia e das reflexões evocadas nesses contextos com as questões brotadas nas experiências somáticas do BMC, nascem os diálogos teórico-críticos que compõem esta camada da pesquisa. Trata-se de partir dos processos do BMC como modos de gerar uma sabedoria corporalizada e relevante, e observar os atravessamentos, as interferências, as conexões, as ressonâncias e dissonâncias, correlacionando com outras dimensões de teoria e registros de conhecimento.

Trago para essas conversas a minha orientadora Ana Kiffer e uma gama enorme de assuntos abordados por ela, nos seus textos e aulas ao longo desses quatro anos de parceria; Donna Haraway, Karen Barad, Anna Tsing, Vinciane Despret, Tim Ingold, Lynn Margulis, Bruce Lipton, Bruno Latour, Seloua Boulbina, Hubert Godard, Suely Rolnik, Audre Lorde, George Lakoff e Mark Johnson, Jorge Larossa Bondia, Luiz Rufino, Elizabeth Behnke, Thomas Hanna, Don Johnson, David Abram, Silvia Federici, François Julien, e meus colegas e mestres de BMC: Patrícia Caetano, Diego Pizarro, Linda Hartley e a mestra Bonnie Bainbridge Cohen são alguns dos diálogos primordiais que alimentam essa camada da pesquisa.

Laboratórios performativos de anatomia sensível

Esta dimensão da pesquisa foi verdadeiramente afetada pelo isolamento social imposto pela crise sanitária. Antes da pandemia, eu imaginava que a pesquisa se desdobraria em uma ação performática coletiva que seria desenvolvida em laboratórios presenciais de anatomia experiencial. A prática de criação seria em si um modo de pesquisa compartilhado coletivamente com um grupo de participantes de múltiplos contextos sociais e *background* corporais. Nos anos anteriores à pandemia eu já estava engajada nesse tipo de prática coletiva, tendo participado das sessões de estudos compartilhados no Grupo de Anatomia Experiencial do RJ (entre 2017 e 2019) e realizado os Laboratórios de Anatomia

Sensível (práticas sazonais e abertas entre 2017 e 2021). Diante do quadro pandêmico, essa prática se deslocou para o contexto online, através dos “Laboratórios performativos de anatomia sensível: corporalização de mundos, refazimento de corpos”. Estes laboratórios foram oferecidos por mim de forma independente e também em colaboração com algumas instituições de educação, arte e cultura, em diferentes formatos: Mini-residência com os alunos do Curso de Graduação em Dança do Instituto Federal de Brasília, no contexto do Encontro Internacional de Práticas Somáticas e Dança; Oficina do Studio Virtual da Casa Hoffman (CWB); Disciplina "Práticas de Arte e Vida: corpo e ecologia" no Curso de Artes Cênicas da Puc-Rio; e no Projeto Coreográfico-Pedagógico do Núcleo de Formação Intensiva em Dança da Escola Livre de Dança da Maré (ELDM).

A pesquisa e a criação coletivas são uma característica constitutiva de minha trajetória artística. Todos os meus trabalhos são frutos de encontros e trocas coletivas com diferentes grupos de pessoas. O gesto de compartilhar – relações, questões, criações, gestos – é um gesto fundador no meu *modus operandi* enquanto artista. É no calor das trocas, no processo de fricção entre as questões que proponho e suas reverberações em outros corpos, num *loop* sucessivo de perguntas e respostas, que a criação vai se tecendo, entre dúvidas, ressonâncias, difrações e ecos.¹⁷

Nos laboratórios performativos de anatomia sensível, eu pude dar continuidade à prática colaborativa, compartilhando a pesquisa com pessoas interessadas em anatomia experimental. Nesses encontros com outros corpos e com suas experiências, tive a possibilidade de aprofundar, transformar e elaborar melhor o meu conhecimento e confirmar o quanto a partilha coletiva é uma condição fundamental no tecer deste saber corporal e poético do BMC.

O espaço dos laboratórios online foi o celeiro das escritas do corpo, escritas performativas, e escritas-testemunho que fazem parte do corpo desta tese. Diversos registros de escrita compartilhando experiências muitas vezes da ordem do indizível, na umidade poética, sensorial e metafórica das palavras e das imagens.

17 O procedimento de criação coletiva e colaborativa faz parte integrante da minha história nas artes cênicas e já estava presente nas experiências com o grupo de teatro Território Livre (1980 -1984), na Intrépida Trupe (1986-1998), em todas as criações com a Cia Dani Lima: *Piti* (1998), *Nato* (1999), *Dentro-Fora* (2000), *Vaidade* (2001), *Digital Brazuca* (2001), *Falam as partes do todo?* (2003), *Estratégia número 1: entre* (2006), *Manual de Instruções* (2006), *Pequeno inventário de lugares-comuns* (2009), *100 gestos* (2012), *Pequena coleção de todas as coisas* (2013), e em processos colaborativos diversos. Maiores detalhes sobre esses e outros processos colaborativos em artes cênicas que integrei ao longo de minha trajetória podem ser encontrados em www.cidadanilima.com.br.

Cada um dos cerca de 100 participantes dos laboratórios online encontrou suas próprias intenções e necessidades em relação às propostas exploratórias do laboratório, respondendo em diferentes formas de escrita. Eu, por minha vez, também estive permeável às mudanças de rumo que as respostas causavam. As respostas dos participantes foram, elas mesmas, guiando minha condução, nos fazendo embarcar em um jogo de perguntas como pistas para seguir perguntando, investigando, sem buscar respostas definitivas, mas atentando às diferenças que emergiam.

As práticas e as tarefas foram diversas a cada dia. Os laboratórios inicialmente duravam 3 horas, mas observamos que seria preciso mais tempo para possibilitar um mergulho profundo na experiência corporal e na tarefa de transformá-la em tangibilidade transmissível. Então passamos a fazer um dia inteiro de prática. Nos primeiros laboratórios, em 2020, eu estava ainda muito apegada a um formato de grupo de estudos e as trocas se davam sobretudo através de relatos verbais das experiências vivenciadas. Eventualmente, alguém desenhava algo ou trazia um poema ou uma imagem como eco da experiência. Em 2021, passei a encorajar e a tentar conduzir possíveis reverberações de outras ordens, onde a materialidade corporal encontrasse outros caminhos de presença performativa, em desenhos, palavras, sons, gestos e todo tipo de coisas que se sentissem convidadas a entrar em nossas longas improvisações no zoom, deixando que as difrações e ressonâncias se multiplicassem a partir do que havia sido inicialmente trazido como proposição de exploração. Cada um.a dos.as participantes ofereceu uma perspectiva diferente de corporalização. Aprendi a reconhecer o fenômeno particular da experiência de cada pessoa no curso da prática e a respeitar seus ritmos e modos situados de dar significação ao vivido, muitas vezes escapando das minhas expectativas preconcebidas do que poderia representar uma determinada vivência.

Lançando mão de um apetite dramatúrgico inventariante, o qual também é um procedimento recorrente em meus regimes de construção coreográfica, tomei a decisão de criar uma espécie de atlas cartográfico, reunindo todo o material gerado nos laboratórios: uma plataforma online <https://padlet.com/dani-lima65/7eixoxcm8nyogq25>, que também pode ser acessada através do perfil de Instagram [@contramanual_de_anatomia](https://www.instagram.com/contramanual_de_anatomia). Essa cartografia aberta é uma das camadas da pesquisa, onde outras modalidades de escrita do corpo foram exercitadas, em diálogo direto com as circunstâncias delineadas pelo ambiente online.¹⁸

18 A organização visual do padlet desta cartografia foi desenhada em colaboração com a bailarina e coreógrafa Camila Venturelli, também participante dos laboratórios.

Esse outro regime de inscrição revelou-se tão fundamental para a pesquisa que passou a integrar o corpo da tese, tecendo relações entre experimentar no corpo as palavras e experimentar nas palavras o corpo.

Para dar visibilidade a essas diferentes camadas de escrita da pesquisa, organizei espacialmente de forma diferenciada esses materiais na tese, fazendo conviver lado a lado diferentes registros de escrita na tentativa de se contaminarem mutuamente. Os relatos de experiência e diálogos com os participantes estão organizados na cor azul, e na maior parte das vezes, ocupam o espaço à esquerda da página. Outras narrativas complementares também ocupam o espaço à esquerda da página, mas em cor esverdeada. Em cor azul também estão as proposições corporais, que são transcrições de práticas vividas nos laboratórios e, ao mesmo tempo, convites à prática para o leitor da tese. Pequenas frases poéticas ditas/escritas pelos participantes dos laboratórios, figuram em preto, sozinhas nas páginas, como *haikais*. A grande maioria de imagens, áudios, vídeos e escritas poéticas usadas na tese são escritas performativas, processuais e gestuais produzidas como reverberações das práticas experimentais dos laboratórios. Outras imagens são os registros em foto e em vídeo (no aplicativo zoom) das explorações somáticas, assim como das composições instantâneas experimentadas como encerramentos performáticos ao fim de cada dia de trabalho.

.....

Chamo Donna Haraway para conversar mais uma vez, trazendo suas noções de simpoiesis e das String Figures para compor, junto com a noção de difração, a tessitura metodológica que costura todas essas dimensões da pesquisa. Vejo o trabalho de articular os saberes de distintos campos disciplinares e das práticas performativas dos laboratórios de anatomia sensível como uma prática simpoiética, de onde emerge uma teoria criada coletivamente como um jogo de perguntas e respostas, se assemelhando às figuras de corda evocadas por Haraway – o jogo de cama de gato, em português.

Simpoiesis – criar com – é um conceito que emerge da teoria biológica da simbiogênese,¹⁹ de Lynn Margulis, e difrata para pensar mais amplamente os modos de criar juntos na diferença. Haraway contrapõe a simpoiesis à auto-

19 Simbiogênese é uma importante teoria evolucionária defendida pela bióloga Lynn Margulis na década de 1960, segundo a qual indivíduos de diferentes espécies se unem para formar um novo indivíduo. A teoria sustenta que mitocôndrias e possivelmente outras organelas de células eucarióticas são descendentes de procariontes anteriormente de vida livre (relacionados a bactérias) tomados um dentro do outro na endossimbiose. A simbiogênese propõe uma releitura da teoria darwinista, enfatizando mais os efeitos positivos resultantes das inter-relações entre indivíduos do que a sobrevivência e reprodução do mais apto.

poiesis²⁰, propondo que “nada se faz a si mesmo, nada é realmente autopoietico ou auto-organizado”.²¹

Não podemos seguir acreditando que os organismos são independentes uns dos outros e de seus meios, seguindo os trilhos do individualismo neoliberal, e por isso a autopoiesis não se configura mais como um conceito apropriado, nem figurativa nem cientificamente, para pensarmos em formas de regeneração e sustentabilidade social e ambiental no mundo hoje. Haraway salienta que a simpoiesis abarca a autopoiesis e a desdobra e amplia, e que, como Beth Dempster já havia proposto, pensar em termos de autopoiesis seria figurar sistemas com “limites espaciais ou temporais autodefinidos e que tendem a ser centralmente controlados, homeostáticos e previsíveis”, enquanto sistemas simpoiéticos são produzidos de maneira coletiva e não têm limites determinados, de modo que “a informação e o controle se distribuem entre os componentes”, gerando “um potencial para trocas surpreendentes”.²² Segundo Haraway, simpoiesis “é uma palavra apropriada para os sistemas históricos complexos, dinâmicos, receptivos, situados. É uma palavra para configurar mundos de maneira conjunta, em companhia”.²³

As *String figures* (jogo de cama de gato), cuja abreviação SF também abarca em Haraway as noções de fabulação especulativa (*Speculative Fabulation*), feminismo especulativo (*Speculative Feminism*), ficção científica (*Science Fiction*), são pensadas como práticas simpoiéticas de pensar-fazer com, uma forma de transmissão de padrões, que podem ser mantidos ou reinventados, ao passarem de mão em mão:

Jogar cama de gato é sobre dar e receber padrões, deixar cair fios, fracassar e às vezes encontrar algo que funciona, algo consequente e talvez até bonito, que não existia antes; é sobre transmitir conexões que importam, sobre contar histórias com mãos sobre mãos, [...] sobre criar condições para o florescer finito no mundo terrano.²⁴

Os jogos de corda estão entre os mais antigos da humanidade e se jogam de diferentes modos em diferentes partes do mundo. Propõem o entrelaçar de fios entre mãos e cérebro, em uma prática de fazer e de pensar, convidando os

20 Autopoiesis é um termo criado na década de 1970 pelos biólogos e filósofos chilenos Francisco Varela e Humberto Maturana para designar a capacidade dos seres vivos de produzirem a si próprios, como sistemas organizados e autossuficientes.

21 HARAWAY, 2019, p. 86

22 DEMPSTER *apud* HARAWAY, 2019, p. 55.

23 HARAWAY, 2019, p. 86.

24 *Ibidem*, p. 27.

jogadores a sustentarem um padrão não pedido nas próprias mãos e a seguirem com o problema, configurando mundos em parceria, num incessante vai-e-vem, para a frente e para trás,

[...] um pensar “entre” muito particular. Não reclama fidelidade, muito menos vassalagem, senão um certo tipo de lealdade, a resposta à confiança de uma mão estendida. Mesmo quando essa confiança não se deposita em “você” mas em uma “incerteza criativa”, mesmo quando as consequências e o significado do que foi feito, pensado ou escrito já não pertençam a você, não mais do que pertencem a quem te passou o bastão, de uma maneira ou outra o bastão agora está nas suas mãos, junto com a exigência de que você não atue com “confiança mecânica”.²⁵

Me atrevo a dizer que esse modo de coletividade colaborativa do jogo de cama de gato é, para mim, uma estratégia de criação de dramaturgia em dança. Sustentar a pergunta trazida pelo gesto do outro para criar a partir dela, com ela, num processo de contaminação criativa, alimentado pela diferença, para a criação de uma escrita coreográfica, é um procedimento que experimento no fazer artístico há muitos anos, e que trago agora para essa pesquisa acadêmica, habitualmente tão solitária.

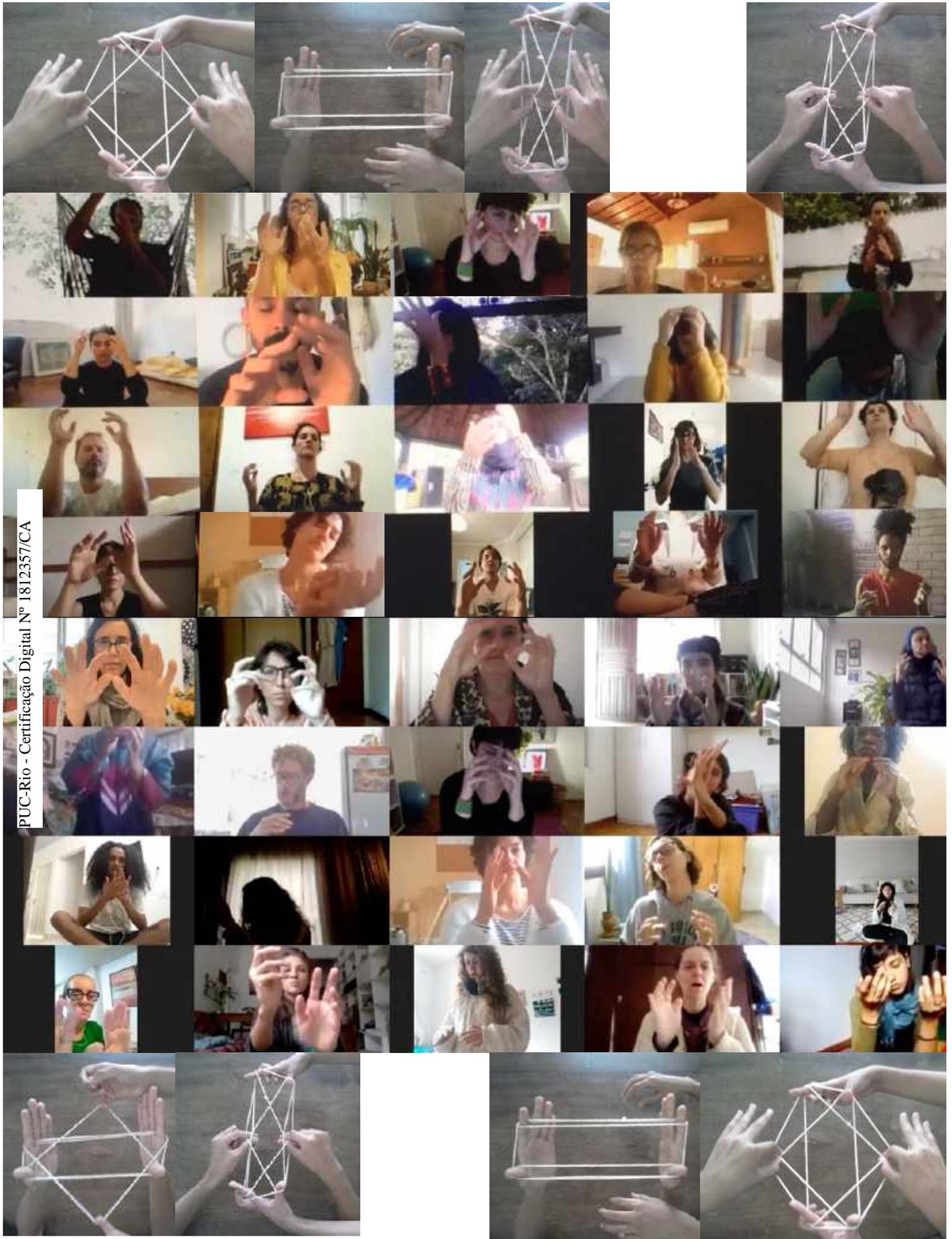
Estou ciente de que Haraway propõe o conceito de simpoiesis e o jogo de cama de gato como metodologias de recusa do excepcionalismo humano, experimentando as práticas SF para produzir parentescos estranhos, entre diferentes espécies. Arrisco propor uma prática simpoiética criadora de coletividade colaborativa como linguagem dessa pesquisa, relacionando difrativamente vozes humanas vindas de diferentes teorias e contextos sócio-culturais, e também as comunidades celulares, entendidas aqui como fenômenos que produzem entidades materiais autônomas, com modos de pensamento e de comportamento que também participam do jogo SF dessa tese. Busco tecer esse emaranhado textual com as muitas vozes que estiveram compartilhando esse estudo, passando adiante as figuras de cordas, experimentando juntas padrões de pensamento-prática, sustentando a continuidade de um fazer-pensar coletivo que materializou-se nessa pesquisa. A multiplicidade heterogênea da massa escrita desta tese é produto dessa metodologia simpoiética de mundar com estranhos o corpo desta tese. Como propõe a ex-aluna de Haraway, Katie King:

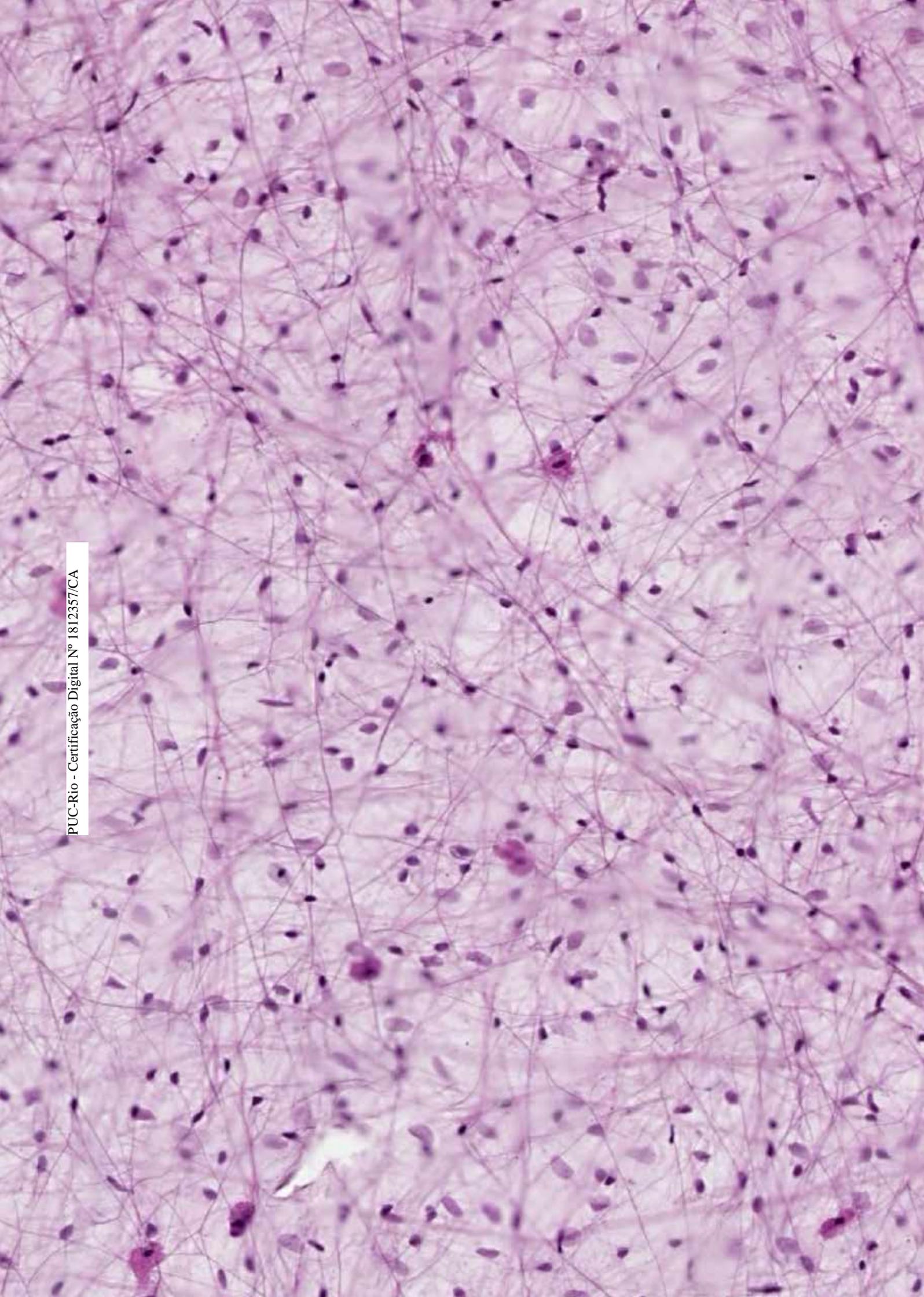
Trabalhando em um multiverso de disciplinas articuladas, interdisciplinas e multidisciplinaridades, essa inspeção transdisciplinar realmente desfruta de muitos sabores de detalhes, oferendas,

25 STENGERS *apud* HARAWAY, 2019, p. 56.

paixões, linguagens, coisas, mesmo enquanto também demonstra que suas próprias formas de validação não estão vinculadas apenas àquelas elegantes mas divergentes parcimônias de explicação. Em vez disso, um índice para a avaliação do trabalho transdisciplinar está em quão bem ele aprende e modela como ser afetado ou movido, quão bem ele abre elementos inesperados das próprias encarnações em mundos animados e ressensibilizantes.²⁶

26 KING apud HARAWAY, 2013, p. 2-3.





2. Educação somática

Aprender a sentir o que se faz, saber o que se sente, não mais se considerar como objeto, mas criador de sua própria vida.

Odette Guimon

Soma

Há um considerável rastro das várias possibilidades de significado da palavra SOMA. As pistas etimológicas apontam para caminhos que às vezes parecem opostos dentro do léxico semântico contemporâneo. Uma das razões possíveis para tão largo espectro semântico pode derivar do fato que a língua grega é ambígua,¹ mas também de haverem muitas raízes etimológicas possíveis para a palavra. Pizarro nos mostra, em sua extensa pesquisa sobre o assunto, a multiplicidade de traduções e sentidos que a palavra soma pode evocar, a partir de diferentes origens etimológicas (grega, bíblica, protoindoeuropéia, sânscrita), tais como: “corpo com vida”, “vida”, “ser vivo”, “pessoa”, “cadáver”, “corpo morto”, “corpo de Cristo”, “corpo da igreja cristã”, “corpo luminoso transformado pela fé”, “parte do corpo”, “corpo físico”, “totalidade”, “conjunto”, “escravo”, “inchar”, “intumescer”, “dilatar”, “planta”, “bebida sagrada védica”, entre outros².

A não possibilidade de encerramento do significado de soma em uma única trilha etimológica e as suas múltiplas definições atuais, revelam muito sobre a natureza incapturável do fenômeno e sobre o desafio de entender um conceito vivo e dinâmico em contínua efervescência. Nada interessada em afirmar um sentido único, visitarei aqui algumas palavras e ideias de soma e de somáticas no modo viajante, tal qual propõe Donna Haraway³, deixando que cada conceitualização usada inaugure difrativamente um novo percurso de viagem.

Um significado talvez inaugural vem a partir da definição do filósofo e terapeuta somático Thomas Hanna (1928-1990), que, em 1976, recuperou a palavra de origem grega com o sentido de ‘corpo vivo’, em contraposição a uma ideia de corpo anatômico inanimado e morto, para cunhar o termo ‘somáticas’, delimitando um campo de métodos corporais e terapêuticos que propunham um olhar

1 RENEHAN *apud* PIZARRO, 2020.

2 Para maiores detalhes, ver: PIZARRO, 2020, p. 156 -170.

3 HARAWAY, 2019.

para o corpo enquanto “soma”, abrindo uma nova perspectiva para os estudos do corpo.

“Soma” não quer dizer corpo; significa “Eu, o ser corporal”. “Corpo” tem, para mim, a conotação de um pedaço de carne – carne pendurada de um gancho no açougue ou estendida sobre uma mesa de laboratório, privada de vida e pronta para ser trabalhada ou usada. O soma é vivo; ele está sempre contraindo-se e distendendo-se, acomodando-se e assimilando, recebendo energia e expelindo energia. Soma é pulsação, fluência, síntese e relaxamento – alternando com o medo e a raiva, a fome e a sensualidade [...] Somas são coisas únicas que estão sofrendo, esperando, empalidecendo, tremendo, duvidando, desesperando. [...] Os seres vivos e orgânicos que você é nesse momento, nesse lugar que você está. O soma é tudo o que você é, pulsando dentro dessa membrana frágil que muda, cresce e morre, e que foi separada do cordão umbilical que unia você – até o momento da separação – a milhões de anos de história genética e orgânica dentro desse cosmos [...]”⁴

Hanna propõe que as somáticas estudam o fenômeno corporal enquanto percebido de dentro, em uma percepção da primeira pessoa, em oposição ao corpo, que é o fenômeno percebido de fora, de um ponto de vista de terceira pessoa. Pizarro salienta que esta definição corre o risco de incorrer em um reducionismo da proposta de Hanna, e endossar uma crítica que postula que as somáticas têm uma abordagem endocentrada e individualista fechada no trabalho sobre si. No entanto, Hanna não exclui a perspectiva em terceira pessoa, apenas complexifica a noção de corpo, distinguindo nela diferentes fenômenos, de acordo com a relacionalidade na qual está envolvida: uma percepção em primeira pessoa da experiência vive o lugar do “eu aqui dentro”, uma conexão com os processos internos somáticos, os quais incluem a matéria anatômica em si (ossos, músculos e etc), os sentidos e a percepção, a propriocepção e a cinestesia, as emoções, o psiquismo. Uma percepção em segunda pessoa, abre o soma para a relação e o diálogo, construindo as fronteiras entre o eu e o outro, os vínculos e a linguagem, e possibilitando o caminho para o mundo exterior das coisas. Uma relação de terceira pessoa projeta o olhar para fora, considerando os corpos dos outros e o próprio corpo como objetos do mundo, vistos de fora e separados daquele que observa. A integração e a modulação entre essas experiências em primeira, segunda e terceira pessoa seriam fundamentais para a manutenção de um soma dinamicamente equilibrado, dono de seus potenciais máximos de escolha diante dos desafios do ambiente. Hanna ressalta a grande diferença que significa tomar um ponto de vista em primeira ou em terceira pessoa para observar o fenôme-

4 HANNA *apud* HOPPE, 2017, p. 35.

no corporal. Os acessos aos processos corporais são distintos, e as observações resultantes também:

Do ponto de vista de outra pessoa, sou um corpo sólido: uma entidade de terceira pessoa. Do meu ponto de vista sou um eu vivo, uma entidade em primeira pessoa. Esta é uma percepção bimodal que todos os humanos têm de si mesmos. [...] Sou ambos, função e estrutura, e se eu permitir que o ponto de vista objetivo, na terceira pessoa, prevaleça, posso me considerar não mais do que um ser desamparado e capturado por uma estrutura que não sou eu e que não posso influenciar.⁵

Outra noção que propõe uma subversão da categoria tradicional de corpo, e dialoga, em alguma medida, com a noção de soma, é o conceito de corporeidade. O filósofo francês Michel Bernard propõe que o uso da categoria corpo é indissociável de um modelo cartesiano substancialista e instrumental; portanto, é a emanção dessas cultura e história específicas, e apresenta o corpo “como realidade objetiva, como algo em si e por si”.⁶ Esse modelo de corpo está a serviço do “projeto tecnocientífico de um capitalismo triunfante”,⁷ o qual atravessa a experiência cotidiana, se inserindo no imaginário social, informando e normatizando a vida segundo seus princípios. A noção de corporeidade se apresentaria, então, como “um anticorpo, uma reação e uma proteção imunológica contra a visão filosófica que este conceito veicula”.⁸ Corporeidade remete ao corpo como processo intensivo e heterogêneo que implica entrelaces sensoriais múltiplos e uma “errância infinita”,⁹ perturbando o mecanismo de poder que o conceito de corpo dissemina. Soma e corporeidade são modos de designar o corpo vivo enquanto experiência processual de afetar e ser afetado.¹⁰

5 HANNA, 1986.

6 BERNARD, 2001, p. 17.

7 Ibidem, p. 20.

8 Ibidem, p. 24.

9 Ibidem, p. 20.

10 Sem ignorar toda a linha ocidental da filosofia que atravessa desde os gregos aos modernos e vai colocando o corpo como locus central do pensamento ocidental, (Spinoza, Nietzsche, Husserl, Heidegger, Merleau-Ponty, Deleuze e Guatarri), entendemos que esse não é um trabalho sobre a história filosófica do conceito de corpo, e por isso, nos detivemos a elucidar apenas alguns dos conceitos de pensadores desta tradição filosófica ocidental que interessam diretamente à discussão aqui proposta.

Somáticas

O interesse em uma perspectiva de corpo alternativa a um pensamento mecanicista e normativo é anterior ao estabelecimento do campo por Hanna nos anos 1970. A pesquisadora Márcia Strazzacappa¹¹ propõe que é possível localizar historicamente o aparecimento de um movimento de valorização do corpo que começa a se desenvolver em fins do século XIX e ao longo da primeira metade do século XX, sobretudo na Europa e nos Estados Unidos, com toda uma geração pioneira de “reformadores do movimento”, em busca de uma vitalidade e de uma saúde corporais perdidas nos processos de industrialização, urbanização e normatização dos corpos que teve seu apogeu no século XIX. Estes ancestrais da educação somática – Rudolf Laban (1879-1958), Jacques Dalcroze (1865-1950), Matthias Alexander (1869-1955), François Delsarte (1811-1871), Mabel Todd (1880-1956) e Lulu Sweigard (1895-1974), entre outros – desenvolveram suas investigações e métodos muitas vezes a partir de uma perspectiva de auto-cura, buscando dar solução a seus próprios problemas físicos,¹² e só posteriormente expandindo seus métodos para a utilização pública. Os seguidores desses pioneiros compõem uma segunda geração de pesquisadores que atuaram entre os anos 1930 e os anos 1970, desenvolvendo seus próprios métodos de trabalhos com o corpo, entre os quais se destacam Ingmar Bartanieff (1900-1985), Moshe Feldenkrais (1904-1984), Gerda Alexander (1908-1994), Maria Duschenes (1922-2014), Ida Rolf (1896-1979) Lily Ehrenfried (1896-1994).

Strazzacappa reconhece ainda uma terceira onda de fomentadores de um pensamento somático a partir dos anos 1960/1970, com a geração na qual surgiu Bonnie Bainbridge Cohen (1943), e, no Brasil, Klauss Vianna (1928-1992) e Angel Vianna (1928). Essa terceira geração vem na esteira da reapropriação do corpo pelo movimento hippie, em ressonância com a contracultura e os movimentos em favor dos direitos civis (feministas e antirracistas) e contra a guerra do Vietnã. Tece uma conexão direta com a cultura oriental e com as artes marciais e meditativas, e um diálogo estreito com a dança contemporânea e com as artes performáticas. A partir desse momento, se configura um campo de pesquisas em torno das somáticas, com suas múltiplas abordagens ampliando suas esferas de ação, ganhando distintas aplicações em variadas áreas – artes, esportes, saúde, diferentes contextos terapêuticos e trabalhos de desenvolvimento pessoal.

11 STRAZZACAPPA, 2012.

12 Ibidem.

Pizarro¹³ salienta que seria possível, ainda, circunscrever mais amplamente esse campo de fomentadores de um pensamento somático, incluindo uma série de filósofos, médicos e cientistas do século XX, que também se debruçaram sobre o complexo corpo-mente, seus sentidos e percepções, seus modos de aprender e de produzir significados a partir das experiências vividas, e que contribuíram, direta ou indiretamente, para o enriquecimento crítico e clínico das reflexões sobre o soma. Enumero aqui alguns deles, na certeza de que estarei deixando muitos outros de fora: Sigmund Freud (1853-1959), Carl Gustav Jung (1875-1961), Wilhelm Reich (1897-1957), Alexander Lowen (1910-2008), Roberto Freire (1927-2008), John Dewey, (1859-1952), William James (1842-1910), Edmund Husserl (1859-1938), Maurice Merleau-Ponty (1908-1961), Francisco Varela (1946-2001) e Humberto Maturana (1928-2021), Maxine Sheets-Johnstone (1930), Don Hanlon Johnson (1934), George Lakoff (1941) e Mark Johnson (1949). Mais do que pensar em um campo restrito e claramente delimitado, é interessante observar que as pesquisas sobre o corpo soma abarcam hoje diferentes áreas e disciplinas, que vão do campo da educação somática propriamente dito à filosofia, à neurociência, à biologia, à linguística, à psicologia, à teoria da performance, para citar apenas algumas perspectivas presentes nesta pesquisa. Atualmente, existem centenas de métodos somáticos, e partindo de um recorte muito pessoal das abordagens as quais tive a oportunidade de experimentar na minha trajetória, destacaria a Técnica de Alexander, o Método Feldenkrais, os Fundamentos de Bartanieff, a Ginástica Holística, a Eutonia, a Metodologia Angel Vianna e o Body-Mind Centering, sendo este último o objeto privilegiado desta pesquisa.

A expressão “educação somática” também aparece com Hanna, que a usou para nomear seu próprio método, *Hanna Somatic Education*. Ele também criou uma publicação periódica, *Somatics: Magazine-Journal of the Bodily Arts and Sciences*, para a divulgação de pensamentos sobre as somáticas, que defendia arduamente como um campo de práticas capazes de reeducar o corpo-mente, ensinando habilidades perdidas no dia-a-dia, entre elas a própria *awareness*, que vamos discutir adiante. Hanna, que era filósofo e professor de filosofia, prestou uma grande contribuição ao campo, no sentido de estabelecer formalmente seu contorno e de conceituar alguns de seus princípios fundamentais, esforçando-se para fazê-lo compreensível e interessante para um público amplo, para além dos praticantes, educadores e terapeutas. Achei pertinente trazer seus escritos pioneiros (chamo de pioneiros porque datam do período entre 1970 e 1990 e muito já foi produzido sobre as somáticas depois disso) para pensar as somáticas.

13 PIZARRO, 2020, p. 144.

Hanna definiu a somática como “a arte e a ciência dos processos de interação sinérgica entre consciência, biologia e meio-ambiente”, que, no seu entender, dizia respeito “apenas à espécie humana”,¹⁴ pois apesar de animais e plantas serem claramente somas, o ser humano seria a única criatura vivente capaz de focar voluntariamente a sua atenção (*awareness*), sem a necessidade de um estímulo externo. Esta habilidade somada às imensas possibilidades cognitivas do córtex frontal, seriam, para Hanna, “os fundamentos das extraordinárias capacidades sensório-motoras da espécie humana, entre elas a habilidade de reconhecer e replicar símbolos através da palavra falada e da escrita”.¹⁵

Hoje o campo das somáticas é vasto, múltiplo e globalizado, abarcando inúmeras práticas distintas. Martha Eddy¹⁶ propõe que o campo pode ser ramificado em três grandes grupos, por ela nomeados da seguinte forma: Psicologia Somática – algumas abordagens que são primordial e explicitamente terapêuticas (como a Experiência Somática, de Peter LeVigne; o Hakomi, de Ron Kurtz; a Psicologia Funcional, de Stanley Kelleman, entre outros); trabalho corporal somático – métodos que trabalham diretamente com a manipulação manual da matéria do corpo (como o Rolfing, de Ida Rolfing; a Eutonia, de Gerda Alexander; a Fasciaterapia, de Danis Bois, entre outros) e o movimento somático – abordagens centralmente focadas nas coordenações, modulações, reabilitações e explorações dos movimentos do corpo (como o Body-Mind Centering, o Método de Moshe Feldenkrais, a Metodologia Angel Vianna, a Ginástica Holística da Dra. Ehrenfried, entre outros). É claro que essas categorias não são estanques e que existem entrelaçamentos dessas três vertentes, mas acredito que sua categorização é válida para compreendermos a abrangência e as subdivisões do campo. Esta taxonomia junta terapia, manipulação e reabilitação/práticas do movimento num mesmo campo, sob o nome guarda-chuva de Educação Somática. Olhando pelo viés das similaridades, o que esses campos têm em comum é uma abordagem do corpo enquanto organismo vivo, em troca com o meio e em contínua transformação. É possível enumerar, segundo essa perspectiva, um conjunto de princípios gerais comuns ao campo: a valorização de uma autoridade somática; a atenção dada à globalidade do gesto e à indissociabilidade entre corpo anatômico, cinestésico, emocional, simbólico, cognitivo e espiritual; uma perspectiva holística do sujeito em oposição a uma perspectiva mecanicista onde o aprendizado do movimento se dá pela imitação e pela repetição; a centralidade dos trabalhos sobre a percepção; uma visão do potencial de transformação e de ampliação das

14 HANNA *apud* PIZARRO, 2020, p. 189.

15 HANNA, 1986.

16 EDDY, 2019.

capacidades corporais e subjetivas a partir do trabalho sobre o movimento em suas dimensões perceptiva, proprioceptiva e cinestésica.¹⁷

Estrutura e Função

A regulação da relação entre função e estrutura corporais pode também ser considerada um dos princípios ou dos objetivos de inúmeras abordagens somáticas. Cada método somático tem suas estratégias e procedimentos específicos para interferir nesta relação, regulando os padrões corporais e comportamentais desfuncionais. Hanna é categórico ao afirmar que “a função mantém a estrutura”. A mente, leia-se aqui, as funções neurais do sistema nervoso, “estão no centro de todos os processos corporais e são um meio pelo qual esse processo pode ser modificado”.¹⁸ Os seres humanos têm a capacidade de interferir em suas estruturas corporais mudando seus modos de funcionamento, a partir do ato de prestar atenção aos movimentos (internos e externos) através de uma auto-observação somática (*self-awareness*):

[...] quando um soma se vê no espelho, ele vê um corpo – uma **estrutura** objetiva em terceira pessoa. Mas o que é este mesmo corpo quando observado de dentro, de uma perspectiva somática? Uma experiência unificada de auto-observação e de auto-ação. De uma perspectiva de primeira pessoa, o corpo-soma é um corpo de **funções**.¹⁹

Hanna aposta no poder da auto-observação e da autorregulação para desestabilizar o sistema perceptivo, transformando as funções neurais e, dessa forma, abrindo caminho para o desenvolvimento de novas formas para as estruturas corporais.

No BMC, essa relação entre estrutura e função apresenta uma perspectiva um pouco diferente da pensada por Hanna. Tomando como base os estudos de Lauren Sweeney²⁰ sobre embriologia, Cohen propõe que a “arquitetura do corpo” (ossos, ligamentos, tendões, fâscias, gordura e vasos sanguíneos)²¹ se

17 BARDET; CLAVEL; GINOT, 2019.

18 HANNA, 1986.

19 Ibidem (grifos meus).

20 SWEENEY, 1997.

21 COHEN, 2016, p. 5.

estrutura mais cedo durante o desenvolvimento do embrião, antes dos nervos e dos músculos (o chamado sistema neuromuscular), que se desenvolvem mais para o final, quando a estrutura arquitetônica está quase completa. O sistema neuromuscular é responsável por agregar função à estrutura, ou seja, permitir que a estrutura funcione, a partir dos estímulos do sistema nervoso central. A partir desse entendimento do que é estrutura e do que é função, Cohen propõe que as disfunções na organização global do corpo podem acontecer quando as estruturas “estão confusas”²² e já não se reconhecem dentro de um determinado padrão. Quando um padrão funcional de movimento já não corresponde à realidade local de determinadas estruturas, cria-se uma desconexão entre estrutura e função: “a função que não conhece a estrutura torna-se ineficiente”.²³ Por isso, há a necessidade do sistema neuromuscular estar continuamente se reinformando sobre as estruturas celulares. Na abordagem do BMC, o caminho para isso é buscar atualizar a escuta da matéria estrutural do corpo, a nível celular: “É preciso ajudar a estrutura a saber de si mesma”,²⁴ diz Cohen. Este processo de ajudar as estruturas celulares a se tornarem autoconscientes se chama, no BMC, “corporalização”, e vamos olhar para ele com atenção neste trabalho mais adiante.

Awareness, Consciência

Não temos uma tradução para a palavra *awareness* em português, tampouco em francês ou espanhol. Hanna²⁵ parece usar as expressões “atenção somática” e “auto-observação” ou “auto-observação somática” como sinônimos para *awareness* e *self-awareness*. No programa brasileiro de formação do Educador do Movimento Somático (SME) pelo Body-Mind Centering Brasil, alguns termos são usados, entre eles “atenção seletiva”, “focalização ativa” e “consciência experienciada”. Também já foi traduzida como “atentividade”²⁶. Eu compreendo *awareness* como uma qualidade de atenção que é sediada no corpo, uma atenção do corpo, que tem tanto a capacidade de focar num aspecto específico quanto de atentar

22 COHEN, 2016a.

23 Ibidem.

24 Ibidem.

25 HANNA, 1987-88.

26 BOBART, Anne; LANDAU, Tina. *O livro dos viewpoints*. Organização e tradução de Sandra Meyer. São Paulo: Perspectiva, 2017.

para uma sensação geral, seja dentro ou fora do corpo. Cohen propõe²⁷ que *to be aware* (estar consciente) se relaciona a direcionar a atenção para algo a partir do corpo, e que difere de *to be conscious* (estar consciente²⁸), que evoca a noção de *consciousness*, que, para Cohen, difere de *awareness* porque já supõe uma elaboração sobre aquilo do que estamos *aware*. Para ela, a capacidade de “ressonância é a essência da *awareness*”.²⁹ A ressonância é, no BMC, um fenômeno de sintonia entre padrões vibratórios, e relacioná-la à *awareness* indica uma qualidade de atenção que passa por sentir os campos vibratórios e ser capaz de sintonizar com eles, ressoar com eles. Prestar atenção, observar e tomar consciência de algo, em termos de *awareness*, é entrar em sintonia vibratória com esse algo. E *self-awareness*, então, seria a habilidade de estar presente no que acontece no próprio corpo, de sintonizar com as próprias frequências vibratórias, sejam relativas a apenas uma parte do corpo ou a todo ele, de estar presente nelas e com elas. O BMC promove frequentemente o uso da *self-awareness* em seus processos. Como vimos, Cohen salienta que às vezes as estruturas celulares da arquitetura do corpo entram em confusão porque esquecem seus processos e deixam de se reconhecer. Nestes momentos, precisamos

[...] ajudar a estrutura através da *self-awareness*. Existe uma *self-awareness*, que vem do lobo frontal do cérebro, mas não é sobre isso que estou falando. Eu não estou falando de testemunhar. Esta é uma função neurológica muito importante, mas não é a mesma coisa do que a percepção local. Eu estou falando das células e dos fluidos testemunhando a si mesmos ao nível da corporalização, e não do cérebro testemunhando a corporalização.³⁰

Para Cohen, existe uma experiência de focar e observar algo que acontece no corpo a partir do próprio corpo, de uma perspectiva local – perspectiva da matéria celular viva que está continuamente se processando, e que nesse processo gera este fenômeno que chamamos, na terceira pessoa, de corpo. Essa auto-observação acontece a nível das próprias células, ou seja, das células observando a si mesmas. Esta distinção entre testemunhar algo a partir do lobo frontal do cérebro e testemunhar algo a partir dos tecidos celulares locais é um princípio particular e bastante importante na proposta somática do BMC, e vai aparecer muitas vezes ao longo de toda a tese. Esse modo de entender a *awareness* tem

27 Comunicação verbal de Bonnie Bainbridge Cohen no curso *Embodying Authenticity, Organicity, and Expression: Organs and Glands as a Foundation for Movement and Voice*, julho de 2019, Pomona College, Claremont, California.

28 Em português, a palavra consciência acaba sendo usada, no senso comum, tanto para *awareness* quanto para *consciousness*, podendo acarretar alguns mal-entendidos sobre estas noções.

29 COHEN, 2018, p. 9.

30 COHEN, 2016a, p. 5.

algumas semelhanças e algumas diferenças em relação ao modo como Hanna a entende e a descreve.

Hanna era um grande entusiasta da noção de *awareness*, a qual considerava totalmente subestimada pela medicina e pela psiquiatria modernas, “capturadas na armadilha da uma experiência em terceira-pessoa”.³¹ Para ele, *awareness* é uma função somática em primeira pessoa que atua sobre o sistema sensório-motor, organizando e controlando qualquer experiência. Nos permite focar a atenção em um aspecto singular da experiência, seja dentro de nós ou fora de nós. Para focar na sensação de uma parte específica, o corpo gera uma inibição motora, deixando em segundo plano toda a informação sensório-motora que não é o foco da atenção. Por isso, é possível direcionar a atenção para sentir especificamente alguma coisa.

De acordo com Hanna, mesmo quando não direcionamos voluntariamente a *awareness*, ela está sempre em atividade, quer saibamos ou não. “Nós a possuímos por alguns momentos, mas ela nos possui quase o tempo todo e nos guia”,³² organizando os processos somáticos, abraçando toda a experiência como uma espécie de consciência de base, ancorada no corpo. O que precisamos é praticar a habilidade de escutar esta consciência de base.

Hanna também faz associações da função da *awareness* com a membrana celular, propondo que ambas estão a serviço de regular seletivamente as trocas relacionais entre ser vivo e seu meio. A célula é “um arquétipo primordial do soma”,³³ sua membrana define sua individualidade, separando-a do ambiente e, ao mesmo tempo, criando uma interface com ele, fundamental para a sobrevivência da célula. No caso do corpo humano como um todo, “é a *awareness* que, assim como as membranas celulares, abre ou fecha nosso processo para o mundo, permitindo ou inibindo o que entra e sai, organizando as atividades sensório-motoras”. E o mais interessante é que temos a habilidade de ter consciência da sua ação através da *self-awareness*.

“A *awareness* guia o soma pelo mundo do modo como um nariz fareja o meio”, propõe Hanna, sugerindo que a *awareness* regula o “apetite somático”³⁴, abrindo o soma na direção de certas experiências e fechando em relação a outras. Abrir ou fechar, facilitar ou inibir, resultam de dois estados opostos de atenção somática, os quais emergem na relação com o meio ambiente. Se a *awareness*

31 HANNA, 1987-88.

32 Ibidem.

33 Ibidem.

34 Ibidem.

interpreta o ambiente como seguro e positivo, há um estado de abertura, e se interpreta o ambiente como ameaçador, há um fechamento. Como a dona do portão, a *awareness* está intimamente relacionada com a noção de expectativa:

Expectativa é uma função osmótica³⁵: percebe o mundo a partir das necessidades internas do soma e organiza as necessidades do soma de acordo com o mundo. Representa os dois lados da membrana: o apetite interno somático e o reino de satisfação possível deste apetite.³⁶

Um ambiente demasiado ameaçador, que provoque um estado de fechamento somático, de evitação das trocas com o meio, se sustentado por longos períodos, pode levar à desintegração do processo somático e, conseqüentemente, a doenças de toda espécie. Hanna criou o conceito de amnésia sensório-motora – uma perda da memória sensível de grupos musculares, um fenômeno que pode acontecer em qualquer idade, como uma resposta adaptativa aos eventos traumáticos vividos. As práticas somáticas trabalham, então, no sentido de facilitar a abertura somática, reconduzindo corpos sobrecarregados pelo estresse ou trauma na direção da homeostase³⁷, por meio de ensinar habilidades somáticas vitais, tais como a *self-awareness* e a autorregulação osmótica. Isso seria possível porque o soma não apenas tem a habilidade de se auto-observar, mas de agir sobre si mesmo, se autorregulando. Na verdade, ele está fazendo isso o tempo todo, se adaptando ao ambiente através de seus processos somáticos internos, mesmo que de forma inconsciente, e é isso que garante a estrutura visível do corpo, que presenciamos a partir de uma observação em terceira pessoa. A auto-observação (*self-awareness*) nos daria a possibilidade de testemunhar e interferir nesse processo. Por exemplo, se a respiração acelera repentinamente, o ato de trazer a atenção para sentir a respiração, possibilita regulá-la. Trazer a atenção para a respiração já é uma ação motora, na medida em que, para poder focar a atenção na respiração, realizamos a ação de deixar em segundo plano as respostas motoras das outras partes do corpo, de forma que a respiração fique em evidência. Assim, “perceber o que está acontecendo no soma é agir sobre ele, isto é, regulá-lo”,³⁸ faz parte da natureza do *looping* sensório-motor do sistema nervoso: “não

35 Osmose é o movimento da água através da membrana celular semipermeável. Nesse processo, a água parte de um meio menos concentrado para um meio mais concentrado, atravessando as membranas, ora para dentro, ora para fora da célula, com objetivo de equilibrar a relação de concentração e de pressão da célula com seu ambiente (Fonte: *Wikipedia*).

36 HANNA, 1987-88.

37 Homeostase é a propriedade de um sistema aberto, especialmente dos seres vivos, de regular o seu ambiente interno, de modo a manter uma condição estável mediante múltiplos ajustes de equilíbrio dinâmico, controlados por mecanismos de regulação inter-relacionados (Fonte: *Wikipedia*).

38 HANNA, 1987-88.

podemos perceber sem agir, nem podemos agir sem perceber, essa reciprocidade é o coração do processo somático”.³⁹

Humanos percebem uma impressão sensória apenas do que eles já têm estabelecido como uma resposta motora. Se não somos capazes de reagir a algo, a impressão sensorial não registra claramente, é desviada da percepção. Isso acontece porque, no processo perceptivo, o sensorio nunca opera sozinho, mas sempre em *tandem* com o motor. O sistema sensorio-motor funciona como um sistema de *feedback* em *looping* fechado dentro do soma.⁴⁰

Hanna defende, então, que é possível interferir na organização das estruturas do corpo interferindo na forma de perceber. E indo mais longe no entusiasmo com a potência de transformação inerente ao processo somático, ele propõe uma atualização da máxima de Descartes “penso, logo existo” para “sou *self-aware*, logo eu ajo”,⁴¹ alegando que é uma descrição mais apurada de como o soma percebe a “unidade funcional indissociável da mente e do corpo”.⁴² Segundo Hanna, o erro de Descartes foi não perceber que não existe um observador passivo de si mesmo, dado que perceber já é agir e que, portanto, no lugar de um *self* fechado em si – o “eu sou”, o que temos é um *self* se percebendo e agindo sobre si mesmo – eu sendo.

Essa compreensão de que SER é um processo contínuo de auto-organização e de autorregulação somática, para todos os seres vivos – os somas – é também compartilhada por outras pensadoras, notadamente pela bióloga Lynn Margulis, cujo pensamento vamos conhecer mais adiante, assim como pela dupla de pesquisadores Francisco Varela e Humberto Maturana, que cunharam a noção de Autopoiesis (revista por Donna Haraway e outras teóricas feministas na noção de Simpoiesis).

Há ainda uma outra perspectiva, originalmente proveniente das tradições meditativas budistas, que pode sugerir um outro entendimento para o conceito de *awareness*. Trata-se da noção de “atenção plena” (*mindfulness*): “A atenção plena é o que surge quando se volta a atenção deliberadamente ao momento presente sem julgamentos”.⁴³ Consiste em estar presente na experiência “como ela é, em vez de imediatamente intervir para modificá-la ou tentar obrigá-la a ser

39 Ibidem

40 Ibidem

41 Ibidem

42 Ibidem

43 KABAT-ZINN, 2017, p. 26.

diferente”.⁴⁴ Para praticá-la, parte-se da premissa de que consciência e pensamento não são a mesma coisa: há, de um lado, o pensamento crítico, conceitual, o raciocínio, analítico e dedutivo, e, de outro, há a consciência, que toma como base o corpo sentindo o que o atravessa no momento presente⁴⁵. Jon Kabat-Zinn, médico e instrutor de *mindfulness*, propõe uma metáfora interessante dessa diferenciação: seria como assistir a um jogo de futebol mediado pelos comentários do narrador da partida ou desligar o som e se permitir ver e assimilar o jogo de uma forma mais direta.⁴⁶ Neste caso, o narrador da TV representa os pensamentos que ficam interpretando o que está acontecendo. A consciência em si seria o acesso direto, um saber inerente e disponível, que inclui nossa experiência do mundo e de nós mesmos, com a ajuda da propriocepção (a sensação de sentir a posição do corpo no espaço) e a interocepção (saber como o corpo está se sentindo por dentro). Por abarcar “tanto a paisagem interior quanto a exterior de nossa experiência”, a consciência não faz “a separação fundamental entre interior e exterior, entre o conhecedor e o que é conhecido, entre sujeito e objeto, entre ser e fazer”.⁴⁷ Acho relevante relacionar *awareness* com a atenção plena porque seus princípios se conectam diretamente, a meu ver, com a perspectiva somática que propõe Cohen, diferenciando entre uma consciência inerente ao corpo, uma consciência celular, e uma consciência mediada pelo pensamento racional, o sistema nervoso a nível cortical, para o BMC.

Autoridade Somática

As diferentes experiências corporais preconizadas por Thomas Hanna, em primeira e terceira pessoas, não são apenas uma questão de mudança de perspectiva e de interpretação. O corpo não é um objeto fixo e estável à espera de ser interpretado, ele é um movimento de vir a ser contínuo. Ele está se transformando o tempo todo ao olhar do observador, este também um fenômeno vivo em transformação contínua, o que complexifica qualquer tentativa de objetivação da experiência corporal. Outra forma de pensar sobre isso, usando as lentes quânticas, é lembrar que o dispositivo de observação não está separa-

44 Ibidem, p. 38.

45 Ibidem.

46 Ibidem, p. 42.

47 Ibidem, p. 74.

do do fenômeno observado. Se mudamos o dispositivo, o fenômeno também se transforma. Portanto, soma e corpo não são, de fato, a mesma coisa, pois cada um destes fenômenos parte de um aparato específico de observação, que, mais do que apenas um ponto de vista diferente, interfere em suas fronteiras e em suas características.

Esta questão é importante porque estabelece as bases para a valorização de uma “autoridade somática”. Tomo emprestado esse termo de Don Johnson⁴⁸, que descreve como a cultura ocidental capitalista nos condiciona, desde muito cedo, a não dar atenção ao que sentimos no corpo, à nossa própria autoridade sensual, nos fazendo acreditar que autoridades alheias – sejam médicos, professores, chefes, progenitores – sabem mais sobre nosso corpo do que nós mesmos. E essa crença está inscrita nos tecidos do corpo e no sistema perceptivo, enraizando na própria fisiologia a desconexão com a experiência corporal, subjugando a sabedoria corporalizada.

A noção de autoridade somática convida à validação da experiência em primeira pessoa, propondo que o modo como o corpo percebe a si mesmo importa. O soma sabe o que lhe acontece. Informações sensoriais proprioceptivas são recebidas por *feedback* direto e não há a necessidade de recorrer a referenciais externos para legitimá-las. No contexto dos saberes biomédicos dominantes da ciência ocidental, que tradicionalmente usam uma perspectiva em terceira pessoa, o corpo é percebido como totalmente separado daquele que o observa e, para interpretá-lo, é necessário recorrer à mediação de referenciais externos – as leis universais da física e da química. O corpo se torna “uma entidade objetiva, observável, analisável e mensurável do mesmo modo que qualquer outro objeto”.⁴⁹ Mas as sensações que o soma sente a respeito de si são reais, da mesma forma como são reais as informações objetivas que temos do corpo a partir de exames e de diagnóstico médico, em terceira pessoa. Esses dois pontos de vista são dois modos de cognição parciais, conduzem a diferentes informações sobre diferentes fenômenos e devem ser igualmente levados em consideração nos estudos do corpo. Como propõe Hanna, “corpo e soma são iguais em realidade e em valor, mesmo se são categoricamente distintos como fenômenos observados”.⁵⁰

Embora os métodos somáticos explorem as relações do corpo com o ambiente privilegiando as sensações como são percebidas em primeira pessoa, a perspectiva de terceira pessoa também faz parte do processo. Na relação que se

48 JOHNSON, 1992.

49 HANNA, 1986.

50 Ibidem.

estabelece entre educadores ou terapeutas somáticos e seus alunos ou pacientes, por exemplo, há a todo tempo uma fricção entre o soma, em primeira pessoa, e o corpo, em terceira pessoa. O pesquisador e rolfista Hubert Godard propõe que, para escapar a uma relação objetificante com o corpo do outro, para não reduzi-lo a um objeto que se interpreta e manipula segundo seus próprios hábitos perceptivos, o terapeuta/educador somático deve ser capaz de “provocar um mergulho interior em si para receber o Outro, e ser tocado por esse Outro”, provocando dentro de si “uma primeira experiência de alteridade”. Godard chama a atenção para o fato de que não é possível ver o outro como ele é, nem tão pouco como ele se vê (em primeira pessoa), mas apenas “perceber na própria corporeidade o efeito do olhar sobre o outro”.⁵¹

A valorização de uma autoridade somática também cria fricção com todo um conjunto de práticas, treinamentos e condicionamentos corporais, técnicas de dança e trabalhos de reabilitação motora, que propõem modelos ideais de corpo a seguir, disciplinando os corpos em nome de padrões e modelos cines-tésicos e/ou estéticos específicos. No lugar de modelar os corpos, as abordagens somáticas se ocupam de modular as relações destes com o contexto, consigo e com os outros, para ampliar o leque de respostas possíveis. Essas relações são ao mesmo tempo produtoras de corporeidade e produzidas por ela, em cocriação dinâmica. No contexto da dança e de suas pedagogias, o movimento de valorização da autoridade somática trouxe contribuições importantes. Promoveu uma atitude de aprendizado mais exploratória e autônoma, que valoriza o papel do bailarino enquanto criador e autor de sua própria dança, em oposição à já referida pedagogia do modelo e da forma impostos pela autoridade de um coreógrafo. As práticas encorajam bailarinos a encontrarem novas opções de movimentos baseadas nos seus próprios referenciais sensoriais, atentando para o modo como cada corpo processa um gesto. O “como” passa a ser o centro das atenções. Como faço este movimento? De onde parto? Qual é o gesto presente nele? É pela tomada de consciência dos padrões que estruturam um gesto, tanto na dimensão cinestésica quanto nas dimensões perceptiva, psíquica e emocional, que novos referenciais podem ser convidados a ampliar o leque de respostas motoras, contribuindo para a reconstrução de hábitos. A valorização da dimensão sensível do gesto possibilita também reelaborar a noção de virtuosismo na dança: o que pode acontecer quando a performance em dança não se apoia tão somente em um modelo mecanicista de corpo tecnicamente virtuoso, abrindo

51 GODARD, 2005, p. 74.

espaço para uma espécie de “contrapoder somático, como antídoto às práticas de corpo dominantes”?⁵²

É possível colocar em questão um discurso comum no meio da dança de que as somáticas não estabelecem modelos a seguir. A pesquisadora Isabelle Ginet salienta que qualquer prática somática é indissociável de um *corpus* teórico que, embora primordialmente empírico e transmitido por tradição oral, acaba por constituir um aparato conceitual que informa a estética do gesto e do corpo.⁵³ Acredito que as somáticas não escapam totalmente à criação de modelos e que, gerando valores intrínsecos às práticas, podem promover certas representações do corpo em detrimento de outras. Elas atuam na dimensão do pré-movimento, isto é, na atitude que atravessa a organização postural, a modulação tônica e a gênese do gesto, tecendo um pano de fundo para a subjetividade corporal que atravessa todo o vocabulário gestual, mesmo se não é possível reconhecê-lo se não portando um olhar mais especializado para a dimensão expressiva do gesto.

Gesto

A noção de pré-movimento proposta pelo pesquisador e rolfista Hubert Godard⁵⁴ é interessante para pensarmos o cerne do trabalho somático centrado no movimento. Godard propõe a distinção conceitual de dois termos normalmente usados como sinônimos: movimento e gesto. O termo movimento ressalta o aspecto mecânico do deslocamento dos diferentes segmentos do corpo no espaço e no tempo. E o gesto é o que “se inscreve na distância entre este movimento e a tela de fundo tônico-gravitacional do indivíduo”.⁵⁵ Ou seja, o gesto é carregado de todas as dimensões perceptivas, afetivas e simbólicas que estão envolvidas na organização corporal de uma pessoa. O fundo tônico-gravitacional a que se refere Godard diz respeito ao desenvolvimento do tônus postural de um corpo na sua relação com a gravidade e com o espaço de ação. E o desenvolvimento desse tônus de base é vivenciado desde a vida intrauterina, colorido pelos afetos e percepções envolvidos em todo o processo. Então a forma como ficamos de pé, ou seja, a nossa organização postural, “já contém um humor, um projeto sobre

52 GINOT, 2010, p. 2.

53 Ibidem, p. 3.

54 GODARD, 2003.

55 Ibidem, p. 17.

o mundo”.⁵⁶ Godard vai chamar de “pré-movimento” essa atitude que antecipa o gesto, informando o modo como o corpo organiza sua postura em resposta à gravidade e ao espaço no qual está inserido. “O pré-movimento é em grande parte inconsciente, atravessado pelas experiências e hábitos perceptivos, sensoriais, motores, afetivos, culturais e sociais. Ele confere um grau de tensão, um colorido e uma assinatura pessoal à organização postural e a qualquer gesto. A noção de gesto contém esta dimensão dinâmica e expressiva, ligada a uma atitude, uma postura, que é sempre particular a cada corpo e situada no tempo-espaço de cada momento. Nesta perspectiva, um gesto diz respeito a muito mais do que somente à mecânica do deslocamento do corpo no espaço. Ele é um “sistema [que] se organiza em torno de um modo de sentir e de perceber particulares”.⁵⁷ Esses “sentir” e “perceber” são construídos na relação do corpo com o ambiente, o qual está, ao mesmo tempo, dentro e fora do corpo. Portanto, a noção de gesto traz à tona toda a dimensão do sensível na produção do corpo, dimensão esta que não é tão vivamente ativada quando usamos a noção de movimento.

Os hábitos perceptivos se desenvolvem ao longo da vida, desde muito cedo, são produtos dos gestos acolhidos ou rejeitados, autorizados ou proibidos, na singularidade do espaço de ação e do contexto hereditário, físico, afetivo, cultural e geográfico de cada um. Há todo um léxico implícito, e por vezes também explícito, de gestos permitidos e de gestos proibidos, próprios a cada corpo-soma, a cada comunidade – seja familiar, nacional, profissional... Estes gestos revelam a especificidade da performance que eles iniciam, onde as informações que se processam nele se articulam e se dão a ver com todas as implicações que lhe são implícitas. E a estrutura anatômica também participa dinamicamente desta fabricação, sendo ao mesmo tempo produto e produtora dos hábitos perceptivos. O modo como experimentamos a alimentação no início da vida extrauterina, por exemplo, em termos de hábitos alimentares e dos afetos envolvidos nesse contexto, ou seja, dos gestos envolvidos na alimentação, pode interferir e moldar o funcionamento do sistema digestivo, assim como uma certa estrutura do sistema digestivo pode interferir nos hábitos alimentares e nos afetos relacionados. Da mesma forma, todas as outras estruturas anatômicas também são produzidas pelos fenômenos relacionais de interação do corpo com o seu contexto (nutrição, excreção, digestão, respiração, circulação, movimento...) e, ao se produzirem, produzem de volta, com seus gestos, o seu contexto. Quando nos deparamos com a evidência de que nossos corpos “são produtos dos gestos que nos carregaram,

56 Ibidem, p. 13.

57 Isabelle Launay em entrevista (LIMA, 2013, p. 106).

ninaram, olharam ou não, que nos constituíram num dado ambiente”,⁵⁸ nos deparamos com a revelação da dimensão dinâmica desta equação: se mudamos os gestos, produzimos outros corpos. Para mudarmos os gestos, é preciso mexer nas formas de sentir e de perceber.

A percepção, entendida como o lugar das trocas entre sujeito e ambiente, é central nas práticas somáticas. O que percebemos, o que não percebemos? Godard chama a atenção para os “buracos negros”⁵⁹ da esfera de percepção, certas deformações ou pontos cegos causadas por eventos traumáticos ou estressantes da vida:

Esses buracos negros são zonas do espaço que uma pessoa tem dificuldade em perceber ou que são percebidas apenas de uma maneira focalizada ou ameaçadora. Por exemplo: num acidente de carro, acontece que, mesmo depois dos tratamentos físicos necessários, subsiste um medo, muitas vezes inconsciente, na direção onde o choque aconteceu e esse medo limita o trabalho de percepção nessa direção.⁶⁰

Ele nos lembra que a cinesfera⁶¹ – a esfera de todos os gestos possíveis de um corpo, delimitada pelo alcance espacial de suas partes – é, na realidade, uma “gestosfera”,⁶² primordialmente deformada, com seus pontos cegos inatingíveis e outros insistentemente visitados, que fazem parte de cada história particular, moldando o espaço dos gestos possíveis e impossíveis de cada corpo, de cada grupo, de cada país. E as abordagens somáticas propõem alargar a esfera dos possíveis do corpo, ampliar suas formas de sentir e perceber, diversificar sua palheta gestual, aumentar seu gradiente de respostas ao meio. Parafraseando Cohen: “perfeição é ter o maior espectro possível de conforto”.⁶³ E cada método somático vai privilegiar alguns aspectos particulares deste emaranhado como acesso principal ao soma.

As estruturas da corporeidade categorizadas por Godard⁶⁴ são uma ferramenta teórica interessante para compreender essas diferentes portas de acesso: a estrutura somática, a estrutura cinética, a estrutura estésica e a estrutura sim-

58 Ibidem, p. 108.

59 KUYPERS, 2010, p. 9.

60 Ibidem, p. 8.

61 Cinesfera ou Kinesfera é um conceito usado por Rudolf Laban para designar a esfera de possibilidades de movimentos do nosso corpo no espaço sem que haja um deslocamento, tudo que podemos alcançar com todas as partes do corpo.

62 KUYPERS, 2010, p. 18.

63 COHEN, 2021g.

64 KUYPERS, 2010, p. 13.

bólica. A estrutura somática, de acordo com Godard⁶⁵, trata da matéria corporal propriamente dita e de sua funcionalidade, alvo privilegiado dos saberes biomédicos e das terapias manuais. Godard afirma que a economia dessa estrutura é da ordem da mecânica newtoniana, pois atua na espacialidade e na plasticidade das estruturas corporais através de manobras físicas e de alterações químicas (manipulações, massagens, ingestão de substâncias, remédios). A estrutura cinética é o conjunto das coordenações de movimento e hábitos gestuais do corpo no espaço e no tempo, apoiados numa economia de ordem neurofisiológica e no esquema corporal de referência. A estrutura estésica são os modos de percepção singulares que levam às grades de leitura de cada corpo, ao armazenamento de um banco de dados da nossa relação com o mundo e à formação de uma imagem corporal apoiada em uma economia estética. E a estrutura simbólica é a que vai ditar como o gesto faz sentido para quem o faz e para quem o observa, domínio da economia libidinal, da linguagem, dos trabalhos sobre o psiquismo e o inconsciente. Para Godard, a organização postural de uma pessoa é o resultado emaranhado do funcionamento dessas quatro competências, e pode revelar os lugares de cristalização dos gestos de resposta de um corpo ao mundo.

Acredito que a anatomia experiencial do BMC impõe uma certa problematização dessas categorias ao propor um *modus operandi* de acesso à estrutura somática que não segue em nada uma abordagem mecânica, mas que entrelaça as quatro estruturas informando difrativamente umas às outras no trabalho de exploração. Por exemplo, uma prática de BMC dedicada à exploração da estrutura óssea poderia partir de um toque em uma determinada estrutura óssea (somática), convidando a focar a atenção sobre o modo como essa estrutura é sentida e percebida (estésica/perceptiva), podendo convidar o movimento a partir da sensação gerada (cinética), permitindo os deslizamentos entre consciente e inconsciente e possíveis elaborações (simbólicas) a partir da experiência.

Educação vitalista

É interessante pensar que não à toa a palavra educação tenha sido aproximada das somáticas, insinuando que este campo se relaciona mais diretamente com a noção de aprendizado do que com a noção de cura. Esta divisão entre

65 Ibidem.

práticas de educação somática e as práticas de terapia somática já estavam presentes em Hanna, que se apresentava como educador, distinguindo claramente as características de cada um desses domínios da somática:

A Educação Somática e a terapia compartilham o mesmo objetivo: mudar a vida de uma pessoa para melhor. O terapeuta melhora as coisas, curando suas doenças. O educador melhora as coisas ajudando-a a se tornar mais capaz. A terapia remove obstáculos à nossa sobrevivência, a educação nos torna mais capazes de viver com sucesso. Os seus motivos diferem, bem como seus métodos. Os educadores somáticos realizam muitas formas de trabalho corporal que, na superfície, se parecem com as dos terapeutas somáticos, mas não são.⁶⁶

Hanna acreditava no potencial revolucionário de uma reeducação do corpo e sonhava utopicamente com um projeto de regulação da saúde e da vida, tendo a educação somática como base. Cohen também se apresenta como educadora, argumentando que “filosoficamente, alguém procura um educador para aprender sobre si mesmo, embora peça a um terapeuta para curá-lo”.⁶⁷

Penso que a educação somática se relaciona com uma ideia de educação enquanto uma prática libertadora, geradora de autonomia, “abraçando o caráter inconcluso dos corpos e subjetividades em contínuo movimento de aprendizado enquanto praticantes do mundo”.⁶⁸ A noção de experiência, tão cara ao campo das somáticas e, em especial ao BMC, pode ser evocada como o cerne deste modo de educação libertário. Penso a experiência aqui a partir do educador Jorge Larossa Bondía, como uma forma de aprendizado alternativa à cultura do conhecimento tecnicista e cientificista da sociedade moderna capitalista, estruturadora de um sujeito moderno “ultra-informado, transbordante de opiniões e superestimulado, [...] cheio de vontade e hiperativo [...], sempre desejando fazer algo, produzir algo, regular algo. [...] Tudo o excita, tudo o agita, tudo o choca, mas nada lhe acontece”.⁶⁹ A experiência, ao contrário disso, é precisamente o que acontece conosco e nos toca. De acordo com a etimologia da palavra⁷⁰ – do latim *experiri* (provar) – ter uma experiência é ter “um encontro ou uma relação com algo que

66 HANNA *apud* PIZARRO, 2020, p. 201.

67 COHEN, 2015, p. 40.

68 RUFINO, 2021.

69 BONDÍA, 2002, p. 23-24.

70 Na etimologia da palavra ‘experiência’ se encontram as origens do latim *experiri* = provar/experimentar. O radical *periri*, cuja raiz indo-europeia é *per*, se relaciona com travessia e com prova (a palavra ‘perigo’ vem deste radical também). As derivações gregas dessa raiz são “*peirô*, atravessar; *pera*, mais além; *peraô*, passar através, *perainô*, ir até o fim; *peras*, limite”, de onde deriva para o português *peiratês*, pirata (Ibidem, p. 25).

se experimenta, que se prova”⁷¹, envolvendo correr riscos, pôr-se à prova, atravessar o perigo. Aquele que atravessa uma experiência não será nunca o mesmo, pois algo lhe aconteceu, o afetou, o fez vibrar. É receptivo, aberto e disponível, se expõe, se vulnerabiliza, se permite transformar pelo acontecimento, não é o mesmo antes e depois da experiência, algo se passa no processo:

Do ponto de vista da experiência, o importante não é nem a posição (nossa maneira de pormos), nem a “o-posição” (nossa maneira de opormos), nem a “imposição” (nossa maneira de impormos), nem a “proposição” (nossa maneira de propormos), mas a “exposição”, nossa maneira de “ex-pormos”, com tudo o que isso tem de vulnerabilidade e de risco. Por isso é incapaz de experiência aquele que se põe, ou se opõe, ou se impõe, ou se propõe, mas não se “ex-põe”.⁷²

Gosto desta noção de exposição, de que para viver uma experiência é preciso se expor ao risco e à aventura de um futuro desconhecido, lançar-se de peito aberto no mar do devir. Mas, atenção, não é necessariamente o objeto da experiência que é desconhecido. Posso ter uma experiência com algo que já conheço. Mas a minha relação com o objeto da experiência que é desconhecida e arriscada. Sujeito e objeto abrem-se à experiência, expõem-se a novas configurações relacionais, negociam suas fronteiras, desestabilizam (perdem?) seus contornos já conhecidos. E isso é arriscado. E toma tempo. Dar-se o tempo de que algo aconteça é condição *sine qua non* de toda experiência. Há que se realizar um gesto na contramão do tempo como mercadoria, como valor que não se pode perder, pois a falta de tempo promove antecipações, se apressa em encontrar o que já é, o que já está pronto, estabilizado, e, assim, inviabiliza a experiência. Assim como o excesso de trabalho, compreendido numa lógica do capital como exigência de produtividade mensurável e quantificável, também afasta a possibilidade da experiência. A pressão da produção ininterrupta fecha a abertura das fronteiras, seca o desejo de correr riscos. Bondía salienta que a experiência “requer um gesto de interrupção”⁷³: parar, habitar o presente, interromper o moto-contínuo automático da reprodução, fazer tudo muito mais devagar, abandonar o poder de controlar o acontecimento, dedicar-se a interrogar e prescindir das respostas,

demorar-se nos detalhes, suspender a opinião, suspender o juízo, suspender a vontade, suspender o automatismo da ação, cultivar a atenção e a delicadeza, abrir os olhos e os ouvidos, falar sobre o que

71 Ibidem.

72 Ibidem.

73 Ibidem, p. 24.

nos acontece, aprender a lentidão, escutar aos outros, cultivar a arte do encontro, calar muito, ter paciência e dar-se tempo e espaço.⁷⁴

A educação somática é um aprendizado que só é possível como experiência, neste sentido em que propõe Bondía, que só acontece quando o corpo se expõe ao risco do atravessamento, à aventura e ao perigo da presença no presente. E, sendo um saber da experiência, não é possível conhecê-la “como o que é, e sim como o que acontece, não a partir de uma ontologia do ser, mas sim a partir de uma lógica do acontecimento”,⁷⁵ não a partir de uma teoria, mas sim de uma práxis. Só a prática dá acesso ao aprendizado somático.

Penso que a educação somática se aproxima também do que propõe Luiz Rufino ao afirmar a educação como uma “força motriz que possibilita nos mantermos atentos e atuantes nos processos de descolonização”.⁷⁶ Uma educação que não pode ser entendida como uma prática de preparação para viver no mundo hegemônico estabilizado. Que não deve ser geradora de uma adequação conformista ao poder socialmente instituído, mas, ao contrário, gerar dúvidas e curiosidades no lugar de verdades, certezas e assentamentos, fazer perguntas sem desejar respostas, acolher os conflitos como parte da força vital de difração de ideias e não como oposição ameaçadora, e, sobretudo, não estar a serviço de uma lógica única e universal e de um modelo dominante de corpo, de cultura e de sociedade. A educação pode ser essa força criadora de recursos para o enfrentamento da “grande engenharia de destruição de existências e corpos e de produção de um mundo monológico”,⁷⁷ que é a empresa colonial capitalista.

Na contramão desta lógica produtora de desvios e aniquilações, a educação emerge como um radical vivo; corporal, vibrante; dialógico; inacabado, alteritário, comunitário, produtor de presença, dúvida, vivência e partilha. [...] A educação é uma esfera de autoconhecimento, responsabilidade, liberdade, esperança e cura.⁷⁸

Arrisco propor que a educação somática segue essa trilha. Tem a possibilidade de ajudar a despertar nos corpos anestesiados sua potência de vida. Confrontando o corpo com seus padrões de organização e de percepção, tem a chance de deflagrar os modos reguladores que são parte da gramática normativa de dominação do biopoder, e abrir espaço para que outras respostas possam

74 Ibidem.

75 Ibidem, p. 28.

76 RUFINO, 2021, p. 10.

77 Ibidem, p. 11.

78 Ibidem.

emergir. No entanto, o desafio maior das somáticas como campo comprometido com o pensamento decolonial ainda é o de se engajar em proporcionar acessos a uma maior diversidade de corpos e modos de existência que furem os espaços sócio-geográficos-culturais configurados hierarquicamente de acordo com o mapa da dominação branca e eurocentrista. É importante fazer uma revisão crítica das Somáticas enquanto campo de pensamento e prática em relação a estas questões. Há, na base dos discursos e métodos somáticos, uma brecha para categorizações universalistas do corpo, da anatomia, da fisiologia. Não podemos perder de vista que essas práticas produzem efeitos diretamente sociais e ideológicos, naturalizando uma experiência que, em sua maioria, é fruto da vivência de grupos específicos e socialmente hegemônicos. O compromisso com a indústria do bem-estar, da autoajuda e do desenvolvimento pessoal, ao qual estas práticas estão atreladas, ainda que se deva, por um lado, “à marginalização e à exclusão dessas técnicas pela instituição dos saberes educativos e médicos”, por outro, é também “o resultado direto da ausência de representação de uma diversidade humana e social no conjunto humano descrito pela Somática”.⁷⁹ Temos visto, desde a década de 1990, e mais fortemente no alvorecer do século XXI, o movimento rumo à expansão do campo para fora dos espaços restritos das práticas e terapias corporais e das artes, investindo diretamente no tecido social, através de trabalhos dentro de instituições e com grupos minoritários em contextos socio-políticos diversos e para além das margens reconhecidas do campo somático.⁸⁰

Teoria Social Somática

Alguns pensadores do campo têm se debruçado sobre este tema e novos espaços de pesquisa e experimentação vêm sendo inaugurados com o intuito de construir uma arena social mais inclusiva, diversificando e democratizando o acesso às práticas e terapias somáticas e implementando diálogos com as questões críticas que se apresentam na atualidade, tais como o agravamento da crise ambiental, o acirramento das questões sociais e a migração generalizada de populações, a ascensão de governos totalitaristas dedicados a reiterar explicita-

79 CLAVEL; GINOT; 2015, p. 96.

80 O BMC vem também dando alguns passos nesta direção. Em junho de 2022, o tema da conferência internacional da Associação de Body-Mind Centering foi *Somatic Agency and Social Justice*. Para aprofundar a pesquisa sobre a expansão do campo somático no caminho da diversidade e da inclusão, ver JOHNSON, 2018.

mente o racismo estruturante de nossa sociedade e a crise sanitária global. Neste cenário, vemos o aparecimento de alguns subcampos somáticos, como a Teoria Social Somática e a Ecosystemática.

A Teoria Social Somática é um campo de estudos cunhado pela pesquisadora norte-americana Jill Green em 1993, apoiado nas teorias críticas dos filósofos e terapeutas somáticos, também norte-americanos, Don Johnson e Elizabeth Behnke, bem como em questões sobre o papel da autoridade somática na relação com a normatização biopolítica dos corpos. Segundo Green, a Teoria Social Somática é um movimento “para fora, do micro em direção ao macro, do self para a sociedade”.⁸¹ Green está interessada em conjugar dois modos de pensar o corpo, que, segundo ela, pertencem a epistemologias distintas: o aprendizado pela experiência corporalizada e a construção social do corpo. Ela alega que a Teoria Social Somática é um caminho para reconhecer a importância da experiência corporal e ao mesmo tempo usar uma lente social mais ampla para examinar como os corpos são regulados pelas culturas nas quais estão inseridos. Para isso, ressalta a importância de lançar um olhar crítico a algumas práticas somáticas, sugerindo que certos princípios sobre o que é bom para o corpo – em relação a, por exemplo, alinhamento, postura, respiração – correm o risco de tropeçar em crenças universalistas sobre o bem-estar corporal, não reconhecendo os diferentes modos de como a diversidade sociocultural se inscreve nos corpos.⁸² Também alerta para o fato de que as experiências corporais são “baseadas em como nossas percepções foram socialmente construídas”⁸³ e, portanto, estão sempre sujeitas aos discursos dominantes, oferecendo uma brecha para a captura pelo biopoder e seus mecanismos de controle social e político. Ela também lembra que algumas teóricas feministas (por exemplo, McLaren 1989; Simon & Dippo 1986)⁸⁴ propõem que concentrar a atenção na experiência contribui para tirar o foco de um trabalho social mais crítico.

Esta dicotomia apontada por Green pode ser compreendida pela categorização que Pizarro oferece, contrapondo a “somática ativista”⁸⁵ conceituada por Hanna, que sonhava com uma revolução universal dos corpos a partir da cons-

81 BOTIGLIERI; GINOT; SALVATIERRA; 2013, p. 102.

82 Pessoas nascidas e educadas dentro de uma comunidade muçulmana tradicional, por exemplo, que desde pequenos se sentaram no chão e não em cadeiras, terão um alinhamento de coluna muito distinto do que pessoas que só se sentaram em cadeiras durante toda a vida, nos levando à evidência de que não existe um corpo ideal universal, mas os modos como cada corpo, em cada cultura, negocia suas singularidades com o ambiente.

83 GREEN, 2018, p. 8.

84 Citadas em GREEN, 2002, p. 104.

85 PIZARRO, 2020, p. 153.

ciência somática, a uma somática social enunciada por Don Johnson, embora o próprio Johnson chamasse a atenção para “os perigos de usar as práticas somáticas como uma panaceia para os males do mundo sem enquadrar seu discurso num contexto social maior”.⁸⁶

Meu corpo – suas sensibilidades, seus estilos de movimento, seus padrões de resposta e saúde – não é simplesmente uma realidade individual governada por suas próprias leis biofísicas e os efeitos idiossincráticos da minha história pessoal. Eu também sou o resultado das ideologias dentro das quais eu me movo.⁸⁷

Johnson afirma que trabalhos somáticos individuais e em pequenas comunidades não são capazes de dar conta de uma mudança social significativa se não tocarem as grandes estruturas sociais dentro das quais vivemos. Por isso, é necessário empreender um trabalho minucioso de cultivar sensibilidades corporalizadas dentro das nossas instituições “para erguer a fundação corporal de um modo mais democrático de vida”.⁸⁸ Em seu livro *Diverse Bodies, Diverse Practices*, Johnson reitera sua aposta, respaldada por muitos anos oferecendo práticas e efetuando pesquisas com as somáticas em diferentes contextos sociais, de que “a mudança em direção a uma nova ordem social mais inclusiva e justa não deve ser assunto apenas de debate intelectual, pois só pode acontecer como resultado de um trabalho profundo de transformação pessoal e coletiva”.⁸⁹ Ele ressalta o quanto as culturas dominantes tendem a perpetuar a separação corpo/mente porque interessa desconectar as pessoas de suas “autoridades somáticas e sensuais”,⁹⁰ reforçando modelos de corpos ideais e estimulando a não confiança nos próprios impulsos sensoriais. E evoca o pensamento de William Reich, de que o fracasso repetitivo de um projeto social libertador se deve à “evisceração social do corpo”, e de que “a incapacidade de liberdade social está enraizada no organismo humano”.⁹¹

Quando múltiplas camadas de movimentos corporais, impulsos e percepções não são criativamente transformados em movimentos criativos em direção à liberdade, em sentimentos pelos outros e em um propósito, as pessoas se tornam facilmente capturadas pela *mass media* e por ideólogos que fomentam movimentos populistas movidos pelo medo e pela desorientação.⁹²

86 GREEN, 2002, p. 104.

87 JOHNSON, 1992, p. 65.

88 JOHNSON, 2018, p. 22.

89 Ibidem, p. 20.

90 JOHNSON 1992.

91 JOHNSON, 2018, p. 30.

92 Ibidem.

Johnson propõe que as somáticas, apesar de não serem a solução para os problemas do mundo, como acreditava Hanna, podem contribuir, com suas inúmeras práticas de cultivo do toque, de percepção, de sentir e de mover, na lida com o senso de desorientação que o encontro pode gerar – não apenas o encontro com o trauma e com a opressão, mas também, e positivamente, com a diferença e com o desconhecido. E, avançando na reflexão sobre a relação entre os ideais democráticos e as práticas e políticas de corpo, ele salienta que a luta por uma sociedade mais justa pode necessitar de muita força e muscularidade, mas também de conexões criativas e prazerosas que a partilha comum de práticas incorporadas podem proporcionar, “aterrando pensamentos abstratos em intersubjetividade sensual”.⁹³ Neste sentido, ele afirma que a “democracia não é uma realidade, mas uma esperança, como a somática também, um ideal regulatório que estabelece caminhos de luta para imaginar o que ainda não é, requerendo uma profunda remodelagem de nossas inclinações narcisistas”.⁹⁴

Elizabeth Behnke⁹⁵, por sua vez, afirma que a crença de que os métodos somáticos buscam uma essência universal para o corpo e privilegiam a experiência particular, ignorando a inscrição do social e do comum no corpóreo, ainda se apoia em duas dicotomias clássicas da história do pensamento ocidental, intimamente relacionadas uma à outra: a dicotomia cartesiana clássica, que opõe “corpo como lugar da organicidade biológica” e “mente e/ou espírito como lugar da consciência” e a dicotomia que opõe “corpo como natureza” e “corpo como cultura”. Behnke alega que as somáticas estão menos interessadas no corpo como natureza, em oposição ao corpo culturalmente inscrito, e mais no corpo como um processo aberto em contínua transformação:

Eu não nego que eu esteja continuamente corporalizando a mim mesma de um jeito particular, nem que meu estilo habitual de corporalização seja socialmente formatado; o que eu estou deixando de lado é a premissa de que esta formatação é total ou final. Em lugar disso, eu deixo espaço para práticas somáticas transformadoras e outras modalidades de reeducação corporal que podem libertar o corpo vivo de sua formatação habitual e reformatá-lo de um novo modo.⁹⁶

As práticas somáticas podem facilitar o acesso a certas formatações de base, ou seja, a certos padrões de resposta e trazê-los à consciência cognitiva, para que possam ser transformados em novos padrões. Elas oferecem referen-

93 Ibidem, p. 22.

94 Ibidem, p. 26.

95 BENHKE, 2010.

96 BENHKE, 2010, p.2.

ciais materiais que possibilitam um conhecimento mais preciso do corpo a cada instante, “não como um objeto *ready-made*, mas como um estilo continuado de autoformatação cinestésica e engajamento situacional”.⁹⁷ A perspectiva somática não se opõe à ideia de que os corpos são socialmente inscritos, mas sim à ideia de que os corpos são veículos de expressão da consciência e de que os corpos são organismos-objetos prontos. Ainda há muita insistência em associar o corpo a um objeto, de natureza puramente biológica e física, opondo-o ao sujeito da consciência, constituído separadamente da dimensão orgânica do corpo. Esta crença cartesiana de base “não abre espaço para a pesquisa e investigação do papel que a motilidade sensível e a consciência cinestésica têm na constituição do pensamento, e portanto elas permanecem anônimas”.⁹⁸ Escapar da “crise” deflagrada por esta crença dualista, requer

[...] não apenas recuperar minha própria vida cinestésica de seu anonimato habitual, mas indagar onde eu estou cegamente e acriticamente performando uma espécie de autoconstituição em acordo com um estilo público particular constituído, ingenuamente sem nem reconhecer isso [...] E ainda, como o corpo cinestésicamente funcional é um corpo situado e relacional – portanto, culturalmente intercorporal e intercinestésico –, a crítica da experiência corporal não pode ser pensada isoladamente. Em vez disso, ela vai abrir a possibilidade em paralelo não apenas de uma crítica cultural, mas de uma renovação cultural [...] ⁹⁹

Uma epistemologia somática?

Existiria uma epistemologia própria do campo das somáticas? Um modo de conhecer, de gerar pensamento e conhecimento a partir da conexão com o corpo enquanto soma? Pizarro¹⁰⁰ propõe que o próprio conceito de epistemologia surge e está ancorado na tradição do pensamento filosófico ocidental, conectado com o pensamento racionalista, e, portanto, já ontologicamente em tensão com a noção de somática, que se funda sobre a escuta de uma inteligência que é do corpo, apoiada no movimento e nas sensações que ele produz. Mas tento pensar com Pizarro as pistas de um novo paradigma epistemológico próprio des-

97 BENHKE, 2010, p. 233.

98 BENHKE, 2010, p. 234.

99 BENHKE, 2010, p. 234.

100 PIZARRO, 2020.

te campo, de uma “episteme rizomática, movida pelas sabedorias que já moram com a gente, que já estão presentes na autenticidade e na autoridade sensual das nossas células”.¹⁰¹ Pizarro valoriza a potência de insurreição que as práticas somáticas podem representar em relação às normas, padrões e modelos pré-definidos de corpo e de aprendizado, se situando à margem dos saberes científicos, biomédicos e esportivos hegemônicos:

A Somática é um campo epistemológico contemporâneo transdisciplinar de ecologia profunda na primeira pessoa do plural, movendo dimensões indisciplinadas: transdisciplinaridade, ecologia e alteridade; respectivamente, outras palavras que poderiam exalar delas individualmente seriam: abertura, enação e relação, ou, ainda, atravessamento, cocriação e singularidade.¹⁰²

Ginot, por sua vez, se propõe pensar a partir de uma outra perspectiva crítica, talvez mais comprometida com a noção de epistemologia da tradição filosófica ocidental, “como os ‘conhecimentos do corpo’ construídos pelos *somatics* são elaborados e transmitidos”.¹⁰³ Partindo a análise da produção discursiva do campo, Ginot afirma que as somáticas figuram exatamente “no interstício entre dois paradigmas cognitivos”: de um lado, o discurso científico exógeno, que se caracteriza pela vontade de objetividade e por verdades estáveis e repetíveis, e, de outro lado, o discurso endógeno dos relatos de experiência, apoiados no conhecimento sensível, empírico, singular e variável, que não pode ser quantificado, nem comparado. Ginot compreende que a ciência, como o dispositivo de verdade de nossa cultura, acaba por cumprir a função de legitimar a crença sobre a provável eficácia dos saberes e métodos somáticos. Cada método teria seu discurso científico de referência: a Teoria da Evolução e a biologia seriam o quadro de referência do BMC, assim como a neurociência para Feldenkrais, fornecendo um horizonte conhecidamente estável e coletivo à experiência desconhecida, instável e particular. Sua conclusão é de que o regime da crença, entrelaçando intimamente o conhecimento científico e a experiência pessoal é o que determina a produção de discursos no campo das somáticas.

Essa perspectiva me parece interessante na medida em que apresenta um paradoxo: os métodos somáticos oferecem opções de cuidado com o corpo que são alternativas às práticas científicas, pois atuam, muitas vezes, justamente ali onde a ciência teria falhado em oferecer boas respostas. E, ao mesmo tempo, o discurso científico funcionaria como dispositivo legitimador da eficácia des-

101 Ibidem, p. 37.

102 Ibidem, p. 147.

103 GINOT, 2010, p. 3.

ses métodos. Acredito que esta aparente contradição que existe entre o discurso científico objetivo e a experiência singular subjetiva do sentir somático seria o paradoxo fundador da própria possibilidade de uma epistemologia somática. Não seria justamente no deslizar entre o organismo (no sentido cartesiano do termo, como um objeto sujeito às leis da ciência e às regras sociais) e as cartografias subjetivas-afetivas particulares de cada soma, o lugar de onde emerge a diferença? E não seria a diferença a condição por excelência de existência de todo vivente, que as práticas somáticas buscam acolher e empoderar? Não seria esta dinâmica dialógica de ajustes osmóticos, entre dentro (o soma) e fora (o meio ambiente, incluso o universo social de biopolíticas homogeneizantes perpetradas pelo edifício de poder dominante da vez), o que chamamos de vida?

Ainda em termos de epistemologia somática, concordo com a crítica de Pizarro sobre a reflexão de Ginot, ressaltando que, apesar da relevância de sua pesquisa, é fundamental considerar que “nas práticas somáticas, o discurso escrito não se sustenta apartado de sua prática e de sua tradição oral” e da centralidade da experiência, e não pode ser tomado como o modo privilegiado de transmissão do conhecimento somático. Uma epistemologia somática deve ser pensada a partir de suas especificidades, tendendo a transbordar a própria noção de epistemologia para acolher formas de conhecer e transmitir conhecimento que instauram um entrelugar do saber prático e teórico¹⁰⁴, ainda pouco explorado no campo acadêmico:

As epistemologias somáticas são justamente este lugar do saber corporalizado emergindo das respostas e perguntas corporais. As reflexões sobre/com tais saberes subjetivos promovem corpus de conhecimento prático-teórico que favorecem a consolidação de novos campos de estudos e práticas.¹⁰⁵

Eu gostaria de olhar mais para o papel da crença na constituição de uma eficiência somática. Ginot evoca Basile Doganis, em seus estudos sobre as artes marciais, e sua noção de que a crença é parte constitutiva da eficiência de um gesto. Ressalta a aparente contradição dos discursos dos mestres em artes marciais, concluindo que não são guiados por um imperativo de verdade, mas por um imperativo de eficiência, ou seja, “‘deve-se crer’ na eficiência da ação engatada, e ser capaz de mudar a crença, e conseqüentemente, de modo de eficiência, se o contexto assim o exigir”.¹⁰⁶ Do mesmo modo, a noção de crença

104 VAN DER MAREN, 1996; FORTIN, 2011 *apud* PIZARRO, 2020, p. 28.

105 PIZARRO, 2020, p. 28.

106 GINOT, 2010, p. 12.

Don Johnson conta que trabalhava para a Comissão de Direitos Humanos das Nações Unidas e que se deparou com um grupo de homens cambojanos que tinham sido presos ainda jovens e torturados durante o período do regime de Pol Pot. Eles ainda tinham marcas profundas nas pernas, deixadas pelas correntes. Por sua vasta experiência no campo, Johnson sabia que o desafio de lidar com traumas não se restringia à parte médica e emocional, mas também “aos ferimentos dos assaltos diretos à carne”, e que as manipulações corporais precisavam ser muito sensíveis, respeitosas e não invasivas para não aumentarem o risco de reavivar o trauma. As práticas somáticas empregadas no tratamento destes homens foram eficientes no sentido de os ajudarem a se reorganizar e organizarem para a reintegração na sociedade, mas um deles verbalizou a abrangência da questão, dizendo: “A tortura levou nossas almas dos nossos corpos. Só nossos xamãs podem recuperá-las. Mas eles também se foram todos”.¹⁰⁹

não está vinculada à noção de verdade nas somáticas. Crença pode ser apenas um outro modo de nomear a percepção. Como propõe o biólogo molecular Bruce Lipton¹⁰⁷, o efeito-placebo não cessa de provar que o sucesso de uma intervenção médica não se deve apenas ao seu teor propriamente dito, mas também à confiança depositada nela. Lipton propõe chamar o efeito-placebo de “efeito-percepção” ou ainda de “efeito-crença”, reforçando o quanto o sistema perceptivo se confunde com o sistema de crenças. Ele é responsável pelos processos de troca do corpo com o ambiente, e determina a gênese dos gestos de resposta. Ele lê e interpreta o ambiente e com base nesta percepção/crença, elabora os gestos de resposta. Ele não sente o ambiente como o ambiente é (a verdade), ele sente suas relações com ambiente, ou seja, como o seu sistema de crenças/perceptivo vê o ambiente. As nossas percepções, sejam elas verdadeiras, ou não (pois, afinal, são sempre verdadeiras para aqueles que nelas acreditam – este é o ponto), têm grande impacto sobre o comportamento e sobre o corpo, e as práticas somáticas, por atuarem diretamente no sistema perceptivo, têm a potência de modular as percepções e transformar o próprio sistema de crenças, conscientes e inconscientes, do corpo. Se a ciência funciona como agente catalisador da crença, é simplesmente porque ela é experimentada como verdade pelo sistema de crenças que a legitima. É interessante perceber que as práticas somáticas, como todas as práticas corporais, dialogam com o sistema no qual elas estão inseridas. No caso da cultura ocidental, elas têm o papel de promover desestabilizações e desterritorializações perceptivas nas crenças fixadas e incorporadas como verdades do corpo que deixaram de ser eficientes.

Fica a pergunta se os métodos somáticos podem produzir algum tipo de eficiência em outros con-

109 JOHNSON, 2018, p. 21.

107 LIPTON, 2007.

textos culturais distintos dos abarcados pelo guarda-chuva da sociedade ocidental contemporânea, e quais seriam as condições desta possibilidade.¹⁰⁸

Ecossomática

Ecossomática é a designação de um campo de estudos e práticas somáticas “onde se trabalha uma rejeição à toda separação entre o corpo e seus outros, e um sentir de si como um meio para outros viventes – cuja presença torna possível nossa própria vida”.¹¹⁰ Pensar o campo somático a partir desta perspectiva não apenas sublinha a reciprocidade dinâmica do corpo com o seu ambiente, como também chama a atenção para sua participação no ecossistema, como algo que emerge de um campo de relações, um meio de partilha de um cotidiano comum com outros seres vivos.

Este campo emerge do atravessamento de conceitos e práticas comuns ao campo das somáticas e da ecologia, como as noções de percepção, relação, diversidade, reciprocidade. Como afirmam as pesquisadoras do grupo de pesquisa Soma&Po, ligado ao Departamento de Dança da Universidade de Paris VIII – Marie Bardet, Joane Clavel e Isabelle Ginot,¹¹¹ os estudos de fenomenologia de Husserl e Merleau Ponty, assim como a Ecologia Perceptiva de James Gibson, poderiam se desenhar como predecessores desse campo, devido à atenção dada ao papel da percepção na interação do corpo com o mundo. Mas ao mesmo tempo que se focalizam nesta continuidade e interação, deixam escapar o ponto crucial do paradigma ecológico contemporâneo: a reciprocidade da relação. Enquanto a fenomenologia teria ficado limitada a investigar a experiência pessoal do sujeito, a ecologia perceptiva teria ficado restrita ao ponto de vista privilegiado daquele que se enuncia como *eu*, o qual se relaciona de forma utilitária com os outros agentes de seu meio.

108 Para aprofundar a questão das práticas somáticas com/em contextos e corpos diversos, ver: JOHNSON, 2018.

110 BARDET; CLAVEL; GINOT, 2018, p. 7.

111 BARDET; CLAVEL; GINOT, 2018.

Uma vez que o modelo antropocêntrico é interpelado ferozmente neste alvorecer do século XXI, e se admite que a *senciência*¹¹² é uma capacidade compartilhada por todos os seres vivos, humanos e não humanos, tanto as práticas ecológicas quanto as práticas somáticas se vêm simultaneamente envolvidas nos deslocamentos dos conceitos de natureza e de corpo. Torna-se fundamental abandonar todas as referências à Natureza enquanto categoria estável, anti-histórica e universal, e considerar o meio ambiente não mais como uma tela de fundo, mas como um agente maior da evolução e do desenvolvimento individual, produto e produtor na trama dinâmica das relações que gerem a vida. Da mesma forma, é necessário que as somáticas revejam todos os modelos de corpo que ainda resvalam em concepções essencialistas para escapar definitivamente às pretensões universalistas em favor de corporeidades diversas, construídas situada e historicamente nas relações com os outros e com o meio: “É preciso, então, que a consciência de si como um todo único, fundamento do campo da Somática, abra-se também como uma *consciência do não si*, um soma que acolhe a vida dentro de si, um soma que nós propomos chamar de *soma-ecossistema*”.¹¹³

O questionamento do lugar hegemônico do humano que emerge com a crise do Antropoceno, afeta, portanto, o campo das Somáticas em dois eixos primordiais: da diversidade e da reciprocidade. Em primeiro lugar, se faz mais do que nunca necessário abarcar toda a diversidade humana dentro da Somática, e, em segundo lugar, impõe não apenas acolher os não humanos em nosso meio, mas também a considerar, por sua vez, o humano como um meio, como um ecossistema que acolhe nele uma diversidade de não humanos, tais como as bactérias, os vírus e os fungos diversos que habitam o corpo humano.

Senhor Linfócito fala: Você é um mero ecossistema estúpido e egoísta. Você está orgulhoso de ser um animal consciente. Mas o que você chama de ‘consciência’ de si mesmo corresponde exatamente à minha definição de egocentrismo [...]. Imagine como você conceberia o mundo se estivesse no meu lugar. Sua sensação de ser um todo, que você chama de ‘consciência’ e que domina sua percepção do mundo, tira toda sua lucidez em relação à sociedade de animais microscópicos que vivem em você. Você nos chama de ‘células’ e você nos considera como seus prisioneiros. Pensa bem [...] Será que a floresta pergunta aos animais e às plantas que lá

112 Senciência é a capacidade de sentir, de entender ou de perceber algo por meio dos sentidos. Esse termo foi criado no século XVII para designar a capacidade de sentir, em oposição à capacidade de pensar. Ele ganha novos contornos na contemporaneidade, em contato com as religiões asiáticas e com o movimento pelos direitos dos animais. O neurocientista Antônio Damásio define a *senciência* como a capacidade de sentir sensações e emoções (Fonte: *Wikipedia*).

113 CLAVEL; GINOT, 2015, p. 95 (grifo das autoras).

moram como eles fazem para discernir a floresta da não floresta, a fim de defender sua integridade?¹¹⁴

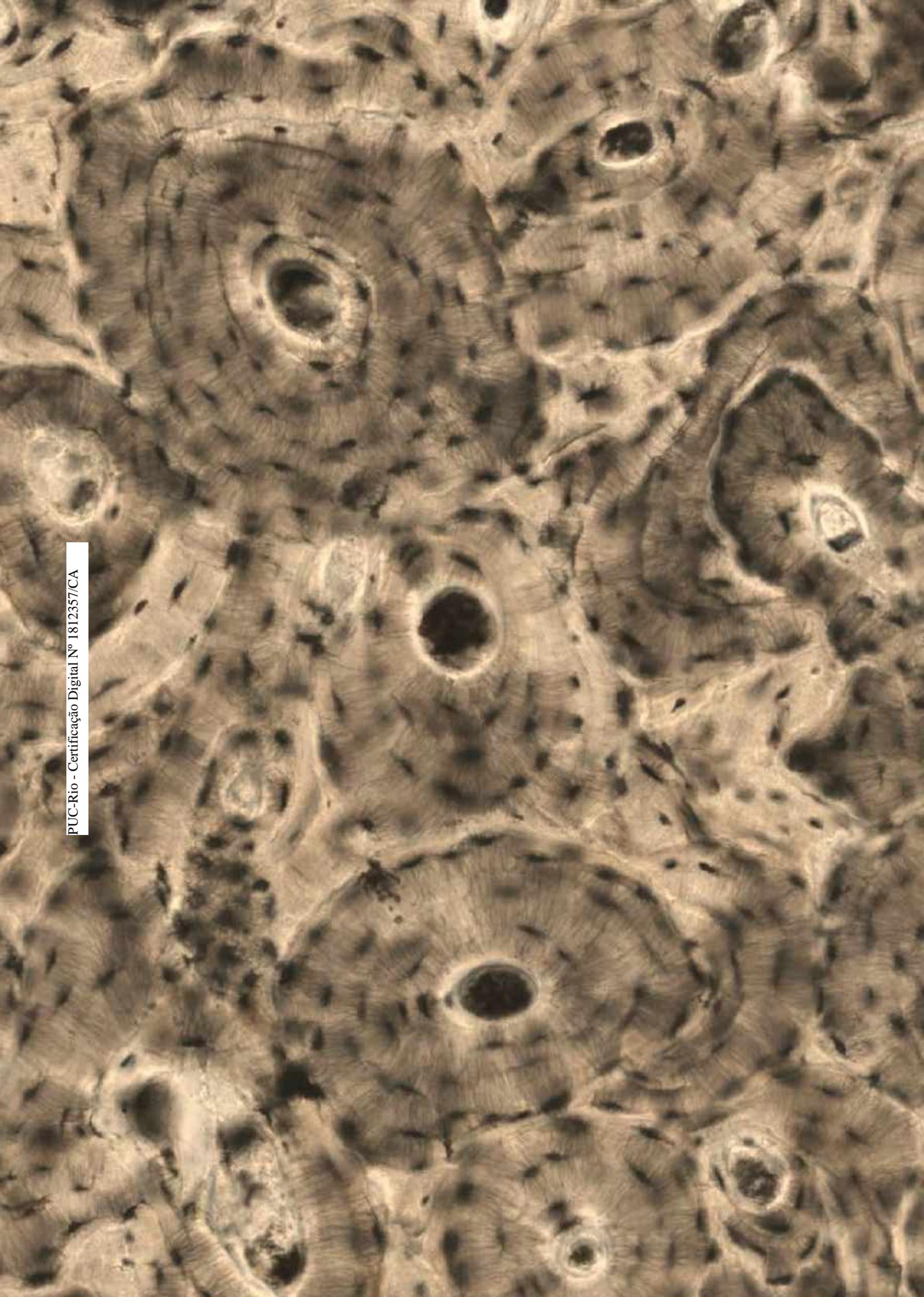
Pensar o exterior e o interior como um *continuum* de interação pressupõe estudar não só como o indivíduo recebe os acontecimentos do seu meio, mas também como o gesto é também uma forma de afetar o meio. Em outras palavras, se uma prática somática considera a ação do meio ambiente como agente de transformação do potencial de gesto do sujeito, como é que ela considera, por sua vez, os efeitos do gesto somático sobre o meio? A perspectiva ecossomática convida as somáticas para um novo compromisso ético e político com as dimensões social e ecológica do planeta.

As práticas somáticas são espaços de produção individual e coletiva de subjetividades, mas também de desenvolvimento de um poder de ação sobre nossas maneiras de viver, orientando nossa imaginação em direção a novos horizontes de percepção, de experiência e de invenção do cotidiano. É urgente chamar a atenção aos efeitos dessas práticas, a seu potencial de invenção de si e de invenção de mundo, de estímulo a processos de emancipação, de transformação social e de criação de outros comuns possíveis.¹¹⁵ Elas nos engajam a habitar nossos corpos diferentemente, através da aprendizagem de um *saber-sentir*, abrindo espaços para o cultivo de especulações imaginativas de futuros possíveis e, quiçá, de novos modos de habitar o planeta. Nesse sentido, perspectivas ecológicas e somáticas participam conjuntamente na elaboração de outros futuros e utopias possíveis, nos comprometendo com a mobilização de microestratégias que talvez sejam menos suscetíveis de apropriação e submissão às categorias de corpo-objeto e Terra-recurso.

114 SONIGO; STENGERS; 2003, p. 82-83 *apud* CLAVEL; GINOT, 2015, p. 94-95.

115 BARDET; CLAVEL; GINOT, 2018.

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA



3. Body-Mind Centering

São Paulo, 12 de março de 2016. Chego na Sala Crisantempo, em Vila Madalena, cidade de São Paulo. São nove horas da manhã. Um grupo de pessoas, cerca de trinta, algumas que conheço do contexto da dança e do teatro, estão espalhadas pelo chão da sala. É a primeira vez que vou fazer uma prática de Body-Mind Centering (BMC), estou curiosa e um pouco nervosa. Depois de uma roda de apresentações, fomos convidadas a deitar todes no chão e a ceder o peso do corpo. Um longo silêncio. E então a fala: “Esta é uma prática experimental e exploratória. Não se preocupem em compreender, mas apenas em ter uma experiência que faça sentido para vocês. Vamos fazer uma somatização da respiração celular”. “Respiração celular?”, pergunto, na aflição de estar prestes a mergulhar em um mar escuro de não-saberes abissais. “Você vai sentir. Se não conseguir sentir, imagina”, é o que ouço.

Como artista do corpo e do movimento, eu me sentia familiar a esse tipo de abordagem. Experiências artísticas fazem sentido sem a necessidade de compreensão racional. Eu também cultivava habilidades de improvisação, experimentando o movimento sem objetivo ou significado pré-determinado, guiada pelas sensações cinestésicas, pelas relações do meu corpo com o espaço, o tempo, o peso, e por provocações de natureza psicofísica. Mas, nesta experiência, havia alguma coisa de diferente e de muito desconfortável para mim. Eu não tinha onde me apoiar para a exploração de movimento. Seria a proposição para um exercício de imaginação apenas? Ou para uma espécie de ato místico de fé? Não me parecia possível sentir a materialidade das minhas células e me mover a partir delas. Eu estaria mentindo se fingisse que sabia por onde começar. Ah! Vã, ilusória e insistente divisão entre a mentira e a verdade, entre a ficção e a realidade. Mal sabia eu que novas realidades ficcionais estavam prestes a se-me reinaugurar.

Anatomia do corpo morto

Diferentes áreas do conhecimento, diferentes epistemologias, diferentes culturas no tempo e no espaço criaram seus modos específicos de abordar, compreender, conceituar, metaforizar e significar o corpo, assim como de categorizá-lo, relacioná-lo, aproximá-lo, separá-lo, discerni-lo, ou unificá-lo com a noção, igualmente múltipla, de mente. Como propõe a pesquisadora Christine Greiner, é importante não perder de vista que “cada uma destas definições denunciam modos de enunciação que, por sua vez, constituem possibilidades de experimentação e agenciamentos do corpo no mundo”.¹ E que cada metáfora de corpo, da mente e das relações corpo-mente carrega em si seus projetos ontológicos, epistemológicos, éticos, políticos, estéticos e sociais.

Eu parto da hipótese de que a abordagem do Body-Mind Centering aciona uma narrativa de corpo que vai na contramão da concepção corporal cartesiana, no sentido estrito, mas, podemos dizer, ocidentalmente disseminada nos diferentes campos de saber e nos distintos estratos simbólicos e de experiência vivida em e por nossas sociedades. Esta concepção de corpo que remonta da Antiguidade grega à consolidação do mundo judaico-cristão e à filosofia moderna encarnada pelo cartesianismo, decorre e se entrelaça a uma noção de anatomia e de organismo, tornando-se indissociável do modo como concebemos e percebemos essas duas categorias fundamentais do corpo.

Christine Roquet nos lembra que os saberes da anatomia se fundaram a partir da visão e do corte (*tomos*). Seguindo a pista do corte, temos *ana-tomos* como “separação em partes”. Saber isso foi uma surpresa, esclarecendo que a noção de anatomia nasce fundamentada no corte que separa o corpo em partes distintas – o corte do dissecador, do anatomista, do cirurgião. Ou ainda, que “as partes distinguidas de um organismo são exatamente aquelas que resultam das ações de uma faca”.² Um dispositivo particular – a faca, o bisturi – fundando o modo como compreendemos, imaginamos e representamos nossa matéria corporal. Essa compreensão de anatomia já está representada no tratado *De humanis corporis fabrica* (1543), de Andreas Vesalius, composto de sete tomos de estudos anatômicos resultados de sua “indústria de dissecação”,³ considerado o livro de anatomia mais importante do renascimento, de grande influência para

1 GREINER *apud* CAETANO, 2012.

2 VARELA *apud* ROQUET, 2019, p. 30.

3 FEDERICI, 2017, p. 251.

o desenvolvimento das ciências biomédicas,⁴ e para a formulação do conceito de anatomia que informa ainda hoje o modo como a matéria corporal é ensinada e aprendida nas escolas de medicina e representada nos mapas anatômicos.

Seguindo a pista da visão, observamos que esta anatomia do corte em pedaços integrava uma “nova concepção de corpo como algo que pode ser aberto, como um depósito ou uma arca do tesouro, [...] um recipiente de partes misteriosas e enigmáticas”⁵ que se ofereciam à visão. A partir de meados do século XVI, a dissecação alçou status de evento teatral, e proliferaram os Anfiteatros de Anatomia nas escolas de medicina, representados em inúmeras pinturas da época. A dissecação pública de cadáveres se tornou um entretenimento popular, com ingressos mais caros do que os de uma peça de teatro, apresentada como um espetáculo da desmontagem do corpo, geralmente dos cadáveres de criminosos mortos, para ser apreciada pelo olhar. Havia música, comida e bebida, e uma platéia ávida para acompanhar o feito de uma equipe de médicos-professores-cirurgiões encarregados de cortar, separar, categorizar e nomear as partes de um corpo. O teatro anatômico expunha à vista pública “um corpo desencantado e profanado”,⁶ uma noção de corpo como objeto de manuseio e uso instrumental, apartado de todo resquício de vida e humanidade. O medo de ter o corpo abandonado nas mãos dos cirurgiões aterrorizava, como uma segunda morte, os corpos condenados de prisioneiros de guerra, ladrões e outros criminosos. O espetáculo da dissecação se alinhava diretamente à filosofia mecanicista que se popularizava à época, segundo a qual o corpo, ainda que vivo, era concebido como um instrumento mecânico, sem vida própria, sujeito à leis da mecânica, podendo ser desmontado como uma máquina, separado em partes, tal qual as peças de um relógio. A filósofa e escritora feminista Silvia Federici ressalta, em *Calibã e a bruxa* (2017), a afirmação feita por Mario Galzigna, de que:

[...] é da revolução epistemológica realizada pela anatomia no século XVI que surge o paradigma mecanicista. O *corte* anatômico rompe o laço entre microcosmos e macrocosmos, e apresenta o corpo tanto como uma realidade separada quanto como um elemento de produção; nas palavras de Vesalius: uma fábrica.⁷

E as dissecações não eram apenas efetuadas em cadáveres no contexto espetacular dos anfiteatros de anatomia, mas também em corpos vivos, em nome

4 ALDERSEY-WILLIAMS, 2016, p. 29.

5 Ibidem.

6 FEDERICI, 2017, p. 215.

7 Ibidem, p. 251 (grifo da autora).

de dar a conhecer as engrenagens corporais em ação, a despeito dos sofrimentos impingidos. A vivisseção era realizada secretamente em prisioneiros condenados à morte, animais e toda a sorte de seres vivos não considerados “humanos” pelo pensamento da época. Como na inquisição religiosa, o “uso científico da tortura” era consentido tanto pela Igreja quanto pelo Estado, com a justificativa de promover não apenas a disciplina social, mas o avanço dos conhecimentos sobre o corpo.⁸ Não podemos ignorar “a violência predominante na racionalização científica do mundo”⁹ e o fato de que a medicina ocidental é fundada sobre a crueldade destas ações, em nome do progresso da Ciência e do pensamento. A prática indiscriminada e consentida da dissecação anatômica é um dos alicerces do modelo científico, social e cultural do corpo humano que conhecemos:

A racionalidade ocidental é como o corte anatômico, o processo de entendimento científico é como a dissecação. Os objetos do entendimento são considerados como inanimados, isentos das chamadas qualidades subjetivas mais apropriadas às almas dos observadores.¹⁰

Federici lembra que esse ideal de progresso científico se articulava ao projeto do nascente Estado capitalista de impor seu controle sobre a força de trabalho, ressaltando que “a primeira máquina desenvolvida pelo capitalismo foi o corpo humano e não a máquina a vapor, nem tampouco o relógio”.¹¹ A transformação do corpo em uma máquina se desenvolveu concomitantemente a um novo conceito de pessoa que emergiu no centro da imaginação política e filosófica a partir do século XVI, com a reforma protestante e o surgimento da burguesia mercantil. Como sugere Federici, sua encarnação ideal é a figura de Próspero, personagem de Shakespeare em *A tempestade* (1611), que encarnava a tensão entre a espiritualidade celestial de Ariel e a materialidade brutal de Calibã.¹² Próspero já presentificava a batalha travada no interior do indivíduo, na gênese de uma concepção burguesa de pessoa, entre a razão, “a parcimônia, a prudência, o senso de responsabilidade, o autocontrole”,¹³ de um lado, e as paixões e os instin-

8 Ibidem, p. 260.

9 Ibidem, p. 265.

10 JOHNSON, 1992, p. 12.

11 FEDERICI, 2017, p. 268.

12 Os processos de disciplinarização do corpo que construíram a transição para a modernidade capitalista foram brilhantemente investigados nas obras de Michel Foucault, tais como *Vigiar e Punir: Nascimento da prisão* (1987 [1975]) e *História da Sexualidade I: A vontade de saber* (1988 [1976]). Mais recentemente, Silvia Federici propõe uma perspectiva marxista feminista em *Calibã e a Bruxa*, obra com a qual dialogo neste texto.

13 FEDERICI, 2017, p. 240

tos do corpo, “a lascívia, o ódio e toda espécie de sabedoria da carne que pudesse corromper os poderes da mente”,¹⁴ do outro.

Na tentativa de formar um novo tipo de indivíduo, a burguesia estabeleceu uma batalha contra o corpo, que se converteu em sua marca histórica. De acordo com Max Weber, a reforma do corpo está no coração da ética burguesa porque o capitalismo faz da aquisição “o objetivo final da vida”, em vez de tratá-la como meio para satisfazer nossas necessidades; para tanto, necessita que percamos o direito a qualquer forma espontânea de desfrutar a vida.¹⁵

Esse projeto de subjugação e alienação do corpo encontrou no pensamento mecanicista do filósofo e matemático René Descartes (1596-1650) uma fundamentação teórica profícua. Uma vez reduzido ao status de máquina, transformado em ferramenta, “o corpo pôde ser aberto à manipulação infinita de seus poderes e de suas possibilidades”.¹⁶ As origens do termo ‘organismo’ apontam etimologicamente ao radical grego *organon*, que designa instrumento ou ferramenta, e, não à toa, este termo se ajustou perfeitamente bem à concepção cartesiana de corpo como um mecanismo composto de peças instrumentais articuladas de forma organizada em uma engrenagem.¹⁷

Federici salienta que a obra de Descartes, *Tratado do Homem* (1664), publicada após a sua morte, era “um verdadeiro manual anatômico”, empenhado em separar, categorizar e classificar hierarquicamente todos os componentes de uma mecânica do corpo, tecendo as bases do conceito de corpo autômato, como fica nítido nesta passagem final do livro: “Desejo que considerem que todas as funções que atribuí a esta máquina [...] se deduzam naturalmente [...] da disposição de seus órgãos – tal e como os movimentos de um relógio ou outro autômato se deduzem da organização dos contrapesos e rodas”.¹⁸ Em uma passagem de outra de suas obras, *Meditações* (1641), Descartes declara: “Não sou este corpo”, evidenciando o divórcio entre pessoa e corpo, o qual passa a se configurar como “um *continuum* mecânico de matéria que a vontade pode contemplar, [...] como objeto próprio de dominação”.¹⁹ Descartes acreditava que a vontade era a força necessária para a espécie humana “se libertar do determinismo corpóreo e instintivo”.²⁰ E, de acordo com Federici, a doutrina cartesiana “interpretava muito

14 Ibidem, p. 241

15 Ibidem, p. 243.

16 Ibidem, p. 253.

17 BERNARD *apud* CAETANO, 2012, p. 101.

18 FEDERICI, 2017, p. 249.

19 Ibidem, p. 254.

20 Ibidem, p. 273.

bem os requerimentos da disciplina do trabalho capitalista”, promovendo o cultivo da “tecnologia humana do autocontrole”.²¹

Apoiada na crença de que os animais, uma vez tratando-se de seres inferiores “despojados de razão”, não sentiam dor,²² evidência descoberta nas mesas de dissecação e vivificação (praticadas pelo próprio Descartes), a filosofia mecanicista cartesiana selou a divisão do corpo em duas instâncias separadas e opostas: a *res extensa*, a realidade material extensiva e inanimada do corpo, e a *res cogitans*, a realidade imaterial do pensamento e da alma, instituindo “uma divisão ontológica entre um domínio considerado puramente mental e outro, puramente físico”.²³ A matéria do corpo foi então condenada à inércia e à falta de consciência, tornando-se dependente do sopro divino do espírito e do pensamento para se tornar viva: um corpo-matéria sem sopro de vida, onde habitava um alma-pensamento sem presença encarnada.²⁴ Sendo apartado da consciência sensível, substrato da subjetividade, esta concepção de corpo forneceu uma justificativa formal – “a licença cartesiana”²⁵ – para que o homem, entendido como o centro do universo e superior a todas as criaturas da Terra, se desse o direito de arbitrar sobre o uso, a vida e a morte de toda e qualquer natureza.

[A] filosofia mecanicista contribuiu para incrementar o controle da classe dominante sobre o mundo natural, o que constitui o primeiro passo — e também o mais importante — no controle sobre a natureza humana. Assim como a natureza, reduzida à “Grande Máquina”, pôde ser conquistada e (segundo as palavras de Bacon) “penetrada em todos seus segredos”, da mesma maneira o corpo, esvaziado de suas forças ocultas, pôde ser “capturado em um sistema de sujeição” em que seu comportamento pôde ser calculado, organizado, pensado tecnicamente e “investido de relações de poder”.²⁶

A lógica cartesiana, ao mesmo tempo que configura uma relação de identidade entre o corpo e a natureza, constitui a separação entre natureza e alma, entre natureza e consciência sensível. Nessa operação, corpo e natureza são totalmente destituídos de seus poderes mágicos, rompendo definitivamente com a mentalidade medieval e com uma “concepção animista da natureza que não admitia nenhuma separação entre a matéria e o espírito, e deste modo imaginava

21 Ibidem.

22 ROSENFELD, 1968, p. 8 *apud* FEDERICI, 2017, p. 269.

23 FEDERICI, 2017, p. 249.

24 Esta separação, como salienta a pesquisadora Patrícia Caetano (2012), já apresentava suas bases no corpo dividido pela cruz do pecado original, condenado a escolher entre sua vida terrena, imanente, pecaminosa e finita ou uma vida celeste, transcendente, espiritual e eterna. Também em Platão, ela se traduzia na divisão entre o corpo irracional do mundo imperfeito das aparências e a razão iluminada do mundo perfeito das ideias.

25 MARGULIS et al., 2020.

26 FEDERICI, 2017, p. 253.

o cosmos como um organismo vivo, povoado de forças ocultas”.²⁷ Uma noção do corpo e da natureza atravessados por forças mágicas “derivava, em grande medida, da crença em uma correspondência entre o microcosmo do indivíduo e o macrocosmo do mundo celestial”,²⁸ e se apoiava em “uma concepção qualitativa do espaço e do tempo”,²⁹ sendo incompatível com a disciplina do trabalho capitalista emergente e com o controle social necessário para o seu desenvolvimento. A burguesia e o Estado emergentes empreenderam, então, uma enorme “campanha de terror contra a magia”³⁰ e contra a noção de corpo como um organismo vivo conectado com as forças do universo. Federici ressalta ainda um outro aspecto importante dessa caçada às bruxas: o ataque à imaginação, considerada “na magia natural dos séculos XVI e XVII [...] uma força poderosa por meio da qual o mago podia afetar o mundo circundante e trazer ‘saúde ou enfermidade, não apenas a seu próprio corpo, mas também a outros corpos’”.³¹

A doutrina cartesiana, aliada a todo o arcabouço de poder da Igreja renascentista, do Estado capitalista e da burguesia mercantil emergentes da pré-modernidade, demonizaram e perseguiram as possibilidades vitais e potências imaginativas e criativas do corpo, esterilizando sua força enquanto criador de modos de existência e abrindo caminho para uma visão de mundo iluminada pelo racionalismo. A dissecação e o corte anatômico, a divisão do corpo em partes independentes categorizadas taxonômica e hierarquicamente, a mecanização ontológica do corpo, a destituição da força vital inerente à matéria corporal e o processo de alienação do corpo decorrente dessas operações, contribuíram definitivamente nesse processo. A fábrica da anatomia do corpo morto inaugurou um corpo que precisava ser explorado, medido, quantificado, comparado e reduzido ao entendimento das leis universais da física newtoniana, segundo a qual um todo é feito de partes separáveis e analisáveis individualmente, submetidas a relações causais lineares. Um corpo que delegou à mente racional o papel de dominar as emoções descontroladas e irracionais da sua natureza animal primitiva e mágica. Um corpo na contramão da evolução da espécie humana rumo ao conhecimento iluminado por uma razão elevada, superior, imagem e semelhança do divino. Um corpo dualista, que inaugura uma visão da existência apoiada sobre a oposição entre corpo e mente, e entre natureza e alma, instaurando as bases fundantes do conhecimento lógico-científico. Um corpo que re-

27 Ibidem, p. 257.

28 Ibidem, p. 256.

29 Ibidem, p. 259.

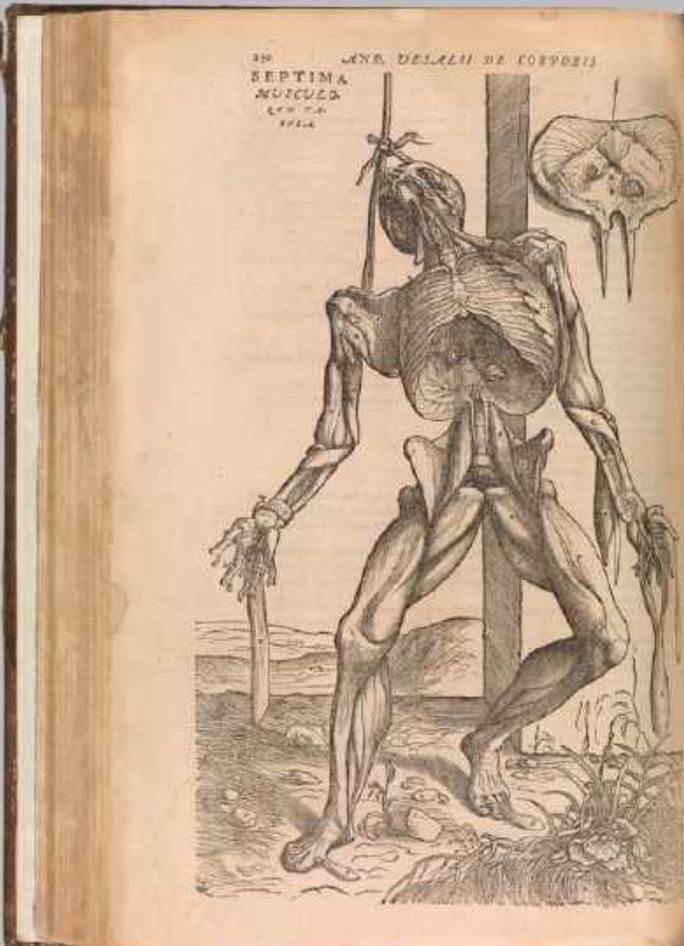
30 Ibidem, p. 261.

31 EASLEA, 1980, p. 94 e segs. *apud* FEDERICI, 2017, p. 254.

cruta inúmeros outros dualismos correspondentes, sobre os quais se estruturou a sociedade moderna capitalista: sujeito e objeto, dentro e fora, cultura e natureza, sensibilidade e inteligência, superfície e profundidade, aparência e realidade, imanente e transcendente... Um corpo que se desdobra continuamente em inúmeras metáforas que usamos cotidianamente: Corpo-Ferramenta, Corpo-Instrumento, Corpo-Veículo, Corpo-Morada, Corpo-Carcaça, Corpo-Máquina.



PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA



ANATOMIA SEPTIMA
 ANATOMIA SEPTIMA
 ANATOMIA SEPTIMA

MUSCULI FABRICA LIBER II
 SEPTIMA MUSCULORUM TAB.
 FABRICAE SEPTIMA

1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. 19. 20. 21. 22. 23. 24. 25. 26. 27. 28. 29. 30. 31. 32. 33. 34. 35. 36. 37. 38. 39. 40. 41. 42. 43. 44. 45. 46. 47. 48. 49. 50. 51. 52. 53. 54. 55. 56. 57. 58. 59. 60. 61. 62. 63. 64. 65. 66. 67. 68. 69. 70. 71. 72. 73. 74. 75. 76. 77. 78. 79. 80. 81. 82. 83. 84. 85. 86. 87. 88. 89. 90. 91. 92. 93. 94. 95. 96. 97. 98. 99. 100.

Mesmo que o microscópio e todas as tecnologias de imagem da contemporaneidade tenham aberto um novo universo de observação para as matérias do corpo, que passou a ser observado por dentro em vida, as lentes através das quais a matéria do corpo seria vista e percebida já estavam solidamente estabelecidas desde o advento da anatomia enquanto ciência no século XVI. O olho assumiu o lugar fundado pelo bisturi do anatomista, perpetrando a dinâmica de cortar e separar as matérias do corpo umas das outras. É fato que os modernos e potentes microscópios eletrônicos foram capazes de distinguir as unidades celulares, seus conteúdos separados por membranas, e ao fazerem isso, também deram visibilidade à continuidade fluida do espaço extracelular, nossa matriz intersticial de tecido conjuntivo, que informa o corpo em movimento sobre a globalidade da experiência sensório-motora.³² Ao mover-se, o corpo sabe que não é feito de partes separadas e sente que diversas instâncias da matéria estão intimamente conectadas, não apenas umas com as outras, mas também e profundamente com o meio ambiente, através de toda uma rede de interações.

Que outras experiências da matéria corporal podem emergir se deixamos de percebê-la como produto da separação taxonômica das partes segundo a lógica anatômica do corte, do corpo morto e objetificado e da evidência visual? Pode a anatomia ir além da relação com a visão e emergir em um mundo de sentidos múltiplos e de experiências sensoriais diversas? O que poderia uma anatomia processual do corpo vivo nos informar sobre a nossa matéria, sobre o modo como nos relacionamos com o mundo através da matéria e sobre a matéria do mundo?

32 ROQUET, 2019, p. 30.

Bem-vindes e obrigada mais uma vez por essa partilha. Eu me chamo Dani Lima e esta pesquisa que eu estou trazendo aqui faz parte do meu doutorado. Eu agradeço a presença de todos compartilhando esse estudo. Eu estava muito solitária, isolada nessa quarentena prolongada na minha casa, e entendi que esta pesquisa só começaria a criar sentido quando fosse compartilhada e vivenciada coletivamente.

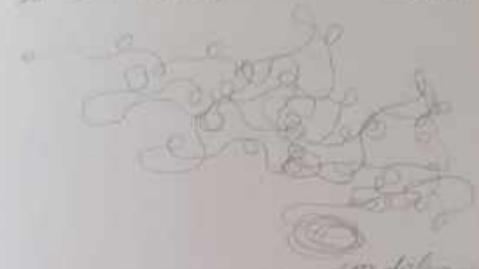
O centro dessa pesquisa é a abordagem de experiência somática que se chama Body-Mind Centering, abrevia BMC. Foi criada por uma senhora, atualmente ela tem 80 anos, chamada Bonnie Bainbridge Cohen, nos Estados Unidos, nos anos 70, e ela segue hoje, inclusive, pesquisando, dando workshops, escrevendo. É um estudo que não tem fim. Quando a gente entra nele é que a gente percebe. É um estudo de anatomia experiencial, ou seja, a gente vai vivenciar, explorar e conhecer a anatomia a partir de experimentá-la no corpo. Ele traz essa noção de que a anatomia não é algo fixo, dado – nem mesmo os ossos, que a gente talvez sinta como a coisa mais dura do corpo –, não é algo que está ali pronto, estável e igual para sempre, mas é um processo. Todo o corpo é um processo. E o modo como a gente percebe o nosso corpo, o modo como a gente narra o nosso corpo e o modo como a gente experimenta o nosso corpo estão totalmente correlacionados nesse processo. Então, esta abordagem nos convida a estar sempre recriando o nosso corpo, desde a anatomia, desde os ossos, desde os músculos, desde os tecidos, desde o sistema nervoso, desde todas as células do corpo. Esse é um estudo que tem a intenção de conectar, de reconectar a gente com a experiência das nossas células, entendidas como organismos vivos, e isso parece uma grande viagem, rs, e de fato é. A gente vive habitualmente muito conectado com uma outra instância de pensamento, mais interpretativa e conceitual, de sistema nervoso, ainda mais agora na pandemia onde tudo nos demanda foco, intenção clara, atenção à imagem, separação de cada um no seu quadrado... Já a experiência celular talvez seja mais borrada, mais nebulosa de sentir, mais da ordem do que é infra-verbal, infra-cognitivo, de uma sensação talvez impalpável, de um lugar desconhecido, não-definido, e a gente pode ter a sensação de se perder um pouquinho... De uma forma geral, debaixo desse grande guarda-chuva da sociedade ocidental, que é um modo global de viver hoje, não se privilegia que a gente entre em contato com essa experiência celular. A gente vai tentar hoje experimentar e saborear o que seria esse saber, eu vou tentar aqui tatear com vocês, eu também estou em descoberta, e necessito muito ouvir como essas experiências ressoam em vocês. A minha pesquisa parte desses estudos do Body-Mind Centering para tentar criar uma poética performativa do gesto a partir daí, para interferir artisticamente, poeticamente, sensivelmente, enfim... nos corpos e nos mundos, hoje.

Gostaria de começar com uma pergunta:

como vocês se relacionam com suas células?

MERGULHO
CUMPLICIDADE

COMO VOCÊ SE RELACIONA COM CADA CELULA
DO SEU CORPO?



...em deslocamento
EM DESL O C
A M E N
T O E M
D E S L O M
E N T O

CULPA
PRESSA

LEVE

SEDE

celulas: micropeças da
engrenagem corporal
celulas: tipo limbo de minha mente
celulas orgânicas vivas que
me dão feedback
logans que se juntam para
criar

NÃO SEI

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA

DELEITE



Bonnie

Em Julho de 2019 eu fui até a Califórnia, na cidade de Clairmont, fazer um workshop intensivo com Bonnie. Eu tinha muita curiosidade de conhecê-la, havia rumores de que talvez pudesse ser uma das últimas vezes que ela daria aulas, devido à sua idade avançada, então eu não queria arriscar a possibilidade de não conhecer seu modo de ensinar anatomia experiencial. Éramos 100 pessoas do mundo inteiro ocupando um enorme ginásio dentro do campus universitário Pomona. Não me esqueço o primeiro dia de aula em que tive a sorte de cruzar seu ninho quando ela estava agachando no espaço, com seus óculos de lentes amarelas e sua fisionomia aberta, e ela me olhou por alguns segundos, e eu quis me senti como se estivesse nua, disse "Hello!", e perguntou qual o meu nome e de onde eu vinha. Enquanto eu respondia, ela segurou uma de minhas mãos e pousou em sua barriga. Ficamos ali conversando um pouco, eu com a mão em sua barriga, até que chegaram várias pessoas e nos despedimos. Quando nos encontramos novamente dentro do ginásio, no meio de uma roda de 100 pessoas, senti como se fôssemos antigas amigas.

Bonnie Bainbridge Choen (1941 -) é norte-americana, filha de artistas circenses e viveu boa parte de sua infância nas instalações do Ringling Bros. and Barnum & Bailey Circus, onde seus pais trabalhavam. Estudou dança desde cedo e formou-se ainda jovem em Terapia Ocupacional na universidade de Ohio. Trabalhou em centros de reabilitação e hospitais no início de sua vida profissional, paralelamente aos seus estudos em dança, reeducação neuromuscular e reabilitação do movimento, yoga, artes marciais, vocalização e dançaterapia. Bonnie estudou dança moderna com Erick Hawkins e fez uma grande variedade de práticas corporais e terapêuticas com importantes mestres das somáticas norte-americanas, tais como Barbara Clark (da linhagem somática de Mabel Todd); Irmgard Bartenieff, com quem se formou em Análise Laban do Movimento; Judith Kestenberg, que a certificou como Kestenberg Movement Profiler; John Upledger (Terapia Craniosacral), entre muitos outros/as. Na Inglaterra, estudou com o casal de médicos pesquisadores Dr. Karl and Berta Bobath, e certificou-se em Terapia do Desenvolvimento Neural (Neurodevelopmental Therapy). No Japão, onde morou, entre 1970 e 1973, com seu marido, o professor de *Aikido* e quiropata Leonardo Cohen, teve a oportunidade de se aprofundar no estudo das artes marciais e práticas meditativas orientais, como o *Aikido*, o *Tai Chi Chuan* e o *Katsugen undo*. Durante todo este tempo, complementarmente aos seus estudos, Bonnie trabalhou com a reabilitação do movimento com pessoas com necessidades especiais, crianças e público em geral, tanto no contexto hospitalar quanto em aulas para bailarinos e pessoas interessadas na prática do movimento. Seu talento para “enxergar os padrões estruturantes do corpo e a maneira como se relacionam com o quadro geral, e para ajudar as pes-

Durante todos aqueles dias em Pomona, senti uma força magnética que emanava de sua pessoa tranquila e profundamente amorosa, e mesmo quando ela não se endereçava diretamente a mim, eu me sentia olhada e acolhida por sua presença todo o tempo.

soas a se ajudarem”³³ foram reconhecidos antes mesmo que ela estruturasse seu saber em uma metodologia. No início de sua carreira profissional, Bonnie foi encorajada por muitos amigos e colaboradores a usar suas habilidades de “curadora milagrosa”³⁴ para desenvolver um trabalho de cura envolvendo o corpo, o psiquismo e a dimensão espiritual. Mas Bonnie optou pelo caminho de estudar e sistematizar o seu trabalho intuitivo aprofundando suas pesquisas junto com um grupo de colaboradores (que se tornaram os professores de sua abordagem), com o intuito de compartilhar o seu aprendizado com “a população em geral, [...] introduzindo os princípios físicos na cultura, onde eles são acessíveis às pessoas comuns”.³⁵ Sua prática de estudos de anatomia experiencial compartilhada coletivamente, somada ao contato com ensinamentos de fontes diversas – diferentes abordagens de dança, práticas corporais somáticas e trabalhos de reabilitação do movimento, a neuroanatomia, as práticas marciais e meditativas orientais – viriam a irrigar o desenvolvimento de seu trabalho pessoal, o Body-Mind Centering. Em 1973 ela fundou The School for Body-Mind Centering®.

33 COHEN, 2015, p. 34.

34 Comentário de Nancy Stark Smith a respeito de Bonnie em entrevista à *Naropa Magazine* (Ibidem).

35 Ibidem.



Aprendizado experiencial

O Body-Mind Centering é um método de educação somática voltado para o estudo da anatomia e da fisiologia humanas, por meio da corporalização dos sistemas corporais, dos padrões de desenvolvimento do movimento e da embriologia e através do uso primordial do movimento, do toque e da sonorização. Foi desenvolvido por Bonnie Bainbridge Cohen a partir de um estudo empírico durante duas décadas de experimentações. Em consonância com seus princípios investigativos, a abordagem segue viva, pulsante e aberta às contribuições advindas do campo da experiência, através do trabalho de pesquisa e ensino continuado da própria Bonnie, que aos 80 anos segue ativa oferecendo cursos e publicando novos livros, e dos programas de formação oferecidos pela School of Body-Mind Centering desde os anos 1990, e hoje espalhados por 15 países e 8 línguas. Seus princípios são hoje utilizados em muitas áreas de interesse, como terapias do corpo e do movimento (fisioterapias, manipulações, massagens), psicoterapias, desenvolvimento infantil, educação, medicina, esporte, artes marciais, yoga, meditação, pedagogia da dança, artes, e em especial as artes da cena – teatro e dança.

A profundidade do trabalho visionário do Body-Mind Centering é o resultado de uma vida dedicada à pesquisa sobre o corpo e o movimento aliada à contínua experimentação prática com clientes e colaboradores. A habilidade de Bonnie em “estar presente no não-saber com uma mente de principiante, a capacitaram a aprender com todas as situações vividas”, conforme propõe uma de suas antigas colaboradoras, Linda Hartley.³⁶ Um espírito experimental curioso e o apetite para o desconhecido são características do estilo do seu aprendizado que se tornaram balizas importantes no BMC. A influência do pensamento oriental e da filosofia zen também é notável. Apesar do BMC usar os mapas anatômicos da medicina ocidental em suas proposições, a filosofia empírica que embasa a abordagem é, como afirma Cohen, “resultante de uma época de fusão entre Oriente e Ocidente”,³⁷ os anos 1970, e a todo movimento de impregnação das filosofias orientais no meio cultural e artístico norte-americano. No BMC, o conceito oriental de “união de dualidades” substitui a noção de “oposição conflitante” da medicina ocidental.³⁸ Os mapas e a terminologia anatômica ocidentais são usados no BMC, mas é a experiência individual que está em primeiro plano,

36 HARTLEY, 1995, p. XXV.

37 COHEN, 2015, p. 23.

38 Ibidem.

dando sentido a eles, evocando os processos inerentes e os estados de consciência das estruturas e sistemas estudados: “Nós relacionamos as nossas experiências a estes mapas, mas os mapas não são a experiência”.³⁹

O BMC propõe uma aprendizagem experimental em que não há uma sequência de exercícios ou modelos pré-determinados de movimentos a seguir. Cada corpo é, ao mesmo tempo, “o estudo, o aluno e o professor”⁴⁰ na exploração dos diferentes tecidos corporais – ossos, músculos, ligamentos, órgãos, fluidos, glândulas, nervos – dos processos embriológicos que lhes deram origem e dos padrões de desenvolvimento do movimento. A abordagem propõe que há um padrão de funcionamento em cada comunidade de tecidos celulares e que, quando conseguimos conhecer esse padrão, podemos entrar em contato com a forma de pensar, de sentir e de mover daquela comunidade específica de tecidos, daquele sistema. Quando dirigimos nossa atenção para um sistema, podemos testemunhar a mente específica desse sistema, ou de como nós a percebemos. A mente de um sistema pode ser percebida como “uma qualidade particular de consciência, sentimentos, percepção e atenção”.⁴¹

A mente é como o vento e o corpo é como areia. Se quiser saber como o vento está soprando, pode olhar para a areia. O nosso corpo se movimenta como a nossa mente se movimenta. As qualidades de qualquer movimento são a manifestação de como a mente está se expressando por meio do corpo naquele momento. As mudanças na qualidade do movimento indicam que a mente mudou o foco no corpo. Inversamente, quando direcionamos a mente ou a atenção para diferentes áreas do corpo e iniciamos o movimento a partir dessas áreas, mudamos a qualidade do nosso movimento. Assim, descobrimos que o movimento pode ser uma forma de observar a expressão da mente por meio do corpo e também uma forma de influenciar as mudanças na relação corpo-mente.⁴²

A exploração de uma consciência corporalizada de cada um dos sistemas corporais é o modo proposto para acessar diferentes estados e qualidades de movimento e de presença, e a partir disso, possibilitar a autorregulação desses sistemas. A criadora do Programa Body-Mind Centering Brasil, Adriana de Almeida Pees, sugere que “a possibilidade de vivenciar outros sistemas corporais, além do esquelético e do muscular, permite imprimir diferentes maneiras de integração

39 Ibidem, p. 24.

40 Ibidem, p. 23.

41 HARTLEY, 1995, p. XXVI.

42 COHEN, 2015, p. 22.

corporal, além de influir na capacidade de cada um de expressar-se através de um pensamento próprio”.⁴³

No BMC, o trabalho de movimento não parte apenas de exercícios envolvendo o sistema musculoesquelético, como é comum em muitos métodos corporais. Órgãos, glândulas, tecidos conjuntivos, fluidos e os sentidos também são convidados para a exploração, sendo tocados e mobilizados em sua dimensão celular. Este é um diferencial importante. Reconectar com a experiência celular das diferentes estruturas anatômicas promove uma reorganização dinâmica envolvendo as dimensões micro e macro do corpo, “alinhando o movimento celular interno à expressão externa do movimento no espaço”.⁴⁴ Cohen sugere que quanto mais preciso for esse alinhamento, mais eficientemente podemos realizar as nossas intenções. Mas ressalta que o alinhamento em si não é o objetivo, ele se desenvolve a partir de atividades perceptivas extremamente detalhadas e refinadas, uma espécie de “erudição perceptiva”,⁴⁵ que gera um estado íntimo de conhecimento das conexões entre corpo e mente, nos possibilitando agir de acordo com a consciência adquirida neste processo. Este alinhamento micro-macro, dentro-fora, é resultado de “um diálogo contínuo entre consciência e ação”.⁴⁶ Nesse processo, o praticante é convidado a conhecer e integrar o potencial de seu repertório gestual e comportamental, desenvolvendo um leque mais amplo de possibilidades de respostas ao meio.

Para mim, o grande diferencial e encantamento da abordagem do BMC em relação às outras metodologias somáticas é a inclusão da dimensão celular no conjunto de experiências vivenciadas pelo corpo. A dimensão celular em todas as suas nuances e múltiplas ramificações: a estrutura subcelular, o desenvolvimento embriológico, os padrões neurocelulares de desenvolvimento do movimento, os diferentes tecidos celulares e seus sistemas.

Cohen propõe que a experiência celular é uma “iniciação e uma consciência direcionadas localmente pelas células”.⁴⁷ Não é habitual por a atenção nessa dimensão de acontecimento. No entanto, “todas as células do corpo dão *feedback*” e nós podemos treinar nossa escuta para ouvi-lo.⁴⁸ O processo de aprendizado diz respeito a trazer a consciência para o corpo, de forma que as células “acordem

43 PEES, 2016, p. 25.

44 COHEN, 2015, p. 23.

45 Termo tomado emprestado de GINOT, 2013, p. 22.

46 COHEN, 2015, p. 23.

47 Ibidem, p. 31.

48 COHEN, 2021a.

para si mesmas”⁴⁹ e nos revelem sobre as experiências vividas nessa dimensão do corpo. Uma premissa básica é que saber alguma coisa não é a mesma coisa do que saber primeiramente da experiência celular. Bonnie propõe que aprendamos a diferenciar uma experiência que emerge diretamente das células de outra que emerge do processamento desta pelo sistema nervoso. Ambos são processos encarnados que atuam totalmente inter-relacionados e complementares no ato de aprender/conhecer alguma coisa, em um *looping* de continuidade um em relação ao outro e em relação ao ambiente. As práticas do BMC propõem explorar, friccionar, desestabilizar e mexer nos arranjos desta coconstituição.

Salvo algumas exceções pontuais,⁵⁰ a abordagem não propõe exercícios pré-estabelecidos, no sentido de uma ação a ser desenvolvida com um objetivo pré-definido ou com uma forma a ser seguida. No entanto, propõe alguns tipos de processos exploratórios que trabalham no trânsito entre informação consciente e inconsciente, entre sistema nervoso e experiência celular. Durante o aprendizado, é comum deslizarmos entre esses processos, ora fluida e imperceptivelmente, ora com quebras e fronteiras bem definidas entre diferentes regimes de atenção. Cada um desses processos estabelece uma relação particular entre experiência celular, percepção, ação e consciência, e estimula diferentes modos de sentir, perceber, mover, direcionar, testemunhar, mapear, focalizar, fluir... promovendo, ao cabo de um conjunto de vivências, um fluxo entre estados de consciência. Visitar esses diálogos entre consciência e ação é uma chave do aprendizado do BMC, e permite “a percepção das relações existentes entre corpo e mente na vivência do movimento”,⁵¹ abrindo espaço para a desestabilização de hábitos e cartografias gestuais, comportamentais e subjetivas. Certamente uma mudança de paradigma para os estudos da anatomia e da fisiologia.

49 COHEN, 2021d.

50 Como é o caso, por exemplo, das séries dos Padrões Neurocelulares Básicos, os PNB, que são sequências de movimentos modelos que guiam o aprendizado das etapas do desenvolvimento motor.

51 PEES, 2016, p. 25.

Visualizando a respiração celular

Antes de começar a estudar anatomia, eu achava que a respiração era algo que acontecia nos pulmões, eu tinha esquecido que ela também acontecia nas células. Ou melhor, eu sabia, mas eu não sentia. Eu experimentava a respiração como uma coisa aérea, era inalar e receber o ar com oxigênio nos pulmões, exalar expelindo o ar com gás carbônico, e pronto. E o que eu fui reaprendendo é que essa é uma parte da respiração, que no BMC

amamos de pulmonar ou respiração externa. É a respiração que nos conecta com o mundo, das plantas verdes que produzem oxigênio, e que consomem o gás carbônico e a gente lança no ar, nesta cadeia respiratória ecossomática. Só que uma vez que o ar chegou nos pulmões, tem toda a outra parte da cadeia que é conhecida como a respiração celular ou interna. A Bonnie fala assim: "Respiração celular é o expandir e condensar dentro da célula, devido à troca de gases pela membrana celular, é o primeiro padrão orgânico. Ele é inicialmente estabelecido dentro dos oceanos e continua dentro de cada uma das nossas células, no mar interno dos nossos corpos."

Então quando o ar chega nos pulmões, começa toda uma respiração que não é mais aérea, ela vai acontecer em meio

Visualização, somatização e corporalização

Um dos processos é a *Visualização*, talvez o mais palatável em nossa cultura ocidental racionalista. É deixar o corpo ser guiado por uma imagem que se tenha em mente. "É o processo pelo qual o cérebro imagina aspectos do corpo e, ao fazer isso, informa ao corpo que ele (corpo) existe. Neste processo há um diretor ou guia",⁵² o cérebro, que inicia a experiência de exploração. Uma visualização concerne observar uma imagem e/ou compreender suas características e funções, e/ou ouvir uma narrativa imagética de determinada parte do corpo e, informada.o por esse imaginário acionado, buscar correspondência nas sensações corporais, tentando "tornar-se consciente desta parte em seu corpo (visão cinestésica interior)".⁵³

Relembro aqui da desconfiança e animosidade em relação aos recursos da imaginação, nos séculos XVI e XVII, por parte dos filósofos da época, durante o processo de desenvolvimento do capitalismo. Hobbes definiu-a como "um sentido em decadência",⁵⁴ ligada às práticas mágicas de um passado bárbaro e animista. É interessante ressaltar que o uso do poder de encantamento da imaginação, capaz de afetar o mundo circundante, atuando em processos de transformação e de saúde, não apenas do corpo individual daquele que imaginava, mas se estendendo para a prática coletiva compartilhada, foi temido e perseguido como prática de magia durante o processo de racionalização científica, invalidado como irracional e ineficiente mas considerado uma ferramenta perigosa de empoderamento e indisciplina diante do controle social.

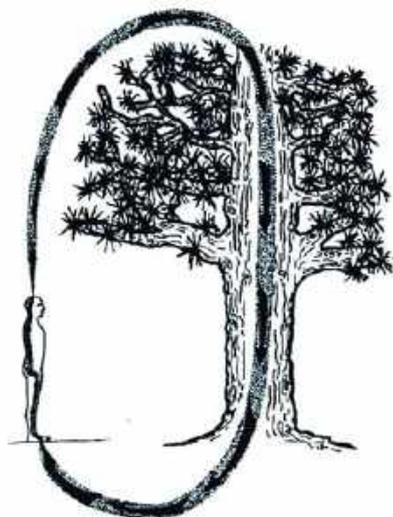
52 COHEN, 2015, p. 278.

53 Ibidem.

54 FEDERICI, 2017, p. 132.

fluído, passando para o sangue, ali pelos vasos sanguíneos que envolvem os alvéolos pulmonares. O oxigênio passa para os vasos sanguíneos e é transportado dos pulmões para o coração, e do coração ele é bombeado para todo o corpo pelas artérias, arteríolas, capilares que são como uma renda muito fininha que chega no mar interno das células. Enquanto somos um embrião, só temos a respiração celular. Quando a gente nasce, começa a respirar também pelos pulmões, e aí a respiração celular passa a oferecer um suporte para

a respiração pulmonar acontecer. Mas é dentro de cada célula - mais precisamente nas mitocôndrias - que o oxigênio reage. Lá na usina mitocondrial o oxigênio é transformado em energia pra gente viver.



A imaginação ativa é um recurso importante nas práticas de BMC, desenvolve a habilidade de materializar, localizar e presentificar na sensação do corpo certos processos e mapas mentais, e, deste modo, empoderar os recursos do corpo para agir informado por essas sensações.

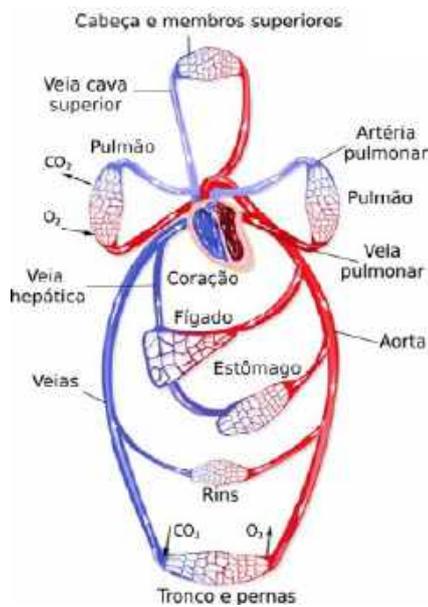
A *Somatização* é um outro processo usado no BMC. Cohen conta que deu esse nome a esse tipo de exploração a partir dos estudos de Thomas Hanna, que diferenciava “o corpo experimentado a partir de dentro – o soma – do corpo objetificado”.⁵⁵ Nas somatizações, as sensações corporais ativadas pelo toque, sonorização ou movimento iniciam a exploração, que, testemunhada pela consciência, cria sentidos para a experiência corporal.

Somatização é o processo pelo qual os sistemas cinestésico (movimento), proprioceptivo (posição) e tátil (toque) informam o corpo de que ele (corpo) existe. Nesse processo há uma testemunha, uma consciência interior do processo. Por exemplo, você se torna diretamente consciente da sensação que emana de uma parte do corpo por meio do movimento e/ou toque; ou você inicia o movimento de um local do corpo e está consciente das sensações e dos sentimentos que surgem. O que você observa? Quais são suas sensações, seus sentimentos, suas percepções? Como isso afeta seu movimento e sua consciência?⁵⁶

Somatizar é um verbo com valor negativo no senso comum da nossa cultura: “Transformar conflitos psíquicos em afecções de órgãos ou em problemas psicossomáticos”, segundo definição do dicionário *Oxford Languages*; ou ainda “tendência a sofrer um desarranjo psicológico que se manifesta mediante sintomas somáticos exigindo intervenção médica”, de

55 COHEN, 2015, p. 23.

56 Ibidem, p. 278.

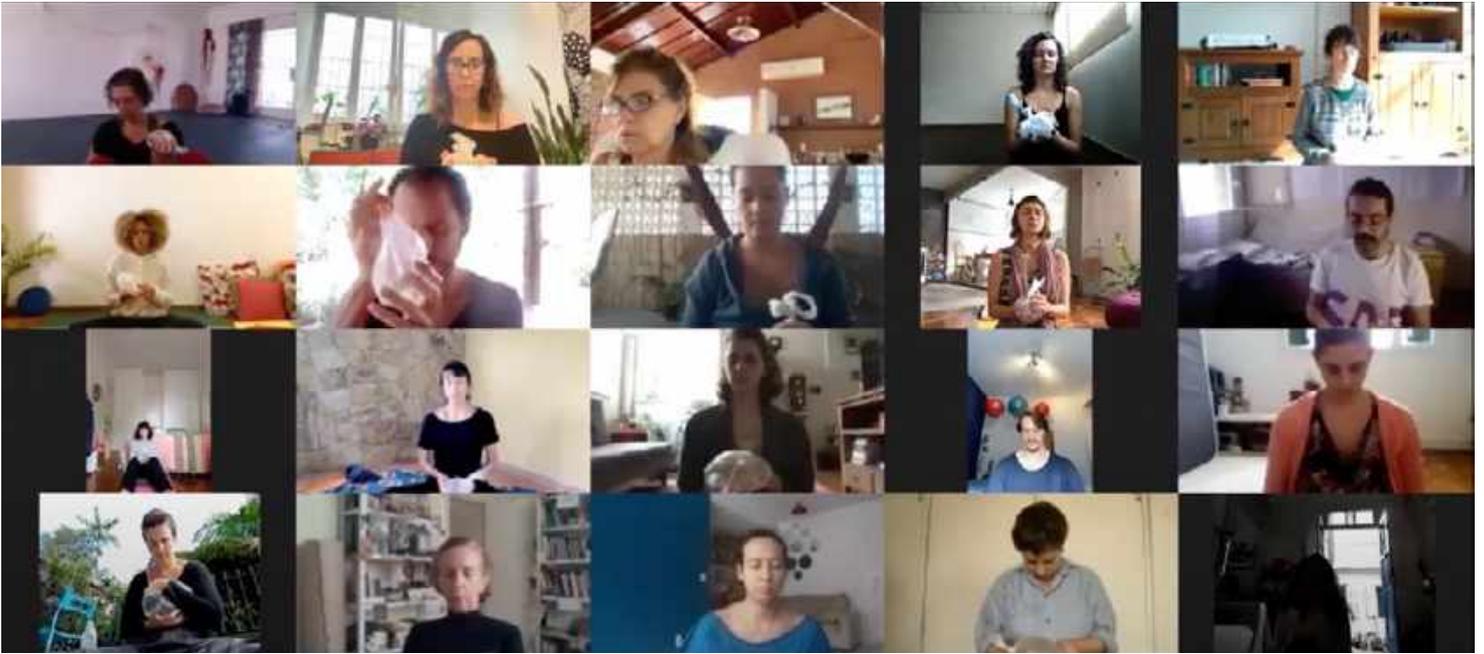


acordo com a *Wikipedia*. Definições como essas induzem a entender a somatização como se fosse um fenômeno que só acontece quando há um problema na torre de comando, acarretando um acidente na pista. Como se o corpo (enquanto estrutura celular que recebe estímulos do ambiente pelos órgãos dos sentidos) não estivesse continuamente mandando impulsos sensoriais para o cérebro, que, por sua vez, interpreta esses impulsos e manda uma resposta para o corpo pelos nervos motores – um arrepio, uma emoção, uma dor, uma contração muscular, uma palavra, um pensamento, uma aceleração do coração... que gera uma nova entrada sensorial e todo o ciclo se reinicia num *looping*. Como se todo este sistema sofisticadíssimo de comunicação entre as estruturas corporais celulares e o sistema nervoso não estivesse acontecendo o tempo todo, na alegria e na tristeza, no calor e no frio, no prazer e na dor etc., num moto contínuo que nunca para.

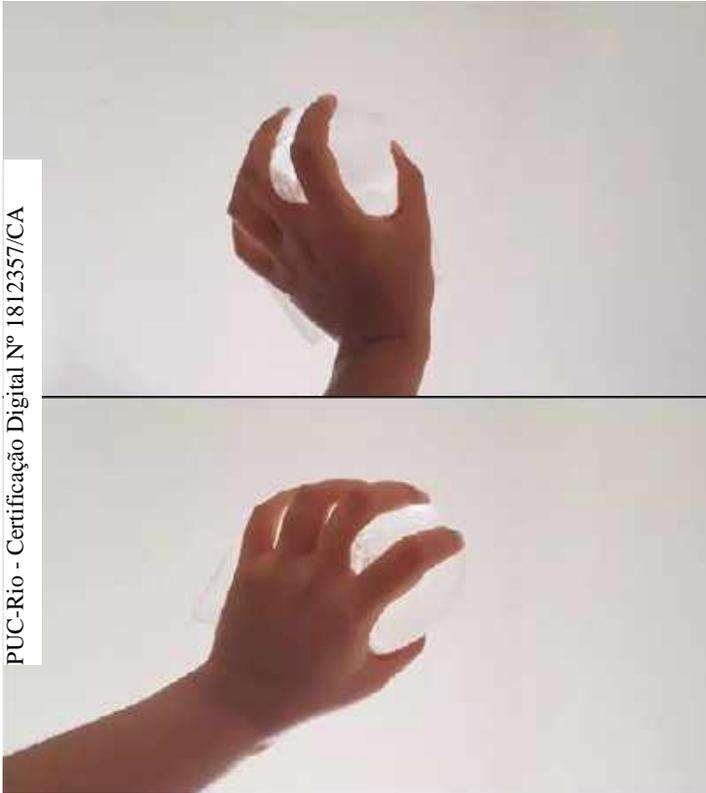
Estamos sempre somatizando, na medida em que estamos sempre no trânsito entre o psíquico, o perceptivo, o emocional, o cinestésico, o motor – ou, melhor dizendo, somos esse trânsito. Esta conexão entre as diferentes estruturas da corporeidade – física, emocional, psíquica, perceptiva – não aparece apenas quando surgem dores ou doenças. Dores e doenças são gritos pedindo atenção para algo que dentro deste emaranhado chegou num grau de intensidade tão grande que ameaça todas as outras estruturas que são com ela. Envolver-se em processos de somatização no BMC é um modo de lembrar ao corpo que ele existe, e testemunhar conscientemente com a mente cognitiva as sensações que aparecem a partir destas descobertas.

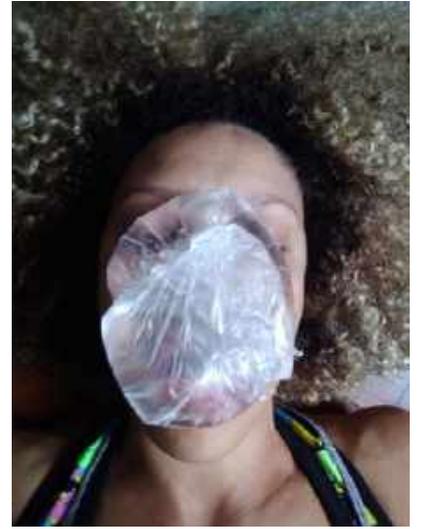
PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA
 mo é sentir a respiração
 ontecendo, começando
 no um circuito que começa
 ar que você inala, passando
 os pulmões, pelo coração
 ido até dentro de cada
 ia de suas células, e depois
 endo todo o caminho de
 ta e expelindo na atmosfera
 às carbônico que as plantas
 gam?

Tem um rio em mim, um rio com pedras
e barulhos, eu ouvi e por alguns segundos ele
conseguiu me levar.



PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA





PUC-Rio - Certificação Digital N° 1812357/CA



me fez pensar nos ciclos da lua, das marés, nesse enche e esvazia...
lembra que a gente é natureza

Francisco Thiago Cavalcanti |
Aqui no Ceará às vezes a gente troca o "s" pelo "r" quando falamos. Uma das expressões que mais gosto e falo é "mar menino", que seria: mas, menino... Que é quando queremos contestar algo. Aqui eu não quero contestar nada, somente partilhar a experiência que foi me mover depois de ser provocado pela ideia de respiração celular. Senti meu corpo dentro d'água e às vezes eu era a própria água. Era uma água salgada e doce, ia intercalando nessas qualidades. Fui atingindo certa fluidez de forma intuitiva, sem racionalizar o movimento. Era circular e às vezes se abria no ar como uma onda que bate na pedra. Senti meu íntimo composto de correntezas, monstros marinhos, maria, balanço, brisa, imensidão. Achei que meu corpo ia deslizar no chão como líquido ramado. Senti vibrações em minha pele e minha cabeça ficou pesando uma tonelada depois de um tempo atravessando o espaço em várias direções, níveis e planos. Perdi um pouco a órbita e a gravidade. Experimentei uma matéria outra que era feita de mim e de sensações novas, talvez memórias adormecidas. Tô vivendo um momento que às vezes esqueço que danço. Poucas coisas tem despertado meu interesse pelo dançar. Estou

O terceiro processo que compõe a tríade do BMC, é a *Corporalização*. Segundo Bonnie, neste processo não há mais o mapeamento ou a testemunha consciente dos dois processos anteriores. Uma vez que já nos descobrimos através da vida das células de cada tecido, podemos deixar que essa descoberta repouse no inconsciente e fale por si só. Nesta perspectiva, a corporalização é "a consciência das células sobre si mesmas. É uma experiência direta [...], não há guia nem testemunhas".⁵⁸ Como uma presença automática, pela qual não é preciso procurar nem atentar. A pesquisadora da dança e praticante de BMC Lela Queiroz, nos lembra que a corporalização é "o processo das rotinas cognitivas do organismo",⁵⁹ os processos adaptativos entre organismos vivos e meio ambiente. Ou seja, as células estão sempre se corporalizando nos seus procedimentos de sobrevivência – respirando, se alimentando, se reproduzindo, fugindo das ameaças, se comunicando com outras células... Então, mais do que fazer algo, a corporalização envolve permitir que algo aconteça, abrir-se para a experiência das células por elas mesmas. E, se a corporalização é o processo natural habitual da vida do corpo, se as células se corporalizam continuamente em suas atividades de sobrevivência, porque precisaríamos, então, autorizar esta operação?

Nancy Stark Smith perguntou: "Qual o valor da corporalização? Se você pode caminhar de qualquer jeito, então porque se preocupar em caminhar com tantos detalhes ou se envolver nisso?" Era 1980. Bonnie respondeu:

Se não inibíssemos nenhum funcionamento natural, provavelmente não haveria nenhuma necessidade [de corporalização]. Na verdade, você vê que as pessoas sem muitos proble-

58 COHEN, 2015, p. 278.

59 PIZARRO, 2020, p. 144.

Cohen costuma dizer, em suas aulas, que a experiência de aprendizado que o BMC propõe é como desfrutar da experiência de apreciar a lua no céu. Cada vez que se olha, podemos ter uma experiência distinta. Então, o que está em jogo no processo de corporalização não é dominar um conhecimento ou adquirir uma informação. É sobre viver a experiência “presente no que é, e não no que poderia ser ou deveria ser”.⁶⁴ Ou seja, se a corporalização é uma prática de habitar o presente, é porque existe um mecanismo de despresentificação inerente ao funcionamento do corpo, baseado em um sistema perceptivo refém de experiências prévias, que precisam de atualizações da experiência celular viva. Estas atualizações podem evitar os descompassos possíveis na relação estrutura-função, isto é, na relação entre as estruturas celulares locais – a arquitetura do corpo – e o sistema de funções neuromusculares:

Se as células locais se conhecem, então os músculos esqueléticos e os nervos chegam junto e dizem “Oi”. Nós não temos que pensar. [...] Células podem ouvir e responder à intenção, ao foco e ao desejo de fazer qualquer coisa. A arquitetura sabe o que fazer e como fazer. Mas quando a arquitetura está confusa, porque ela se esqueceu de como ela se criou, então precisamos planejar o que fazer com nosso sistema neuromuscular. Quando temos o sistema neuromuscular controlando o planejamento dos movimentos pelo cérebro, o prognóstico não é bom, porque não tem informação corrente da estrutura local. É como um governo que governa de cima. [...] Sem uma compreensão local.⁶⁵

A metáfora do sistema de governo que governa de cima para baixo (do córtex cerebral para o corpo), sem o conhecimento e a compreensão das necessidades das bases, é usada por Cohen para justificar a importância de estarmos sempre atualizando as informações que emergem diretamente das estruturas celulares, numa relação de baixo para cima (do corpo para o cérebro). Sua justificativa se apoia no fato que, no processo de desenvolvimento embriológico, as estruturas locais (ossos, tecidos, órgãos, glândulas e fluidos – a arquitetura) se desenvolvem antes das estruturas dos músculos e nervos, que chegam depois, em termos de processo, para conferir função às estruturas arquitetônicas. Penso que esta é uma das razões pelas quais a corporalização é tão central no BMC: “quando nós abrimos e revelamos as células, tudo muda. [...] Podemos chamar de movimento das bases da sociedade”.⁶⁶ Acredito também que Cohen defende a importância de conexão com os processos de aprendizado de baixo para cima (*bottom-up*), ou seja, das estruturas celulares locais para o cérebro, porque vive-

64 COHEN, 2022.

65 COHEN, 2016a, p. 5.

66 Ibidem.

mos em uma sociedade global ocidentalizada que privilegia os saberes racionais e intelectuais em detrimento dos saberes do corpo. Apostar que as menores estruturas vivas do corpo – as células – são inteligentes o bastante para saberem o que precisam fazer é uma tomada de posição em favor do corpo e de seus saberes inerentes.

“O processo de corporalização é um processo de ser, não um processo de fazer nem um processo de pensar”⁶⁷. Esta distinção entre ser, fazer e pensar, que propõe Cohen, me faz refletir sobre em que medida, dentro dos processos de exploração do BMC, a somatização seria mais um processo que reconhecemos habitualmente como fazer, e a visualização seria mais um processo que reconhecemos como pensar. A corporalização então seria quando fazer e pensar se dissolvem na presença. Ou, dito de outro modo, os processos de visualização e somatização ainda se apoiam em uma separação entre pensar e fazer, com privilégio de uma destas ações sobre a outra. E no processo de corporalização, pensar e fazer se tornam a mesma coisa, alinhando intenção interna e ação do corpo no espaço.

É importante observar que conhecimento corporalizado não é sinônimo de conhecimento somático. Pizarro⁶⁸ propõe o uso do termo somático como um adjetivo relacionado às “práticas explicitamente somáticas, seja em métodos, sistemas e técnicas estabelecidas”, e corporalizado se referindo a “quaisquer práticas de movimento, aos conhecimentos que surgem do/no corpo, não necessariamente informados por práticas somáticas gerais ou específicas”. Assim, todo conhecimento somático seria corporalizado, mas nem todo conhecimento corporalizado seria necessariamente somático. Ainda um outro modo de pensar a corporalização, ligado às pesquisas em ciências cognitivas, afirma que todo conhecimento é corporalizado (embodied cognition), na medida em que o sistema perceptivo se constitui como um looping e “não há nada que esteja em um pensamento que não tenha estado também no sistema sensorio-motor do corpo”⁶⁹. Pizarro evoca também uma crítica da pesquisadora Maxine Sheets-Johnstone⁷⁰, segundo a qual “a tendência em referir-se à vida como embodied [corporalizada] evoca diretamente uma relação disembodied [descorporalizada]”, funcionando como uma espécie de “band-aid lexical cobrindo uma ferida de 350 anos”, e desta forma reforçando aquilo que pretende combater, a separação corpo/mente.

67 COHEN, 2015, p. 278

68 PIZARRO, 2020, p. 141.

69 KATZ apud GREINER, 2010, p. 128.

70 Maxine Sheets-Johnstone, 2009, p. 197 apud PIZARRO, 2020, p. 141.

Movimento rápido. Fogueira. Mais deixar abrir. Fazer coisas
que o corpo resente. Deixar o medo físico ir embora
Voluntária Disco pt. frân. eu posso crescer e
não me obstaculo disso. Então

Subocular

O TEMPO DE
PARAR DE BUSCAR

Outra tríade de gestos importantes no BMC se configura como “sentir, perceber e agir”; não à toa, o nome do primeiro livro de Bonnie Bainbridge Cohen, *Feeling, Sensing and Action*, contendo suas entrevistas e artigos publicados originalmente no *Contact Quartely Dance Journal* entre 1980 e 1992, acrescidos de novos artigos nas edições subsequentes.⁷¹ Entendo que o que Cohen propõe como SENTIR é um processo mecânico que envolve a estimulação dos receptores nervosos sensoriais pelo meio ambiente, tais como luz, som, vento, cheiro, toque e etc. Os receptores localizados nos órgãos dos sentidos recebem esses estímulos e os nervos sensoriais os transmitem dorsalmente para a medula e o cérebro, onde serão interpretados como, tato, olfato, audição etc. PERCEBER⁷² pressupõe “a relação que cada pessoa desenvolve com a informação que recebe dos sentidos”⁷³ no cérebro, não é um processo mecânico, é a transformação de um estímulo sensorial em nossa única e individualizada interpretação do ambiente, a partir do nosso banco de dados armazenados. O ato de perceber não é limitado ao momento presente, ele inclui nossa história. E antes que as informações possam alcançar os centros superiores integrativos do córtex, elas passam pelos centros inferiores do cérebro, onde são processadas as emoções, o que significa que todas as nossas respostas, decisões e comportamentos são filtrados pelas emoções. AGIR é a resposta motora, qualquer tipo de atividade, incluindo o movimento propriamente dito do corpo no espaço. Cohen propõe que são gestos diferentes, “sentir algo, perceber algo ou agir. Perceber se relaciona com o sistema nervoso. Sentir e fluir se relacionam com o sistema de fluidos”⁷⁴. O sistema perceptual e os fluidos funcionam numa relação de contrabalanço e equilíbrio. Cohen enfatiza que, uma vez que uma percepção se tornou consciente, é preciso largá-la, “para que a percepção em si mesmo não se torne uma motivação, mas a motivação seja a ação, baseada na percepção”⁷⁵. Se ficamos muito focadas nas sensações perceptivas, tendemos a desacelerar o fluxo dos fluidos e esquecer da ação:

Os fluidos são um contrabalanço para as percepções ou para o sistema nervoso. Assim, se o sistema perceptual está sempre iniciando ou sendo o propulsor, então os fluidos sempre precisam ser o apoio. Haverá um momento em que você desejará reverter este equilíbrio, quando desejar que as percepções se tornem silenciosas, que se tornem o apoio e deixem que os fluidos sejam o propulsor. É quan-

71 A edição brasileira já contém vários novos artigos em relação à primeira edição de 1993.

72 Em inglês, temos as palavras *feeling*, *sensing* e *perceiving* com diferentes significados, em que *feeling* é mais relacionado às emoções e *sensing* e *perceiving*, às diferentes operações do sistema sensorial (sentidos e percepção). Estas nuances podem gerar um pouco de confusão na tradução para o português, já que o ‘sentir’ sensorial e o ‘sentir’ emocional têm o mesmo significante.

73 PIZARRO, 2020, p. 73.

74 COHEN, 2015, p. 125.

75 Ibidem.

do você simplesmente se movimenta, sem perceber mais, confiando que os sentidos tenham se tornado inconscientes e o apoiarão sem estar conscientes.⁷⁶

Cohen salienta que focar na percepção das sensações favorece a emergência de *insights* e ajuda a escapar de fluxos muito intensos de emoções. Ao mesmo tempo, em uma situação de perigo iminente é preciso agir com fluidez e acelerar o movimento, confiando na habilidade perceptual de tomar as boas decisões a partir do inconsciente.

Aprender a se conectar com o que está presente no corpo a cada momento faz parte deste processo de engajar a consciência celular. Gerar conexão com estes processos inconscientes do corpo requer a compreensão dos próprios impulsos e padrões estabilizados, no sentido de perceber de dentro da experiência como ela se manifesta habitualmente, de perceber como respondemos aos estímulos que recebemos do ambiente. Requer também apetite pela desterritorialização, por fluxos indeterminados do não-saber. Demanda uma abertura para permanecer no vazio até que alguma coisa se revele. Um estado que se aproxima de uma pré-consciência ou de uma consciência meditativa, e que favorece o trânsito contínuo entre informação inconsciente e consciente, cada uma sendo o apoio do movimento e da expressão da outra:

A criatividade flui do nosso inconsciente – um desconhecido dando à luz ao nosso conhecimento enquanto nossa consciência escuta. A nossa mente consciente pode então descobrir a forma ou o padrão que emerge da revelação do processo criativo. Esse insight no padrão do processo pode, ainda, abrir e expandir os caminhos da expressão inconsciente.⁷⁷

Cohen sugere que qualquer atividade pode ser iniciada tanto pelo consciente quanto pelo inconsciente, embora tendamos a associar “sonhos e expressão artística com motivação inconsciente e a linguagem e a ciência com motivação consciente”.⁷⁸ A metodologia de estudo do BMC se propõe a explorar ambas as iniciações, tanto consciente (começando com uma estrutura conceitual ou imagem mental e buscando suas raízes corporais inerentes) quanto inconsciente (mergulhando no desconhecido e permitindo que os padrões se revelem aos poucos). O deslizamento entre o consciente e o inconsciente é convidado a partir de um estado mental receptivo e aberto para qualquer sensação, movimento ou

76 Ibidem.

77 Ibidem, p. 44

78 Ibidem, p. 45

pensamento que possa aflorar. Os processos de visualização, somatização e corporalização são procedimentos de exploração que trabalham esse trânsito entre informação consciente e inconsciente.

O BMC valoriza este aprendizado que emerge através da reconexão com a experiência celular direta. Este aprendizado se processa no deslizamento entre estes três passos, através primordialmente do uso do toque, da sonorização e do movimento, na exploração somática dos diferentes tecidos celulares, dos processos embriológicos que lhes deram origem, da dinâmica dos sentidos e da percepção e dos padrões de desenvolvimento do movimento. A abordagem parte do princípio que todas as células e todos os níveis da organização fisiológica (tecidos, sistemas) têm consciência e de que podemos experienciá-los diretamente. E quando tocamos a “mente” de um sistema, ela se reflete, em ressonância, pelo espaço no qual se encontra. Cohen comumente chama a atenção, em seus cursos, para que os participantes observem as mudanças na mente coletiva, quando um sistema é trazido à *awareness*, e de como esta mudança de consciência pode ser sentida no espaço – “a mente da sala”, ela diz.⁷⁹ Outro princípio importante da abordagem⁸⁰ propõe que é possível criar e evocar ressonância, e portanto a corporalização de um aprendizado pode ser partilhada e transmitida dentro de um grupo.

79 Comunicação verbal de Bonnie Bainbridge Cohen no curso *Embodying Authenticity, Organicity, and Expression: Organs and Glands as a Foundation for Movement and Voice*, julho de 2019, Pomona College, Claremont, California.

80 MILLER; ETHRIDGE, 2011.



PUC-Rio - Certificação Digital N° 1812357/CA



Anatomia do corpo vivo

Se a matéria corporal, suas partes e configurações não se definem no BMC por uma *ana-tomos* do corte e da separação, como ela se define? Ou, dito de outro modo, quais são as possibilidades-propriedades segundo as quais a matéria corporal se presentifica e se apresenta, no BMC, em uma prática e um discurso? Muitas pesquisas já foram desenvolvidas sobre o BMC, e trago aqui algumas proposições para inaugurar esta conversa, abrindo o campo de ressonâncias das possibilidades de pensar difrativamente as anatomias do corpo vivo.⁸¹

A pesquisadora e educadora do movimento somático pelo BMC Patrícia Caetano⁸² propõe pensarmos uma anatomia do corpo vivo a partir do diálogo com a noção de Corpo sem Órgãos, elaborada por Gilles Deleuze e Felix Guattari⁸³, partindo da noção originalmente proposta por Antonin Artaud.⁸⁴ Caetano salienta que Artaud apresentou originalmente o termo Corpo sem Órgãos em sua peça radiofônica *Para acabar com o julgamento de Deus*, de 1947, marcando uma posição crítica à noção cartesiana de corpo enquanto organismo organizado como uma engrenagem de partes e funções dadas e fixas. A vida e a arte de Artaud são libelos contra a submissão aos modelos de normatização da vida, do corpo e do teatro, impostos por uma lei moral transcendente e exterior ao corpo – o julgamento de Deus –, e seu teatro da crueldade se apresentava como uma volta à imanência e à violência das sensações corporais, como um manifesto de libertação do corpo e de seus órgãos de uma anatomia normativa e da cultura civilizatória do corpo da qual ela seria um dos pilares institucionalizantes:

Há um pensamento pré-identitário que surge não em mim, mas nessa Carne que pulsa aquém do meu corpo anatômico e na qual este corpo é como que fatiado. A Carne, é preciso entendê-la como uma massa perpassada de energia, matéria impulsiva e vibrante onde se enraíza a substância pensante.⁸⁵

81 Estou ciente de que o recorte que faço aqui das pesquisas sobre o BMC carece de aprofundamento maior e que algumas pesquisas brasileiras interessantes e igualmente importantes ficaram de fora. Para aprofundar neste caminho, ver PIZARRO, 2020; CAETANO, 2012, 2015; PEES, 2016; CAMPOS, 2016; HOPPE, 2017; QUEIROZ, 2009, 2013; VELLOZO, 2006.

82 CAETANO, 2012.

83 DELEUZE & GUATTARI, 1999.

84 Muito poderia ser aprofundado sobre o corpo na obra de Artaud, mas me limitarei aqui a dar um panorama da noção de Corpo sem Órgãos e de suas possíveis conexões com o BMC, que circunscrevem um conceito particular de anatomia da pesquisa de Patrícia Caetano. Para aprofundar sobre as relações entre pensamento, escrita e corpo em Artaud, ver: KIFFER, 2006, 2015, 2016, 2018; UNO, 2022.

85 ARTAUD *apud* GROSSMAN, 2016.

A partir de uma perspectiva filosófica da diferença, Deleuze e Guattari aprofundam a noção de Corpo sem Órgãos⁸⁶ de Artaud e investigam como ela se articula às políticas da subjetividade. Os autores identificam na proposta artaudiana uma “dimensão intensiva do corpo” que se contrapõe “às grandes estratificações que amarram e fixam a experiência do corpo no mundo: o organismo, a significância e a subjetivação”.⁸⁷ O corpo intensivo do CsO operaria então uma desterritorialização, desarticulando esses estratos e abrindo o corpo para um campo de potencialidades. A noção de CsO também remete a um corpo anterior à sua diferenciação em células especializadas, em um estágio embrionário inicial, o ovo pleno de pura potência de vida ainda não diferenciada. O CsO articula a própria morfogênese dos corpos, em um processo a partir do qual a matéria se constitui enquanto relações de forças múltiplas em devir.⁸⁸ É crucial observar, como sugerem Deleuze & Guattari, que a noção de Corpo sem Órgãos não protesta contra os órgãos em si, mas contra o eixo que fixa uma lógica fechada de sujeição dos órgãos a uma identidade formal e funcional, circunscrita na unidade de um organismo. Ela abre o corpo e seus órgãos para a possibilidade de experimentar processos de desterritorialização, desfazendo o corpo-organismo em favor de um corpo intensivo, isto é, um corpo que é puro atravessamento de “intensidades qualitativas, gradientes e limiares, circulação de energia, vibrações, fluxos, uma verdadeira rede instável de forças e não de formas”.⁸⁹ O CsO não abandona totalmente a noção de identidade estabilizada, mas abre-se para a oscilação entre o plano das estratificações (das formas) e um plano de consistência (das forças), operando entre sedimentar formas e liberar linhas de fuga para novos vir a ser, “oscilando entre as superfícies que o estratificam e o plano que o libera.”⁹⁰ Deleuze e Guattari propõem a noção de CsO como uma alternativa também à noção fenomenológica de corpo próprio,⁹¹ alegando que o corpo intensivo se contrapõe ao corpo vivido da fenomenologia, ainda preso a uma noção de sujeito “carregado de intencionalidade diante dos objetos do mundo”.⁹²

86 Passarei a usar aqui a abreviação de Corpo sem Órgãos, conforme usam os autores no texto “Como criar para si um Corpo sem Órgãos”: CsO.

87 DELEUZE & GUATTARI, 1999.

88 CAETANO, 2012, p. 106.

89 Ibidem, p. 105.

90 DELEUZE & GUATTARI, 1999, p. 22

91 As abordagens somáticas são habitualmente situadas dentro de um paradigma fenomenológico do corpo, embora diferentes pensadores da área tenham proposto outras grades de leitura, como foi o caso do filósofo e educador somático Thomas Hanna, que considerava sua abordagem mais próxima do pragmatismo de John Dewey e William James do que da fenomenologia, ou, aqui, a pesquisadora Patrícia Caetano, que propõe a filosofia da diferença de Deleuze e Guattari para se aproximar do BMC. Eu me proponho a fazer uma leitura difrativa, partindo do conceito teórico e metodológico de Haraway, cruzando diferentes abordagens e deixando que interfiram umas nas outras.

92 CAETANO, 2012, p. 104.

O CsO aponta para a constituição do corpo e da subjetividade não como territórios dados, “mas como uma gênese mutante que pressupõe os movimentos de desterritorialização e reterritorialização constantes”.⁹³

Como salienta Caetano, Deleuze e Guattari buscam escapar das armadilhas de um pensamento dualista e propõem pensarmos essa dinâmica em termos de uma modulação de dimensões no interior da matéria:

Diferentemente da ideia de moldagem na qual a matéria constituiria um elemento inerte e a forma o elemento ativo (o molde), a modulação permite a apropriação ao nível da matéria mesma enquanto portadora de traços de singularidade e expressão. A operação de modulação possibilita a evidência de uma zona molecular da própria matéria. Nota-se que é no âmbito dessa dimensão molecular que esta materialidade energética em movimento e processos de transformação se apresenta.⁹⁴

A dupla distingue e nomeia como molar e molecular as duas dimensões que compõem todas as entidades materiais e que coexistem simultaneamente, modulando-se como o avesso complementar uma da outra.⁹⁵ A ordem molar – física – é relativa ao eixo de territorialização, corresponde às estratificações e aos impulsos de organização que delimitam sujeitos e formas. A ordem molecular – microfísica – revela a “potência de desterritorialização, de transformação e de diferenciação que existe na constituição da matéria mesmo – os fluxos intensivos em sua multiplicidade de expressividades qualitativas e energéticas”.⁹⁶

Caetano propõe que a abordagem de anatomia experimental proposta pelo Body-Mind Centering é um programa de experimentação do Corpo sem Órgãos, onde seria possível vivenciar a oscilação entre a matéria-território de um corpo organismo e a matéria-intensiva, articulando, sem opor, uma dimensão molar com uma dimensão molecular e microfísica. Ela irá nomear como “plano de consistência somático” este processo de “constituição de um corpo fluido em permanente dinâmica de mutação. Seus órgãos, ossos e demais tecidos constitutivos não são apreendidos como unidades hierarquizadas e estanques, mas, antes, constituem uma composição integrada e conectada em fluidez e estado de

93 Ibidem, p. 110.

94 Ibidem.

95 Essas duas dimensões que coexistem simultaneamente como eixos de territorialização e desterritorialização serão retomadas por Suely Rolnik sob o conceito de “paradoxo disparador do desejo.” Vou me aprofundar nessa questão mais adiante a partir da leitura e da conceitualização de Rolnik.

96 CAETANO, 2012, p. 110.

mudança constante”.⁹⁷ Para ela, o BMC inaugura a possibilidade de uma cartografia do corpo afetivo:

O mapa anatômico é o mapa das representações formais do corpo enquanto topologia extensiva. Ele é estável e exterior à própria experiência. Já a cartografia do corpo afetivo é um mapa dos campos de forças e fluxos energéticos da matéria-corpo enquanto topologia extensivo-intensiva. Ele é instável e imanente à própria experiência, ou seja, ele se atualiza na experiência vivida. Cada um cria para si a sua própria cartografia do corpo afetivo.⁹⁸

O pesquisador Diego Pizarro, professor do programa de formação do Educador do Movimento Somático pelo BMC Brasil, propõe, por sua vez, a corporalização da anatomia como a subversão da lógica da dissecação. Sublinha a oposição entre anatomia como dissecação e a anatomia como poética, e mostra como, na práxis do BMC, a tradicional ciência de cortar cadáveres passa a ser vivenciada como “a arte de sensibilizar a existência, por meio de mover-se entre camadas sensíveis integradas”. E, ao propor a anatomia experiencial como “criação de mundos (im)possíveis”,⁹⁹ levanta a questão sobre se esta prática ainda deveria ser chamada de anatomia.

A anatomia corporalizada pode ser pensada, então, como anatomia poética. Precisamente, porque não visa vivenciar conceitos forjados sobre as topografias de cadáveres, mas, antes, busca experimentar a sensibilidade de (co)mover-se nos caminhos dos tecidos vivos.¹⁰⁰

Retomo aqui a hipótese, a ser desenvolvida ao longo de toda a tese, de que a abordagem de anatomia experiencial do BMC é, em si, uma metodologia difrativa, que propõe que nos relacionemos com a materialidade do corpo difrativamente, ou seja, “lendo *insights* uns através de outros, atendendo e respondendo aos detalhes e especificidades das relações de diferença e como elas importam”.¹⁰¹ Evoca uma noção de anatomia como um fenômeno aberto para a natureza relacional da diferença, atravessado pelas rearticulações material-discursivas que emergem dos encontros corpo-mundo. Assim como o fenômeno da difração, a práxis anatômica do BMC diz respeito à não separação entre o sujeito que observa e o objeto observado, à não aceitação de uma taxonomia como marca definitiva e hierárquica de uma separação entre diferentes partes-fenômenos do

97 Ibidem, p. 108.

98 Ibidem, p. 392.

99 PIZARRO, 2020, p. 32.

100 Ibidem, p. 72.

101 BARAD, 2007, p. 71.

corpo, e à importância de observar os padrões de interferência vibratória como diferenças que importam na produção do corpo e do pensamento sensíveis.

“Cada um de nós é o estudo, o aluno e o professor”, afirma Cohen sobre o aprendizado do BMC¹⁰². As explorações não separam aquele que estuda do material estudado. Não se trata de um aprendizado *sobre* o corpo, na terceira pessoa, como um objeto exterior. Não é sobre o corpo anatômico e fisiológico, tal qual encontrado nos manuais de anatomia, onde vigora uma cartografia taxonômica fixa do corpo humano, modelada em grande medida a partir de corpos mortos, de homens brancos, europeus e do sexo masculino, figurando como referências de estruturas, proporções, funções e disposições padrões.

Os mapas anatômicos são saberes situados dentro de uma determinada temporalidade histórica e de práticas discursivas específicas a respeito do corpo que são, em alguma medida, ainda reféns do conceito de *ana-tomos* do corpo morto. Conhecê-los faz parte do aprendizado do BMC, mas a prática não é guiada por estes mapas-modelos. Ao contrário, há um convite primordial para as ressonâncias e dissonâncias que possam surgir entre esses modelos e a experiência em primeira pessoa. Assim, as diferenças que emergem não são “como marcas taxonômicas fundamentando o *apartheid*”,¹⁰³ mas como frutos dos fenômenos sempre situados e mutantes de operação das fronteiras corporais. As particularidades das experiências corporais são diferenças bem vindas, convidadas a figurar no amplo leque das respostas possíveis, iluminando novos contornos para os corpos. As diferenças experimentadas e sentidas são centrais na exploração, na medida em que apontam para as marcas nos corpos, não como uma exceção, mas como a presença inexorável da diferença na poética de fazimento dos corpos. Boa parte do aprendizado do BMC vai no sentido de desenvolver recursos para que possamos perceber os movimentos muitas vezes sutis que inauguram estas variações e diferenças nos padrões vibratórios do corpo.

102 COHEN, 2015, p. 23.

103 HARAWAY, 1992, p. 300.

pausa

convido você a trazer a atenção para o seu corpo por alguns minutos

o que está presente para você agora?

4. Saber celular

Em um mundo onde as sensibilidades estão em vias de extinção, vocês deveriam saber como se ocupar dos seus receptores magnéticos.

Vinciane Despret

Descobrir a si mesma na vida das células de seu corpo, diferenciar cada tecido, integrar todas as suas células no contexto de seu ser como um todo, levar sua consciência de volta ao inconsciente e compartilhar este processo com outras pessoas, sempre aberta às mudanças constantes do próprio corpo.

Bonnie Bainbridge Cohen

Quando os *inputs* sensoriais do mundo chegam em nós, chegam em primeiro lugar nos receptores sensoriais dos órgãos dos sentidos, de onde são transportados pelos nervos sensoriais até o sistema nervoso central (cérebro e medula), que recebe, registra e interpreta a informação e envia de volta pelos nervos motores uma resposta, que pode ser uma sensação, imagem, som, gosto, cheiro, emoção, impulso para mover, pensamento etc. Esse percurso, conhecido no BMC como o ciclo de resposta perceptual ou o ciclo sensório-motor, é um *looping* fechado que estabelece o modo como nos relacionamos com o mundo. Esta unidade funcional e somática do ciclo perceptual faz com que o aspecto sensório e o aspecto motor hajam sempre juntos, se tornando “impossível sentir sem agir, e agir sem sentir”.¹

O ciclo perceptual funciona como uma cadeia de eventos em sequência que se repetem ao infinito em nossas operações de receber o mundo no corpo: entrada sensorial > interpretação perceptiva > planejamento motor > resposta motora > entrada sensorial > interpretação perceptiva > expectativas futuras > expectativas preconcebidas > foco motor pré sensorial > entrada sensorial... recomeçando um novo ciclo. As expectativas preconcebidas ditam o que o sistema espera acontecer antes mesmo de acontecer, baseado em experiências anteriores já interpretadas e padronizadas, estabelecendo um foco motor pré-sensório que escolhe em que aspectos do estímulo estará focada a atenção na próxima entrada sensorial. A interpretação perceptiva se relaciona com a entrada sensorial a partir de um código pessoal já estabelecido de relacionamentos e planeja

1 HANNA, 1979, p. 198.

uma resposta motora. A resposta motora gera um novo *feedback* sensorio que, por sua vez, também é interpretado com base em experiências passadas, e planeja as respostas futuras. Ou seja, o sistema nervoso, processado através do sistema perceptual com base no banco de dados que coleta ao longo da vida, é responsável por “gravar e armazenar os padrões de movimento e de comportamento” para que, após armazenar, possa “recuperá-los e assim controlar a experiência por meio do hábito, da memória e da projeção”.² Assim, ele tem a função fundamental de nos conectar com as experiências passadas e planejar objetivos futuros, prever acontecimentos, interpretar, conceituar e relacionar os dados da experiência. Também registra os novos conhecimentos e os integra ao banco de dados da nossa história, tornando-os disponíveis para serem reacionados. Todas essas funções são e foram essenciais para o processo de evolução das espécies, permitindo a sobrevivência e a complexificação da vida. A especialização das funções celulares que deu origem às células nervosas, por exemplo, tornou possível o desenvolvimento das centenas de habilidades cognitivas, motoras e psíquicas, entre elas a linguagem, que caracterizam os organismos multicelulares que somos nós.³ É impossível conceber a vida de seres complexos como nós sem a existência de um sistema de registro de padrões de estímulo-resposta. Seria como nos reinventarmos do zero a cada fração de segundos, sem memória, sem arquivo, sem registro, sem história.

Por outro lado, o BMC propõe que para ser capaz de vivenciar experiências inteiramente novas, é necessário desapegar-se da informação reconhecida, “para que velhos hábitos não controlem mais o resultado”,⁴ e abrir espaço para uma nova experiência celular. Caso contrário, os padrões perceptivos fixam os focos-motores pré-sensorios dentro de um determinado espectro e possíveis novos aprendizados serão sempre filtrados pelas mesmas lentes, condicionando o que pode ser percebido ao que já é reconhecido na cadeia perceptual. Se reconectar com a experiência celular presente possibilita novas formas de perceber, para que não estejamos sempre, de algum modo, repercebendo o mundo que já conhecemos. Acontece sempre que aprendemos alguma nova atividade, para a qual não temos ferramentas de reconhecimento, como aprender a falar uma nova língua ou adquirir uma nova habilidade corporal. Experiências de deslocamento e de estranhamento vividas diante de trabalhos artísticos e do contato com a diferença cultural também desafiam os códigos de reconhecimento do sistema nervoso, disponibilizando o corpo para novas experiências sensoriais.

2 COHEN, 2015, p. 284.

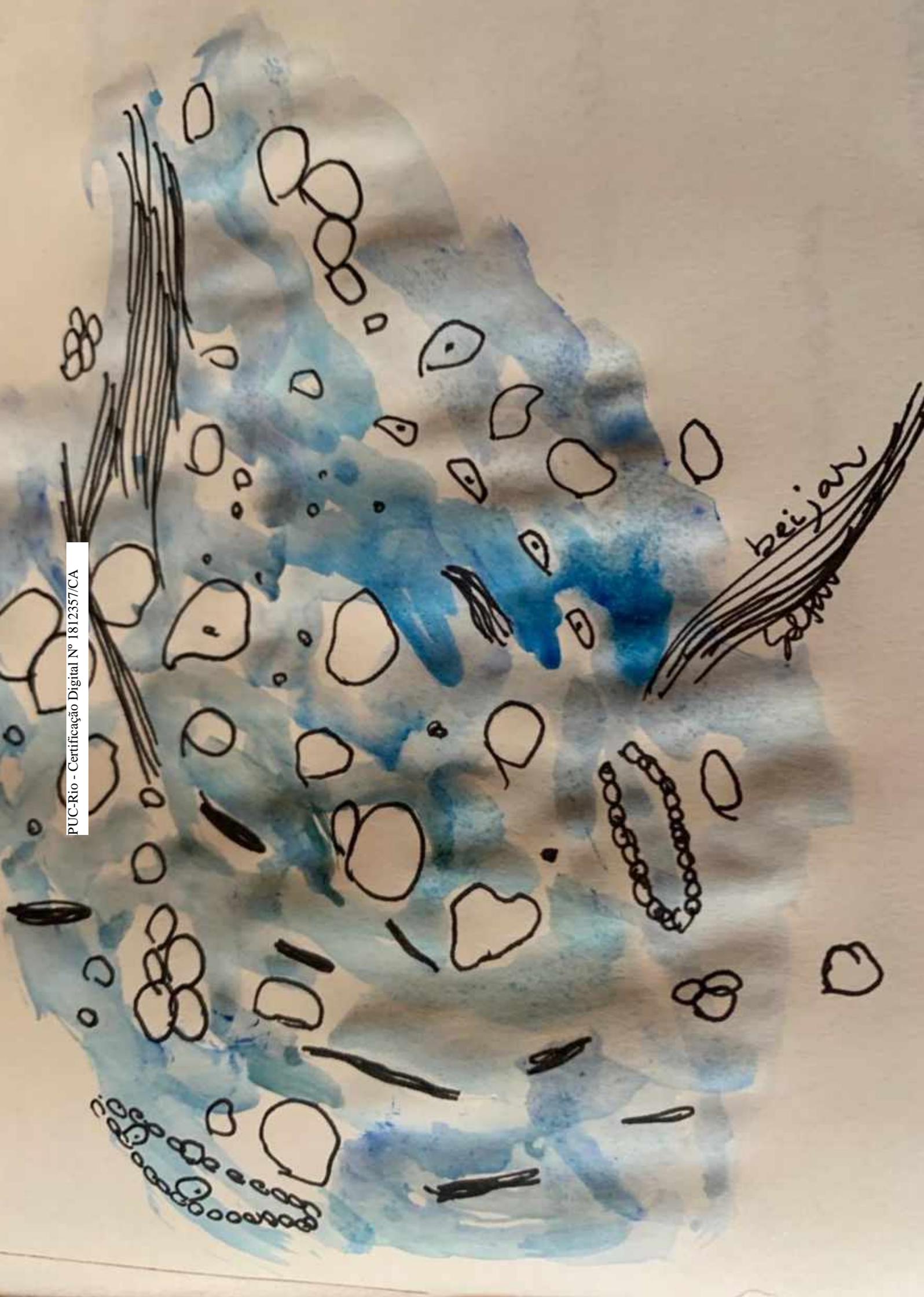
3 LIPTON, 2008.

4 COHEN, 2015, p. 284.

A proposição do BMC é um convite para uma reconexão com um nível celular de experiência. Embora não tenhamos o hábito de colocar a atenção no que acontece neste nível tão íntimo, microscópico e molecular, todo acontecimento vivido é sempre e primordialmente um acontecimento celular, e “todas as células do corpo dão *feedback*” e nós podemos treinar nossa escuta para ouvi-lo.⁵ Este processo diz respeito a trazer a consciência para o corpo de tal forma que as células “acordem para si mesmas”⁶ e atualizem o sistema perceptivo sobre o presente das experiências vividas. O BMC parte da premissa de que existe um saber que emerge diretamente da experiência celular. Como o sistema perceptual favorece que estejamos prioritariamente condicionando o que pode ser aprendido ao que já é de algum modo reconhecido na cadeia perceptual, o que o BMC propõe é uma práxis de escuta das próprias estruturas celulares, experimentando pensar a partir delas, e assim atuando diretamente na reconfiguração das relações entre sentir, perceber e agir que são o coração do processo somático.

5 COHEN, 2021a.

6 COHEN, 2021b.



beijar

Células

Como você se relaciona com as suas células?

Foi a pergunta.

A proposta é que as respostas fossem escritas numa folha e compartilhadas na tela do zoom.

Felipe não compartilhou nenhuma palavra, nada, ficou quieto até o fim do laboratório, mas, no fim do dia, me mandou esta mensagem:

o mostrei pq não sabia o q
er rs. A pergunta me pegou.
pois escrevi isso. Lembrei
uma vez que fui na praia
ji do Leme, final de tarde,
olado, e tinha um grupo
orme de motoqueiros reuni-
s pra jogar as cinzas de um
npanheiro deles no mar....
hei bonito... Pensar que o
ir é o nascedouro da vida e
o destino pra onde correm as
almas depois que a vida celu-
lar termina... Calunga grande,
como dizem na umbanda.
Dá uma imagem de ciclo
mesmo, como o movimento
constante de vida e morte das
células, em tempos diferentes
mas emaranhados...

[espaçofluido.mp3](#)

As células são a menor unidade de vida que existe. Isso envolve a vida dos seres humanos e de todos os viventes do planeta – micróbios, fungos, plantas, animais. Elas podem ser decompostas em menores unidades – moléculas, átomos, partículas –, mas, de acordo com a bióloga Lynn Margulis, são elas “a menor e mais simples unidade material capaz de gerir o processo de autofazimento que caracteriza a vida”.⁷ As células guiam este processo da vida, sempre trocando com o meio, crescendo e se reproduzindo:

A vida é um processo, um modo de se comportar. E as células guiam este processo, se alimentando, trocando, excretando, crescendo... O que é o processo? Um processo de se fazer – componentes do meio ambiente são recolhidos e se movem, mudam quimicamente, para fazer mais e crescer. A vida está sempre se expandindo, fazendo mais de si mesma, autopoiesis, autocriação. O próprio sistema se faz, isso que é vida. Qual a menor e mais simples unidade material que pode fazer isso? É uma célula. Não existe nada mais simples do que uma célula com essa capacidade de fazer mais e crescer, fazer mais e crescer.⁸

Segundo Lipton,⁹ a estrutura celular envolve uma tecnologia tão avançada que a ciência ainda não a destrinchou totalmente. Cada célula eucarionte, isto é, que contém núcleo de DNA, como as nossas, tem os mesmos mecanismos bioquímicos que o nosso corpo e realiza todas as mesmas atividades que nós para a sobrevivência da vida: sensibilidade, respira-

7 Fala extraída do documentário *Symbiotic Earth: How Lynn Margulis Rocked the Boat and Started a Scientific Revolution* (dir. John Feldman, 148 min., 2017). As demais referências ao filme serão citadas como MARGULIS, 2017.

8 MARGULIS, 2017.

9 LIPTON, 2007.

ção, ingestão, digestão e eliminação de alimentos, polaridade eletromagnética, circulação de fluidos, reprodução, produção de substâncias especializadas, responsividade, vibração e ritmo, limite distinguindo experiências internas e externas, movimento em si mesma e movimento de si mesma no espaço, ressonância, comunicação com outras células, instinto de sobrevivência, memória, hábito, adaptabilidade, capacidade de tomar decisões, habilidade de responder ao seu ambiente, nascimento, crescimento, maturidade e morte, grau de saúde, consciência de si.¹⁰ Para Cohen, ao armazenarem a memória desses processos ao longo da evolução filogenética, as células também nos conectam com a ancestralidade humana e pré-humana, com um passado unicelular que compartilhamos com todos os seres vivos do planeta.

Lipton propõe o exercício de imaginarmos uma célula como um corpo humano em miniatura, contendo todas as mesmas estruturas funcionais que o corpo. Proponho o exercício de inverter esta relação e imaginarmos que o corpo é uma grande célula viva, feita de e com muitas outras células vivas. Ou ainda como propõem Margulis e Haraway: corpos e células são holobiontes, isto é, “agrupamentos simbióticos emaranhados de diversas relacionais intra-ativas em sistemas dinâmicos complexos”.¹¹ Somos todos holobiontes – células, bactérias, fungos, genes, mitocôndrias, corpos humanos e não humanos – nunca fomos indivíduos, pelo menos não do ponto de vista biológico. Pensar nosso próprio corpo sob a perspectiva da vida celular sensível nos possibilita ver o corpo e a vida com novas lentes. Não somos um organismo individual e único, mas uma comunidade de mais de 50 trilhões de células. Desta compreensão emerge a possibilidade de aprendermos com os mecanismos de funcionamento destas entidades vivas que integram nosso ser holobionte. Estes mecanismos nos dão pistas de como uma inteligência que atravessou tantos bilhões de anos continua agindo em nós para a manutenção da vida. Pensando em termos evolutivos, parece evidente que as células sejam tão habilidosas e inteligentes, já que os organismos unicelulares foram a primeira e única forma de vida do planeta durante 2,75 bilhões de anos¹²:

Células inteligentes têm vontade própria e um propósito de vida. Procuram ambientes que sejam adequados à sua sobrevivência e evitam todos os que possam ser tóxicos e/ou hostis. Da mesma maneira que nós, humanos, fazemos, analisam as centenas de estímulos que recebem do microambiente que habitam para selecionar as respostas comportamentais mais adequadas e garantir

10 COHEN, 2015, p. 281.

11 HARAWAY, 2016, p. 60.

12 LIPTON, 2007.

sua sobrevivência. As células também são capazes de aprender com as experiências que vivenciam em seu ambiente e de criar uma espécie de memória que é passada aos seus descendentes.¹³

A bióloga Lynn Margulis, que se dedicou à pesquisa sobre as origens da vida, fazendo uma releitura da Teoria da Evolução Darwinista, salienta que o corpo humano, assim como os corpos dos animais, das plantas e dos micróbios, feito de matéria orgânica e fluidos, é “uma espécie de cápsula do tempo” que ainda contém um meio químico semelhante ao da Terra tal como era há três milhões de anos”.¹⁴ Margulis é responsável pela criação do conceito de simbiogênese, que consiste em processos simbióticos de cooperação entre seres vivos que dão origem a seres mais complexos. Como é o caso das bactérias presentes em nosso sistema digestivo, essenciais para a nossa sobrevivência, e com as quais travamos uma relação de mútua cooperação. E também do que hoje conhecemos como as mitocôndrias, organelas celulares que são as usinas responsáveis pela transformação de açúcares e oxigênio em energia em nossos corpos:

Duas bactérias, provavelmente tipos muito diferentes de bactéria, se juntaram e acabaram processando oxigênio. A primeira simplesmente quebrava os açúcares, mas não sabia usar oxigênio. A segunda pegou os produtos da quebra de açúcares e, com oxigênio, os queimou e produziu muita energia a partir disso. Então estas duas bactérias formaram um complexo. E este complexo depois de um longo período de tempo, e de muitas e muitas mudanças, se tornou um tipo de organismo que teve muito sucesso. Na verdade este é o tipo de organismo que é o ancestral de toda célula superior. As coisas que foram um dia bactéria com o tempo se tornaram as mitocôndrias que encontramos em todas as nossas células, em todas as células das plantas, dos animais e até dos fungos.¹⁵

As células superiores a que se refere Margulis, as eucariontes, seguiram atravessando processos de adaptação e especialização ao longo de milhões de anos. Algumas aprenderam a transportar impulso elétrico, outras aprenderam a armazenar cálcio e fósforo, e assim por diante, elas foram desenvolvendo funções especializadas e, a partir disso, compondo comunidades celulares diferenciadas, que vieram a se tornar os tecidos celulares que hoje integram todos os sistemas do corpo humano e também os de outras entidades viventes.

Há consciência sensível em toda a matéria vivente. Por consciência sensível me refiro às capacidades de sentir, de tomar decisões e de mover, habilidades essenciais para a sobrevivência que fundaram a vida desde o início. Essas ca-

¹³ Ibidem, p. 21.

¹⁴ MARGULIS; SAGAN, 2003.

¹⁵ MARGULIS, 2017.

pacidades guiaram e foram guiadas pelas interações primárias dos organismos unicelulares com o ambiente, e seguem acontecendo em organismos complexos como nós, em cada uma das microunidades de vida que nos constituem – bactérias, fungos, células. Margulis propõe que estas relações básicas de troca com o ambiente podem ser consideradas “pensamentos físicos, que são vagos e claros ao mesmo tempo”. Ou seja, o pensamento é, então, “um tipo de movimento celular”.¹⁶ Esta perspectiva não só confere às células, bactérias e fungos o papel de detentoras e transmissoras de um saber ancestral, através de milhares de gerações de seres pensantes, mas também conecta todos os viventes celulares – homens, animais e plantas e fungos – em uma relação de continuidade, igualdade e codependência.

Os processos de percepção, consciência, especulação e memória se originaram no mundo microcósmico invisível dos nossos ancestrais bacterianos, e hoje se configuram, em seres multicelulares complexos como nós, como manifestações em larga escala da ecologia comunal de pequena escala de antigos organismos unicelulares.¹⁷

Para Margulis, seguir concebendo as células, bactérias e fungos como privados de consciência sensível “não é muito diferente de afirmar, como o fez Descartes, que os cães não sentem dor”.¹⁸

Talvez seja interessante relembrar que a correspondência entre o microcosmo individual e o macrocosmos do planeta e do universo, como salientada por Federici¹⁹ foi uma das condições de possibilidade de uma concepção mágica do corpo no período pré-moderno. Experimentar o universo interno das células em continuidade com o cosmos seria um modo de acesso às possibilidades de reencantamento do corpo e do mundo?

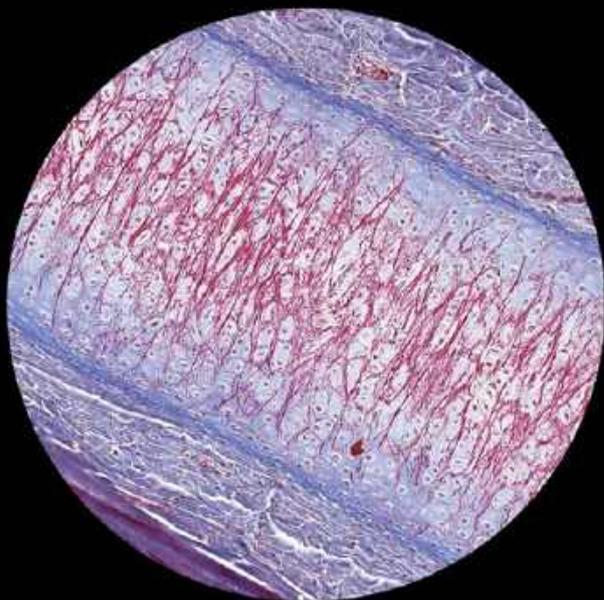
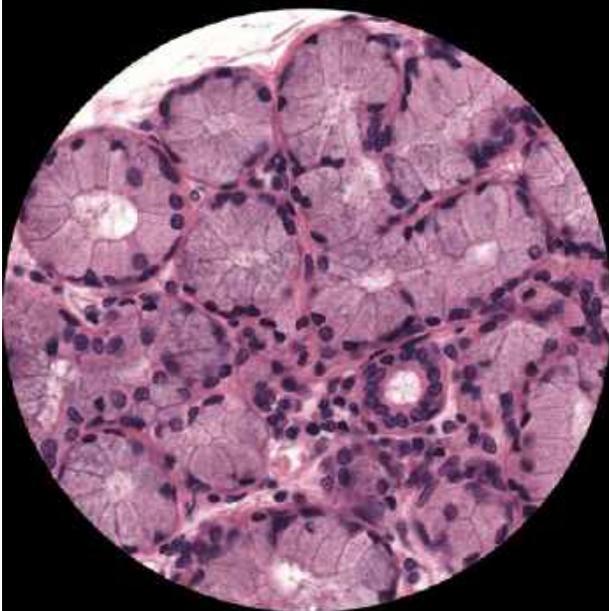
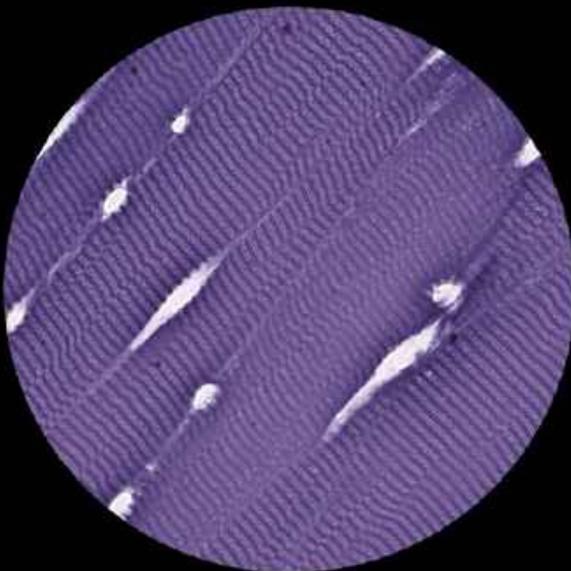
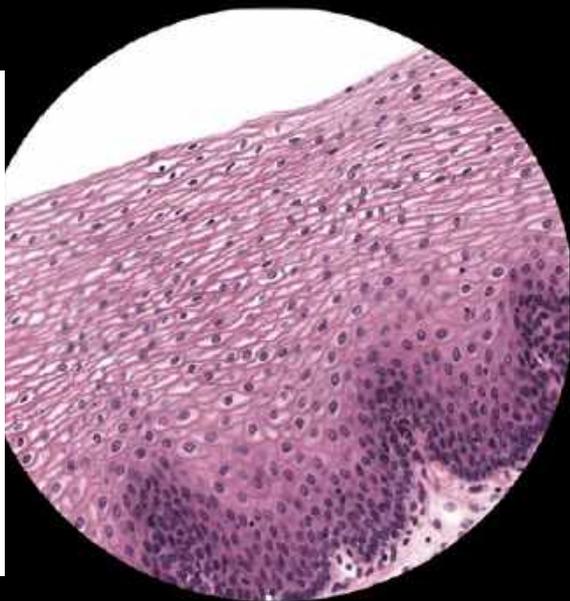
16 MARGULIS et. al, 2020, p. 17.

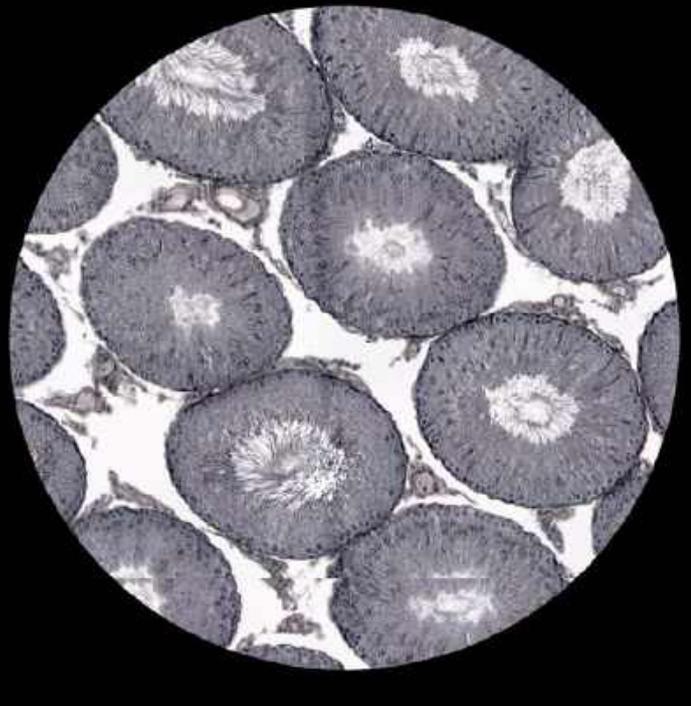
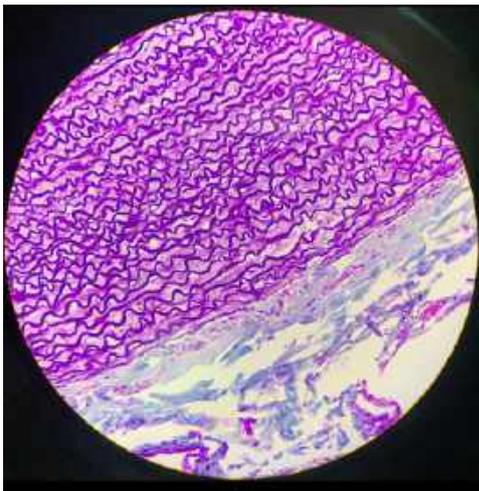
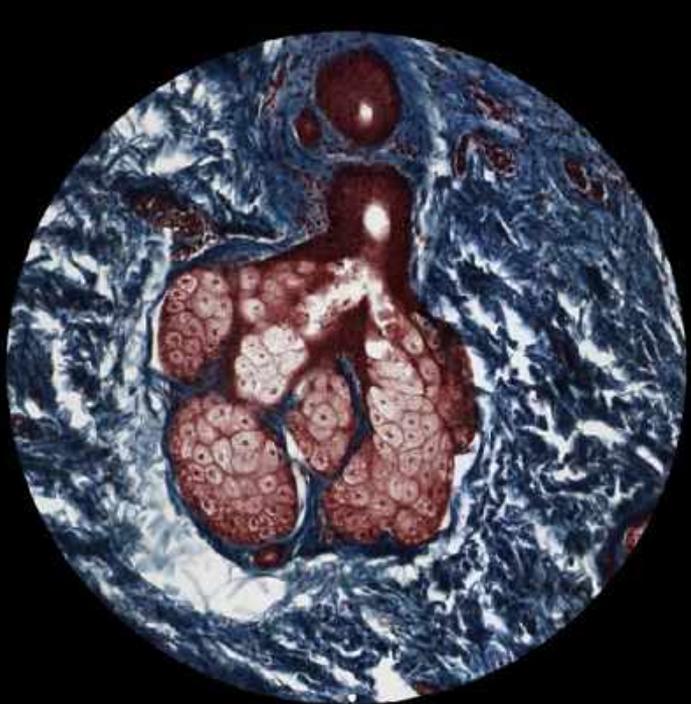
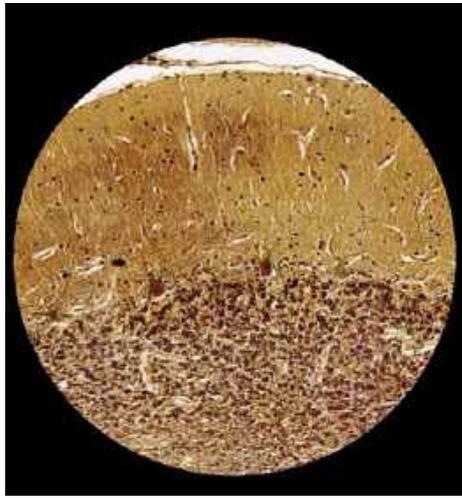
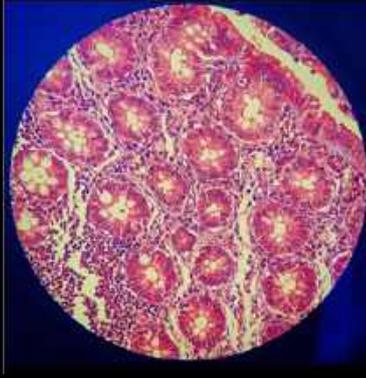
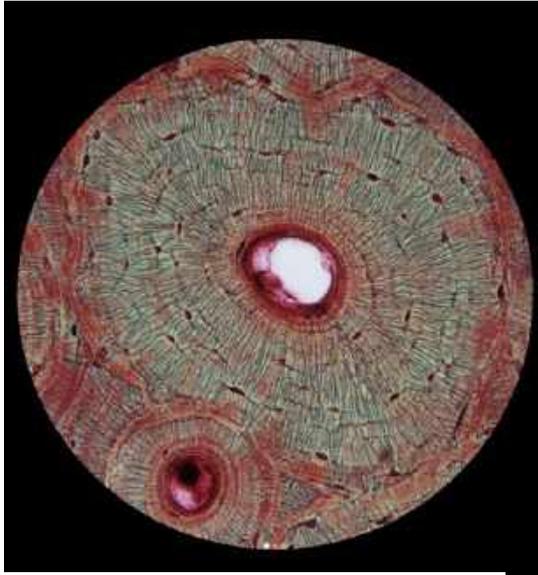
17 Ibidem, p. 19.

18 Ibidem, p. 16.

19 FEDERICI, 2017, p. 256.

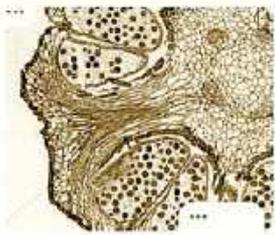
A cada segundo, 25 milhões de células se reproduzem no nosso corpo.



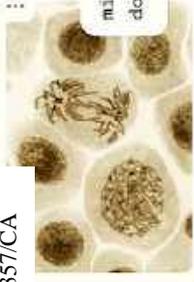


as células são. eu sou as células elas são eu nós somos aqui.
sentir e escutar

Que imagens ou alegorias ou metáforas sobre células ocupam seus pensamentos depois de falarmos alguns minutos sobre elas?



tijolinhos da nossa arquitetura



miniaturas do cosmos

seres humanos em miniatura



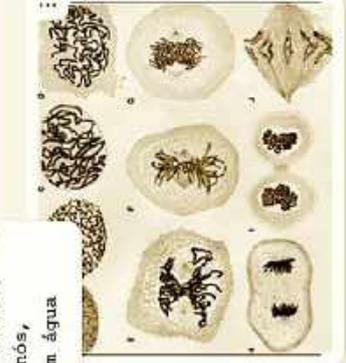
poeira cósmica

nossas avós

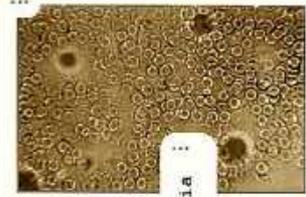


"olhos"

nossas ancestrais dentro de nós, diluídos em água

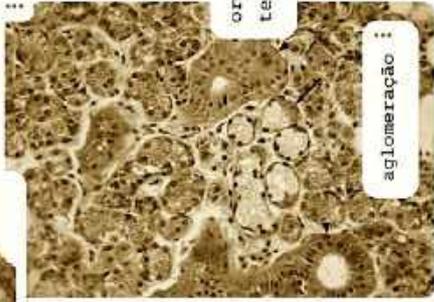


manada



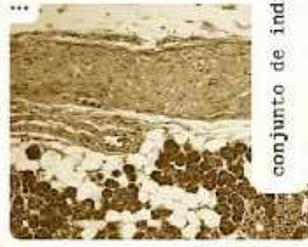
família

allegorias e metáforas celulares



aglomeração

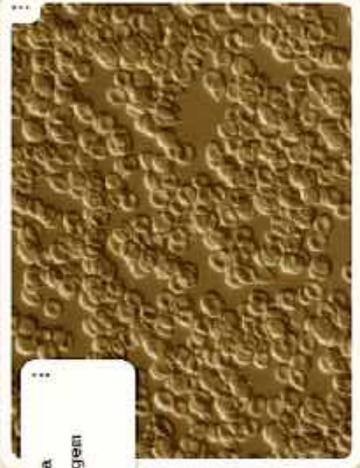
organismos vivos que te dão feedback



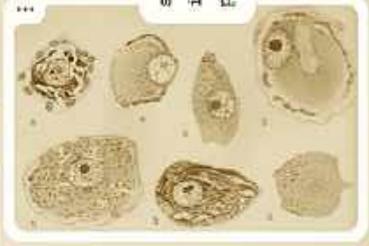
conjunto de indivíduos



ilhas



micro peças da nossa engrenagem corporal



seres vivos inteligentes e auto-poieticos

Consciência celular & Sistema nervoso

No BMC, concebemos e experimentamos as células do corpo como entidades dotadas de sensibilidade, consciência e poder de ação, “que sabem o que fazer e como fazer”.²⁰ As células de um mesmo sistema, por exemplo, compartilham certos padrões de comportamento, “qualidades particulares de consciência, sentimentos, percepção e atenção”,²¹ os quais são designados por Cohen como a ‘mente’ de um sistema celular especializado. Entrar em contato com a mente de cada um desses sistemas celulares, ou melhor, com o modo como cada um vive as mentes desses sistemas e o papel que eles têm na organização da nossa subjetividade corporal, é primordial no BMC. Sentir este agenciamento celular normalmente não faz parte da cartilha perceptiva ocidental racionalista. Aprendemos sobre as células nas aulas de biologia da escola, onde são apresentadas como organismos sujeitos às leis universais da física e da química. Sabemos que somos feitas de células, mas não sentimos que somos feitas de células. As células são estudadas na escola da mesma forma como estudamos o corpo humano e seus sistemas e também como estudamos a natureza – separadas do que somos. Nossa herança cartesiana nos informa desde muito cedo que aquilo que somos no mais íntimo – nossa subjetividade, espírito, mente, alma, pensamento, sensibilidade – é alguma coisa diferente e separada da matéria do corpo. A matéria do corpo – as células ósseas, musculares, orgânicas etc. – não costumam integrar o que experimentamos como subjetividade sensível. O poder de falar em nome da dimensão celular está nas mãos das ciências biomédicas e de seus representantes. Falar sobre inteligência celular fora desse contexto tende a ser pejorativamente considerado um discurso esotérico, místico, irracional e sem fundamentação científica.

Buscar resgatar a inteligência celular não significa rejeitar o saber intelectualivo e todo o sistema de compreensões, interpretações e projeções mentais elaboradas no córtex pré-frontal do cérebro. Nem poderíamos, mesmo se quiséssemos, pois a forma como o ciclo perceptual está organizado no sistema nervoso configura a nossa existência enquanto seres pensantes. Mas pressupõe desenvolver a habilidade de relegá-lo, quando necessário, a um plano periférico, para que saberes de outra natureza possam tomar a centralidade do processo de conhecer. Esta operação requer prática. Somos criaturas de um mundo de epistemologia logocêntrica, demasiado habituados a delegar o conhecimento aos domínios do

20 COHEN, 2016a, p. 5.

21 HARTLEY, 1995.

Felipe Machado | – consegui pensar bem pouco, o que é ótimo, você sabe que eu penso demais. É bom também não pensar...

Eu– como assim “não pensar”? Você esteve pensando todo o tempo, só que era um outro modo de pensamento...

FM | – é que eu não reconheço como pensamento, parece que fiquei só sentindo... minha cabeça parecia vazia...

Eu – você realmente acha que parou de pensar enquanto

...a ideia, que ter a cabeça vazia significa que você não está pensando? Este é o cerne do cartesianismo, né? Quando não penso... Será que, em vez disso, seria possível experimentar isso como modos distintos porém correlacionados e complementares ao pensamento?

Eu | – Ai... Para mim é difícil sair do controle de um modo mais racional do pensamento, parece que escapo de mim mesmo, que me perco, não me sinto pensando, quero dizer, não me sinto com o domínio sobre o que estou pensando, sabe?

[R_voz_vibracantamove.mp3](#)

entendimento cognitivo e da linguagem, habilidades estas complexamente processadas no sistema nervoso. O aprendizado do BMC vai então frequentemente privilegiar proposições que convidem a experiência celular através do toque, do movimento e da sonorização. A habilidade de conectar-se com o saber celular se desenvolve a partir de uma abertura para outra forma de aprender.

A cultura ocidental e os saberes científicos conferem ao sistema nervoso central o papel de maestro do corpo e centro magnânimo da consciência. Os avanços da neurociência, com as tecnologias de imagem que são capazes de observar corpos em ação em organismos vivos, vêm mostrando há algumas décadas o quão complexa, não hierárquica e interdependente é a relação das trocas entre o sistema nervoso e os outros sistemas que compõem o corpo. Mas a metáfora cartesiana do corpo como um organismo mecânico que precisa do sopro animado do pensamento para funcionar ainda vigora amplamente no senso comum, dando suporte à noção de que o cérebro, órgão central do sistema nervoso, tem o papel de governante, comandando tudo o que nos acontece.

O BMC reconhece que todo processo de aprendizado comporta estas duas instâncias que chamamos de consciência celular e de consciência de sistema nervoso, que se constituem juntas “em um *continuum*, com o cérebro informando as células e as células informando o cérebro, ambos se alternando em diferentes momentos”, em looping, sem que seja preciso monitorar.²² Aprender algo novo é experimentar esse diálogo entre a experiência celular atual e a experiência passada registrada no sistema nervoso. Cada uma destas formas de consciência pode estar mais central ou mais periférica no curso da atividade de aprender. É comum que, quando uma está mais central, a outra

22 COHEN, 2015, p. 284.

Lucas Brandão | – Eu acho que a sensação é um fluido, uma água que corre pelo nosso corpo o tempo inteiro. Ela não tem forma, ela não tem nome, ela é presente, de alguma forma conecto com essa ideia celular. E, se a gente pensa em sistema nervoso, a gente pensa em um processo quase de um *delay*, tem um *delay* com a sensação. A sensação é isso que corre pelo nosso corpo, sem nome, sem forma, e o sentimento, a ideia ou o conceito, já são quando isso ganha nome, quando isso ganha contorno, quando isso ganha consciência, quando isso é registrado e armazenado no nosso sistema nervoso.

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA

[fluidos.mp3](#)

Luís Cabral | – Me fez pensar nos processos de criação de uma obra, fiquei pensando na diferença entre os ensaios de criação e a repetição do fazer de uma temporada. Determinadas ativações de um saber celular e de quando a coisa entra num processo mais do sistema nervoso. Posso estar falando besteira aqui, mas achei bom dar nome pra isso e tentar entender esses caminhos para trabalhar isso que a gente chama de presença e que persegue tanto nas artes

esteja na periferia ou no inconsciente, mas também podem estar ambas conscientes ou inconscientes ao mesmo tempo.²³

Podemos observar uma tendência de hipervalorização do sistema nervoso e das funções que lhe são próprias (armazenar, gravar, planejar, prever interpretar, conceituar, relacionar, memorizar), no contexto atual da civilização capitalista, apoiada sobre um eixo onto-epistemológico de orientação iluminista e cientificista. Cohen chama a atenção para o fato que esta lógica da primazia das noções de objetividade, racionalidade e pensamento experimental lógico se impõe de tal maneira na nossa subjetividade, que é comum a consciência celular permanecer retida em um nível inconsciente ao longo de toda uma vida, se tornando desconhecida e inoperante.

O BMC, por sua vez, propõe a reconexão com o saber celular, sugerindo que recorrer à corporalização das estruturas celulares e dos seus processos embriológicos pode ser um meio de criar um espectro mais amplo de articulações do corpo-mente com o ambiente. Isso “requer tempo e paciência, o que o sistema nervoso não tem. Ele quer agora mesmo”.²⁴ É uma percepção local “das células e dos fluidos testemunhando a si mesmos e não do lobo frontal do cérebro testemunhando o acontecimento”.²⁵ “Manter uma imagem da célula no cérebro é diferente de imaginar diretamente pelas células”.²⁶ O cérebro cortical tem o papel importante de compreender o que chega a partir de uma dinâmica celular fluida, mas se as estruturas celulares não estiverem presentificadas, “é só uma manipulação do que poderia ser uma boa ideia”.²⁷

23 Ibidem.

24 COHEN, 2016a, p. 8.

25 Ibidem, p. 7.

26 COHEN, 2015, p. 282.

27 COHEN, 2016a, p. 7.

da cena. Penso em quando você faz uma pausa em cena, e aquela pausa, em geral, não é contada, quer dizer, tem algo ali que te coloca em ressonância com aquela caixa cheia de gente e faz você entender o tamanho da pausa naquela noite, sabe?

Eu – Sim, não se trata de achar a verdade em cena, né? A verdade também é muito perseguida, especialmente no trabalho do ator, mas acho que não se trata da verdade, mas talvez do acionamento do que está presente, celularmente mesmo, para não ficar só numa casca, numa camada perceptiva estabilizada, na imagem recebida da coisa, no nome da coisa, no conceito da coisa, e já são uma identidade, e convocam um reconhecimento. E talvez conectar com a experiência celular presente e nifiquem conectar com algo que atravessa essa dimensão da forma, e que borbulha, vibra e pulsa no presente. Uma presença que seja muito apoiada no conceito, na forma, na imagem, na casca, corre o risco de perder uma dimensão da experiência vibrante, que estamos elucubrando aqui como uma conexão celular.

Como o seu corpo se move de modos que ele nunca se moveu antes? Ou pelo menos desde que ele era um embrião e um feto? A estrutura se desenvolve através do movimento das células e dos fluidos. Qual movimento você pula para chegar em um que você já conhece? Como você vai daqui até lá? Tem muitas maneiras. Se houver um lugar no seu corpo que não esteja em contato com ele mesmo, a respiração é um modo de descobrir e acordar esse lugar, não focando na sua respiração com seu cérebro, mas entrando em um lugar de silêncio e quietude até que as células acordem.²⁸

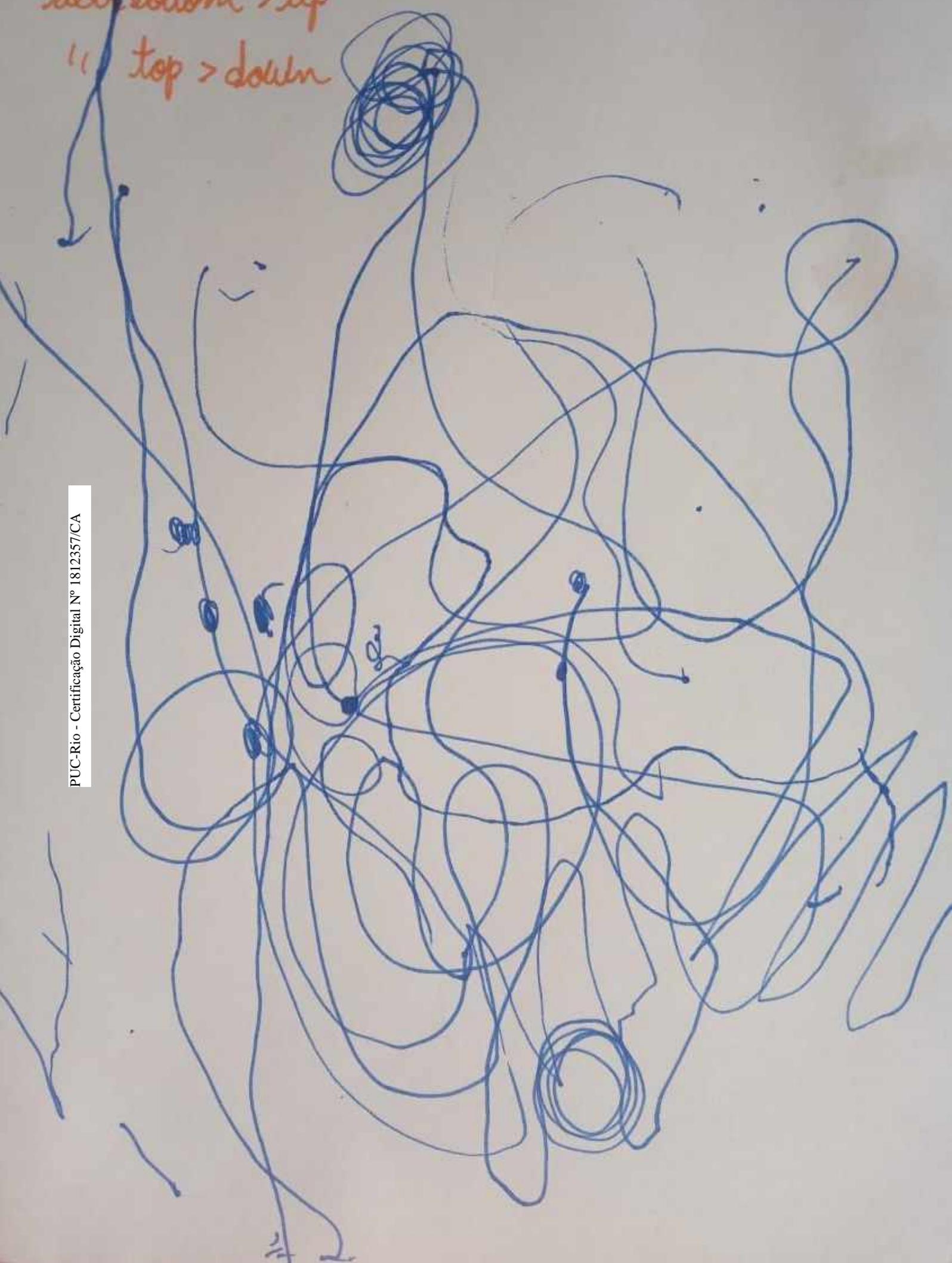
Quando chamadas à presença, as comunidades celulares têm a possibilidade de autorregular os padrões disfuncionais e traumáticos cristalizados fisiologicamente. Os modos de convidar uma presença celular são múltiplos e envolvem o toque, a sonorização, a respiração e o movimento. O processo acontece na dimensão de uma comunicação vibrátil entre células através dos fluidos intersticiais. Tocar, respirar, sonorizar ou mover em e com uma comunidade celular específica “permite que elas [as células] saiam das sombras do inconsciente como *insights*”.²⁹ Uma vez que essa consciência, fluindo através das células e fluidos, chega ao mapeamento consciente, é reabsorvida no inconsciente e incorporada como um novo padrão.

28 Ibidem.

29 COHEN, 2021c.

Salvo bottom > up
" top > down

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA



Saberes que nutrem:

O meu corpo

Rondar descalço

Mixar na Terra

Mergulhar

Sentir o vento

Tocar e ser tocada

~~com o corpo~~

brincar / brincar

lavar o cabelo

dancar

cantar

comer

Cuidar dos gatinhos
de casa

O meu sistema nervoso

Ler

Assistir a um espetáculo

Yoga

Meditação

Assistir a uma aula

Comerisar

lazer

Tocar instrumento

fazer uma receita

beber água

Lucas Brandão | – Acho interessante a gente pensar que nós temos esses vieses cognitivos porque são basicamente um jeito que nosso organismo encontrou de sobreviver no mundo. Estávamos lá naquela selva louca cheia de predadores e em algum lugar a gente precisava organizar um jeito rápido do nosso cérebro e do nosso sistema nervoso funcionarem, de poder recorrer a alguma informação para que a gente olhasse para um urso e reconhecesse imediatamente o perigo, pra saber que a gente precisava fugir rapidinho. Seria um tempo muito maior que a gente levaria para identificar essa percepção, se não fosse assim. A gente precisou criar um banco de dados para nos dar nesse reconhecimento escapar dos perigos e estar vivos, agora, enquanto seres humanos. Eu estou falando disso porque tem algo que ultrapassa a gente, algo lindo que é sobre a evolução da espécie, sobre estarmos aqui agora, que é muito maior que os meus trinta e seis anos.

Eu – Sim, com certeza!! E também há a tendência que temos de segurar e fixar as percepções, de forma que toda vez que eu me deparo com algo grande, peludo e marrom eu tenha o impulso de sair correndo pedindo socorro...

O trabalho sobre as relações entre estrutura e função estão no centro de praticamente todas as abordagens somáticas, mas o que me parece ser uma perspectiva particularmente instigante e inovadora do BMC é a compreensão de que disfunções na organização global de um corpo-mente acontecem quando há uma desconexão com a vida em num nível primordial – celular – ao qual faz-se necessário retornar e escutar. A consciência celular é revelada como a própria inteligência inata dos seres vivos, totalmente engajada na manutenção da vida desde os primórdios até aqui.³⁰ A convocação desta dimensão microbiológica do corpo para sentir, perceber e agir, além de proporcionar a autorregulação dos sistemas corporais, investe silenciosamente em uma conexão íntima do corpo com a dinâmica biológica da vida em todos os seus níveis e escalas, da célula ao planeta, passando pelas plantas, bactérias, fungos e animais.

A legitimação de um saber celular que nos habita a todos também propõe em si a subversão de alguns parâmetros básicos da sociedade moderna ocidental e científica, como as noções de racionalidade, objetividade e separabilidade, e os dualismos sujeito e objeto, corpo e mente, natureza e cultura. A mente e o pensamento descem do trono de cérebro e se espalham pela matéria do corpo, em cada célula e na dinâmica da comunicação fluida e vibracional entre elas. Os contornos de sujeito e objeto se complexificam. Sou EU o sujeito que tenho meu corpo, este objeto/organismo, ou é meu corpo, em cada micro unidade de vida sensível – células, bactérias e fungos – que me tem? Os parâmetros de sujeito e objeto como entidades definidas *a priori* torna-se então inoperante. Se reconhecemos a dimensão senciente destas entidades que fazem parte de nós, se aceitamos seu poder de ação, que tipo de existência elas possuem? São simbó-

30 PIZARRO, 2020.

Ludmila Rosa | – Olha, nossa, para mim, o BMC me joga nesses lugares completamente desconhecidos, mas eu não sinto medo, eu quero encontrar o urso!!! Acho que é porque eu sei que vou voltar, que eu não vou morrer nem enlouquecer, sabe?

Eu – Sei. É como se você seguisse a pedra, sabe a pedra na mão, lá, da Lygia Clark?

LR| – Sim, nossa, essa experiência tem muito a ver com o trabalho da Lygia Clark mesmo!

– Segurar a pedra pra não perder. Sentir o peso da pedra, a solidez e estabilidade da pedra. A pedra é a “prova de realidade”. É aquela prova de que você está aqui nesse mundo das coisas, que você não é fluido indiferenciado misturado na vibração do mundo né? Será que a pedra nos conecta com essa sensação dos contornos precisos e aparentemente fixos e estáveis – da pedra, de nós – que nosso sistema nervoso se esforça para estabelecer? Sensação de finitude, de solidez, de res extensa. Interessante pensar o quanto nos sentimos seguros em contato com esta sensação de estabilidade, né? Não à toa que quando nos conectamos com os ossos ficamos mais aterrados, né?

A solidez da matéria é uma prova de realidade?

licas, como um exercício de imaginação metafórica psico subjetiva, ou são materiais e fisiológicas, “objetivamente” falando? Se nós abdicarmos do modo cartesiano moderno de compreensão, que outros modos de existência são possíveis para estas entidades para além de sujeitos e objetos?

A noção de saber celular se situa em um terreno marginal das crenças não comprovadas, alternativas ao universo dos saberes biomédicos dominantes, alcançando espaços de êxito e legitimidade “ali onde a ciência, ou a medicina, teria fracassado”.³¹ No entanto, confrontar diretamente os cânones da medicina não é, de forma alguma, um objetivo declarado do BMC; ao contrário, há um diálogo estreito da abordagem com os mapas anatômicos e fisiológicos da ciência médica ocidental. Como propõe Pizarro,³² a abordagem não está a serviço da ciência, mas a integra como um conhecimento válido, dentro de uma metodologia que aponto como difrativa, a qual acolhe diferentes perspectivas sobre um mesmo assunto, em relações não antagônicas, com a intenção de expandir as possibilidades de compreensão sobre os fenômenos vivos. Se o método se sustenta entre o discurso científico e o relato de experiência³³ não é em absoluto para reforçar esta cisão, mas para superá-la na prática,³⁴ habitando no corpo o paradoxo dessas perspectivas, que só são contraditórias se pensadas a partir de uma lógica onto-epistemológica moderna ocidental capitalista.

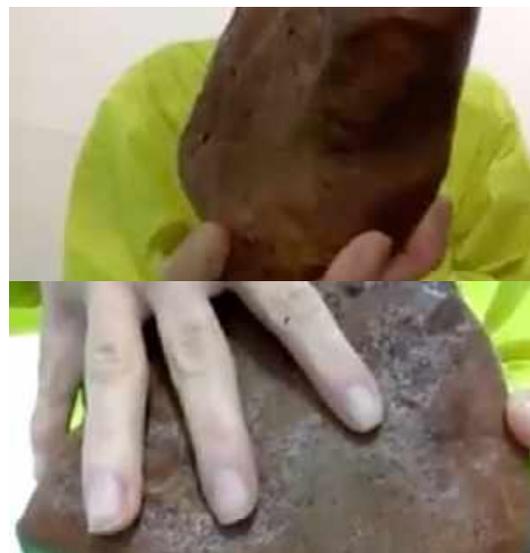
31 GINOT, 2010, p. 6.

32 PIZARRO, 2020.

33 GINOT, 2010.

34 PIZARRO, 2020.

If you hold a stone
Hold it in your hand
If you feel the weight
You'll never be late
To understand³⁵



35 Letra da música *If you hold a stone* (1971), de Caetano Veloso, em homenagem ao trabalho de Lygia Clark.

Sonhei um pensamento.

Era um pensamento grande que parecia um manto, uma espécie de tecido que ia se abrindo, se alargando, e parecia um rio.

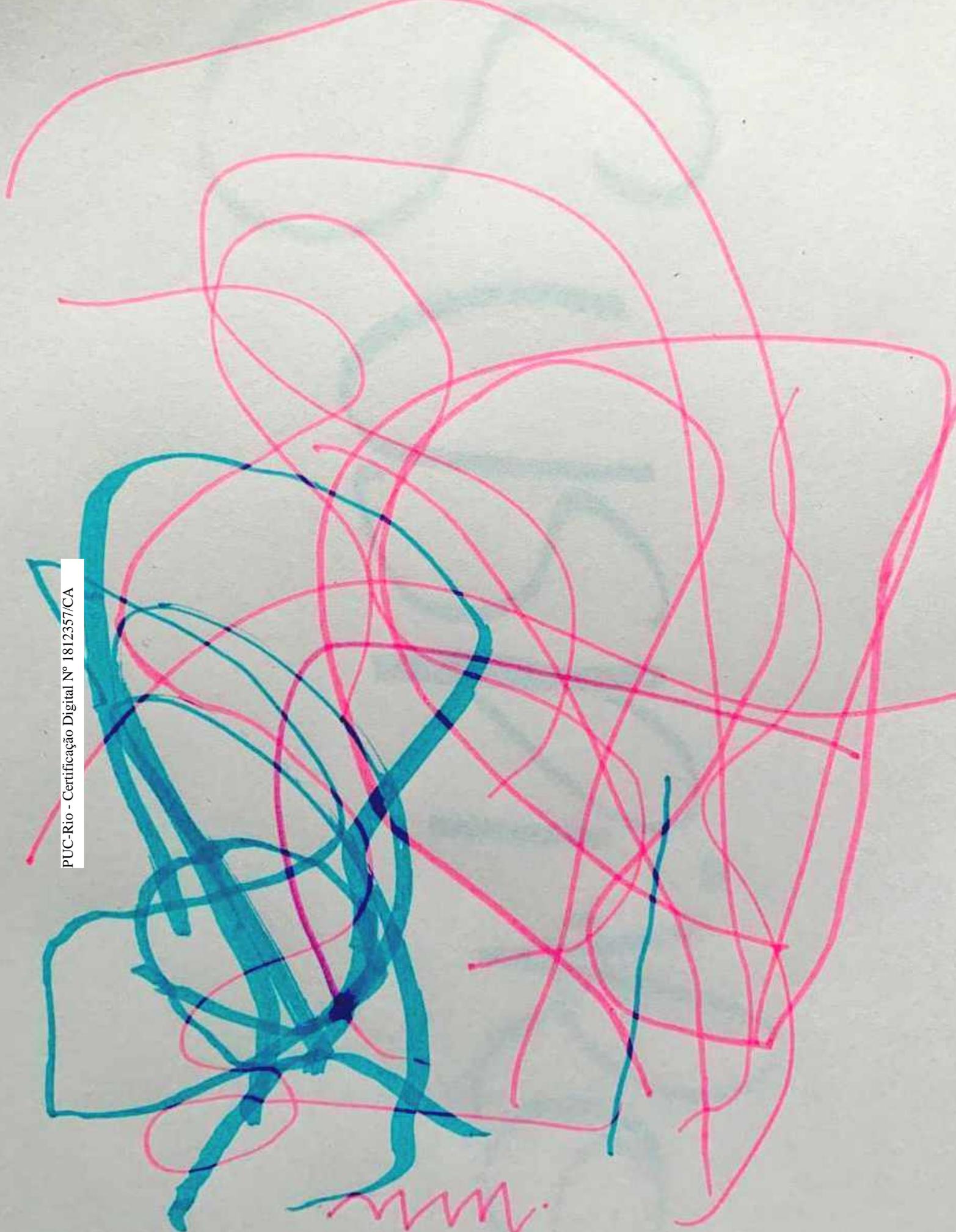
Que bonito e que estranho, pensei.

Nunca havia sonhado um pensamento. Um pensamento sem palavras. Um pensamento apenas como forma, vazio de conteúdo. Um pensamento - rio.

“Como escolhemos palavras que expressem a dinâmica da presença celular fluida mais que do sistema nervoso?”³⁶

36 COHEN, 2016a, p. 8.

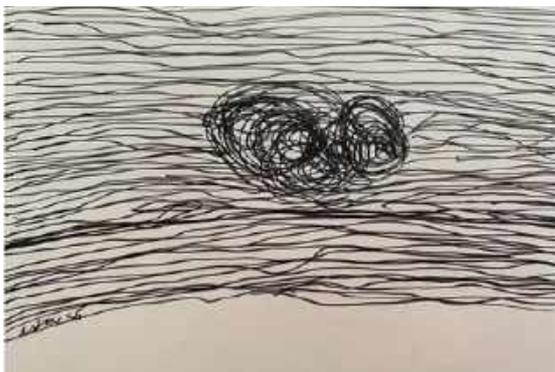
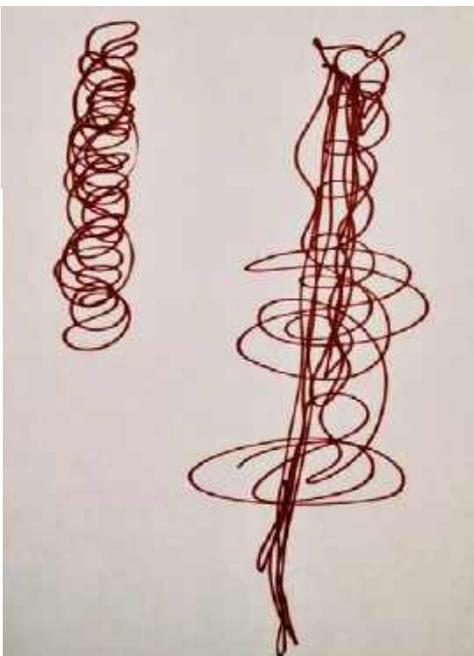
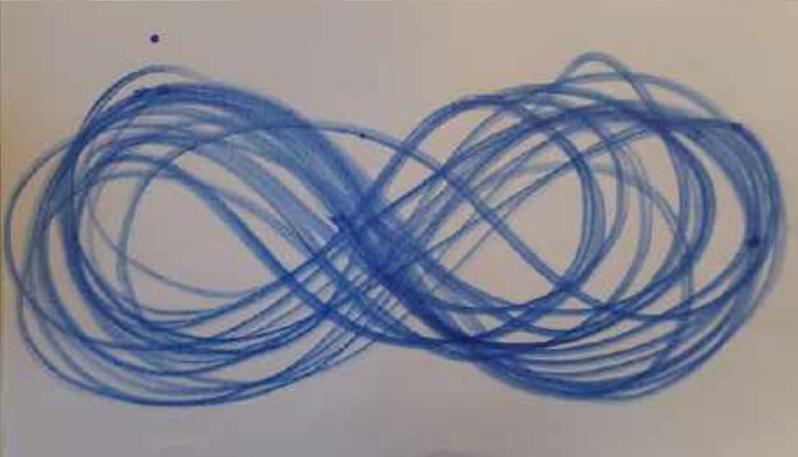
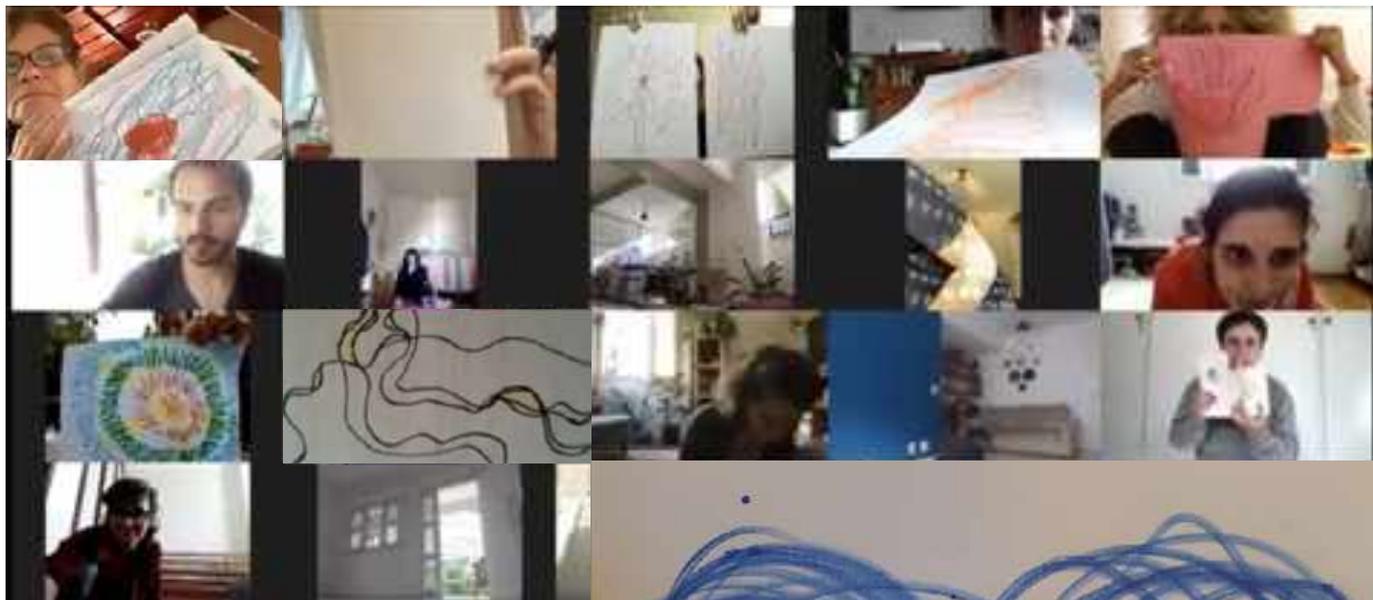
PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA



Convido vocês a irem finalizando esta experiência de respiração celular e a pegarem suas canetas e cadernos e, de olhos fechados, acompanhar, com a caneta no papel, os fluxos de movimento que sentem acontecer dentro corpo, qualquer coisa que esteja presente. Para aqueles que preferem desenhar de olhos abertos, tentem se manter conectados com a sensação enquanto desenharam.

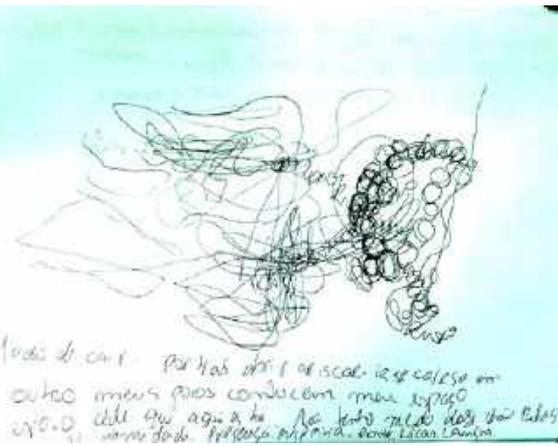
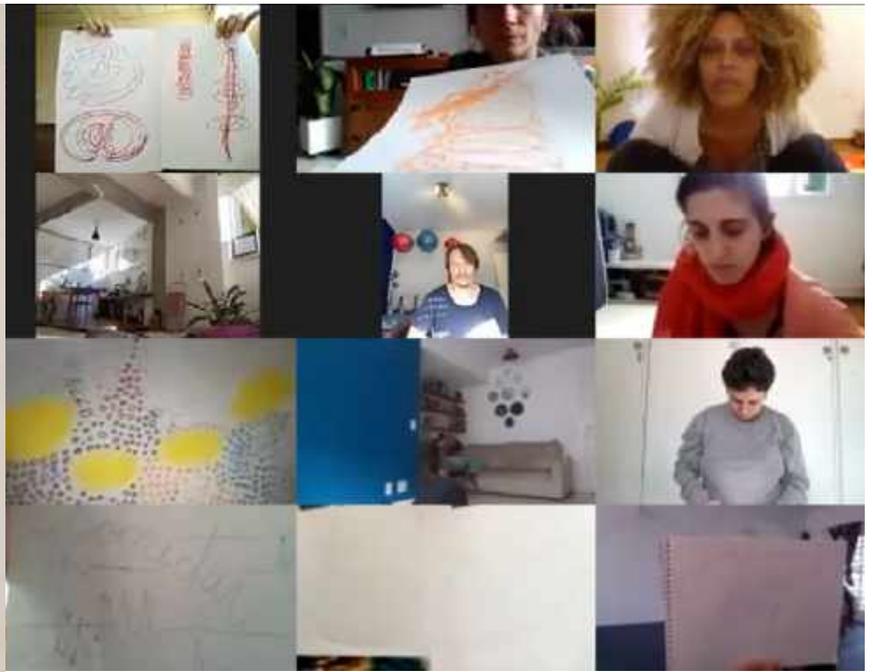
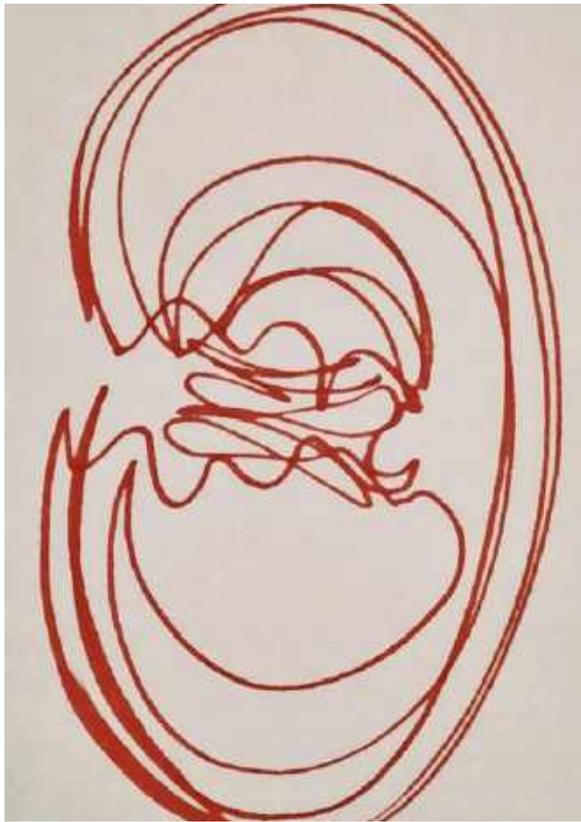
Ao finalizar, vamos mostrar os desenhos uns para os outros aqui na tela do zoom?

Você quer dar um nome ao seu desenho ou deixá-lo assim, nomeado pelos traços da caneta no papel?



PULSAR
MAR
E
JAR

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA



Trabalho de arte - por trás do rosto de cada um há uma história em
outro meus pais conhecem meu espírito
vivo. O dele que agita a vida. No fundo tudo isso são filhos
unidos do do. Trabalho em grupo. Escola Lúcia Lúcia



PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA



e eu pensando a palavra como algo contratual que fica
não é que seja verdade

uma palavra polaroid, talvez

A | – Mas, Dani, vem cá: essa coisa de sentir as células é uma metáfora, né?

Eu – Bom, depende do que você está chamando de metáfora.

Te convido para uma somatização. Pára um momento. Traz a presença para a pulsação contínua da respiração. Acompanhe esse ritmo por alguns minutos até sentir que sua presença aterrou no corpo. Então leve uma mão ao encontro da outra, palma com palma. Qual a temperatura que você sente entre as mãos? Comece a esfregar uma mão na outra, aos pouquinhos, para produzir calor. Quando sentir que suas mãos estão quentes, separe um pouquinho uma mão da outra e leve sua atenção para sentir o que está acontecendo entre as suas mãos. Uma reverberação, vibração, pulsação, formigamento... O que você sente? Como você percebe o que sente? Vá aos poucos separando uma mão da outra até você sentir que não sente mais a conexão entre elas. E então você vai escolher uma mão para segurar o punho do braço do outro. E convido você a trazer sua atenção para a mão que segura o punho: o que ela sente? Uma textura, uma temperatura, uma densidade, uma forma... Você não precisa nomear, só sentir. Se conecte com as células da mão que estão em contato com o braço e com o que elas sentem. Tome um tempo para habitar esta sensação. Te convido a observar que, quando a mão toca o punho, o punho também toca a mão. E então coloque sua atenção no punho que está sendo segurado. Procure se conectar com o que as células do seu punho sentem sobre a mão que o toca. Como ele sente a pressão, a temperatura, o contato, a forma... Tome um tempo para habitar este encontro e se ele gerar algum desejo de movimento, disfrute deste pas-de-deux mão-punho. Quando quiser interromper a experiência, vá muito lentamente tirando sua mão do punho, o punho da mão. E então te convido a trazer sua atenção para perceber a sensação presente na mão que tocou e sentir em que medida difere da sensação presente na mão que não tocou. O que você sente? E entre o punho tocado e o punho que não foi tocado? Como você percebe o que sente? Esta sensação é real? Como você nomeia o que está sentindo e percebendo agora? E se a gente disser que essa sensação que você está sentindo é uma espécie de feedback celular? Isso é uma metáfora? Ou uma realidade?

Metáfora

Alguém gostaria de compartilhar alguma coisa sobre essa experiência?

Ana Luiza Castro | – Eu não sei se foi só a minha imaginação, tipo alguma coisa que eu inventei, ou se eu realmente senti as células da minha mão... Mas eu senti a minha mão muito muito densa... e volumosa, e quente também... e ela vibrava, pulsava, muito presente, e durou muito tempo...

– Mas o que seria “só a sua aginação”? Ou “inventar alguma coisa”? Ou “realmente”?

| – Não sei, talvez uma mão..., induzida pelo que foi dito... que não corresponde à realidade...

– Mas o que seria “A realidade” se não é o que você experimenta? Por que a realidade que você experimenta seria uma ilusão? Quem experimenta “A realidade”?... Deus?!... Me parece que existe “a realidade” que cada uma pode sentir, e que a sua, agora, é esta que você está sentindo = percebendo = narrando = criando. Por que o modo como você sentiu não seria a realidade de como você percebe as células da sua mão agora? Talvez seja interessante a gente se perguntar se existe mesmo “A realidade”,

Entendo, aqui, metáfora não apenas como uma figura de linguagem, um jogo de palavras, mas como é conceituada pela filosofia cognitiva, a partir de Mark Johnson³⁷: nosso sistema conceitual é totalmente baseado em metáforas encarnadas. Os conceitos são frutos dos procedimentos metafóricos de estruturar parcialmente uma experiência em termos de outra. As experiências do corpo no mundo, se movendo, manipulando objetos ou interagindo consigo mesmo, com o ambiente e com outros seres, acontecem simultaneamente nas dimensões somática, cinestésica, perceptual, emocional e conceitual. O corpo em movimento, os afetos e o sistema conceitual estão conectados um ao outro. E as metáforas são então o modo como este trânsito se organiza. Elas são as bases estruturais de um sistema conceitual corporalizado, permitem estruturar conceitos abstratos a partir de outros conceitos mais concretos que emergem da experiência direta do corpo no mundo. Recrutamos sensações motoras e orgânicas para a concepção de conceitos. Conceitos não são fenômenos endógenos e independentes, mas emergem das relações entre corpo e ambiente. Dito de outro modo, a origem de toda atividade cognitiva é a experiência corpórea de lidar com o mundo externo. Penso que afirmar isso corresponde a afirmar, como o fez Lynn Margulis, que as atividades de troca entre uma célula e o meio são uma forma de pensamento. Pensar é uma atividade corporal.

No estudo em colaboração com George Lakoff sobre as metáforas da vida cotidiana,³⁸ Johnson propõe que estruturamos o conceito de tempo, por exemplo, que é um conceito abstrato, em função de nossa

37 JOHNSON, 2007.

38 JOHNSON; LAKOFF, 2002

independente de quem a está percebendo. Esta questão é precisamente o que está em jogo nessas experiências que estamos fazendo: a possibilidade de você sentir seu corpo de um modo que você não sentia antes e de, ao perceber este sentir e significá-lo, estar criando um novo padrão perceptivo em seu corpo, criando uma nova realidade para seu corpo, seu sentir, seu perceber.

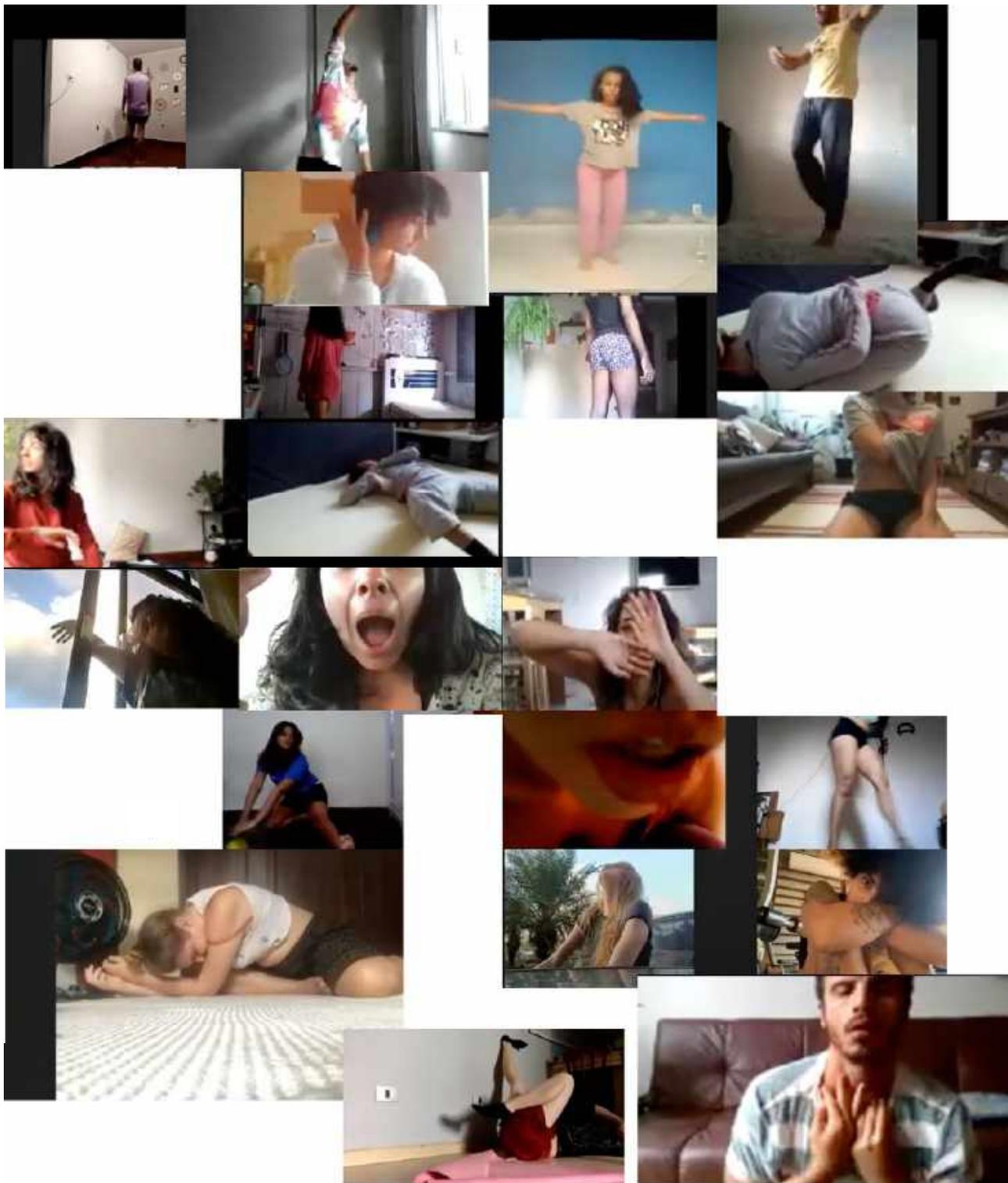
relação corporal com o espaço; por isso nos referimos ao futuro como algo que está à nossa frente (para onde caminhamos) e ao passado como algo que ficou para trás (de onde viemos). Como todas as experiências corporais são informadas e moduladas pelo contexto, metáforas também são culturalmente determinadas, ou seja, cada povo, cada grupo tem as suas próprias metáforas coletivas, e cada corpo também tem suas metáforas particulares. O povo Aimarás, por exemplo, originário da região andina, concebe a relação do corpo com o tempo e o espaço de maneira diferente da nossa. Para eles, o passado está adiante (aquilo que podemos ver) e o futuro (o que não vemos), atrás.

Falando de forma bastante simples e direta, como lhe é característico, Cohen parece abordar de forma semelhante a relação entre corpo e palavra, que constitui a metáfora: “Percebemos através da experiência. A experiência faz surgirem as palavras. Pensamos através de palavras. Palavras remetem à experiência”.³⁹ Os significados que as coisas têm para nós nascem das nossas conexões com a vida. Essas conexões são basicamente celulares, viscerais, neuromusculares, e também neuronais e coloridas de afetos, percepções e interpretações específicas. A forma específica de experienciar essas conexões vai modelar a forma específica do nosso sistema conceitual.

39 COHEN, 2020b.

Eu vou propor o exercício de listarmos algumas metáforas espaciais usadas na linguagem da vida cotidiana para falar das nossas relações e afetos. Depois, proponho que a gente experimente a corporalização de algumas destas metáforas, em sua literalidade espacial, observando o que elas nos fazem sentir-perceber-pensar quando experimentadas no aqui e agora da relação direta do corpo no mundo. Observem que elas são sempre relacionais, sempre em relação, seja em relação a algo ou a alguém ou ao contexto, que pode ser o espaço do mundo (o corpo no espaço), ou os espaços do próprio corpo.

Estar por **baixo** . Estar **fora** de si . Estar **por cima** da carne seca . Viver **atrás** de alguém . Falar da boca **pra fora** . Não sair da cabeça . Deixar **de lado** . Estar **por fora** . Estar por **dentro** . Sentir um **vazio** . Ficar **do lado** de alguém . Se **aproximar** de alguém. Se **afastar** de um pensamento. Não estar nem **aí** . Olhar **de cima a baixo** . Dar a volta **por cima** . **Rodar** a baiana . Seguir **em frente** . Dar **prá trás** . Estar **em cima** do muro . Pular a cerca. Não estar **nem lá nem cá** . Falar **pelas costas** . Ter um papo **reto**. Ter a mente **aberta** . Estar **cheio** disso . **Cair** no conceito . Tirar do **eixo** . Dar **em cima** . Encontrar a **direção** . Estar **no centro** das atenções. Estar totalmente **sem limite** . **Embainhar** o meu nariz . **Por cima** do meu cadáver. Virar o corpo e cabeça **para baixo** . Braço **direito** . Estar **perto** de Deus. Cada um no seu **espaço** . **Circular** uma questão. Estar **distante** de alguém . **Diante** da questão. **Sem espaço** para isso. **Contornar** a situação . **Virar** a mesa . Com a cabeça **fora do lugar**. Estar **longe daqui** . No mundo da lua . **Pra lá** de Marrakesh . Com o **coração na boca** . Ter o corpo **fechado** . Estar **junto** .



Qual foi a sua experiência em recorporalizar estas metáforas tão encarnadas no seu sistema conceitual? Você se permitiu imaginar e simular as situações diretamente no corpo a ponto delas afetarem a sua presença?

Ao ser questionada se “respirar nas células de uma determinada parte do corpo” é uma metáfora (e esta pergunta aparece com frequência), Cohen responde: “se você pensar, é uma metáfora, se você sentir, é uma realidade”.⁴⁰ Penso que esta resposta indica a distinção feita por Cohen entre um aprendizado centrado no córtex frontal do sistema nervoso (em um saber interpretativo e conceitual) e um aprendizado centrado no saber corporal e celular (ancorado na *awareness*). E reafirma a abordagem do BMC de cultivo de um conhecimento encarnado, apostando na corporalização como uma potência de transformação de realidades, a começar pela realidade do corpo.

Eu entendo que respirar nas células é uma metáfora, na medida em que são as metáforas que nos permitem estruturar conceitos, como o próprio conceito de metáfora, a partir de outros conceitos sentidos na experiência direta do corpo no mundo. E também é uma realidade; em primeiro lugar, porque uma metáfora não é um jogo de palavras ocas, mas uma experiência encarnada. E em segundo lugar, porque, independente do que se pode sentir ou não, a respiração celular está acontecendo em seu corpo agora. E agora. A cada instante. Então, é o modo de engajamento com o acontecimento que irá determinar o caráter da experiência, como propõe Cohen.

Todo saber é incorporado, sabemos, dado que tudo que passa pelo corpo é estruturado em termos de padrões neurais, porque os sentidos e a percepção funcionam, em termos do sistema nervoso, em um *looping* fechado sensório-motor, como vimos. Mas a questão que Cohen parece colocar é: Como é o engajamento situacional do corpo com um fenômeno específico? O modo de engajamento transforma a experiência? Que modo de conhecer está presente? O que guia o encontro com o mundo a cada momento?

40 COHEN; JOHNSON, 2020.

“Confrontar-se com sua corporalização é uma das tarefas filosóficas mais profundas que você enfrentará. Quando reconhecemos que qualquer aspecto de nossa subjetividade vincula-se a formas específicas de engajamento corporal num ambiente, somos levados a repensar profundamente de quem e do que somos, de uma maneira que em grande parte está em desacordo com muitas de nossas tradições filosóficas e religiosas”.⁴¹

JOHNSON, 2007, p. 1.

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA

ago Sousa | – Eu gostaria
partilhar a minha experiên-
. Talvez eu não dê conta de
falar. Talvez eu fale, então, da
sensação que me chegou... Eu
fiquei muito curioso em sentir/
perceber esse saber celular,
em todas as vezes que uma
palavra sua me tocava nessa
direção, ativava muito a minha
barriga, as minhas vísceras,
minhas tripas. Muito! Não
consegui entender... Me vieram
várias sensações e eu passei
muito por uma sensação de
vulnerabilidade. E no final veio
uma palavra: “ainda não”.

Volto aos processos de exploração usados no BMC – visualização, somatização e corporalização – para olhar para as metáforas a partir deles. A alternância entre visualização, somatização e corporalização me parece uma estratégia importante para evidenciar esta dimensão dinâmica das metáforas se criando. É comum ouvirmos de um professor durante uma prática de somatização: “se você não está sentindo, imagina”, evidenciando o uso da imaginação ativa como uma prática criadora de realidades corporais, borrando a fronteira entre a realidade e a ficção imaginativa. Imaginação, aqui, não é usada no sentido pejorativo, de fantasia ou devaneio de algo inexistente, tampouco experimentada como um processo meramente mental desencarnado. A imaginação convoca as sensações corporais e, neste sentido, tem a potência de criar as realidades vivenciadas pelo corpo.

Lembro dos neurônios-espelho, que são células neurais responsáveis por uma determinada ação e que se ativam em nós sem que nem precisemos “realmente” fazer a ação, mas simplesmente quando vemos ou ouvimos a ação sendo feita (por outra pessoa) ou mesmo quando imaginamos a ação sendo feita, ou ouvimos falar sobre. Os neurônios-espelho são células que refletem o que vemos (com os olhos ou com a imaginação) e ouvimos. São localizadas no córtex pré-frontal do cérebro e estão intimamente associadas à aprendizagem, às relações sociais e à empatia. Mostram-se presentes quando alguém boceja ao nosso lado e sentimos um desejo enorme de bocejar também, quando mostramos a língua para um bebê e ele faz o mesmo, quando sentimos simpatia imediata por alguém que acabamos de conhecer, quando cenas tristes nos levam às lágrimas. Quando vemos alguém sorrir, por exemplo, os neurônios espelho para o sorriso são acionados, criando junto uma sensação do sentimento associado a sorrir. Não é preciso pensar sobre o porquê da pessoa estar sorrindo para sentir a sen-

É uma outra camada que vai ser sempre um “ainda não”. Porque, a partir do momento em que vira imagem ou palavra, é outra camada que ativa, muito claramente, então fiquei com isso de um “ainda não”.

Victor Seixas | – Eu tô, na verdade, com uma percepção de que, de certa forma, não acabou quando terminou, então eu tô tentando experimentar o que ainda está acontecendo, sabe? E eu tenho sentido uma certa desconfiança em relação à própria palavra, essa experiência da gente falar, falar

re, falar após... Eu fico tentando perceber o quanto que a palavra revela e o quanto que desencanta a experiência, sabe? O quanto que a palavra conta e o quanto que, quando a gente nomeia o que é, isso não está, em alguma medida, capturado, deixa de ser um saber corporal que não se traduz exatamente em palavra e ganha significado, trazendo um monte de coisa junto.

Eu – Capturado talvez, mas não perdido necessariamente. E coisas vão sempre vir junto, não dá pra gente fazer tábula rasa e ser uma tela em branco. Mas você pode estar super dentro da experiência corporalizada mesmo que esteja capturado por alguma ideia ou palavra. Acho que não se trata de um saber corporal OU do sistema nervoso. Esta-

sação, pois automaticamente simulamos a situação no cérebro. Os neurônios-espelho parecem simular e imitar tanto as ações quanto as emoções relacionadas a elas. O neurocientista que os descobriu em experiências com macacos rhesus na década de 1990, Giacomo Rizzolatti, propõe que “os neurônios-espelho nos permitem captar a mente dos outros não por meio do raciocínio conceitual, mas pela simulação direta. Sentindo e não pensando”.⁴² As pesquisas em torno dos neurônios-espelho sustentam a hipótese de que “a imaginação é uma forma de simulação”,⁴³ partindo do pressuposto de que uma simulação nos permite sentir a situação imaginada como uma realidade. Será que as fronteiras entre realidade, simulação, ficção e imaginação existem *a priori*, ou dependem do modo de engajamento situacional que está em jogo? Imaginar e simular uma situação no corpo, a ponto de senti-la como real, cria uma nova realidade corporal?

[incorporartranscendentalnatureza.MOV](#)

[canto águacorpomente.MOV](#)

42 RIZZOLATTI *apud* HANNEMANN, 2012.

43 JOHNSON, 2007, p 114.

mos sempre em ambos. É um sistema, um não existe sem o outro. Mas acho que se trata do quanto seguimos abertas à CORPORALIZAÇÃO da experiência presente. Porque às vezes a captura se sobrepõe, um traço bem da nossa sociedade capitalista moderna, que sobrepõe um desejo de fixar as coisas à experiência vibracional presente, e aí de fato a coisa pode se perder numa casca seca. E como a gente vai resgatar? É isso que a gente está tentando estudar aqui, não é? E compreender que talvez

seja a uma prática contínua de des-
-resgatar, engajar, acordar, re-
-materializar e re-corporalizar o
-corpo e a presença das células
-e delas mesmas.

Imagine o desafio que se apresenta na minha pesquisa de doutorado?! Como não capturar a experiência, se a própria prática já é uma CAPTURA?

Lucas Brandão | – Nossa... Eu posso só falar uma coisa sobre isso? Eu não sei se você lembra, Dani, quando a Bonnie falou lá no nosso curso... Ela falou uma coisa sobre isso que eu achei tão linda! Ela falou que

aprender é sobre inventar palavras novas.



senti de virar uma poça d'água e ficar por ali assim...

O equilíbrio fluido-membrana

Isabela Oliveira | _ Muitas vezes, a minha membrana se enrijece muito por causa dos gatilhos pelos quais sou atravessada. Uma vez, num congresso de dança no Amazonas, aconteceu um episódio de racismo. Quando estas coisas acontecem, automaticamente o meu corpo todinho se tranca e eu fico parecendo um cofre blindado de banco. E isso leva tempo pra se dissolver... Sabe? Não é tópico, é o corpo inteiro que se fecha. E aí uma amiga minha, que não é negra, falou pra mim: nossa, você precisa largar essa armadura que você leva com você para todo lugar! E eu falei pra ela: Mana, não é porque eu quero, não vem do inconsciente, o meu corpo reage desta forma, porque eu já fui agredida muitas vezes! Então eu fico congelada, eu não consigo dançar, eu tenho dificuldade de enxergar a poesia... E isso é muito louco, porque eu danço há 23 anos, comecei a dançar com 7, mas essa parada de racismo me atravessa e me bloqueia de um jeito... que só um trabalho como este [BMC], que é sutil e demorado, consegue me acessar... Me lembrei daquela

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA

A distinção feita por Cohen entre duas instâncias do saber – saber celular e sistema nervoso – pode ser também observada a nível da estrutura de uma única célula, no sistema que regula as trocas entre célula e meio. O biólogo Bruce Lipton, estudioso do campo da Epigenética e autor do livro *A biologia da Crença*, afirma que o segredo da vida não está no DNA, mas na compreensão dos mecanismos super complexos da membrana celular. Toda célula é composta basicamente de citoplasma (fluido celular), membrana (que proporciona limite e contorno), núcleo (que contém o material genético, DNA), e algumas organelas (pequenos órgãos celulares), entre elas a mitocôndria (responsável por transformar O₂ em energia). A membrana tem a função de perceber o ambiente celular interno e externo e gerenciar as trocas apropriadamente. Em nosso corpo como um todo, essa função é desempenhada pelas células especializadas do sistema nervoso, propõe Lipton. De onde concluí que a membrana é o sistema nervoso das células, a estrutura responsável pelas percepções e mediações com o ambiente extracelular. As proteínas da membrana celular funcionam como unidades de percepção, isto é, geram “consciência dos elementos do ambiente por meio das sensações físicas”⁴⁴ e controlam as respostas celulares. Lipton afirma, assim como Margulis o fez,⁴⁵ que o DNA não é o cérebro de uma célula, como se acreditou por tanto tempo. O comportamento biológico e a atividade genética estão dinamicamente ligados às informações do ambiente, e dependem de um mecanismo intrincado de mediação que envolve as decisões tomadas pela membrana celular.

44 LIPTON, 2007, p. 54.

45 MARGULIS, 2017.

vez, quando você propôs a experiência da papa de maizena com água, Dani, que quando a gente toca a papa com pressão e intensidade, de forma brusca, a nossa mão não entra, não afunda na papa, a parada tranca, sei lá o que acontece, é bizarro... Mas quando você toca com sutileza e demorância, a parada te recebe...

Lucas Brandão | _ Se a gente pensa na célula enquanto membrana, que o que define uma célula seria a membrana – s, se tudo é água, as células separadas por membranas, a membrana é um pouco mais do que a célula –, a gente se organiza no mundo. A gente se organiza por membranas, como uma estratégia pra poder se perceber; e poder agir no mundo. Ao mesmo tempo, a membrana, que tem de separar, também nos mantém em contato... Tem esta dupla relação...

F | – Eu fiquei pensando sobre essa relação com a membrana, o quanto ela também é organizadora e permite esse fluxo, e o quanto, às vezes, quando não tem nenhum suporte, nenhuma membrana, nada que dê contorno, esse fluxo que pode tudo, na verdade ele se perde...

No BMC, estudamos as membranas dentro do sistema de fluidos do corpo. O sistema de fluidos envolve os fluidos que circulam pelo corpo transportando nutrientes, substâncias diversas e lixo celular. Aproximadamente 70% do corpo é composto de fluidos, essencialmente água, dos quais dois terços estão dentro das células (fluido intracelular) e um terço são fluidos extracelulares. As células são bolsas de fluidos circundadas por membranas semipermeáveis e estão imersas em fluidos. Os fluidos são o corpo e a casa das células, e estas duas instâncias, corpo e casa, estão sempre em movimento, trocando, se atualizando, se transformando. As membranas celulares são estruturas que diferenciam o fluido intracelular do ambiente extracelular, determinando o fluxo que atravessa para dentro e para fora das células. Estas membranas têm uma dupla camada: a camada de dentro se relaciona diretamente com o conteúdo celular interno, e a camada de fora se relaciona com o ambiente extracelular.⁴⁶ É através do “mar interno” dos fluidos⁴⁷ que as células respiram, se alimentam, se movem e se comunicam, e onde se dá o transporte e a comunicação vibracional de informação e de substâncias entre diferentes partes do corpo. Todos os fluidos do corpo são essencialmente um único fluido⁴⁸, o qual se transforma continuamente, mudando de consistência, de ritmo, de natureza, de cor, de função e de nome de acordo com os diferentes canais e membranas nos quais ele flui: fluido intracelular, fluido transicional, fluido intersticial, fluido extracelular, sangue arterial, sangue venoso, linfa, fluido sinovial, líquido cefalorraquidiano, fásccias, gordura. Por isso, o sistema de fluidos é considerado no BMC um sistema de transformação que organiza os devires dos fluxos diversos dentro do corpo.

46 COHEN, 2015.

47 Ibidem.

48 Ibidem.

Eu – Sim, o suporte dá a possibilidade de fluir, e a reciprocidade é que o fluido lubrifica, umedece a membrana. A professora com quem eu estudei os fluidos é israelense, e ela falava: “Vocês brasileiros são tão fluidos. Em Tel Aviv a gente não pode deixar fluir tanto assim porque o ambiente não é muito amigável”. Então penso em o quanto o ambiente fornece uma membrana, ou melhor, o quanto o ambiente nos faz desenvolver membranas mais espessas ou mais permeáveis, dependendo do quanto a gente sente seguro ou ameaçado... a que a gente possa estar o fluxo livre de troca com o ambiente ou criando muros de proteção, né?

Os fluidos começam e terminam na célula e é na célula que a vida existe. Todos os outros fluidos do corpo, extracelulares, dão apoio ao sistema de vida das células. Por meio de sua membrana a célula recebe e absorve nutrientes para o seu crescimento, e devolve subprodutos para o fluido intersticial circundante.⁴⁹

As duas camadas da membrana celular atuam juntas no equilíbrio das qualidades de descanso e de atividade, alternando entre um foco interno na presença celular (SER) e um foco externo de atividade e movimento (FAZER). Fluir através das membranas significa transitar entre dentro e fora, entre repouso e ação. “À medida que o fluido entra, ele se torna fluido celular, quando sai, torna-se fluido extracelular – o oceano, os rios e canais do corpo. Há fluxo nas duas direções [...] As membranas proporcionam a forma e a organização; os fluidos fornecem o fluxo e o processo”.⁵⁰ Ou, ainda, como afirma Deane Juhan:

É a membrana que constantemente toma as decisões mais fundamentais para o processo da vida – o que é tóxico, o que é amigável, o que deve entrar, o que deve ficar de fora, o que pode permanecer, o que deve ser eliminado, para que o interior continue a crescer, a viver e dividir. Não é suficiente que a membrana seja um muro, ela precisa ser portas e janelas também; portas e janelas dotadas de seu próprio senso de discriminação do que deve passar e do que não deve.⁵¹

Vemos então porque Lipton considera as membranas como o sistema nervoso das células. “É nas membranas que as escolhas são feitas – a escolha de mudar de um fluido a outro, de uma ‘mente’ a

49 Ibidem, p. 129-130.

50 COHEN, 2015, p. 336.

51 JUHAN, 2003.

Isabela Oliveira | – Não sei por-
que tanto mar em minha vida,
ele que fala sempre em despe-
dida e que carrega distância,
solidão. Por vezes parece até
que ele vaza, derruba minha
porta, invade a minha casa,
ocupa minha cama, lava meu
chão. Ele que faz do leva e traz
de cada onda o mensageiro
dos afetos separados e que
conserva segredos bem guar-
dados lá no horizonte, onde a
terra se arredonda. São tantos
anos de tamanha intimidade
que carrego a forte sensa-
ção de que o mar alterou-me
lentidade. Metade água,
metade coração. Peço licença
para cantar.

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA

[membrana.MOV](#)

outra”.⁵² A dificuldade de mudar de um estado mental a outro pode significar que estamos presos nas membranas, ou, dito na perspectiva do sistema nervoso, amarrados a hábitos e padrões de percepção. Neste caso, no lugar das membranas atuarem como órgãos que possibilitam o trânsito e a transformação, elas se tornam fronteiras rígidas e impermeáveis, impedindo a passagem dos fluidos em seu devir de possibilidades e do trânsito entre diferentes ritmos, qualidades de expressão, estados mentais e emocionais.

Entrar em conexão com o sistema de fluidos do corpo, conectando os modos e padrões de funcionamento próprios a cada uma destas estruturas, é uma das explorações que propõe o BMC. Somos convidadas a transitar entre os estados de presença dos diferentes fluidos, cada qual com seu ritmo, direção, percurso, consistência molecular, cor, densidade, funções, e com suas diferentes membranas. Deste contato surge a oportunidade de aprender com os modos de existência destas entidades vivas que nos constituem. O equilíbrio fluido-membrana rege a nível celular as relações entre dentro e fora, entre fluir e segurar, entre misturar-se e separar-se, e é fundamental para a gerência da vida celular e do corpo como um todo.

Cohen⁵³ sugere que cada corpo tem um equilíbrio fluido-membrana particular – uma característica constitucional básica que também pode variar de um momento a outro. Este equilíbrio revela sobre padrões de movimento, de relacionamento, de comunicação, de expressão e de transformação. Eles se expressam na capacidade de modulação tônica, de adaptabilidade, de mudança de um estado a outro, de manter uma determinada postura ou de sustentar um gesto. Enquanto os fluidos proporcionam a possibilidade de deixar acontecer, de ir com as marés, em um

52 HARTLEY, 1995, p. 269.

53 COHEN, 2015.

fluxo de movimentos, de pensamentos, de emoções, as membranas dão continente, estrutura, proteção. Um desequilíbrio que pese demasiado para o lado dos fluidos pode favorecer a indiferenciação, a mistura, o caos, perda de si e do mundo. E opostamente, apoiar-se excessivamente nas membranas pode levar à rigidez, à intolerância, à perda das trocas fluidas entre corpo e mundo. O BMC inaugura a possibilidade de experimentarmos conscientemente, através de práticas de movimento, a perspectiva da materialidade celular se transformando e fabricando novos gestos e, reciprocamente, dos gestos fabricando a materialidade viva das nossas células.

Ao considerar, como propõe Lipton⁵⁴, a membrana celular como o sistema nervoso das células, observamos que o equilíbrio fluido-membrana manifesta, a nível de uma única célula, a mesma relação de complementaridade que existe entre as duas instâncias da consciência que vimos anteriormente – o saber celular e a consciência do sistema nervoso. Este duplo movimento envolve os processos de desestabilização e estabilização constituintes de toda matéria, os mesmos que vimos nos padrões vibratórios: um movimento e mudança contínuos que se estabilizam momentaneamente gerando padrões e formas identificáveis, para em seguida se pôr em movimento e mudança novamente. Esta pulsação fluxo-forma alicerça nossas relações no mundo: “Não há forma que não seja concretização do fluxo vital e, reciprocamente, não há força que não esteja moldada em alguma forma, produzindo a sustentação vital da mesma”.⁵⁵

54 LIPTON, 2007.

55 ROLNIK, 2018, p. 50.

Então seja onde você tiver, o que você estiver fazendo... Está-tua!! Para, segura! Sustenta o olhar, sustenta a forma, sustenta o gesto que você estiver fazendo. Observa o seu segurar, observa onde você se agarra, em quais membranas você se agarra pra se sustentar aí. E a gente vai fazer o exercício de intensificar essas membranas, de espessá-las, de fortalecê-las, o que quer que isso signifique pra você. Vai na intenção de intensificar as membranas que estão te sustentando aí onde você está. E quando você quiser, experimente liberar pro fluido passar - o que quer que isso signifique para você agora - e veja qual é a sensação que te dá. E daí segue se movendo no fluxo do que estiver presente para você. E, observa, no seu mover, se você sente que tem algum lugar no seu corpo que funcione como suporte para o seu mover agora, para fluir, partes que fornecem estabilidade e dão apoio às mobilidades E observa agora se tem algum lugar onde você sente que mais do que um suporte, algo te bloqueia ou restringe o movimento de algum modo. Pode ser toda uma parte do corpo, ou uma musculatura específica, ou uma articulação, ou um osso, um pensamento, uma emoção, uma sensação...

Como você sente sua relação entre fluir e segurar nas membranas?

| | | |
|------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| membrana | fluido | equilíbrio fluido-
membrana |
| abrir os olhos | queda | onda |
| ver a forma do mundo | o desconhecido | sagacidade |
| a pele | desapêgo | inconstância |
| tapinhas, soquinhos | escorrências | casa arrumada |
| empurrando,
pressionando | nascedouros fundidos | prender e soltar |
| chão | suor | margem |
| antes de mover, o suporte | misturando | troca |
| pedra | o amor | proteção |
| osso | fechar os olhos | fronteira |
| músculo | confiar | fruição |
| o embalagem, o pacote, | rebolar | trânsito |
| arrafa, o pote | extracorpóreo | espaço |
| sca | migração | comunicação |
| iltro solar | contraindo e soltando | bordas |
| musculatura posterior | a esponja de lavar louça | rendas |
| conhecimento – segura? | o mercúrio derretendo | transformação |
| palavra | os afetos passando por
mim | maré |
| crever em letras
grandes | mover coisas invisíveis | contaminação |
| fôrma de bolo | soltar a palavra | temperança |
| o abdômen e a bexiga | as lágrimas | |
| as peles dos gomos da
tangerina | | |



o durex segura,
a calcinha também segura

o caminho que a lágrima faz de dentro pra fora flui
o caminho que a lágrima faz de fora para dentro também flui

Saudade é
lágrima é
líquida é
molhada é
úmida

Ludmila Rosa |– Eu queria falar que quando eu comecei aquela coisa da respiração interna e externa, me veio muito a voz, o som, de uma forma muito fluida e muito forte. E isso foi pra mim muito surpreendente... Eu pensei: gente, o que que tá acontecendo? Este trabalho é muito louco, né? Leva a gente para uns lugares assim que parece que eu tomei um ácido e fui, kkk!! Então veio a voz como uma expressão dos fluidos, foi uma experiência muito diferente de tudo o que eu já tinha experienciado...

[L_falagueflui.mp3](#)

[L_vozvibra_ventania.mp3](#)

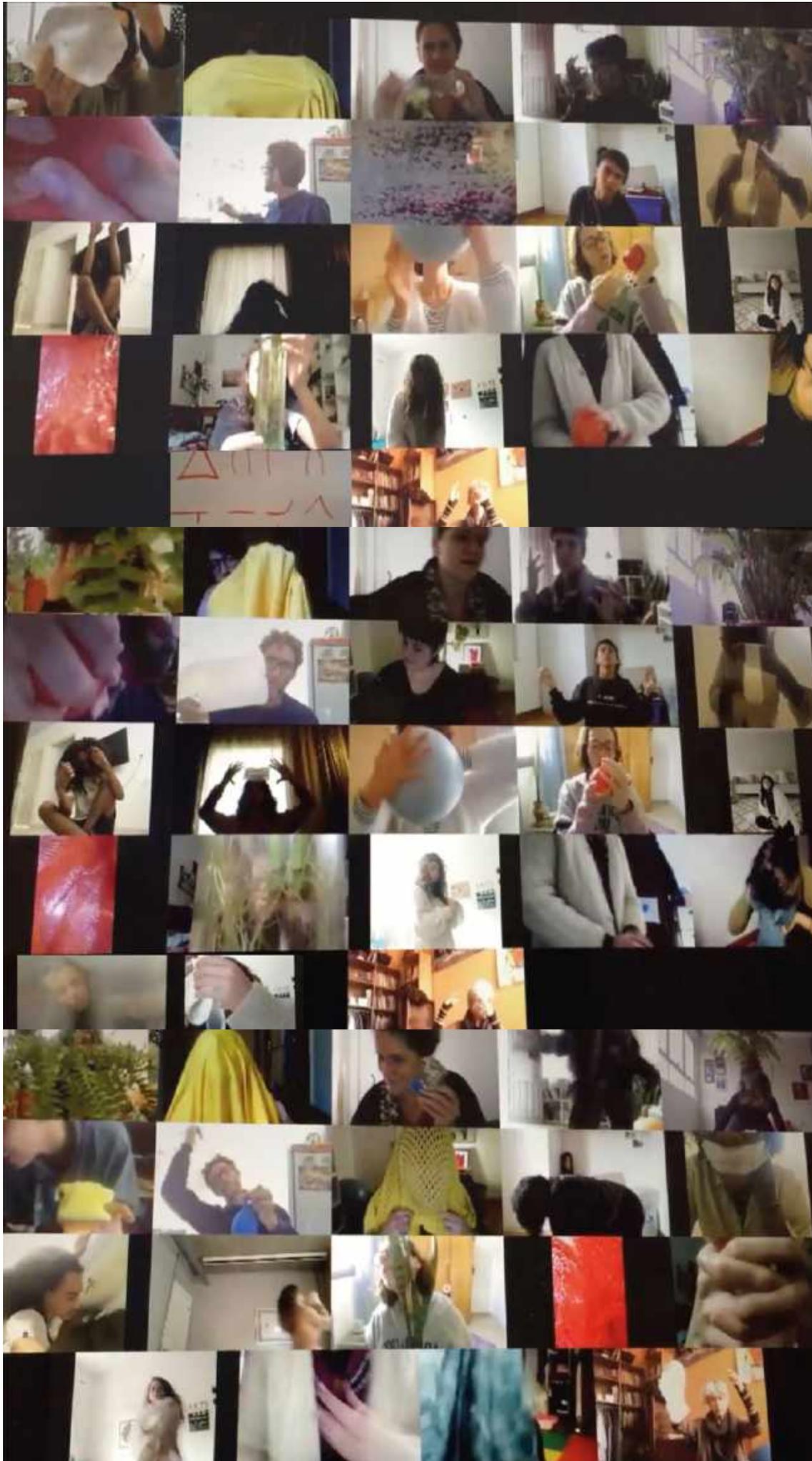
(infiltração)

Os rios são águas de muitas
tumultuam. A água que não
pelos bueiros infiltrando na
subterrâneas. E o olho d'água
um mesmo rio que corre. O
intermitentes. Dizem que so
mais quente e úmido, com ch
o mar é um espaço liso, o
contrário da terra estreita e
está em alto mar, as referênc
geografias desse rio - lágr
ençóis. O alto, médio e baix
comparação, podem ser o
antecedem os fluxos men
Superagui faz novas curvas.
corpo e o rio? O rio que é a
que condensa o calor sendo s
lágrima, saliva, urina, olho de

fontes que brandas ou insanas
o tem forma fixa escorrendo
terra até a rocha são as águas
a? E a bica de água fresca? É
Os rios temporários. Os rios
omos água. O ar no litoral é
heiro de mar. Bem dizem que
que se abre e se navega ao
mpeada. O mar, quando se
cias não são muitas de si. As
ma tem suas diferenças. Os
o ventre. Mas isso não é uma
correntes intempestivas que
astruais. O mesmo rio de
São matérias tão distintas o
água é chuva é mar é nuvem
suor, a tristeza, a risada sendo
e peixe...



às vezes
a gente
vai
até
a cachoeira
às vezes
a cachoeira
vem
até
a gente





Eu _Penso que temos muitos nomes para membrana _ contorno, limite, forma, suporte, proteção....

Ludmila Rosa | _ Essa coisa fluido-membrana me pega muito na questão do contorno, dos contornos que a gente estabelece pra gente mesmo. E da descoberta da possibilidade de você criar novos contornos o tempo inteiro. Não é uma coisa que você precisa se fixar. Eu tenho essa tendência de querer resolver, sabe, eu quero um contorno pra me apegar àquilo e ter uma identidade, pertencer a algo. Eu sempre tive muito essa questão, sempre me senti muito fora do lugar independente de onde eu estava. E esse trabalho de descobrir que existem muitas membranas e que então você não precisa realmente se fixar em nenhuma forma nem em um determinado contorno, é um ganho de liberdade imensa, sabe? Me libera de várias questões antigas... E me ajuda a entender que o fluxo tem a ver com criar, com a criação também desse contorno e que esse contorno vai mudando de acordo com o tempo, com as situações que se apresentam, né?

Eu _ Sim, o contorno vai mudando de acordo com o próprio fluxo. O equilíbrio fluido-membrana tem a ver com isso, o próprio fluxo altera os contornos da membrana e a membrana se deixa alterar, mas não é que ela não esteja ali. Ela está ali, mas mudando de forma. Tem a ver com entender o que é necessário a cada momento. Exatamente como a célula faz para sobreviver. Para alguns de nós vai ser importante fazer atividades estruturantes. É o meu caso, eu preciso, senão eu fluo direto pelo ralo do banheiro, vou-me embora. Para outras pessoas, vai ser importante fazer atividades liberantes, soltar, fluidificar, para não enrijecer demais, nem ficar muito apegado, fixado, rígido.... E é importante saber o que é necessário a cada momento. Agora na pandemia, por exemplo, eu sinto falta de contorno. Porque estar na rua e com as pessoas me dava contorno. Parece que estar dentro de casa daria mais contorno, proteção, mas é importante lembrar que a membrana é o que contorna e protege, mas também o que nos põe em relação. E a relação é que estabelece os contornos



L_ Também fiquei pensando nisso que você falou, que a identidade está na membrana, é uma identidade que não é fixa, né? Claro que você pode sempre fixar a identidade, ter uma membrana muito rígida... Às vezes a gente precisa fixar a identidade mesmo e bem forte, por causa de traumas, das violências... Mas quando pensamos na identidade como membrana, ela ganha esta capacidade resiliente da membrana, de se transformar, de se de-formar, porque a gente está mudando o tempo todo, né?

H_ E eu tenho percebido que tem a ver com o momento de vida, assim.... de você se apaixonar por uma situação, por alguém, e se misturar mais. E aí depois precisar de algum contorno para não se perder...

F | ... pensando sobre o movimento do pensamento... Quando o pensamento é fluido e quando o pensamento é suporte? E quando ele é um suporte que dá apoio, que contorna... pra significar algo, e quando ele é bloqueio, e te impede de fluir para outros pensamentos...

Samuel Frare | ... nossa, o pensamento, como ele é membrana, pra mim! Musculatura de assoalho de língua é membrana, assim, na hora de processar a fala. Aí me veio uma imagem de uma mortadela saindo da boca (risos)! E quando a gente deitou deu pra sentir tudo abrindo, assim, era como se o pescoço tivesse se desenrolando e abrindo pro lado, esparramando no chão. Uma imagem de uma argola desenrolando.

Ricardo Cabral | _ Gosto de fluir mais que membranar – ou uma certa permanência num caminho do meio, transicional, onde posso responder ao externo por meio de pequenas escolhas quase imperceptíveis – membranas que já me suportam há muito tempo e que canalizam modos quase imperceptíveis de resposta.

Gosto muito desse estado de responsabilidade intensa (no sentido de habilidade de dar resposta), acho que foi isso que o trabalho me ofereceu. Também houve essa sensação interessante de que o fora está dentro – de que

para me conectar com o que está fora...

...é preciso me conectar com o que do fora me habita por dentro.

Micropolíticas da subjetividade

Observo este mesmo duplo movimento, do saber celular e do sistema nervoso, dos fluidos e das membranas, sendo pensado em vários domínios da filosofia desde os gregos até hoje. A linha que desdobro aqui remonta a Baruch Spinoza e à dupla Deleuze-Guattari⁵⁶, relidos através do pensamento da psicanalista, crítica e pesquisadora Suely Rolnik.

Rolnik também enxerga dois modos de apreensão das matérias do mundo que alicerçam “o paradoxo disparador do desejo”.⁵⁷ Sugere que os modos como nos relacionamos com este duplo movimento fundam as micropolíticas de subjetividade que regulam possíveis esferas de insurreição contra o “inconsciente colonial-capitalístico”⁵⁸ no mundo contemporâneo.

Um primeiro modo para o qual Rolnik chama a atenção é aquele constitutivo de nossa vida social e comunicacional, que é uma apreensão dos contornos e formas das matérias do mundo tal qual se apresentam à imediata captação pela percepção e pelos sentimentos, modo este intrínseco à nossa condição sociocultural e moldado por seus imaginários. Ao ver, escutar, degustar, cheirar, tocar ou mover algo, “nossa percepção já vem associada aos códigos e representações de que dispomos, os quais projetamos sobre esse algo, o que nos permite atribuir-lhe um sentido. Seria uma forma semiotizante de apreensão do mundo”,⁵⁹ uma experiência de ‘sujeito’, que se relaciona com as coisas do mundo como existentes fora dele, separadas dele e independentes dele. Sua “bússola é moral”, pois ancorada nos hábitos aprendidos e repetidos socialmente. Com este modo “sujeito” de funcionamento nos situamos na vida social, decifrando cognitivamente suas formas e dinâmicas, usufruindo da linguagem para a comunicação de informações, pensamentos e sentimentos.

Esta forma de apreensão do mundo, ancorada nos hábitos perceptivos e socialmente partilhados, corresponde exatamente ao que Cohen chama de “consciência de sistema nervoso”. E é diametralmente oposta (e ao mesmo tempo indissociável) ao que Rolnik apresenta como um “corpo vibrátil” ou “corpo pulsátil”,⁶⁰ um modo que permite que estejamos “captando os sinais das forças

56 O pensamento de Deleuze e Guattari a propósito do Corpo Intensivo e do Corpo Sem Órgãos, a partir do conceito original de Antonin Artaud, foi introduzido em “Anatomias do corpo vivo”, no capítulo Body-Mind Centering.

57 ROLNIK, 2018, p. 55.

58 Ibidem.

59 Ibidem, p. 52.

60 ROLNIK, 2003.

que agitam o mundo e que provocam vibrações e efeitos no nosso corpo”.⁶¹ Esses efeitos são alterações vibráteis geradas nos encontros que fazemos com as coisas e seres do mundo, humanos e não-humanos, os quais promovem “mudanças nos vetores de forças” e produzem outras maneiras de ver e de sentir, nomeadas por Deleuze e Guatarri “respectivamente como perceptos e afetos”.⁶² É uma experiência vibrátil da subjetividade, processada “pela sensibilidade em seu exercício intensivo e engendrada no encontro entre o corpo, como campo de forças decorrentes das ondas nervosas que o percorrem, e as forças do mundo que o afetam”.⁶³ Um tipo de saber que capta as coisas em devir, ainda sem imagens, palavras ou gestos que lhes correspondam ou configurem uma forma.

Não seria esta qualidade de corpo vibrátil, enunciada por Rolnik, o modo de conhecer que estamos considerando um saber celular, atravessado pelas intensidades e ritmos vibratórios em movimento e mudança constantes? Rolnik nomeia esta experiência de subjetividade como “saber-do-corpo” ou “saber eto-ecológico”, e afirma que é uma experiência “fora do sujeito, imanente à condição de corpo vivo, [...] extrapessoal – extrasensorial – extrapsicológica – extrasentimental – extracognitiva”.⁶⁴ Não há distinção entre o sujeito que conhece e o objeto conhecido, e sim processos relacionais de co-constituição, em ressonância e reverberação com todos os viventes do planeta.

Os perceptos, na acepção de Deleuze e Guatarri, não correspondem à noção de percepção que vimos até aqui, como habilidade de resposta motora do sistema nervoso. Perceptos, como elucida Rolnik, são “o que excede as situações vividas e suas representações”,⁶⁵ ou seja, aquilo que a percepção não consegue processar. E os ‘afetos’ não devem ser confundidos com carinho ou sentimentos amorosos. Os afetos deleuzianos são “emoções vitais”, anteriores aos sentimentos já decodificados, afetos que pulsam quando nos engajamos no ato de afetar e de nos deixar afetar pelas coisas do mundo. São forças que nos movem, que nos tiram do lugar habitual. Não somos os mesmos quando somos afetados por alguma coisa.

Os afectos são devires, ora nos enfraquecem na medida em que diminuem nossa potência de agir, e decompõem as nossas relações

61 ROLNIK, 2018, p. 53

62 Ibidem, p. 53.

63 ROLNIK, 2003, p. 2.

64 ROLNIK, 2018, p. 54.

65 Ibidem, p. 53.

e ora nos tornam mais fortes na medida em que aumentam a nossa potência e nos fazem entrar num indivíduo mais vasto e superior.⁶⁶

A correspondência entre os conceitos de Rolnik e do BMC me parece evidente e, ao mesmo tempo, profícua. Como afirma Rolnik a respeito do corpo vibrátil, a consciência celular é um saber infraperceptivo, infracognitivo e infrapessoal, e escapa à constituição de um sujeito individualizado, separado e independente do ambiente, posto que tem raízes na memória celular ancestral, colocando todos os seres vivos em relação de continuidade e conexão uns com os outros. Vejo o corpo vibrátil ou pulsátil como uma manifestação do saber celular, continuamente afetado por transformações nas intensidades, fluxos, marés, ritmos, pulsações, temperaturas, densidades nas relações do corpo com o ambiente.

O "corpo vibrátil" ou corpo "pulsátil" ao qual se refere Rolnik têm correspondência com os padrões de vibração e pulsação que estão entre os primeiros padrões neuro-celulares básicos elucidados por Cohen, subjacentes à organização de todas as dimensões da corporeidade. Os padrões neuro-celulares básicos, também chamados de padrões de desenvolvimento do movimento, são padrões automáticos de movimento, que estão presentes "na estrutura de cada célula – não ainda manifestos mas implícitos em sua natureza – de todos os futuros estágios de desenvolvimento físico do organismo".⁶⁷ Cada novo estágio em termos de estrutura e função, corresponde a um grau cada vez mais sofisticado de percepção e de consciência. Cohen propõe que esses padrões são potencialidades armazenadas na memória celular, mas que "dependem de estímulos internos e externos para emergir", e que apenas quando emergem através do movimento é que podem se integrar ao nosso repertório de movimentos físicos, neurológicos e comportamentais, dando suporte às nossas formas de sentir, de pensar e de mover.⁶⁸ Esses padrões são idealmente integrados durante a primeira infância, podendo variar de pessoa para pessoa, e tecem uma correspondência do desenvolvimento ontogenético do ser humano (que progride de uma única célula zigó-

66 DELEUZE; PARNET, 2004, p. 78.

67 HARTLEY, 1989, 1995, p. 24.

68 É importante ressaltar a noção de evolução das espécies e de progresso que embasam esta abordagem dos padrões neurocelulares. Há uma linha do tempo que traça um percurso evolutivo de um organismo mais simples (como uma célula) ao mais complexo (como um mamífero com trilhões de células). No entanto, eu gostaria de chamar a atenção para o modo como Cohen entende esta progressão de forma não linear mas como "ondas sobrepostas, aparecendo, integrando no padrão subsequente e então reemergindo num próximo nível de complexidade." (COHEN, 2018, p.1). Todos os padrões precisam emergir e serem satisfatoriamente integrados para "permitir a emergência de comportamentos mais maduros." (Ibidem). Cohen propõe que os padrões podem ser aplicados com qualquer pessoa em qualquer momento da vida para o reconhecimento das áreas de maior eficiência ou ineficiência de movimento. E sinaliza que eficiência e perfeição são relativos a ter o maior espectro possível de conforto do próprio corpo.

tica a um ser complexo de trilhões de células), com os padrões filogenéticos de evolução das espécies, iniciando com o mais simples organismo unicelular – a ameba (de quem herdamos o padrão da “respiração celular”), passando pelas esponjas do mar (padrão de esponjamento/osmose), caravelas marinhas (padrão de pulsação), estrela do mar (padrão de irradiação umbilical), ascídia (padrão oral-boca), lancelet anfioxo (padrão pré-espinhal), peixes (padrão espinhal) anfíbios (padrão homólogo), répteis (padrão homolateral), até os mamíferos (padrão controlateral) e seus respectivos níveis complexos de movimento e de consciência. Cohen considera que os padrões neuro-celulares básicos estabelecem a base sobre a qual fundamos nossos processos físicos, perceptuais, emocionais e cognitivos, guiando nosso sentido de subjetividade e as relações que travamos com os outros e com o meio onde vivemos.⁶⁹

A vibração é o fenômeno primordial e sutil subjacente ao desenvolvimento de todos esses padrões, constituindo a base de toda forma de vida do universo. Cohen⁷⁰ vê a vibração como a substância do próprio espaço, um movimento relacional de forças condensando e expandindo ritmicamente, sendo atraídas e repelidas em relação a tudo que existe. Esse movimento de pulsação contínua se manifesta em padrões ondulatórios que emergem e se dissolvem continuamente, gerando os campos vibracionais que conectam todo o universo numa espécie de rede energética. Os padrões vibracionais são subjacentes às formas que enxergamos, são o substrato do que conhecemos como matéria, e portanto estão na base dos padrões neuro-celulares de movimento e de seus estágios progressivos de organização de forma e função.

Os padrões neuro-celulares básicos constroem uma narrativa de evolução que não apenas articula, à nível celular, a ontogênese à filogênese, como também vincula a emergência da consciência à célula e ao corpo em movimento. Esta conexão primordial entre consciência, célula e movimento é o ninho da abordagem do BMC, na qual “o corpo e seus movimentos provêm a base física para a consciência e são o meio através do qual ela pode ser corporalizada e expressa nas atividades humanas.”⁷¹

O outro modo de apreensão do mundo que Rolnik sugere ser mais imediato e ancorado na estabilidade do sujeito e nos mapas socioculturais da realidade visível, corresponde ao que Cohen propõe ser o modo de conhecer do sistema nervoso, com suas operações de registro, codificação, memorização, interpre-

69 COHEN, 2018.

70 COHEN, 2018.

71 Ibidem, p. 25.

tação. O “sujeito” da experiência, neste caso, anseia pelo conforto das sensações familiares e dos hábitos estabilizados e memorizados nos padrões perceptivos do sistema nervoso central, se apoiando primordialmente nas grades de leitura socialmente construídas para reagir aos estímulos do mundo.

É fundamental ressaltar que tanto para Cohen quanto para Rolnik, ambos os modos promovem juntos, de forma complementar, os fundamentos da subjetividade. Para Rolnik isso se configura como uma tensão paradoxal que irá suscitar implicações micropolíticas importantes diante dos desafios sócio-políticos que vivemos na atualidade. Ao escutar esta fala vibratória das intensidades que atravessam o corpo, uma imensa gama de sensações incertas e nebulosas podem emergir, que, “embora invisíveis, não são menos reais do que a realidade visível e seus mapas”.⁷² Nesta nuvem de sensações, não figuram palavras nem imagens decifradoras, mas há um terreno fértil para se semear a produção de “gêrmens de outros mundos em estado virtual”.⁷³ Essa experiência é potencialmente desestabilizadora do sujeito e de suas formas reconhecidas, podendo conduzir a subjetividade a experiências de estranhamento e de desorientação:

Os mundos virtuais engendrados na experiência das forças produzem uma fricção com a experiência das formas moldadas segundo as cartografias socioculturais vigentes. A razão é simples: o fato de tais cartografias serem a materialização de arranjos de forças anteriores - distintos do atual, pois resultam de outros corpos e outras conexões entre eles - impede a expressão dos mundos virtuais gerados pelo novo arranjo de forças no presente.⁷⁴

Rolnik apresenta essa tensão entre um movimento que pressiona no sentido de conservar as formas conhecidas e outro que força a abertura para novas potências germinativas como o “paradoxo disparador do desejo”. E propõe que são os modos de lidar com as angústias inerentes a esse paradoxo que fundamentam os dois eixos antagônicos de políticas da subjetividade: uma micropolítica ativa e uma micropolítica reativa.

Uma micropolítica ativa, guiada por uma bússola ética, “se sustenta no limite da língua que a estrutura e da inquietação que este estado lhe provoca, suportando a tensão que a desestabiliza e o tempo necessário para, a germinação de um mundo, sua língua e seus sentidos”.⁷⁵ As micropolíticas ativas da subjetividade, portanto, são aquelas que se equilibram no paradoxo entre o sujeito e

72 ROLNIK, 1999, p. 6.

73 ROLNIK, 2018, p. 54.

74 Ibidem, p. 55.

75 Ibidem, p. 60.

o corpo vibrátil, entre territorializar e desterritorializar, entre a comunicação pela linguagem e a comunicação por ressonância. Penso que o BMC se insere no campo das micropolíticas ativas, buscando experimentar e equilibrar ambos os modos de aprendizado, tanto o acesso vibratório celular, autorizando as misturas em fluxo com o mundo, quanto o acesso perceptivo, via sistema nervoso, atento aos contornos e à criação de novos códigos e mapas norteadores da vida social. Lembro do convite de Cohen para sustentar a permanência na desterritorialização como um portal de acesso à germinação de uma nova realidade para o corpo: “Quanto mais for possível ficar no não saber, mais o saber que emerge será profundo”.⁷⁶

Uma micropolítica reativa “é surda aos efeitos das forças que agitam o mundo em sua condição de vivente, ignorando aquilo que o saber-do-corpo lhe indica”, presa à “imagem de uma conservação eterna do *status quo* de si e do mundo”.⁷⁷ Como os saberes vibráteis são podem ser objetivados nem separados da malha relacional que liga corpo e ambiente, tendem a ser ignorados como inexistentes. Estas experiências de subjetividade são guiadas pela percepção e pelos hábitos padronizados pelo sistema nervoso, apoiadas na linguagem das palavras e dos conceitos, experienciados enquanto códigos formais reconhecíveis, continuamente reproduzindo a si mesmos. As micropolíticas reativas são guiadas pela bússola moral, têm um apetite semiotizante insaciável e mantém as membranas impermeáveis, fechadas sobre si mesmas e alheias às mudanças na paisagem da vida, desejosas de territorialização e temerosas das contaminações com o mundo. Dentro do espectro de tais micropolíticas não há espaço para a escuta dos saberes do corpo vibrátil.

O BMC convoca uma abordagem centrada no corpo e no movimento para lidar com a tendência de repetição dos padrões estabilizados. O trabalho com os padrões neuro-celulares básicos é um dos caminhos para isso, promovendo o diálogo contínuo entre consciência e ação, trazendo a atenção para o alinhamento (e o desalinhamento) da consciência e do movimento celular internos com a consciência e o movimento externos através do espaço. Esta descoberta do relacionamento íntimo entre o menor nível de atividade e consciência do corpo - nas células - e o maior e mais externo - a expressão do movimento no espaço - é a base de toda abordagem de anatomia experiencial do BMC. Envolve o aprendizado da “identificação, diferenciação, articulação e integração dos diversos tecidos do corpo, descobrindo as qualidades que eles dão ao movimento, como evolú-

76 COHEN, 2020c.

77 ROLNIK, 2018, p. 66.

ram no processo de desenvolvimento e o papel que empenham na expressão da mente.”⁷⁸ Cohen sugere que “quando somos capazes de experimentar a nossa consciência nos níveis celular e tecidual”⁷⁹ somos mais capazes de compreender e transformar nossos padrões de reação:

Parte do problema é que nós fazemos coisas do modo que nós sabemos como fazer. Então quando repetimos as coisas, nós seguimos repetindo elas sempre do mesmo jeito. (...) Talvez nós façamos mais esforço ou tentemos alongar mais. Frequentemente tentamos usar mais força, e a chave é como usar menos força. Como se tornar mais eficiente em vez de mais esforçado. Se podemos entender como é que o corpo trabalha mais eficientemente para completar qualquer tarefa, nós seremos capazes de aumentar nosso conforto.⁸⁰

Para Cohen, a chave da libertação de repetições automáticas de padrões ineficientes está nessa conversa direta com os tecidos do corpo, buscando estar presente para a escuta, se abrindo para o *feedback* do corpo vibrátil em seu devir múltiplo de intensidades, ritmos, gradientes, tônus, pulsações, temperaturas, densidades. Em vez de seguirmos insistindo nas dificuldades de movimento usando os mesmos mecanismos de esforço atrelados à vontade de fazer diferente (acionando o sistema neuromuscular no comando da ação), o que acaba por reproduzir o mesmo continuamente, Cohen propõe que a abertura para a diferença comece no corpo: “Você está usando toda a força da sua experiência para perceber o que eu estou falando. E o que eu estou te pedindo é para você largar o modo como está percebendo, para algo que você nunca fez antes. Porque toda vez que mudamos de tecido [tecido celular], nós mudamos o lugar de onde percebemos”.⁸¹

Rolnik alerta o quanto somos vítimas, dentro do regime colonial capitalista, da captura das experiências de subjetividade pelas micropolíticas reativas que negam os saberes do corpo vibrátil em favor da manutenção das formas e dos contornos de poder vigentes. Neste regime, as formas de subjetividade centradas no sujeito e nas forças de conservação assumem um poder desmesurado e violento, sobrepondo-se às “transformações que acontecem nos diagramas de vetores de forças e impedindo que novas maneiras de ver, de sentir e de existir possam emergir”.⁸² Investir na reconexão com a consciência celular vibrátil do corpo pode se tornar, então, um ato de resistência micropolítica. Precisamos

78 COHEN, 2015, p.22.

79 COHEN, 2015, p.29.

80 COHEN, 2021k.

81 COHEN, 2021l.

82 ROLNIK, 2018, p. 29.

de micropolíticas ativas que contribuam para “a contínua descolonização do inconsciente”,⁸³ ativando os saberes vibráteis do corpo e desanestesiando nossa habilidade de conectá-los; desobstruindo o atravessamento do corpo pelas ressonâncias e interferências, pelos fluidos e intensidades das forças ainda em devir. Precisamos de teorias e práticas que abracem o não-saber, a indeterminação, que pratiquem mais a escuta do que a fala assertiva, mais a pergunta do que a certeza, que experimentem mais do que julguem e que promovam a instalação de espaços somaticamente poéticos no corpo da vida. Precisamos de micropolíticas que nos reconectem com “o erotismo criador da vida em seu contínuo movimento de gerar novas paisagens existenciais”.⁸⁴

Fluidos e membranas.MOV

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA



83 Ibidem, p. 195.

84 ROLNIK, 1999, p. 6.

Vitalidade erótica

Hellen Audrey | _ Eu gosto muito dessa movimentação fluida, algo que é muito confortável e eu sinto que eu poderia ficar horas. Eu sinto que é como se eu estivesse molhando o movimento, o movimento fica molhado e ao mesmo tempo adocicado. E quando a cabeça entra em atividade, em julgamento, ela começa a pedir para acionar músculos e outras estruturas, para dar uma forma do movimento no espaço. Mas quando volta para os fluidos, tudo isso se dissolve e parece que os músculos e os ossos ficam a serviço desse movimento molhado, arredondado.

Jo Fontana | _ Tô me sentindo assim bem afetada... Fiquei lá meio arrepiada no final, me veio a imagem de um espelho invertido, como se eu tivesse me invertido, e aí uma sensação... uma sensação de multidão, de um monte de gente me tocando, quando várias pessoas que você desconhece te tocam, uma sensação desse toque desconhecido e de delícia...

Ricardo Cabral | _ Essa sensação do rosto se perder um pouco é tão boa, e eu logo senti que são outras partes que vão chamando – a sola

A capacidade vibrátil do corpo é uma experiência erótica cuja potência vital ultrapassa os domínios da sexualidade. A escritora feminista e ativista negra Audre Lorde⁸⁵, em sua conferência “Usos do erótico: o erótico como poder”, atenta para esta dimensão do erotismo que se manifesta como força motriz de realização e consciência de si: “O erótico é um recurso intrínseco a cada uma de nós, localizado em um plano profundamente feminino e espiritual e que tem firmes raízes no poder de nossos sentimentos reprimidos e desconsiderados”.⁸⁶

Esta conferência foi feita em 1978, em diálogo direto com certas críticas do movimento feminista daquela década sobre a erotização e objetificação do corpo feminino. Embora seja datada, pois de lá para cá esta questão ganhou novos contornos, tanto dentro do movimento feminista, quanto no contexto da indústria cultural e no âmbito dos comportamentos socialmente aceitos e propagados, acredito que a noção de erotismo vital, tal como propõem Lorde, Rolnik e também Cohen, permanece ainda hoje um tabu sobre o qual é interessante se debruçar. Entrevejo que a noção de erotismo em Lorde se relaciona com a noção de saber celular em Cohen e com o corpo vibrátil em Rolnik. Elas também se aproximam da questão da “autoridade somática”, como uma legitimação dos processos sensíveis que atravessam o corpo em primeira pessoa.

Diz Lorde: “o erótico não diz respeito apenas ao que fazemos; ele diz respeito à intensidade e à completude do que sentimos no fazer. É uma demanda interna por excelência”,⁸⁷ não como uma exigência

85 LORDE, 2019.

86 Ibidem, p. 67.

87 Ibidem, p. 69.

dos pés, a parte de dentro,
esses avessos...

Flora Dias | _ Eu me senti como
um gato ronronando, sabe?

Eu to com essa sensação de
delícia no corpo... Então abri
muito espaço aqui e uma sen-
sação um pouco de uma pau-
sa, essa a sensação que tá no
meu corpo agora, desse ritmo
pulsante interno, esse líquido
que consegue pulsar...

Vanessa Garcia | _ Essa sensa-
ção de que há um esvaziamen-
to da cabeça nesse encontro

... no espaço, com a vibração,
isso é muito prazeroso, num
momento em que há uma
borragia mental sobera-

.. Então quando a gente vai
no corpo e isso desacelera, é
muito bom, é uma coisa de um
bem-estar, assim, então sinto
muito agradecimento.

... e Milhomens | _ Eu cheguei
no lugar, que eu não sei, me
senti como um enorme molus-
co, sabe? Como se fosse um
estado de água mesmo, como
se todo o meu corpo fosse
dobrável e maleável e flexí-
vel, assim foi também muito
prazeroso, inclusive ainda
está sendo...

C | _ Eu também me senti,
acho que de alguma forma, um
pouco um ser do mar...

produtiva, mas como um chamado para viver a inten-
sidade dos sentidos, das emoções e dos sentimentos.
Lorde não separa as sensações das emoções e senti-
mentos, ao contrário, acredita que essas dimensões
se entrelaçam quando autorizadas.

A capacidade de sentir intensamente em todos
os domínios da vida, não só o sexual, é, para Lorde,
uma forma de “conhecimento profundo e irracional
feminino” que foi, ao longo da história, adestrada e
“psicologicamente ordenhada para servir aos ho-
mens”, temerosos da libertação de sua potência. As
mulheres foram desencorajadas a usar o erotismo
como recurso vital desde o início da modernidade,
na fundação das bases do capitalismo, para garantir
o controle sobre seus corpos e afetos em uma estru-
tura social patriarcal que “menospreza a expressão dos
sentimentos e subjuga o prazer, enfraquecendo a for-
ça vital feminina”.⁸⁸

Lorde defende a necessidade das mulheres se
reconectarem com a potência do erótico em suas vi-
das, abandonando a crença de que para serem fortes
precisam se privar do erótico em suas vidas, adotan-
do modelos masculinos de poder. Ao contrário disso,
o erotismo fortalece e empodera as mulheres e pro-
move uma insurreição contra o subjugo aos modelos
masculinos e ao sistema patriarcal. Lorde acusa o
patriarcado estrutural da sociedade moderna de de-
turpar o uso do erótico e usá-lo contra as mulheres,
transformando-o numa “sensação confusa, trivial,
plastificada”, misturando-o com a pornografia, que
seria exatamente o oposto, pois separa o espiritual, o
psíquico e o emocional do sexual e do erótico, “enfa-
tizando sensações sem sentimento”.⁸⁹ Essa separação

88 Ibidem.

89 Ibidem, p. 68.

entre o espiritual e o erótico “resulta na redução a um mundo de afetos rasos, um mundo de ascetas que desejam sentir nada”.⁹⁰

A abertura para a profundidade vertiginosa do sentir é, tanto para Lorde, quanto para Rolnik e para Cohen, uma chave para uma dimensão mais potente e vital da presença. No BMC, por exemplo, o processo de corporalização almejado não é considerado um fazer, mas uma reconexão com a consciência celular do corpo, em qualquer fazer:

O processo de corporalizar é um processo de ser, não um processo de fazer. É um processo de tomar consciência, não um processo de pensar. Há um saber completo e uma compreensão calma. Do processo de corporalização emerge sentimento, sensação, pensamento, testemunha, entendimento, compaixão. A fonte deste processo é livre, é o amor.⁹¹

Esta experiência “entre as origens da nossa auto-consciência e o caos dos nossos sentimentos mais intensos”⁹² gera um senso íntimo de satisfação e realização, que, uma vez reacendido, salienta Lorde, se expande para todos os domínios da vida – o trabalho, a maternagem, o sexo, o convívio social, impregnando todas as esferas da vida de uma sensação de bem estar genuína e empoderadora. A sabedoria erótica nos empodera, propõe Lorde. Cohen também salienta a dimensão de vitalidade e bem-estar que emerge da reconexão com a dimensão celular. Como praticante, experimentei inúmeras vezes uma sensação simultaneamente calma e energética, profundamente prazerosa e presente, durante as aulas de BMC. Lorde evoca um "empoderamento desde dentro" que cooresponde à muito do que temos visto aqui como autoridade somática e consciência celular:

Quando vivemos fora de nós mesmas, e com isso quero dizer por diretivas externas apenas, e não pelo nosso conhecimento e nossas necessidades internas, quando vivemos distantes desses guias eróticos de dentro de nós, nossa vida é limitada por modelos externos e alheios e nos conformamos com os requisitos de uma estrutura que não é baseada em necessidades humanas, muito menos nas individuais. No entanto, quando passamos a viver de dentro para fora em contato com o poder erótico que existe dentro de nós, e permitindo que esse poder oriente e ilumine nossas ações no mundo ao nosso redor, é que começamos a ser responsáveis por nós mesmas no sentido mais intenso. [...] Nossos atos contra a opressão se tornam parte integral do nosso ser, motivado e empoderado desde dentro.⁹³

90 Ibidem, p. 70.

91 COHEN, 2021d.

92 LORDE, 2019, p. 68.

93 Ibidem, p. 72.

M | _Eu queria perguntar como é no BMC as camadas da espiritualidade e do sagrado? Eu vejo o corpo no BMC num lugar que não transcende ou transcende para outras camadas dentro do corpo mesmo. Mas eu queria entender como é para você estas outras camadas do sagrado nesse trabalho.

Eu _ Obrigada por esta pergunta, esta é uma questão interessante e importante. Eu vou te responder como eu vejo isso. Eu vejo a anatomia experiencial como uma saída desse

alismo imanência x transcendência para um lugar onde imanência é transcendente, a transcendência é imanente. A própria matéria do corpo tendo a potência transcendente.

a de alguma coisa muito dentro, do íntimo da célula, e está em conexão com o mais fora, o planeta e o cosmos. A vibração é algo que acontece com as células e que acontece no cosmos, é algo que nos conecta e nos coloca em rede com todo o universo. Algo que é imanente e transcendente. Porque a matéria vibra. A espiritualidade estaria ligada, a meu ver, com esta relação imanente-transcendente entre o mais íntimo e o mais exterior.

Lorde também salienta a importância do compartilhamento da experiência erótica. Sugere que este compartilhar se inicia na “partilha íntima do gozo”, seja ele físico, emocional, psíquico ou intelectual, promovendo uma “autoconexão compartilhada”⁹⁴ fundamental para a criação dos vínculos que edificam uma comunidade. Também enfatiza que, para que os “sentimentos eróticos” se tornem um recurso a ser usufruído, pessoal e politicamente, eles precisam ser reconhecidos por nossos pares, e para serem reconhecidos, precisam ser compartilhados. O compartilhamento torna os contornos relacionais mais nítidos e identificáveis, trazendo consciência para a experiência e evitando sua captura em relações de abuso.

Bem-estar e autoconexão compartilhada também fazem parte do léxico de experiências do BMC. Não se trata de perseguir a alegria e o bem-estar, mas de usufruir do efeito autorregulador de alinhar atenção e intenção, consciência e ação. Praticantes são estimulados a corporalizar os estados que os atravessam a cada momento. Há um convite para o engajamento em um estado receptivo e sensível, aberto a perceber todos os sinais e reações físicas, afetivas, comportamentais que possam aparecer e a aceitá-las. “Se você está triste, sinta sua tristeza, mova sua tristeza, expresse ela no seu mover. Se você negá-la só irá ficar mais triste”, propõe Cohen.⁹⁵ Comumente, pessoas dormem durante as práticas, não como descaso ou desrespeito, mas como um exercício de confiança na autoridade somática do corpo de ouvir como a vida se manifesta a cada momento. É coerente com a defesa da capacidade de sentir e de se deixar afetar integralmente por este sentir. As dinâmicas em pares, trios e grupos, nas quais se compartilham sensibilidades e experiências sensoriais profundas com toques e/ou sonorizações e movimentações, favorecem as con-

94 Ibidem, p. 71.

95 COHEN, 2021e.

C | Olha, eu li outro dia esta frase do Danilo Patzdorf, que penso que se comunica com essa questão: “Na natureza olhar para fora é o mesmo que olhar para dentro. No corpo, olhar pra dentro é o mesmo que olhar para fora. ”

Amaranta Gasperotto

Krepschi | _ Eu gostaria de compartilhar que ontem, depois da prática, eu fiquei num estado de restauro, de refazimento, q é raro de me acontecer. Não sei se a gente pode chamar este lugar de sagrado,

is eu conecto com uma espécie de reza, de cura, que taura e reequilibra.

as Severiano | _ Eu faço dança de rua desde moleque, npre gostei de dançar. E nbém sempre me conectei n a espiritualidade, eu sou órita, toda a minha família é. s eu sempre vivi estas duas .sas separadas, sabe? E o que eu estou achando muito interessante nesse trabalho é que ele parece junta as duas coisas, o corpo e a espiritualidade, isso é muito maneiro.

xões íntimas em mão dupla – eu e a.o outra.o, despertando uma autoridade somática sensual no encontro simultâneo consigo mesmo e com a alteridade.

Este saber erótico, vibracional e celular é um saber, um dom, um presente da nossa condição de viventes. Viver a intensidade do sentir e apostar na sua potência criadora vital é um contraponto à alienação do corpo que remonta ao advento do capitalismo e do racionalismo científico. As políticas de cafetinagem do sistema colonial capitalístico⁹⁶ seguem desencorajando a escuta do saber-do-corpo vibracional, desautorizando sua sabedoria e promovendo relações de uso e abuso entre corpos, humanos e não humanos, e na relação com o próprio corpo. Afirma Lorde: “se nos recusarmos a ser conscientes do que estamos sentindo a qualquer momento, estamos permitindo que nós mesmas sejamos reduzidas ao pornográfico, ao papel de abusadas e ao absurdo”.⁹⁷ A práxis do BMC confere centralidade à ressensibilização do corpo, contrapondo à mecanicidade implícita inscrita no movimento voluntarioso do sistema neuromuscular – de pensar e de fazer – a corporalização da consciência celular, como uma experiência sensível de reconexão íntima com a vibratilidade celular da natureza do corpo.

Johnson⁹⁸ salienta, no seu estudo sobre a sabedoria sensual do corpo, dois diferentes modos de tecnologia baseados em diferentes tipos de evidência: a tecnologia da alienação e a tecnologia da autenticidade. A tecnologia da alienação, propõe Johnson, é uma conquista histórica masculina, baseada no “empirismo mediado, isto é, em dados recebidos através de instrumentos e codificados em linguagem matemática”.⁹⁹ Corresponde ao processo desenvolvido pelo método científico, cujo protótipo é a física de Galileu

96 ROLNIK, 2018.

97 LORDE, 2018, p. 74.

98 JOHNSON, 1992.

99 Ibidem, p. 143.

e Newton, baseada na observação dos astros, no mundo que escapa à percepção dos sentidos. O saber, neste caso, está nas mãos de especialistas que detêm “os meios abstratos de reduzir informação sensória e fascinação com instrumentação elaborada”,¹⁰⁰ produzindo normalmente um conhecimento autoritário e dogmático. A tecnologia da autenticidade, por sua vez, se baseia no empirismo imediato, seu protótipo é a ciência natural, e produz um outro modelo de autoridade: “os especialistas são aqueles que prestam atenção, que abrem os olhos. As informações lhes são prontamente acessíveis aos sentidos”,¹⁰¹ embora demandem tempo e esforço dedicado. Johnson sugere que essa tecnologia corresponde ao tipo de tecnologia e saber desenvolvidos pelas mulheres em todo o pré-renascimento, cuidando umas das outras e da comunidade, a partir da observação direta dos ciclos da natureza, do uso de ervas e de leituras corporais. Este saber se configurava como uma autoridade sensual das mulheres, conectando corpo e natureza, um dos motivos pelos quais as mulheres foram cruelmente perseguidas como bruxas em toda a Europa a partir do renascimento e do advento do racionalismo científico.

Johnson chama a atenção para a predominância absoluta de mulheres entre as fundadoras e praticantes de métodos somáticos, e ressalta como suas tecnologias baseadas no empirismo imediato e nas habilidades de ver, sentir, ouvir, tocar e perceber, curiosamente se parecem com as artimanhas consideradas bruxarias nos séculos XVI e XVII:

[...] [A] bruxa era uma empiricista: ela se apoiava nos seus sentidos mais do que em fé ou doutrina, acreditava em tentativa e erro, causa e efeito. Sua atitude não era religiosamente passiva, mas ativamente investigativa. Ela confiava na sua habilidade de achar caminhos para lidar com a doença, com a gravidez e o parto... Foram as bruxas que desenvolveram um entendimento extenso sobre ossos e músculos, ervas e drogas, enquanto os físicos tentavam fazer prognósticos astrológicos e os alquimistas tentavam fazer ouro.¹⁰²

Johnson sugere que as práticas somáticas possibilitaram o retorno ao que um dia já foi óbvio, “o reconhecimento da autoridade da percepção não mediada por instrumentos e pela matemática”.¹⁰³ Partindo da aposta de que temos a possibilidade de ter um acesso mais imediato aos nossos corpos (em primeira pessoa) do que cientistas e seus instrumentos de medição (em terceira pessoa), a “magia” das somáticas estaria em “ensinar pessoas a se curarem reconectando-se com

100 Ibidem.

101 Ibidem.

102 EHRENREICH; ENGLISH, 1973, p. 30, 33 *apud* JOHNSON, 1992, p. 146.

103 JOHNSON, 1992, p. 150.

Eu |_Nós somos como tangerinas. Uma tangerina tem muitas peles-membranas, exatamente como nós. A pele-casca grossa, que protege dos perigos do mundo, e que às vezes é tão grudada que fica difícil de tirar, só rola com a faca. As peles-membranas que envolvem cada um dos gomos e dão a eles aquele formato de meia lua. Os gomos são os órgãos das tangerinas? Os órgãos sexuais, já que guardam suas sementes... E eles guardam também seus fluidos, seu sumo, dentro de cada um daqueles micro-gominhos que am dentro do gomo, protegidos por suas membranas. São muitas membranas umas dentro das outras, dando forma e suporte a estruturas cada vez menores, como uma tangerinatrioska. E como no nosso corpo, da pele à membrana celular. Somos tangerinatrioskas.

seus corpos”,¹⁰⁴ muitas vezes de formas bastante simples como tocando ou convidando a prestar a atenção em uma determinada parte do corpo.

Mergulhando um pouco mais, a partir da perspectiva marxista e feminista de Federici, é possível compreender que a sexualidade feminina precisou ser exorcizada, resultando na caça às bruxas, porque as mulheres sexualmente ativas constituíam uma ameaça à ordem social, na medida em que “subvertiam a capacidade de trabalho, responsabilidade e autocontrole dos homens”,¹⁰⁵ capacidades estas valorizadas pela filosofia mecanicista cartesiana em ascensão, que, ao assegurar o controle social, tão bem serviu ao desenvolvimento do capitalismo. O apetite sexual das mulheres passou a ser condenado como a “luxúria insaciável” das bruxas, destituindo as mulheres de suas autoridades eróticas vitais e também de seus saberes corporais ancestrais. Curandeiras populares e parteiras, detentoras de conhecimentos sobre a concepção e o parto, foram perseguidas como bruxas, “expropriadas de um patrimônio de saber empírico, relativo a ervas e remédios curativos, que haviam acumulado e transmitido de geração a geração”,¹⁰⁶ e foram substituídas pelos doutores, acendendo a suspeita de que “o surgimento do método científico moderno pode ser considerado como fator para o desenvolvimento da caça às bruxas”.¹⁰⁷

Neste período, a Igreja legitimou aos físicos homens a exclusiva reivindicação ao direito de curar, denunciando curas não profissionais como here-sias. De acordo com o *Malleus*,¹⁰⁸

104 Ibidem, p. 151.

105 FEDERICI, 2017, p. 343.

106 Ibidem, p. 364.

107 Ibidem, p. 366.

108 *Malleus Maleficarum* [O martírio das bruxas], publicação de 1486, que, de acordo com uma nova bula papal sobre a questão, a *Summis Desiderantes* (1484) de Inocêncio VIII, afirmava que a Igreja considerava a bruxaria como uma nova ameaça (FEDERICI, 2017, p. 296).

Ricardo Cabral | Venho com teu suco em minhas mãos. Apertei uma parte de ti, esmaquei-te como que por curiosidade, só para entender tua textura, teu jeito se desfazer, a ver se eu podia aprender alguma coisa de ti. Do fruto esmagado, de cada pequeno sumo explodido, uma semente. Você mesma e teu futuro, tu aqui e ao mesmo tempo depois, num outro dia, de outro tempo. De meu encontro contigo, aprendo que o esmagamento, por mais que suje, semeia. Libera o próprio futuro.

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA

“se uma mulher ousasse curar sem ter estudado, ela era uma bruxa e deveria morrer”. Mas não havia meios de acesso para as mulheres estudarem.¹⁰⁹

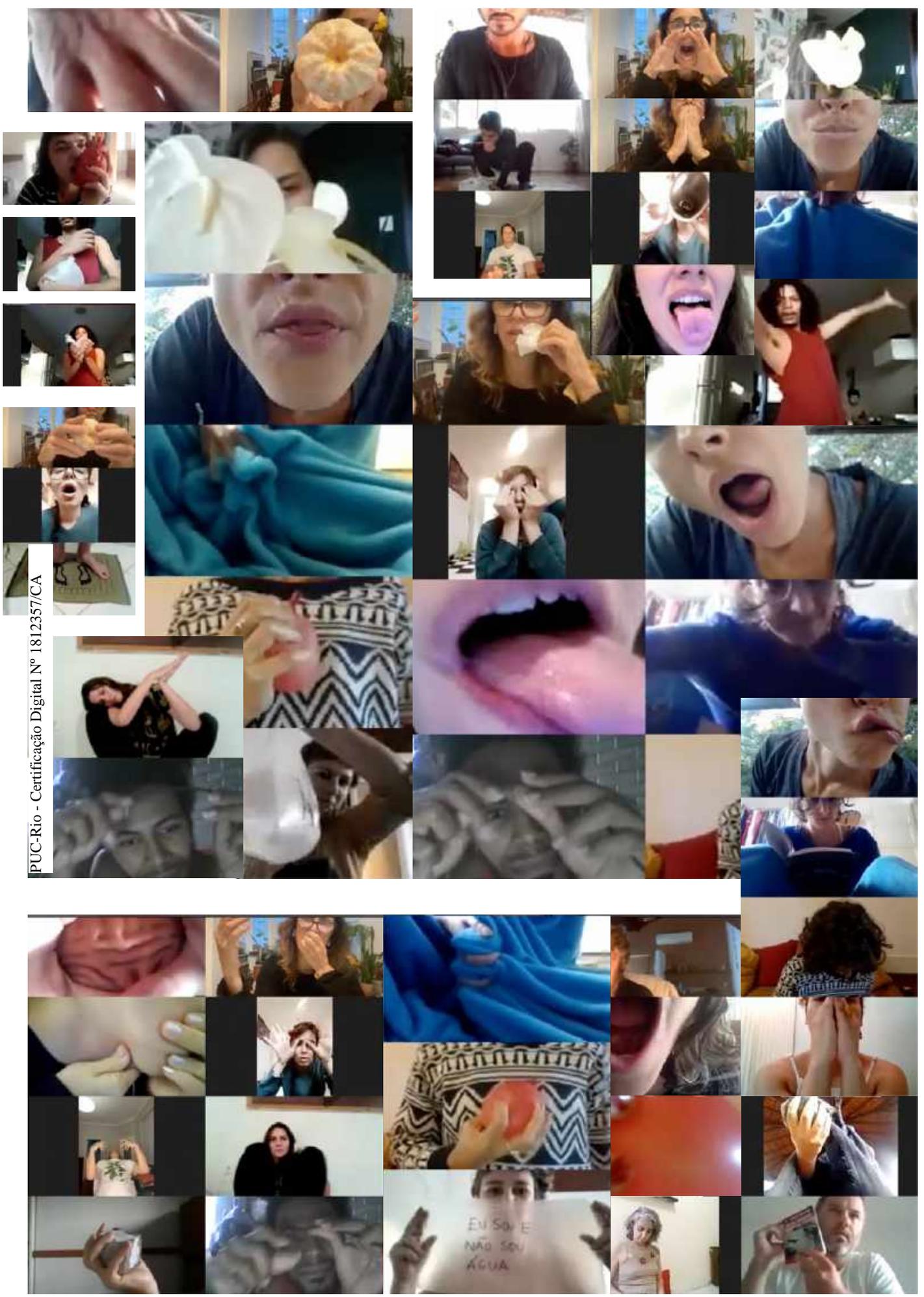
A autora ecofeminista Carolyn Merchant, em *The Death of Nature*, sustenta que a filosofia mecanicista cartesiana mudou o paradigma social, desvalorizando a tecnologia da autenticidade enunciada por Johnson, e abrindo espaço para o genocídio feminino. Segundo Merchant, “esta mudança substituiu uma visão orgânica do mundo – que via na natureza, nas mulheres e na terra as mães protetoras – por outra que as degradava à categoria de ‘recursos permanentes’, retirando qualquer restrição ética à sua exploração”.¹¹⁰ A autora chama a atenção para uma história apoiada no abuso de recursos, “relacionando a exploração capitalista do mundo natural à exploração das mulheres, e associando a caça às bruxas à destruição do meio ambiente”.¹¹¹

109 EHRENREICH; ENGLISH, 1973, p. 35 *apud* JOHNSON, 1983, p. 146.

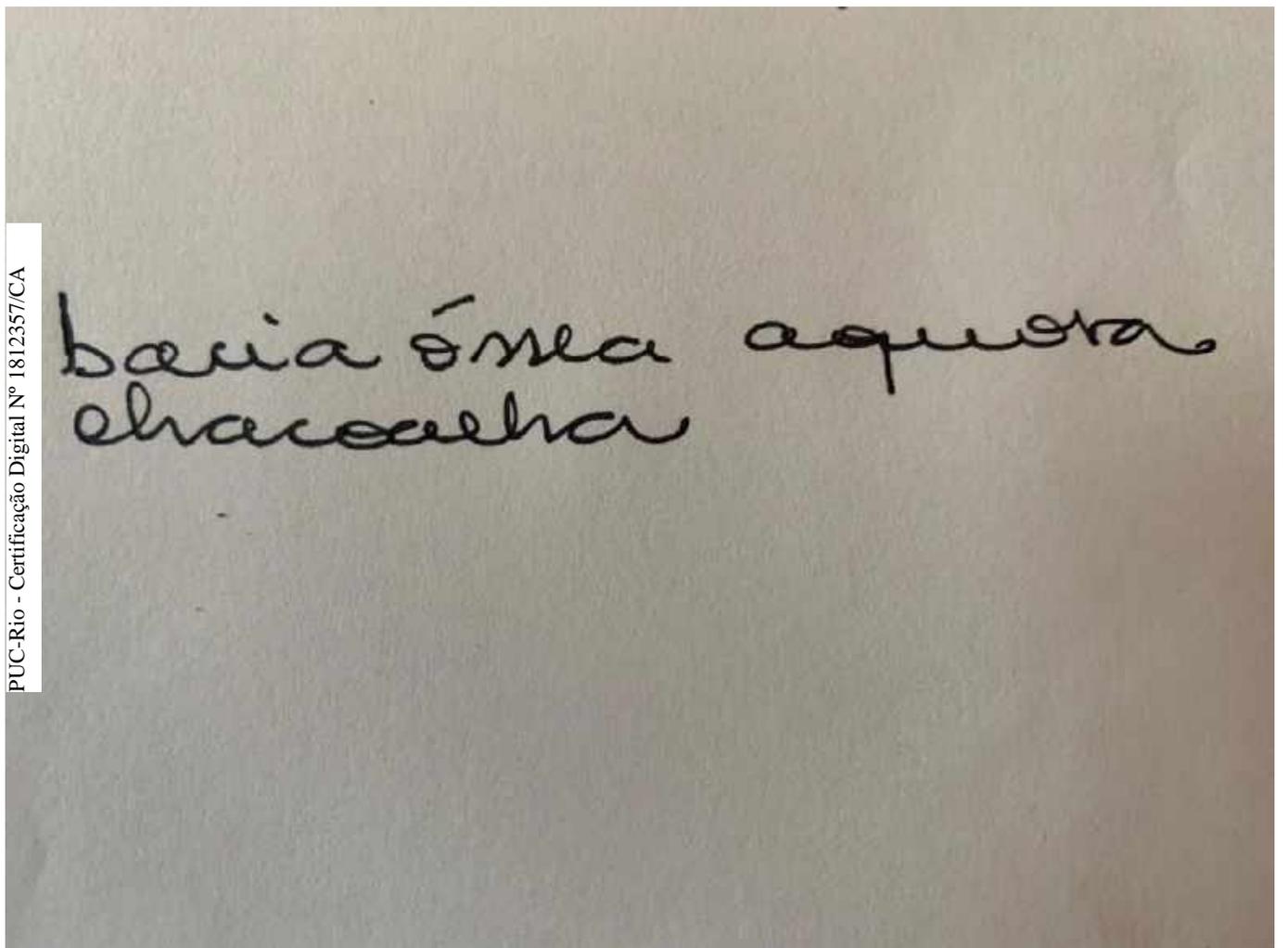
110 MERCHANT, 1980, p. 127 e segs. *apud* FEDERICI, 2017, p. 343.

111 *Ibidem*, p. 243.





PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA



reverberacao_mover_desenhar_Camila.mov



PUC-Rio - Certificação Digital N° 1812357/CA

neuquadrul
vibra

e se esparadama

quoril

agru

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA

FENDA PRIMITIVA
SENTI TESSÃO

Sabedoria

Observo o uso da palavra “sabedoria” evocada nas noções de “sabedoria erótica”, “saber celular” e “saber-do-corpo”. Penso na conhecida origem etimológica latina da palavra – *sapere*¹¹²: “ter gosto; exalar um cheiro, um odor; perceber pelo sentido do gosto; fig., ter inteligência, juízo; conhecer alguma coisa, conhecer, compreender, saber”. No português de Portugal, o verbo “saber” ainda é utilizado para se referir ao “sabor” das coisas: “Livros como vinhos: quanto mais velhos, mais sabem”.¹¹³ É interessante pensar nesta relação entre “saber algo” e “sentir o gosto de algo”. Saber e saborear tecem, na origem latina da palavra sabedoria, uma relação de conhecer pelo corpo.

Olfato e paladar são sentidos interligados e se relacionam intimamente, um estimulando o outro. São os sentidos mais primitivos, no sentido em que as áreas relacionadas a eles são as primeiras formadas no cérebro. Muitas vezes se relacionam com memórias pré-verbais ou infantis. O cheiro da casa da avó, o tempero da mãe, o cheirinho do travesseirinho de dormir... As lembranças afloradas através destes sentidos costumam trazer um brilho afetivo particular, colorido especialmente pelas relações destes sentidos com as nossas vísceras e suas funções vitais, como respirar, se nutrir e digerir, iniciadas desde muito cedo, num período da vida pré-verbal. Antes de entendermos cognitivamente o sentido das coisas já somos capazes de estabelecer relações, ou seja, sentir os sabores e os afetos que circulam entre o ambiente e o nosso corpo e somos capazes de estabelecer vínculos e rejeições com o mundo que nos cerca. Nossos órgãos dos sentidos e vísceras aprendem antes de podermos formular conceitos, e muitas vezes sabem de algo antes que nosso pensamento possa formular, e falam através de sensações/emoções, como as borboletas no estômago, o frio na barriga, o coração disparado, o suor frio, as mãos geladas, os calafrios, os arrepios..., embora nem sempre tenhamos a capacidade de atentar para a manifestação deste “saber saboreado” pelos sentidos em conexão com as vísceras. Intestinos e coração podem ser considerados outros dois cérebros, possuem muitas células nervosas e neurotransmissores que criam uma rede de comunicação direta com o sistema nervoso central.

A genealogia da noção de sabedoria, feita por François Jullien¹¹⁴ no livro *Um sábio não tem ideia*, a partir da bifurcação, fundadora do pensamento ociden-

112 Fonte: [Dicionário Etimológico](#).

113 Fonte: [saber | Dicionário Infopédia da Língua Portuguesa](#).

114 JULLIEN, 2000.

tal, entre a sabedoria oriental (de origem chinesa) e a filosofia de origem grega, também traz pistas interessantes para pensar esta ideia de um saber ancorado no corpo. Acho pertinente trazer essa reflexão aqui porque o BMC tem muito da sabedoria oriental em sua base. Bonnie declara essa influência na sua pesquisa, desenvolvida a partir de muitos anos de práticas orientais de movimento e de meditação, tais como Aikidô, Katsugen Undo, Tai Chi Chuan. Ela era bailarina e já trabalhava também com reeducação do movimento, quando se casou com o mestre de Aikidô Leonard Cohen e juntos foram viver no Japão durante três anos, estudando com importantes mestres tradicionais das artes do corpo orientais. Acredito que a noção de sabedoria da cultura antiga chinesa proposta por Jullien ressoa com estes saberes evocados aqui a partir do BMC, e pode trazer novas contribuições para a compreensão destes processos.

Começando com a questão da verdade: “Eu partilho a minha experiência, não a verdade. A verdade está na experiência de cada um”,¹¹⁵ mais do que uma frase constantemente repetida por Cohen em suas oficinas, reflete um princípio da abordagem de não fixação da verdade e de sua emergência enquanto experiência ao mesmo tempo múltipla e particular, sempre em transformação.

Como salienta Jullien, a sabedoria “não aponta para o verdadeiro”, não faz dele uma noção total e global.¹¹⁶ Diferentemente da filosofia, ela não está interessada na fixação da verdade e em separar o falso do verdadeiro, mas antes na complementaridade dos contrários: o que existe gera o que não existe, e vice-versa, posto que “um já é o outro”.¹¹⁷ A sabedoria não constituiu “o logos como o discurso rigoroso do verdadeiro”,¹¹⁸ em resposta à ambivalência ondulante do mundo mítico, com suas potências duplas, ao mesmo tempo isto e aquilo, uma coisa e o seu contrário. Jullien afirma que foi o pensamento filosófico que, já na Grécia Antiga, tomou para si a missão de desemaranhar o verdadeiro do falso e que não pode tolerar a indeterminação do relato mítico, considerado então ambíguo e contraditório. E este pensamento, apoiado em uma razão logocêntrica, fecundou a inteligência europeia e exportou-se mundo afora, tornando-se, hoje, um pensamento global, como sabemos. A sabedoria, diz Jullien, não é a infância da filosofia, uma espécie de pré-filosofia, mas um saber que propõe outra lógica, uma lógica sem a fixação da verdade: enquanto a filosofia pensa por exclusão (uma coisa ou outra), a sabedoria pensa por admissão (uma coisa e outra, ao mesmo tempo). A sabedoria é um pensamento que supera a noção de contra-

115 COHEN, 2021b.

116 JULLIEN, 2000, p. 102.

117 Ibidem, p. 106.

118 Ibidem, p. 103.

Ricardo Cabral | Senti, depois de muito muito tempo, essa sensação do corpo sendo um meio para que algo passe, essa sensação meio de transe, de consciência e entrega, uma sensação que conheço de sala de ensaio. Aquele momento em que o corpo te surpreende e te mostra algo que você nem podia imaginar que lhe fosse possível.

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA

mila Venturelli | Eu tive muito essa sensação, desse rar, vibrar com as coisas. E fiquei com uma sensação so que nasce e que morre tempo todo, e como essa consciência celular tem a ver com essa coisa fugidia assim, que vai sempre passando e fica essa imagem da paisagem que a gente vê de dentro do trem, sabe?... E isso que você perguntou sobre que novo aprendizado isso poderia trazer, se há algum novo aprendizado, eu tô achando que tem a ver com isso, com as coisas que vão sendo deixadas... Fiquei com essa consciência desse estado da transformação.

dição, um pensamento que não exclui, que “aprecia um no outro”, pois sabe que “globalmente um é inseparável do outro”.¹¹⁹ Esta bifurcação entre sabedoria e filosofia não é apenas histórica, elucida Jullien, não se limita ao caso particular da China e da Grécia, berços respectivos da sabedoria oriental e da filosofia ocidental, mas é uma questão teórica que se renova “a cada vez que o pensamento, apontando para o verdadeiro, se torna filosofia”.¹²⁰ Uma encruzilhada para onde o pensamento sempre volta – a necessidade de fixar a verdade. Jullien afirma que a sabedoria chinesa não desenvolveu a oposição primordial do pensamento grego entre opinião e verdade, entre um saber instável, inexato e contingente de um lado, e o conhecimento imutável do que absolutamente é, do outro. A sabedoria não busca a estabilidade em si, mas apenas uma estabilidade que seja a da regulação possível, adequada, momentânea e transitória. E os chineses também não conceberam as noções, opostas na raiz do pensamento ocidental, de substância e de aparência. Em contrapartida, é justamente no âmbito do estável e do imutável que a filosofia buscou e absolutizou a verdade, acoplando-a ontologicamente ao Ser:

Ora, desse acoplamento do ser com a verdade, a China fornece a prova iluminando-a ao contrário: por não haver pensado o ser (o próprio verbo “ser” não existe em chinês clássico), ela não concebeu a verdade. Enquanto a Grécia pensou o devir, mas sempre à sombra do ser, a China concebeu apenas o devir; mas então não é mais exatamente o “devir”, já que não subentendendo mais o ser (definido precisamente como o que “não devém”) – nosso conceito é demasiado estreito –, mas o “caminho”, o *tao*, pelo qual o mundo não cessa de se renovar, e o real de ser em processo.¹²¹

119 Ibidem, p. 107.

120 Ibidem, p. 102.

121 Ibidem, p. 111.



Ainda segundo Jullien¹²², outras interessantes características do modo de pensamento da sabedoria, que o diferem da filosofia, e que são boas lentes para o tipo de saber que é praticado pelo BMC, são: a sabedoria não tem ideia privilegiada, mas põe todas as ideias no mesmo plano, sem posição definida e sem ‘eu’ particular; propõe a globalidade (um olhar do todo mas a cada vez de um lugar situado) e não a generalidade; não busca o discurso, o sentido e a revelação, mas a observação, a evidência e a regulação respectivamente; propõe a imanência como um fundo, e não como um plano, como propõe a filosofia; no lugar da verdade, propõe a congruência (aquilo que seria perfeitamente adequado a uma situação dada); está menos ocupada em conhecer do que em realizar (*to realize*: tomar consciência do que se vê e se sabe); não fala em liberdade, mas em espontaneidade; não fala em erro, mas em parcialidade (quando, tão apegados a uma perspectiva, perdemos a noção da globalidade); desenvolve a categoria do processo no lugar da categoria do Ser.

A centralidade do processo também é uma característica do aprendizado do BMC: “Não somos feitos de coisas, somos feitos de consciência e processo”,¹²³ propõe Cohen. Todo o aprendizado do BMC parte desta possibilidade de estarmos continuamente nos refazendo nos gestos que realizamos e na qualidade de observação/atenção (*awareness*) e consciência que ativamos. O corpo não é concebido como uma estrutura fixa e encerrada numa identidade anatômica e comportamental, mas um processo contínuo de reconstrução dos modos como sentimos, percebemos e agimos com esse corpo. Observação, regulação, congruência, imanência, tomada de consciência e espontaneidade também considero como categorias do léxico somático do BMC, embora algumas delas não sejam explicitamente nomeadas deste modo.

Pesquisando sobre a sabedoria antiga chinesa com Jullien, descobri também algumas pistas que me ajudam a compreender melhor o tipo de linguagem utilizada por Cohen. Ela tem um modo particular de articular a palavra em suas falas e seus escritos, um modo simples, que escapa do linguajar científico e biomédico, assim como de um vocabulário mais filosófico ou de um psicologismo interiorizado. Sua linguagem é direta, ao mesmo tempo que ligeiramente vaga e não determinante; é geral, ao mesmo tempo que convoca invariavelmente a experiência particular, e é simples, ao mesmo tempo que não é apreensível intelectualmente, pois não se apoia em conceitos que possam ser dominados. Trechos de suas falas, as famosas *quotes* da Bonnie, são comumente empregadas como

122 Ibidem, p. 129.

123 COHEN, 2021i.

citações em livros e nas redes da internet, figurando como pequenas doses de sabedoria, que podem ser facilmente consumidas e interpretadas como chavões, correndo o risco de serem consideradas simplistas e ingênuas. No entanto, uma vez que se conhece, pela experiência, os referenciais citados, o sentido se ilumina, e “o chavão abre um portão” de entendimento. Relaciono a palavra em Cohen ao que Jullien descreve como a relação da sabedoria com a palavra: “[A] palavra do sábio é rasa – arrasante: em vez de realçar os contrastes e realçar a originalidade, ela não cessa de remeter a esse todo comum por sua banalidade; e de fazer ouvir a exigência, a única, de restabelecer tudo em pé de igualdade”.¹²⁴

Jullien salienta que o propósito da palavra do sábio é deixar passar a imanência, fazendo “transbordar as determinações. Porque a imanência é o que não se pode ‘dizer’ (separadamente, fazendo-a evidenciar-se). E que não se pode evocar, senão deixando-a passar”.¹²⁵ A palavra do sábio é, portanto, difusa, vaga, desfocada, disponível, trazendo em si uma “renúncia do dizer, em benefício de um outro emprego da palavra”,¹²⁶ onde para escapar do encerramento, a palavra se torna indeterminada, “não dizendo mais nada nomeadamente, precisamente, mas alargando-se ao máximo”,¹²⁷ deixando passar a imanência. Este outro emprego da palavra não abandona toda a sua função de referência, mas também não permanece preso a esta, “não cola, nem abandona”,¹²⁸ não se encerra nos referentes, mas também não se priva totalmente deles:

Em vez de ser limitativa, a referência se torna evasiva; em vez de ser coativa, é disponível: permanecendo o mais completamente aberta – como o espírito do sábio é “aberto” – ela se presta ao todo que a atravessa ao mesmo tempo que é expressiva de cada assim.¹²⁹

Os enunciados do sábio se apresentam, então, de forma simples, banal, pobre, e parecem irrelevantes, pois, assim sendo, vão ao encontro de um fundo de imanência onde tudo se comunica, e, por isso, se faz compreensível. Reconheço uma certa banalidade no uso da palavra em Cohen, que não se obriga a ser inventiva nem profundamente significativa, mas a abrir caminho para evocar o fundo de experiência do corpo, lá onde os sentidos se fazem sentir. Jullien ressalta o clichê poético da palavra do sábio – e me faz pensar nas inúmeras citações de Cohen espalhadas pela internet – não oferecendo grande originalidade, nem

124 JULLIEN, 2000, p. 220.

125 Ibidem, p. 221.

126 Ibidem, p. 219.

127 Ibidem.

128 Ibidem, p. 220.

129 Ibidem.

significados simbólicos a escavar, mas um valor que reside justamente nessa banalidade, que abre-se ao plano onde todas as possibilidades do sentido habitam indiferenciadamente: “O clichê, por ser oco, deixa passar: ele não dá lugar à coagulação do sentido; este fica dissolvido nele”.¹³⁰

Em vez de “dizer” (impondo um sentido: na ordem do descritivo ou do ideal, o que quer que seja de marcante ou de inventivo), esses clichês tecem uma espécie de fundo (plano) da linguagem, em que, vindo os efeitos de sentido se desfazer, realizamos, ou antes, em que se deixa realizar [o que é] a vida.¹³¹

“Vou responder às perguntas de vocês, mas espero não fornecer as respostas. As dúvidas são o que move a caminhada”.¹³²

130 Ibidem, p. 223.

131 Ibidem.

132 COHEN, 2021f.

This isn't really about thinking. We're taught that that's education, thinking. And so our education is basically thinking. And I think it's important to think. Feel it's important to think. But there's something other than thinking – perceiving, pratyahara. For me, pratyahara isn't withdrawing from the senses, it's coming to the place from which all senses are born.

BONNIE BAINBRIDGE COHEN

I can only answer from my experience and then I talk with great confidence. My confidence is about my experience, not about the fact or the truth of it. It's through your experience that you'll find your answers.

BONNIE BAINBRIDGE COHEN

"As long as we can stay with the not knowing, the knowing that emerges will be deeper."

– BONNIE BAINBRIDGE COHEN

THERE IS NOTHING TO DO BUT BE IN YOUR PROCESS AND TO RECOGNIZE THAT OTHERS ARE IN THEIR PROCESS.

BONNIE BAINBRIDGE COHEN

"Allow a real moment of stillness to enter so that movement can emerge naturally, rather than making the idea of the movement."

– BONNIE BAINBRIDGE COHEN

OUR EDUCATION IS SO MUCH ABOUT REMEMBERING WITH OUR NERVOUS SYSTEM AND THIS IS ABOUT FORGETTING WITH OUR NERVOUS SYSTEM AND REMEMBERING WITH OUR CELLULAR LIFE FORCE.

BONNIE BAINBRIDGE COHEN

FEEL IT IN YOUR BODY AND GET IT OUT OF YOUR BRAIN AND FRONTAL LOBE.

BONNIE BAINBRIDGE COHEN

I hope that in the midst of the challenges you are facing, that you will also find the support of your innermost being to rest. To be present fully. To meet the day and what it brings. And may it bring wellness.

BONNIE BAINBRIDGE COHEN

"Be confident in not knowing. Then open to knowing, if it's something you want to know. Opening to it is releasing the holding pattern."

– BONNIE BAINBRIDGE COHEN

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA

FIND THE... THAT BEGAN THE JOURNEY.
BE... E. BAINBRIDGE COHEN

The real key is to perceive what you're doing. I really can't teach you, but I can help you focus on your awareness so that you can discover what you are doing. Then you have choice.

BONNIE BAINBRIDGE COHEN

THE MIND IS LIKE THE WIND AND THE BODY LIKE THE SAND: IF YOU WANT TO KNOW HOW THE WIND IS BLOWING, YOU CAN LOOK AT THE SAND.

BONNIE BAINBRIDGE COHEN

"We are always in the process of building but we are never built."

– BONNIE BAINBRIDGE COHEN

EXPAND YOUR CURIOSITY. REACH FOR WHAT YOU DON'T KNOW

BONNIE BAINBRIDGE COHEN

YOU HAVE TO RELEASE THE FIXING BEFORE YOU CAN GET TO WHAT THE ISSUE IS.

BONNIE BAINBRIDGE COHEN

The study of movement is not about words; it is a direct transmission of life. However, when words arise out of the subterranean field of aware movement, another knowing is realized.

BONNIE BAINBRIDGE COHEN

"In order to free the spine, you have to awaken everything else in the periphery. You have to free the whole body at the cellular level of consciousness."

– BONNIE BAINBRIDGE COHEN

The way we embody is going to be totally different. There's not a perfect specimen. It's just your balance. To be comfortable in your own person.

BONNIE BAINBRIDGE COHEN

"We are not made up of 'things'. We are made up of consciousness and process."

– BONNIE BAINBRIDGE COHEN

What is your experience when you explore your fat as a dynamic fluid rather than resist or repress it?

– BONNIE BAINBRIDGE COHEN

"Don't make up a story because then you're closing the mind to the possibility of the openness that is actually possible."

– BONNIE BAINBRIDGE COHEN

"What we're practicing here is a practice, it's not an exercise.

I'm just sharing my lifelong practices and if you like any of them, they're yours.

And if you don't, let them go."

– BONNIE BAINBRIDGE COHEN

"Be brave by being soft."

– BONNIE BAINBRIDGE COHEN

What we call 'weakness' is often not a lack of structure but a lack of process.

When that process is actualized, we experience strength.

Process is based on relationship.

– BONNIE BAINBRIDGE COHEN

Estar perdida

O aprendizado que vem do saber celular me convida a habitar zonas de indeterminação, de vazio e de indefinição, que não raro experimento com estranhamento. Ao mesmo tempo chamam pelo sustentar da confiança no não saber, dentro de um estado de hipersensibilidade receptiva e presente. “Quanto mais conseguimos ficar presentes com o não saber, mais o saber que emerge é profundo”.¹³³ “Uma mente de principiante”¹³⁴ é frequentemente evocada para convidar esse estado receptivo e curioso de um iniciante diante do desconhecido, vislumbrando a potência de expansão que novas interfaces de contato com o mundo podem proporcionar. Aprender como quem flutua em um caldo afetivo de microssensações ainda não codificadas, potências vibracionais de diferentes intensidades, afetos misteriosos. Abordar o aprendizado deste lugar pressupõe desapegar-se do que é conhecido, deixar que seja esquecido, permitir a sua morte. “Cada momento precisa morrer para que o próximo possa vir à vida”.¹³⁵ Um estado que favorece a criação, que é criação. Remete ao corpo vibrátil pulsando o esgotamento de uma cartografia e a gestação silenciosa de uma nova realidade sensível¹³⁶, com todas as inúmeras sensações de perder-se da referência já adquiridas da realidade e com o sentimento de insegurança que isso pode gerar. Pizarro salienta que o “não saber” é, em si, uma busca, uma

[...] abertura da parte de trás do sistema nervoso, dando espaço para que novas informações acessem nossa existência por uma parte mais primitiva do cérebro. Esta busca existe no sentido de aliviar os padrões repetitivos já gravados pelo sistema nervoso central, que são distribuídos a partir do cérebro aos tecidos pela parte da frente do corpo, numa repetição incessante de si mesmo. A ideia geral é sair da resposta automática para se autorregular e permitir que modos inusitados de pensamento e ação possam emergir e se ajustar mais adequadamente ao momento específico.¹³⁷

Experimentar algum grau de desorientação é uma condição importante para qualquer aprendizado e é também uma abertura para as possibilidades de transformação. Estar orientado significa saber para onde ir, conhecer os caminhos e os parapeiros do corpo, as linhas do pensamento, as faces da subjetividade. A noção de orientação, como o ato de organizar-se dentro de determinadas

133 COHEN, 2020c.

134 HARTLEY, 1995, p. XXXV.

135 HARTLEY, 1995.

136 ROLNIK, 1999.

137 PIZARRO, 2020, p. 78-79.

coordenadas de espaço-tempo, é também uma metáfora, e como propõe a filósofa Seloua Boulbina, alimenta certas noções de conhecimento e de pensamento caras à filosofia ocidental moderna. Observando a estreita relação que existe entre o corpo e o espaço, Boulbina chama a atenção para o modo como nos orientamos pela cruz dimensional – em cima, embaixo, direita, esquerda – para estabelecer uma organização corporal no espaço, como uma geografia psicofísica registrada na propriocepção e impressa na memória do corpo. Essa organização anuncia uma certa hierarquia entre as partes do corpo, com a cabeça na torre de comando, ao norte, apoiada pela bússola da visão, se impondo sobre as outras partes, sentidos e dimensões corporais. Boulbina alerta que essa geografia mental é ao mesmo tempo física, filosófica e política, apoiada no senso comum de orientação espacial, que por sua vez é herdeiro de uma certa categorização do espaço executada pela empresa colonialista. A Europa como ponto de referência – o Norte – estabelecendo uma organização do globo a partir desse eixo vertical e das coordenadas espaciais que dele derivam, que orientou as grandes navegações que deram origem ao período colonial. Segundo Boulbina, essa noção de orientação a partir de coordenadas espaciais foi incorporada como metáfora pela filosofia moderna ocidental. Em um texto de 1786, o filósofo iluminista Immanuel Kant relaciona o conhecimento com o ato de “se orientar no pensamento”.¹³⁸ A noção de conhecimento e a noção de orientação espacial estiveram, desde então, correlacionadas na base da epistemologia racionalista iluminista que fundou a modernidade, a qual ancora e legitima a cartografia mundial do regime colonial, que ainda vigora nos dias de hoje. Pensar de forma “clara, iluminada”, separando espacial e organizadamente as coisas e os conceitos uns dos outros, é um dos pilares do pensamento racional e da noção de conhecimento que dele deriva. A geometria global organizada em hemisfério norte, hemisfério sul, leste e oeste, nasce impregnada dos valores cartesianos iluministas e definidores de categorias dualistas, que ditam, por sua vez, a concentração do saber e do poder em um dos lados desta bifurcação: corpo X mente; matéria X discurso; natureza X cultura; objetivo X subjetivo; universal X particular; língua X dialeto, povo X tribo, religião X crença.¹³⁹

Aprender a se desorientar espacialmente, a “perder o norte”, é, segundo Boulbina, um ato de potência insurgente contra as cartografias fixantes da modernidade colonialista. Assim também o é, proponho, o acesso à experiência celular, engendrando uma reconfiguração dos mapas anatômicos definidores das

138 BOULBINA, 2018, p.18.

139 Ibidem.

partes, formas, lugares e funções do corpo. E a “cartografia afetiva”¹⁴⁰ construída a partir daí, vive o risco de descobrir zonas desconhecidas e inexploradas, cujas presenças incertas são como aquelas moitas densas que Boulbina observa nos mapas coloniais: as áreas não desbravadas, não mapeadas, não dominadas. Pequenas ilhas de terreno incerto, não visualizadas com clareza, territórios de contornos e topografias indefinidas. E sendo a visão o sentido supremo da modernidade, fixada pelo eixo vertical no alto da cabeça, guiada pela “bússola do norte”, em sintonia com um modo racionalista de saber, daí concluímos que é preciso descolonizar a visão e todos os sentidos.

As práticas do BMC propõem uma revolução no interior dos sentidos, explorando a fundo os processos de constituição de cada sentido, os cruzamentos sensoriais entre sentidos e os afetos neles inscritos. Sem esquecer do movimento, que é reconhecido no BMC como um sexto sentido – o sentido de como o corpo recebe informação sobre a sua posição no espaço, apoiado pela propriocepção e pelo sistema vestibular. A própria noção de saber celular já é, em si, uma chacoalhada no império da visão, posto que sua presença não é da ordem do que se pode ver com os olhos, e subverte a noção do cérebro como o centro magnânimo da nossa consciência, espalhando a mente sensível e consciente pelas células de todo o corpo, desnordeando a bússola do norte.

Os processos de descolonização operam uma reversão epistemológica do eixo espacial,¹⁴¹ pois “não se trata de invertê-lo, que seria a mesma coisa ao avesso, mas de reinventá-lo, bagunçá-lo, imaginá-lo diferentemente. E para tanto é preciso descolonizar o imaginário, liberar potências imaginárias múltiplas, que desarranjam este eixo”,¹⁴² estremecendo os sentidos habituais, gerando um senso de desorientação. O ato de desorientar-se, tal como o propõe Boulbina¹⁴³, representa uma possibilidade de renunciar à hierarquia espacial assimétrica de uma ordem mundial estabelecida e deve ser cultivado como uma ação deliberada e uma postura política. Não como uma falta ou perda de orientação, mas como uma escolha pela indeterminação. Mergulhar no processo de descolonização do corpo e da subjetividade pressupõe, nessa perspectiva, um trabalho contínuo de descentrar-se, de ir na direção dos espaços não familiares, de ir na contramão dos saberes hegemônicos.

140 CAETANO, 2012, p. 206

141 BOULBINA, 2018.

142 KIFFER, 2021.

143 BOULBINA, 2018, p. 20.

Camilla Nyarady | Um berro
d'água ecoou por dentro
Derramando feito som morno
e quente pela garganta
Escorrendo feito lágrimas
pelos olhos.
Não mover, mas ser movida
por águas abissais
Desconhecidas
Estagnadas nas profundezas
Das vísceras.
Corpo em estado gelatinoso
Deslizar por dentro de
si mesma
Nem liquefeita, nem sólida
nem lúcida, nem sóbria.
Correr as marés internas
ateando o desconhecido.
Como quem aprende a nadar
argulhar de olhos fechados
brilhar lá embaixo.
Perder a visão, um tanto turva
em formas definidas,
em contornos delineados.
Preciso perder o medo para
ir fundo
Lá no intestino grosso.
Desfazer-se do controle
Reprogramar antigos padrões.
Não querer chegar a
algum lugar
Se atentar ao que está sendo:
Quem estou sendo?
Não buscar responder,
seguir perguntando
Ou melhor, sendo.
E sentindo.

E assim como há um regime de organização espacial herdado da modernidade colonial, que informa e produz continuamente nossos corpos, há também um regime de organização do tempo, capturado pela cronologia temporal da história ocidental, com suas periodizações e demarcações seguindo uma suposta linha de progresso, que avança de mãos dadas com a máquina capitalista, “evoluindo” de um passado de barbárie em direção à civilização do presente, mirando um futuro em expansão global – o que já sabemos ser impossível. Boulbina salienta que a memória, como um fenômeno que se inscreve dentro do eixo espaço-temporal, é também capturada por essa temporalidade colonialista, fazendo com que o passado, o presente e o futuro fiquem atrelados um ao outro como em um carrinho do trem fantasma – não dá pra pular fora no meio da viagem. Frente à captura da memória, o esquecimento emerge como uma potência de insurgência. Um esquecimento dinâmico e descolonizador, propõe Boulbina, vivido com um ato deliberado de desorientação da memória.

Penso o esquecimento, a partir das lentes do BMC, como a possibilidade, trabalhada nas dinâmicas de repadronização, da morte de um padrão de resposta memorizado no corpo em favor de novas possibilidades de sentir, perceber e agir, permitindo novos padrões de resposta neural. E atravessar um oceano de desorientação-desterritorialização-desestabilização é parte do processo de esquecimento. Este processo demanda uma vivência de temporalidade alargada, indo na contramão das relações habituais da lógica temporal da produtividade capitalista. Este grau profundo de experiência é construído no tempo, pouco a pouco, e muitas vezes a informação só se torna disponível na consciência depois de muitas práticas, horas, meses ou anos passados da experiência vivida. A recompensa não é instantânea, ou pelo menos não é instantaneamente percebida, porque a linha causal de ação

e reação, o *looping* sensório-motor é mexido, desestabilizado. Certamente não é como ir à academia de ginástica por trinta minutos para sair com os músculos inchados. Nem como fazer exercícios de dança ou de qualquer outra prática ou esporte. Sequer podemos chamar de “exercício” as práticas do BMC. Cohen salienta: “o que estamos fazendo aqui é uma prática, não um exercício. Eu estou compartilhando as minhas práticas de toda uma vida, e se você gostar de alguma delas, elas são suas. Se não, abandone”.¹⁴⁴ Comumente é preciso perder muitas horas numa dinâmica, ter a sensação de vagar à deriva, com um grupo de pessoas também à deriva, sem um objetivo muito definido, se deixando levar numa exploração, até que os *insights* brilhem como plânctons bioluminescentes e os fluxos de sentido se rearticulem.

Boulbina me convida a refletir sobre a potência micropolítica de descolonização do corpo e da subjetividade que os modos de aprendizado do BMC propõem, privilegiando a experimentação corpórea empírica, sem fugir das zonas de indefinição, e deslizando entre processos conscientes e inconscientes. Sobre como essa forma de aprender no corpo, com o corpo e sobre o corpo contribui para desarranjar um eixo racionalista, favorecendo o borrar das fronteiras entre corpo e mente, entre sujeito e objeto, entre matéria e discurso, entre particular e universal. Sobre a relevância de cultivar um saber processual, aberto à possibilidade de metamorfose, que não se arvora a ter o domínio do conhecimento, a ser um saber-propriedade. Sobre a importância de alimentar esse modo de aprender como uma alternativa às práticas e métodos corporais mecanicistas e produtivistas. Um saber-do-corpo que as culturas ancestrais dos povos originários das Américas e da África, cada qual a seu modo, sempre cultivaram. Um saber que toca o presente, que desanestesia os sentidos e que nos conecta com a potência da arte e da criação de mundos. “A descolonização dos saberes é um devir criança do espírito, um modo de perder um mundo e encontrar seu próprio mundo”.¹⁴⁵

144 COHEN, 2021j.

145 BOULBINA, 2018, p. 27.

PRÁTICAS COTIDIANAS PARA ACORDAR E NUTRIR UM SABER CELULAR

Esfregar uma mão na outra com vigor até sentir que produziu calor. Separar as mãos lentamente e trazer sua atenção para qualquer coisa que sinta acontecer entre as mãos. Se interessar por esta coisa.

Tocar em alguma parte do corpo. Ceder o peso da mão. Deixar que a mão afunde lentamente como um submarino, sem força, só cedendo cada vez mais. Perceber o vínculo entre a mão que toca e o local tocado. Ficar presente no encontro entre a mão que toca e a parte que é tocada, até sentir alguma coisa acontecer a partir desse toque. Qualquer coisa. Observar a natureza do acontecimento, se é uma sensação, um pensamento, uma imagem, uma emoção...

Se estiver com alguém, experimentar tocar um ao outro.

Encher um saquinho plástico pela metade com um pouco de água morna e dar um nó. Segurar o saquinho com as duas mãos. Fechar os olhos. Sentir o peso do saco, deixar e te conecte com seu peso. Ir lentamente manipulando o saco d'água, deixando o so derramar de uma mão para a outra. Ficar presente na sensação que as mãos sentem, deixar que ela se transporte para seu corpo todo. O peso, a temperatura, o volume, movimento da água dentro de você.

Em qualquer natureza ou dentro de casa, fechar os olhos. Mover-se pelo espaço de olhos fechados a partir de qualquer vibração ou sinal que perceba no seu corpo ou no espaço. Conectar-se nos sinais. No mínimo 10 minutos.

Reservar 5 minutos no meio do dia para dançar ou para fazer um desenho. Abandonar todas as ideias prévias do que ou como você vai dançar ou desenhar. Começar a ação de surpresa e deixar que a coisa se configure fluidamente no fazer, sem que você se apresse em saber o que está fazendo nem porque está fazendo. Não buscar nenhum objetivo além de estar totalmente presente no fazer.

Se encontrar com alguma obra de arte que te afete. Pode ser de qualquer natureza. Sem querer saber porque ela te afeta, trazer sua atenção, durante a afecção, para o seu corpo. Ficar lá até perceber em que parte do seu corpo você sente alguma sensação que te chama a atenção. Ficar com a sensação, se interessar em indagar a sensação, em surfar a sensação. Sem querer nomeá-la ou entendê-la. Ficar com a sensação pelo tempo que for possível mantê-la presente.

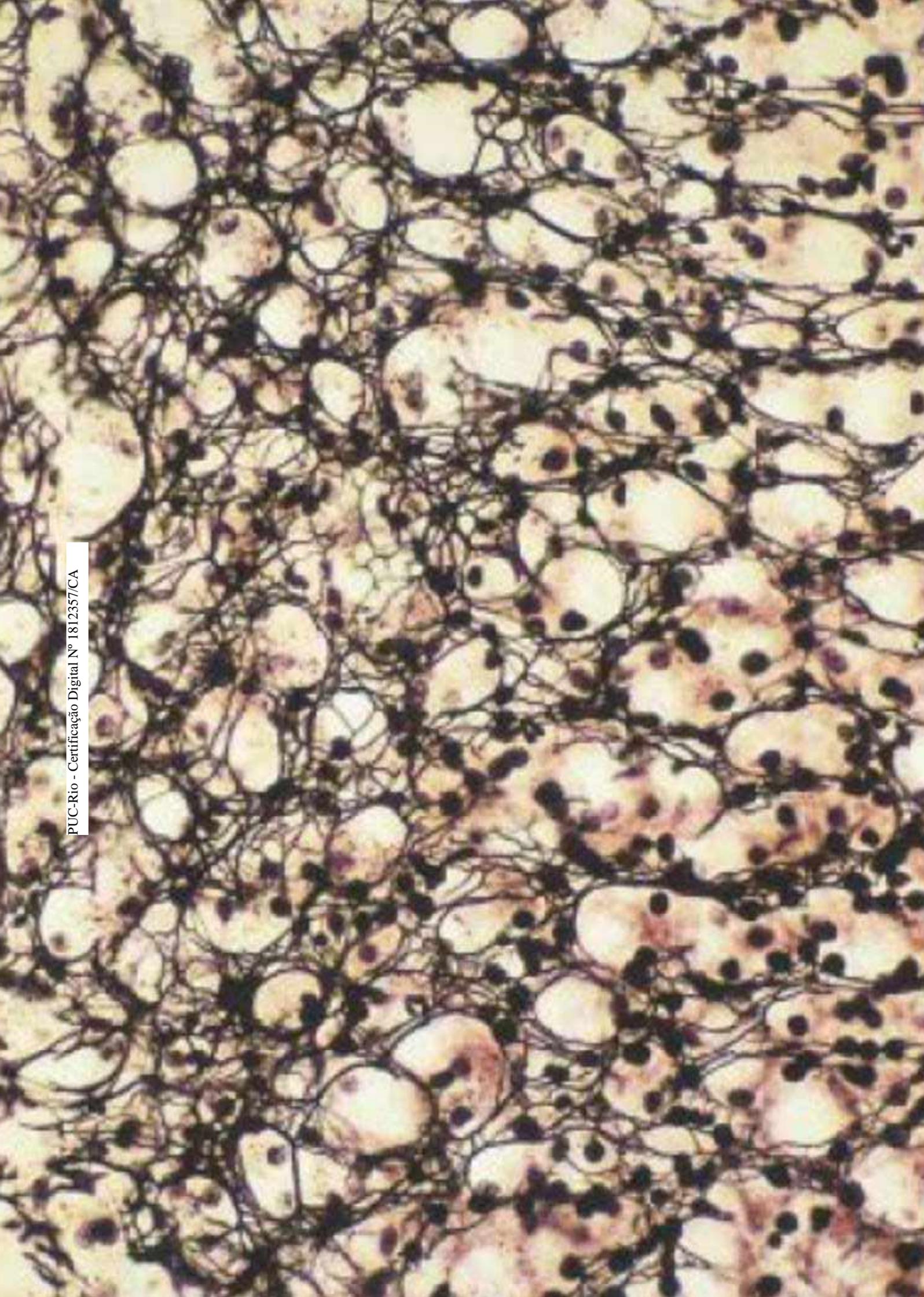
Tocar com as mãos uma árvore grande, que você imagina ter perto de 100 anos. Ficar tocando até sentir os fluidos dela em contato com os seus. Também pode ser feito com um bicho.

POLÍTICAS CELULARES
REFAZIMENTOS
CÔSMICOS

te convido a uma nova pausa

a trazer a atenção para a sua respiração

a se conectar com o seu saber celular por uns
instantes antes de seguirmos adiante



Passados 40 anos, eu não esqueci a definição que meu professor de biologia do 2º ano científico, o professor Escarlata, nos deu sobre inteligência: a capacidade de articular conhecimentos vindos de áreas diferentes para a resolução de problemas. Hoje, voltando a estudar biologia em um outro contexto, me deparo mais uma vez com esta noção de que para pensar é preciso deixar os saberes se interferirem.

5. A matéria sente e pensa

A realidade não é independente de nossas maneiras de explorá-la.

Karen Barad

O que realmente existe não são as coisas feitas, mas as coisas se fazendo.

William James

Ter um corpo é aprender a ser afetado.

Bruno Latour

Observar as nuvens, eu diria, “não é ver a mobília do céu, mas vislumbrar o céu-em-formação, nunca o mesmo entre um momento e outro”.

Tim Ingold

Difração, vibração, ressonância, magnetismo

Começo este capítulo recuperando a noção de difração, tal qual proposta por Haraway e Barad, que é, além de um fenômeno físico – a multiplicação de uma onda em muitas a partir do encontro com um obstáculo ou um orifício, criando padrões de interferência, ressonância e dissonância – uma categoria semiótica feminista que possibilita sintonizar com os modos como as diferenças se produzem no mundo e afetam os sujeitos e seus corpos. Por dar atenção aos padrões de interferência que agitam as fronteiras e possibilitam novos contornos, incorporando as diferenças, a metáfora do pensamento como difração tende a conduzir mais à autoimplicação e à autorresponsabilização do que a metáfora do pensamento como reflexão, que apenas reproduz o mesmo em outra superfície. A difração é uma ferramenta metodológica fundamental nesta pesquisa, acolhendo a natureza indefinida das fronteiras entre teorias, e entre teorias e

A pesquisa dos zumbidos ou as cantoras silenciosas¹⁰

Através da troca de cartas entre a Sra. Frederic Lyman Wells e o Dr. A. Bishop, psiquiatra professor da Escola de Medicina de Harvard, membro da Associação de Ciências Cosmofônicas e Paralinguísticas, em fevereiro de 1936, ficamos sabendo do comportamento estranho do Sr. Frederic Lyman Wells, marido da primeira e renomado aracnologista também membro da referida associação científica. Segundo ra. Wells, em determinado momento, o Dr. Frederic, seu marido, teria passado a ouvir zumbidos regularmente. Dr. Frederic interpretou estes zumbidos como vibrações emitidas pelas aranhas que pesquisava, acreditando que essas vibrações eram mensagens enviadas por elas. Interessado em conhecer o significado dessas mensagens, ele passou a tentar se comu-

10 Faço aqui uma síntese do capítulo homônimo do livro *Autobiografie d'un peuple et autres récit d'anticipation*, de Vinciene Despret, de 2021, à guisa de trazer uma história curiosa sobre como a vibração pode ser uma categoria importante para a existência de seres não humanos, como as aranhas, e sobre o que nós, humanos, podemos aprender com elas. Despret conta uma história de forma bem humorada, dialogando com o próprio discurso científico, e acaba por nos fazer refletir sobre a importância da ciência se abrir para outras formas de comunicação com seres não humanos.

práticas experimentais e artísticas, em oposição a limites diferenciais bem demarcados, em relações de exterioridade absoluta.

Padrões vibratórios como os que caracterizam o fenômeno da difração têm um lugar privilegiado no léxico do BMC. A vibração é um padrão primordial de movimento que constitui a base do universo, se manifestando pelo condensar e expandir de forças sendo atraídas ou repelidas em relação a tudo o que existe. “É aquilo que se move quando estamos parados e o que ouvimos quando há silêncio”.¹ É um movimento rítmico de pulsação formando ondas que emergem e se dissolvem continuamente, gerando padrões ondulatórios e campos vibracionais que conectam todo o universo numa espécie de rede energética. Padrões vibratórios são subjacentes à matéria.

A mecânica quântica postula que as menores unidades da matéria, as partículas subatômicas, são “constituídas de vórtices de energia que giram e vibram constantemente”² formando pequenas esferas nebulosas que só podem ser vistas de longe, e quando nos aproximamos delas, elas desaparecem, posto que são pura energia. Ainda segundo a perspectiva quântica, “o universo é uma integração de campos de energia interdependentes”³, desde o átomo até o cosmos, e assim, torna-se possível reconsiderar as fronteiras fixas e definidas entre as coisas. Normalmente nos apoiamos em pistas visuais para construir evidências inquestionáveis sobre fronteiras. Já sabemos, pelo menos desde a psicanálise, que as bordas da subjetividade humana não são dadas pelos limites físicos do corpo, mas o que a física quântica propõe é que a matéria corporal também não possui fronteiras definidas, nem ontologicamente, nem visualmen-

1 COHEN, 2018, p. 7.

2 LIPTON, 2007, p. 63.

3 Ibidem.

nicar com as aranhas tocando com um diapasão suas teias e às vezes seus corpos, ação que provocava movimentos intensos das aranhas, por ele considerados como passos de dança. Ele acreditou estar sendo como um coreógrafo para as aranhas, propondo estímulos sonoros vibráteis que as faziam realizar movimentos improváveis, e desta forma estar se comunicando com elas. Ao ser interrogado sobre o teor desta comunicação, ele teria respondido que: “os zumbidos não eram sons reais, mas ressonâncias de vibrações focais e intencionais, e não eram simplesmente palavras, mas um luxo de significados”.¹¹ O Frederic suspeitava que as aranhas estavam lhe enviando mensagens oraculares através dos zumbidos. Ao ser submetido a uma avaliação para atestar sua lucidez mental, o Dr. Frederic teria dito que nunca tinha estado tão lúcido e salientou que só “escutamos o que esperamos escutar”.¹² Após novas pesquisas sobre a recorrência habitual de zumbidos entre os aracnologistas, os pesquisadores chegaram a uma série de conclusões surpreendentes, que reproduzo aqui. Os sons ouvidos pelos aracnologistas não eram zumbidos, no sen-

11 DESPRET, 2021, p. 13.

12 Ibidem.

te. Karen Barad propõe que embora os limites entre uma mão e a xícara que ela segura pareçam precisos, “se olharmos bem de pertinho vamos ver que o que parece ser uma linha claramente demarcada entre claro e escuro, é uma série de faixas ondulatórias de luz e de escuro, constituindo um padrão difrativo”.⁴ E o fato de vermos esses padrões de onda como uma fronteira bem demarcada, um contorno nítido, confirma o quanto o aparato visual é “uma aquisição que resulta de engajamentos corporais específicos com o mundo”⁵, performados histórica e culturalmente repetidas vezes.

Os padrões vibracionais são, portanto, subjacentes às formas que enxergamos, são o substrato do que conhecemos como matéria. Cohen propõe que as formas são cristalizações dos padrões vibratórios. “Se mudamos o padrão vibratório, mudamos a forma”.⁶

Neste processo contínuo, padrões específicos se aglutinam em formas aparentemente estáticas, mas dentro de sua mais profunda estrutura, existe movimento e mudança constantes. O que chamamos de forma é um momento suspenso em meio à mudança no qual um padrão se cristaliza em algo reconhecível. [...] Padrões de vibração estão sempre mudando, criando relacionamentos em perpétua evolução.⁷

Os padrões de vibração revelam que o movimento e a transformação são a base da vida, relacionando partículas, células, organismos, coisas e espaços em uma malha infinita de fios emaranhados. Os

4 BARAD, 2007, p. 156.

5 Ibidem. Barad ainda ressalta que experiências com pessoas nascidas cegas que passam por intervenções cirúrgicas na tentativa de “consertar” seus aparatos visuais, mas que não são capazes de enxergar de imediato, precisando aprender a enxergar, comprovam “o quanto não vemos apenas com os nossos olhos”, mas com as relações que tecemos com o mundo que nos cerca.

6 COHEN, 2018, p. 8.

7 Ibidem, p. 7.

tido médico do termo, “não eram exatamente sons, mas vibrações, que se traduziam em pensamentos.”¹³ Os entrevistados também relataram “o surgimento de pensamentos estranhos os quais eles mesmos não compreendiam o teor”, como por exemplo, ‘Largue um fio para perguntar ao vento’ (*)... ou ainda ‘À que frequência você vibra?’¹⁴ Ao serem submetidos a exames de observação cerebral, foi constatado que as áreas do cérebro iluminadas no momento dos pretensos zumbidos eram as mesmas áreas que se iluminam quando um sujeito está em uma conversa. Foi levantada a hipótese de que “as aranhas estavam sendo vítimas de uma recarga de ondas, devido a uma fonosfera atmosférica saturada de vibrações”. E como elas eram muito sensíveis às vibrações, estavam vivendo uma “saturação sonora cacofônica permanente”.¹⁵ E, para se sobrepor a estes ruídos, as aranhas precisavam “vibro-gritar” para os aracnologistas que tentavam se comunicar com elas via diapasão, imaginando que eles falariam a mesma língua que elas. Os zumbidos ouvidos seriam então, “as câmaras de eco do desespero

diferentes campos vibracionais existentes interferem uns nos outros, gerando ressonâncias e dissonâncias, padrões difrativos que refletem o grau de interação e de sintonia de cada campo vibracional com o seu entorno. Todos os organismos vivos comunicam-se e leem o ambiente por meio de campos de vibração. Chamamos esses campos e nossa capacidade de senti-los por muitos nomes – energia, intuição, sexto sentido, pressentimento... Como somos totalmente dependentes da linguagem falada e escrita, acabamos abandonando o sistema de comunicação por intermédio dessa sensibilidade vibratória. E, assim, como qualquer outra função biológica, a falta de uso leva à atrofia. Muitas culturas ameríndias e afro diaspóricas que não vivem a separação natureza|cultura tal qual nós ocidentais, imersos no mundo colonial capitalista, se comunicam mais diretamente com as energias que emanam das entidades humanas e não humanas, conectando-se com bichos, plantas, rios e outros seres através dos seus campos vibracionais.

Quando estudamos os padrões neurocelulares básicos pelo BMC, exploramos a vibração como um padrão subjacente a todo movimento e também exploramos o magnetismo e a ressonância, que são relações específicas entre diferentes campos vibracionais. A ressonância nos informa sobre como o nosso campo vibracional se relaciona com os outros campos, “quando nos sentimos vulneráveis ou quando nos sentimos seguros, quando há dissonância ou quando há harmonia”.⁸ Cohen propõe que os padrões de ressonância são a essência da *awareness*⁹, uma vez que a capacidade de focar a atenção corporalizada em uma determinada parte, dentro ou fora do corpo, pressupõe a habilidade de sintonizar-se com

8 COHEN, 2018, p. 9.

9 Traduza aqui *awareness* por consciência corporalizada. Outras traduções também são possíveis, como visto no tópico sobre *awareness* no capítulo “Educação somática”.

13 Ibidem, p. 19.

14 Ibidem, p. 20.

15 Ibidem.

das aranhas".¹⁶ Elas estavam enviando um sinal e era preciso escutá-lo, ou melhor, vibrar junto com ele, reverbera-lo. O método científico usado – estímulos sonoros com diapasão – estava criando mais uma interferência no campo vibrátil já saturado das aranhas. E, para os pesquisadores poderem continuar suas pesquisas, teriam que descobrir modos mais gentis de se aproximar destas cantoras silenciosas, talvez através de linguagem musical, abordá-las como artistas, poetas vibráteis de npos imemoriais.

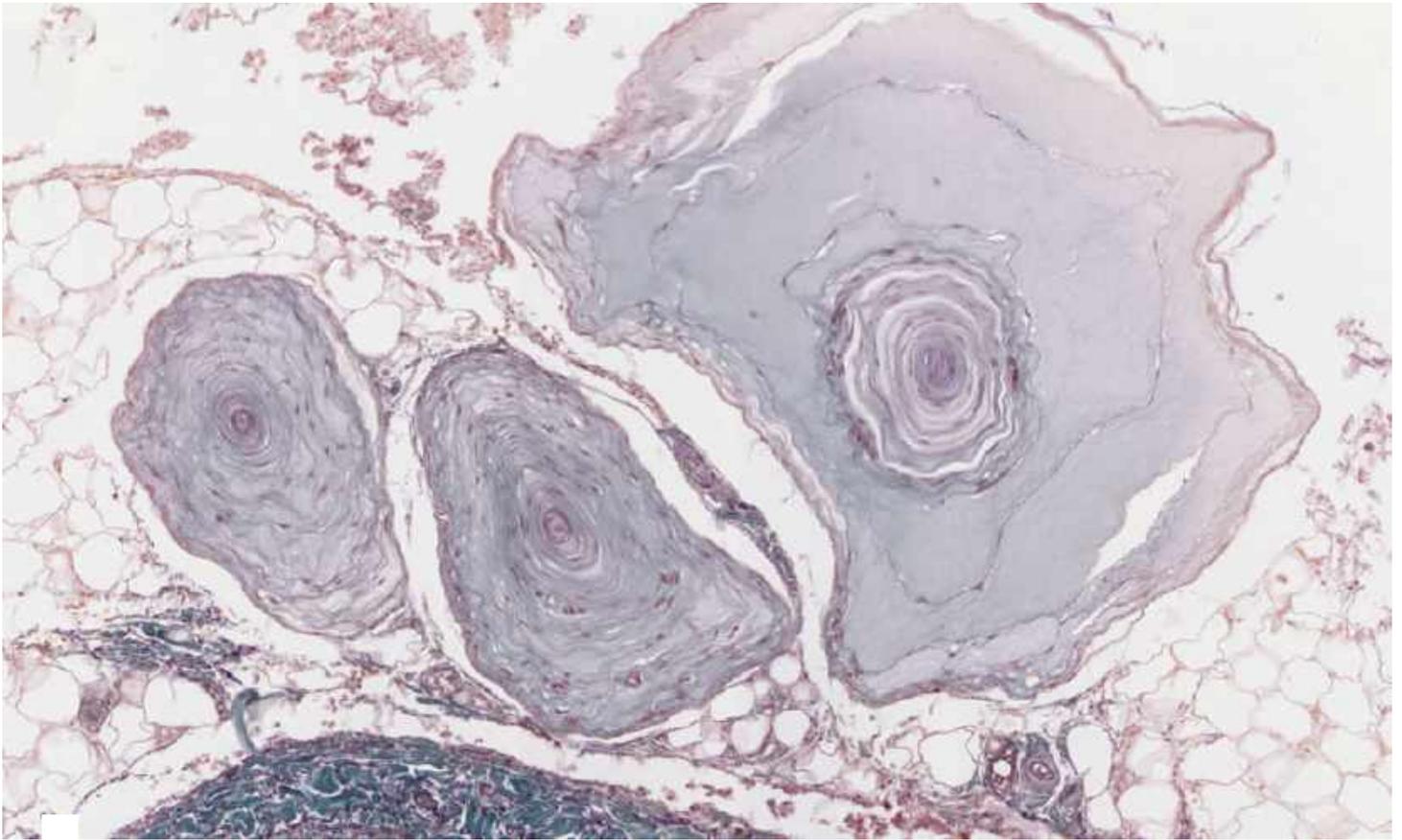
talvez as aranhas descubram, nós perseverarmos nesta , que elas podem nos fazer vazeres de alargar nossas apti- as sensíveis. (...) Nós aprendemos, com elas, a cultivar zumbidos, a os acolher e os riar – graças à aranhas, nós emos conectados à terra peios nossos tímpanos. E nós poderemos sentir, então os cantos do planeta e do cosmos, dos caules e das plantas que respondem às vibrações das cigarras mudas, o ar será nossa cena e o vento, nosso chefe de orquestra. Nós escreveremos enfim juntos a poesia de um silêncio trêmulo e quase sussurrado".¹⁷

a parte focada, conectando-se com seus padrões de organização a nível vibrátil. O magnetismo também é um outro fenômeno vibrátil e reflete os campos de atração e repulsão que aproximam ou afastam partículas, células e corpos uns dos outros, do espaço e da Terra. Treinamos a habilidade de sentir e de explorar esses padrões vibracionais como movimentos primordiais do corpo, que existem desde o nível celular, e que dão o suporte para o desenvolvimento dos padrões neurocelulares básicos.

Movimentos vibratórios estão sempre acontecendo, quer saibamos ou não, como reação a tudo que acontece no ambiente interno e externo do nosso corpo – sensações, emoções, pensamentos, movimentos... No ambiente interno do corpo, onde as células vivem imersas em meio fluido (não esqueçamos que somos 70% água), a comunicação é essencialmente vibrátil. Padrões vibráteis se cristalizam temporária e circunstancialmente em formas fixas, mas são essencialmente movimento e mudança. É fundamental experimentar isso no corpo, sentir as diferentes nuances de estados vibracionais e perceber os diferentes estados de presença que criam. Quando trabalhamos as mentes dos diferentes sistemas celulares - ósseo, orgânico, muscular, endócrino, ligamentar, fluido - estamos experimentando essas variações de frequência vibratória e as diferentes qualidades de matéria a que dão acesso. A qualidade vibrátil do fluido cérebro-espinhal é muito diferente da do sangue arterial, por exemplo. São dinâmicas distintas de ritmo, de densidade, de intensidade. E saber disso não é a mesma coisa do que saber disso a partir da experiência corporalizada, conectada com a dimensão celular vibrátil. Sentir e compreender, no corpo, a matéria de que somos feitas.os como primordialmente movimento e diferença é o oposto de compreender o corpo, as formas e as coisas como existentes em si próprias, à espera apenas de serem descobertas.

16 Ibidem, p. 21.

17 Ibidem, p. 23.



Vanessa Garcia | Eu sinto que na experiência mediúnica, de alguma forma a vibração atravessa o teu corpo, dentro, move o teu corpo, e não é você, de alguma forma, não é você. Você trabalha para abrir o canal para essa vibração, de alguma forma, acoplar, ou conectar, ou aglomerar contigo, não sei... E as primeiras vezes que isso aconteceu, me surpreendeu... Até achei que estava ficando louca... Até desenvolver a mediunidade e ir trabalhando nisso... Então, acho que foram vibrações que me atravessaram e eu não estava esperando, nem querendo, e nunca tinha vivido isso também, dessa forma...

Artes de notar

É necessário treinar a habilidade de pôr a atenção a serviço de notar os micromovimentos que acontecem em um nível vibratório para se tornar corporalmente consciente (*aware*) dos padrões de resposta. Aprender a escutar, em uma escala muito sensível, o que e como nos afetamos, o que e como afetamos os outros seres com os quais convivemos. Como diz Cohen: “todas as células do corpo dão feedback, nós podemos treinar nossa escuta para ouvi-lo”.¹⁸

Escrevo acima sobre o treinamento da escuta profunda que o BMC propõe e penso imediatamente na antropóloga Anna L. Tsing ressaltando a importância de se desenvolver “artes de notar”, como uma habilidade fundamental para criar possibilidades de vida nas ruínas do capitalismo.¹⁹ Tsing salienta como a narrativa do progresso ainda controla nossas vidas a ponto de não sermos capazes de enxergar meios de vida que não fazem parte da fábula de “uma marcha para frente em direção à modernização, à democracia, ao crescimento, à ciência e à esperança”.²⁰ Estamos ainda tão presos a esses valores, que não notamos o quanto a precariedade e a indeterminação, antes vistas como exceções na marcha do progresso, se tornaram a condição dominante do nosso tempo. A precariedade, propõe Tsing,

é a condição de estarmos vulneráveis aos outros. Os encontros imprevisíveis nos transformam; não estamos no controle nem de nós mesmos. [...] Tudo está em fluxo, incluindo a nossa capacidade de sobreviver. [...] Um mundo precário é um mundo sem teleologia. A indeterminação – a natureza não planejada do tempo – é assustadora, mas pensar a partir da precariedade evidencia que a indeterminação também torna a vida possível.²¹

Como Tsing afirma, a produção acadêmica do século XX estava tão ocupada com a presunção do homem moderno, que conspirou contra a nossa habilidade de notar projetos divergentes de fazer mundos que não se encaixam na temporalidade e no ritmo do progresso. São modos de vida pré-industriais ou novos modos emergentes, humanos e não humanos, que convergem em assembléias, onde ritmos e escalas temporais diversas se reúnem e novas coordena-

18 COHEN, 2021a.

19 TSING, 2022, p.59.

20 TSING, 2022, p. 64.

21 Ibidem.

ções espontâneas aparecem.²² Nesses contextos inusitados podemos aprender “como olhar ao nosso redor, em vez de olhar para frente”.²³

O modo de vida notado por Tsing é o da coleta de cogumelos matsutake, um fungo precioso e raro que nasce espontaneamente no meio de florestas degradadas, gerando novas coordenações de vida nas ruínas do antropoceno. A coleta dos matsutake emerge como uma dança composta pelos movimentos emaranhados das formas de vida que coabitam essas paisagens arruinadas. Tsing chama a atenção para esta dança feita pelos movimentos habilidosos dos catadores em busca de matsutake, onde trajetórias são desenhadas na floresta, guiadas pelas artes de notar corporalmente as pistas aparentemente imperceptíveis deixadas pelos outros bailarinos – outras espécies de vida, incluindo cogumelos, que fazem parte dessa coreografia espontânea das florestas. E ressalta como cada catador de matsutake tem seu próprio estilo e ritmo de dançar, resultado de cada forma específica de prestar atenção, de notar os sinais de vida e de morte do seu entorno, criando relações cinestésicas e estéticas particulares com a vida da floresta. Essa dança colaborativa das florestas de matsutake é enunciada por Tsing como um modo de vida sustentável e alternativo à premissa da autossuficiência moderna. É regido pela colaboração por contaminação, isto é, pela premissa de se deixar transformar pelos encontros, abrindo espaço para outras formas de vida, se deixando contaminar por elas. É possível dançar nas paisagens degradadas do antropoceno abandonando a lógica de tirar proveito e levar vantagem para se deixar afetar pelos encontros.

Como temos visto, a abordagem do BMC propõe um aprendizado totalmente apoiado sobre as artes de notar, que, ao meu entender, correspondem à *awareness*, a esta habilidade de prestar atenção com todo o corpo, seja aos processos internos ou aos processos externos, e também de prestar atenção ao que prestamos atenção. Quando Tsing propõe o trabalho dos catadores de cogumelo como uma dança, ela está percebendo que a relação direta do corpo com o mundo é fundamental para a descoberta de um tesouro – o cogumelo matsutake – que está “fora do radar”. O radar, nesse caso, funciona da mesma forma que a percepção e o sistema nervoso, só rastreia o que já é conhecido. É a inteligência do corpo, enquanto um “condomínio de organismos vivos”²⁴ que vai farejando somaticamente as outras formas de vida que ressoam com ele. A arte de notar

22 TSING, 2022,p.67-69

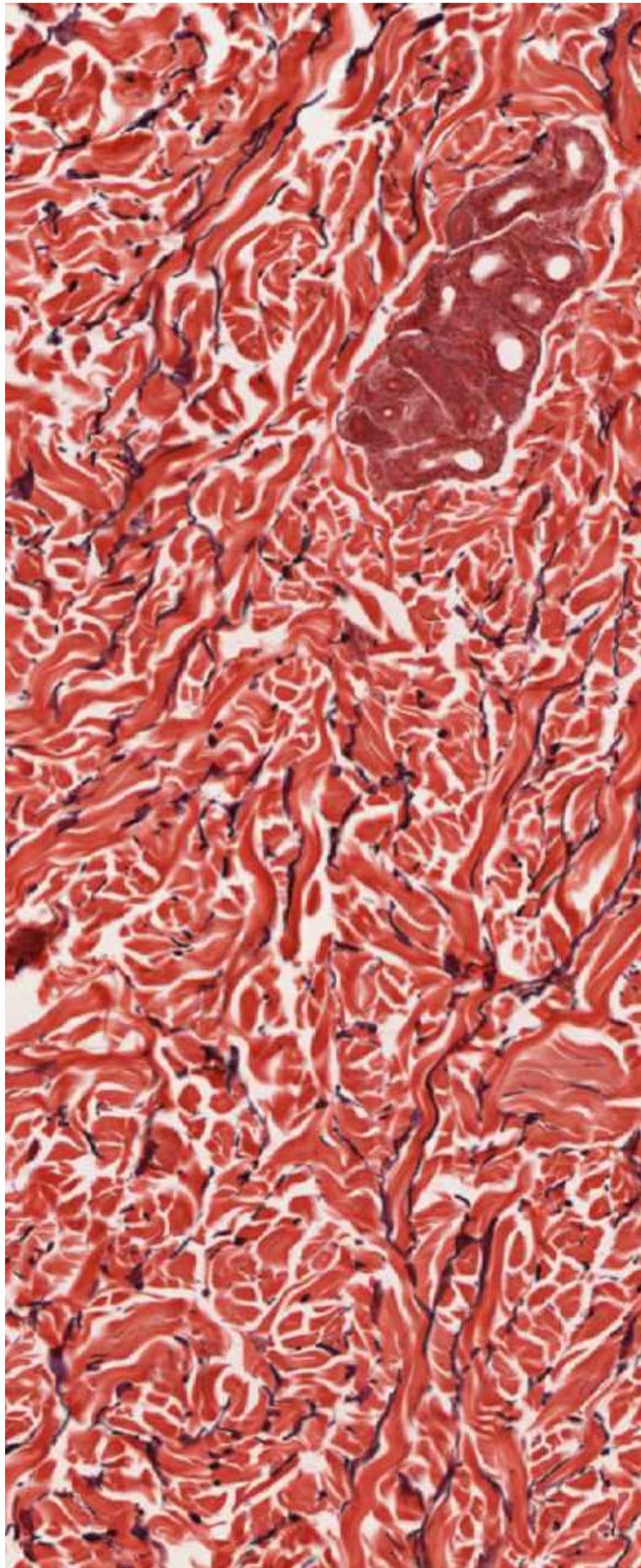
23 Ibidem, p. 66.

24 Antônio Nobre em conversa com Ailton Krenak e Fabio Scarano no Ciclo Regenerantes de Gaia, “Regenerando a partir dos sonhos”. Selvagem Ciclo de Estudos, 7 jun. 2022. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=gGcjWtOzle4>.

é uma habilidade do corpo, desde as células, de perceber os campos vibratórios que o afetam.

Na década de 90, passei muitas horas com o rosto pregado nos livros de imagens em 3D. Os que eu tinha eram da coleção Olho Mágico. Em cada página uma imagem com profundidade estava “camuflada” dentro de uma imagem principal, que em geral era um padrão gráfico homogêneo e não identificável. Era preciso fazer uma operação de deslocamento do olhar, desfocar o registro habitual, para conseguir ver na profundidade a imagem que estava em 3D. Não era fácil de ver, precisava persistência e espremdimento ao mesmo tempo. Intenção demais atrapalhava, talvez porque o olhar buscasse algo que já intencionalmente conhecia. Persistir esvaziadamente na tentativa de deixar o olhar se deslocar era parte do exercício. Pelo menos assim acreditei. Eu tinha um certo prazer em permanecer muito tempo tentando, olhando o livro, à espera de que algo não conhecido se revelasse, que uma mágica inesperada me fizesse ver além do que se apresentava como imediato, como se meu aparato visual ganhasse uma lente mágica que me permitisse enxergar novas dimensões do mundo.

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA



Revolução dos sentidos

É pelos sentidos que recebemos informação do ambiente interno (nós mesmos) e externo (os outros e o mundo). A maneira como filtramos, modificamos, distorcemos, aceitamos, rejeitamos e usamos esta informação é parte do ato de perceber. Quando escolhemos absorver informação, criamos um vínculo com esse aspecto do ambiente. Quando bloqueamos informação, nós nos defendemos desse aspecto.²⁵

O BMC entende que os sentidos são potenciais que se desenvolvem no corpo, desde a vida intrauterina, em resposta à experiência. A pele é o primeiro órgão dos sentidos a se desenvolver, assim como a estrutura vestibular do ouvido interno é a primeira dos sentidos especiais da cabeça. O tato e o movimento se desenvolvem então primeiramente, dando o chão para o desenvolvimento dos outros sentidos. O registro do movimento é responsabilidade de todo mecanismo vestibular, que inclui o ouvido interno e os nervos vestibulares, os proprioceptores nos ossos, articulações, ligamentos e músculos e os interoceptores nos órgãos, glândula, vasos e nervos, que nos informam sobre a posição e o movimento do corpo no espaço, sobre como as partes do corpo se relacionam umas com as outras e todas elas com a força da gravidade, com a pressão dos fluidos internos, com as mudanças de velocidade e os padrões de movimento,²⁶ tanto do nosso corpo quanto do ambiente. E “os primeiros receptores sensoriais são as membranas celulares. Elas registram o fluxo de fluido que passa através delas e o ritmo e a pressão exercidos em suas paredes internas e externas (...). À medida que o feto amadurece, quando ele se move, ele recebe o *feedback* proprioceptivo/vestibular juntamente com o *feedback* tátil do toque simultâneo do fluido amniótico, da parede de útero e das próprias partes do corpo”.²⁷

A ciência não considera o movimento como um sentido, ele não se encaixa dentro do conceito de aparato de mediação corpo-mundo, como são considerados os sentidos na cultura ocidental. Cohen chama a atenção para o fato de que como a ciência esteve comprometida historicamente, em sua gênese, com uma cultura de desvalorização do corpo vital, o movimento não foi valorizado como um dos sentidos privilegiados do corpo. Mas no BMC consideramos que “não somente o movimento é uma percepção, como a primeira percepção de aprendizado, desempenhando um importante papel na linha de base para o nos-

25 COHEN, 2015, p. 30.

26 COHEN, 2016b, p. 26.

27 Ibidem.

so conceito de percepção”,²⁸ informando o desenvolvimento dos outros sentidos. O movimento e o tato são os sentidos primordiais que emergem e conectam, nos primórdios da vida do embrião, os dois níveis de experiência, a interna e a externa: o movimento e o tato através das células dentro do corpo; e o movimento do corpo no espaço e da pele em contato com o mundo externo.²⁹ Segundo Cohen, as experiências com estes dois sentidos desde o útero materno “são fundamentais para entendermos o ambiente como composto tanto de processos internos, quanto de estímulos externos”,³⁰ o dentro e o fora em em continuidade.

Desejo apenas acordar as pessoas – a sociedade – para o papel-chave que o movimento e o toque desempenham no desenvolvimento dinâmico da experiência de percepção de si mesma [...] [Eles] são fundamentais para descobrirmos quem somos e quem é o outro, e como dançamos juntos nessa vida.³¹

Cohen entende o aprendizado como “a abertura de nós mesmos para a experiência da vida”, sendo que “a abertura é um ato motor e a experiência é a interação entre acontecimentos sensoriais e motores”.³² O aprendizado é também, no BMC, um processo pelo qual variamos a nossa resposta ao mesmo estímulo ou a estímulos parecidos, dependendo da necessidade da situação. “Aumentando a eficiência e a integração de nossos sistemas sensoriais, aumentamos nossa gama de escolhas na interação com nós mesmos e com os outros e, deste modo, ampliamos nosso potencial de aprendizagem”.³³ Cada um dos sentidos se articula com todos os outros, em interações sinestésicas complexas, o que significa que podemos tanto restringir quanto ampliar a percepção de um dos sentidos estimulando os outros. A percepção, como o processo físico e emocional de interpretar as informações sensoriais, é um processo psicofisiológico, ou seja, as relações de vínculo, defesa e aprendizagem que estabelecemos com o mundo através de cada um dos nossos sentidos se baseiam nas emoções vividas através desses sentidos. Cohen salienta a importância de nos sentirmos suficientemente apoiados para sermos capazes de construir vínculos através dos sentidos, pois tendemos a nos defender de um estímulo quando este é mais do que podemos

28 Ibidem, p. 214.

29 O nervo cranial vestibular é o primeiro dos nervos craniais a mielinizar. Os receptores táteis estão localizados dentro da pele de todo o corpo, fornecendo informações dos movimentos do corpo e discriminando os limites do “que é próprio, o que é estranho, e o espaço existente entre esses dois aspectos” (COHEN, 2016b, p. 25). Obs: Os nervos mielinizam (desenvolvem uma camada de gordura isolante) pela ordem de importância na sobrevivência.

30 COHEN, 2016b, p. 26.

31 COHEN, 2015, p. 219.

32 Ibidem.

33 COHEN, 2016b, p. 27.

processar naquele momento.³⁴ O apoio que possibilita criar vínculos, por sua vez, se desenvolve desde a vida embrionária intrauterina, tanto a partir das primeiras experiências do tato e do movimento, quanto das “memórias evolucionárias ou genéticas inatas que estão contidas em cada célula e no sistema nervoso”³⁵, assim como da relação do feto com o corpo e o ambiente da mãe.

A forma como o BMC entende os sentidos e a percepção é uma abordagem alternativa ao conceito tradicional científico do processo sensório-motor, pois considera o movimento como um sentido primordial, e propõe que ele não se restringe à resposta motora, mas que tanto a fase sensorial quanto a fase motora do ciclo perceptual têm atividades sensoriais e motoras. Em vez de entender o funcionamento do looping sensório-motor com os nervos sensórios só recebendo estímulos e os nervos motores só respondendo aos estímulos, Cohen sugere que:

Sentir não é apenas ser passivamente estimulado; perceber não é apenas receber informação de forma passiva; motor não é apenas responder de modo direto à estimulação. Há atividade perceptual na atividade motora e atividade motora na recepção de informação e na percepção.³⁶

Partindo do conhecimento que a percepção se baseia nas experiências anteriores, e que, portanto, chegamos para uma nova experiência carregando uma mala de expectativas prévias informadas pelo passado, Cohen propõe que temos a possibilidade de expandir nosso potencial de escolha direcionando a *awareness* nos nossos órgãos dos sentidos, como um ato motor de “escolher quais aspectos dos sentidos vamos absorver”. Esta fase é chamada de “foco motor pré-sensório”, e é uma decisão ativa, mesmo que às vezes inconsciente. É o que nos permite afirmar que perceber já é agir, e abre espaço para o direcionamento dos sentidos para aspectos menos observados pelo hábito.

Acho importante trazer um pouco sobre o papel do toque no aprendizado da anatomia experiencial, pois este é um modo especial de praticar a arte de notar no BMC. O toque celular é experimentado como um convite à “aceitação do fluxo de energia em nós e entre nós e os outros”.³⁷ Através do toque é possível não apenas reconhecer os padrões dos diferentes tecidos, mas abrir-se para se deixar afetar, transformar, repadronizar pelo encontro. Um pressuposto aparentemente

34 Ibidem, p. 21.

35 Ibidem, p. 36.

36 COHEN, 2015, p. 219.

37 Ibidem, p. 31.

óbvio mas que só aprendi com o estudo do BMC, é que quando tocamos uma pessoa, ela também nos toca. É uma comunicação silenciosa onde “uma interação sutil entre corpo e mente pode ser claramente experimentada”.³⁸ E isso é válido também para o autotoque – quando tocamos com a mão outra parte do nosso corpo, esta parte também toca a mão – e para todas as interações que fazemos pelo tato com o mundo. Digo que esta relação de reciprocidade parece óbvia, mas me dou conta de que a primazia de uma experiência de sujeito, da fantasia de um Eu independente olhando o mundo que está fora e separado dele, nos privou de desfrutar conscientemente disso, como se ao tocar qualquer coisa, aquele que tocasse conservasse um lugar de emissor enquanto o tocado seria apenas receptor. Numa relação, arrisco dizer, masculinista de focar apenas no que atravessa as membranas do corpo para fora, sem atentar para a reciprocidade inerente das zonas de fronteira e encontro. Isso não quer dizer que no trabalho de toque não haja diferentes papéis, que não tenha alguém que está no lugar de tocar o outro. Mas a experiência da reciprocidade é o que vai guiar o encontro.

O toque celular é a base para todas as qualidades de toque que serão desenvolvidas nas práticas de BMC, a medida que os diferentes sistemas são estudados. Ele não tem nenhuma proposição objetiva de manipulação de tecidos, e se apresenta mais como um convite a um encontro, com uma intenção direcionada à escuta, ao não-fazer, a uma qualidade atencional de presença e de recepção. Quando queremos tocar um tecido celular específico, nós então fazemos o toque a partir do tecido correspondente em nós. Tocamos os ossos a partir de nossos ossos, tocamos os órgãos a partir de nossos órgãos correspondentes e assim por diante, sintonizando com as diferentes frequências que caracterizam os diferentes padrões vibratórios dos diferentes tecidos. Então o primeiro movimento daquele que vai tocar é o de trazer a *awareness*, no próprio corpo, para aquele tecido específico que será tocado no outro. A partir disso, o toque se abre para sentir as camadas e ritmos específicos do tecido tocado e seguir suas linhas de força, escutando as ressonâncias e dissonâncias que possam aparecer. Tocar como quem encontra uma velha amiga e se interessa em saber como ela está naquele momento. Tocar sintonizando um campo vibratório comum e sustentando uma presença interessada e curiosa sem a necessidade de fazer nada. Nesse caso, estar presente é o fazer. A sintonia do encontro se faz perceber, afetando ambos envolvidos no toque, e convidando então à repadronização das frequências e padrões vibratórios das estruturas locais.

38 Ibidem.

Se minhas mãos me dizem “não se aproxime”, se eu sinto uma recusa, eu não irei a esse lugar. Se minhas mãos são atraídas a uma zona, eu vou e observo. Após todos esses anos de estudo da estrutura, eu posso ver onde vão minhas mãos, mas eu não as dirijo conscientemente na direção de uma estrutura. Eu não manipulo no sentido de fazer alguma coisa a alguém. Eu recebo muito mais as informações a partir de diferentes níveis do tecido. Há uma maneira de colocar suas mãos onde não se sente a superfície e depois vai-se um pouco mais profundo e ainda mais profundo e passa-se do outro lado [...], através das mãos como um radar, em busca de informações. Eu tento sentir onde se encontra o bloqueio e como o atravessar a fim de o integrar.³⁹

Cohen ressalta o vínculo que pode ser criado em um simples toque celular, pela migração celular fluida, através de ondas de vibração, para o local do contato. “O vínculo é um processo das superfícies da pele moverem-se em direção uma à outra, e então a carne, os ossos, os músculos, o fluido e eventualmente o corpo inteiro podem responder a esse contato. Não precisamos de nossos cérebros para isso”.⁴⁰ Um toque é potencialmente transformador para ambas as partes envolvidas. Cohen ressalta que pode acontecer que não queiramos nos vincular com um toque, por motivos diversos ligados às histórias pessoais. É importante percebermos as relações que tecemos de vínculo e de rejeição, conosco e com os outros, através do toque e também através de todos os sentidos, pois elas desenham o mundo que podemos conhecer.

A profundidade da comunicação háptica no BMC possibilita desenvolver uma esfera íntima e corporalizada de contato, contribuindo para a desconstrução da primazia da visão, sentido habitualmente privilegiado e intimamente entrelaçado à construção do saber logocêntrico na produção de conhecimento ocidental.

39 COHEN, 2002, p. 148 *apud* CAETANO, 2012, p. 171. Para aprofundar sobre a questão da transformação na dinâmica dos sentidos promovida pelo BMC, em diálogo com o pensamento de Hubert Godard, consultar o trabalho de CAETANO, 2012, referência fundamental para o presente estudo.

40 COHEN, 2016, p. 6.

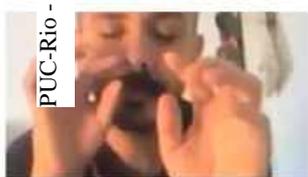
Vamos fazer uma experiência de toque celular? Não tem mistério, é simplesmente um toque presente. Escolha um lugar do seu corpo, como fizemos da outra vez, pode ser no braço, no peito, na perna... Escolha um lugar onde vai tocar com uma ou com as duas mãos. Vamos lembrar do que falamos em relação às células se moverem em direção ao contato. Não é que elas saiam correndo para lá, mas se comunicam via fluidos intersticiais e se conectam com esse contato, de modo que toda a sua presença está conectada nessa relação. E vou convidar vocês, a deixar que essa mão, aonde quer que ela esteja, se entregue, ceda na direção do contato, mas sem fazer pressão. Uma imagem que uso é de uma mão submarino, que vai devagarinho se aprofundando à medida que os tecidos vão permitindo, entrando em contato com o que se manifesta nesse encontro. O toque celular é um toque sem uma intenção outra além da intenção de estar presente, em contato.Observe se o lugar que você tocou vai ao encontro da sua mão, e a sua mão vai ao encontro do lugar que você tocou. Como você vive esse encontro? Como você sente a sensação desse vínculo, dessa conexão que se criou? E aos poucos você vai desfazer esse vínculo, bem devagarinho, observando o que você vai sentindo à medida que você vai separando o contato. E aí você pode fazer aquela checagem de sentir a diferença entre a mão que tocou e a outra mão, chamando seu sistema nervoso para perceber essa sensação e registrar isso, para aprendermos a sentir essa outra dimensão de comunicação.

Umbrei agora da Mukara Meredith, mestra de Hakomi⁴¹, dizendo: "Uma escuta profunda é um ato de amor." Como isso reverbera com o que vocês acabaram de experimentar?

41 Método Matrix-Hakomi de terapia psicossomática baseado na atenção plena e na inteligência dos grupos.

"O toque é o outro lado do movimento e o movimento é o outro lado do toque. Eles são a sombra um do outro"⁴²

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA



42 COHEN, 2016b

O pesquisador Hubert Godard tem uma compreensão particular sobre o sistema perceptual, muito afinada com a filosofia deleuziana e com a psicanálise, que pode trazer novos matizes para a questão. Em uma conversa com a psicanalista Suely Rolnik, Godard salienta que não se trata apenas da sobreposição da visão sobre os outros sentidos, mas de uma “hipertrofia do olhar objetivo”,⁴³ fundado pela perspectiva clássica renascentista, e muito presente em nossas sociedades ocidentais contemporâneas, que vai além da visão e informa o modo como todos os sentidos se relacionam com a percepção. Godard contrapõe esse olhar objetivo e objetivante, cortical, associativo, que se projeta no espaço do mundo e é intimamente relacionado à linguagem, a um olhar subjetivo, subcortical, no qual a pessoa se funde com o contexto, sem distinção entre sujeito e objeto, “um olhar cego”.⁴⁴ E propõe que esta dupla operação do olhar acontece no interior de todos os sentidos, devido ao próprio funcionamento objetivante da percepção, que sempre vai associar novos estímulos a experiências já conhecidas, de modo que ficamos presos numa neurose dos sentidos⁴⁵, a tal ponto que nossos imaginários deixam de funcionar. Godard ressalta que há uma revolução a ser operada no interior de cada sentido⁴⁶, para que possam abrir-se para uma sensorialidade não codificada, interpretada e nomeada. Não se trata de abdicar da objetividade, propõe, mas de poder mantê-la como um trilho para permitir um contra-mergulho cego⁴⁷ no interior dos sentidos. É preciso, num primeiro momento, ser capaz de abandonar a segurança do olhar objetivo, aquela que nomeia o eu e o outro⁴⁸, e entrar num terreno desconhecido. Achar o estado de vazio, de suspensão, e uma zona de silêncio que é um trampolim para voltar a pôr a percepção em movimento⁴⁹.

As práticas do BMC promovem esse contra-mergulho cego no interior dos sentidos, como já vimos até aqui. O aprendizado não tem a intenção de ditar o vivido, nem foca na apreensão de uma verdade objetiva sobre o corpo, mas na experiência de cada corpo sentindo em si os efeitos do contato com o outro. Há uma abertura para essa antropofagia dos sentidos⁵⁰ que propõe Godard, permitindo que as coisas e seres do mundo entrem em nosso corpo, e que possamos observar e compreender os efeitos desta ação, não para saber o que é, com

43 GODARD 2005, p. 73.

44 Ibidem.

45 Ibidem, p. 74.

46 Ibidem, p. 73.

47 Ibidem.

48 Ibidem.

49 Ibidem.

50 Ibidem, p. 74.

apetite ontológico voraz, mas por curiosidade pelo movimento que ele gera em nossa corporeidade. Há uma aposta existencial, filosófica e ética nesse modo de aprendizado. Ele nos convida a sentir que “a alteridade não é um outro exterior, mas antes de tudo uma dissociação em cada um dos meus sentidos, um outro em mim”⁵¹.

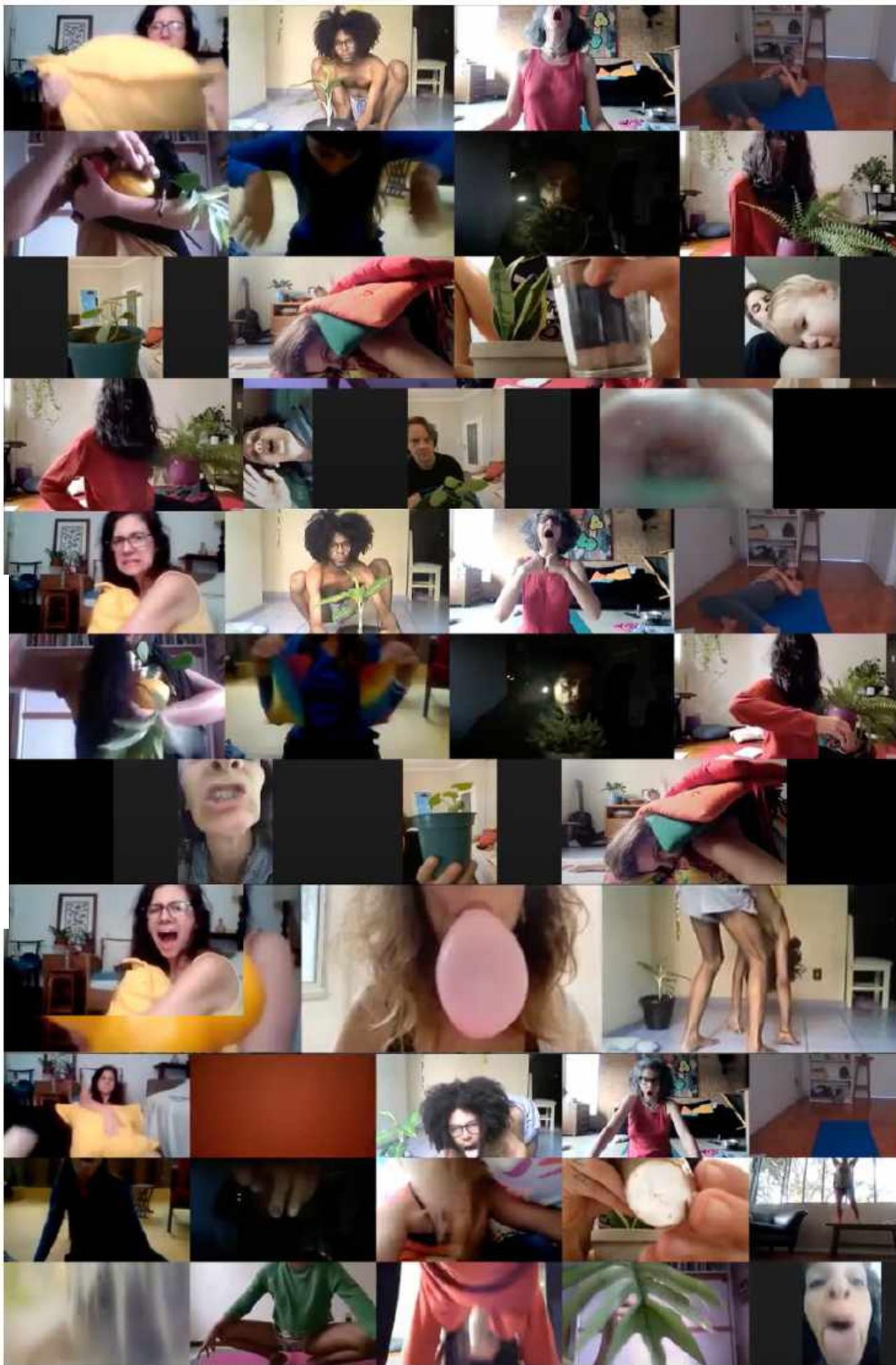
Quando toco a mesa ao mesmo tempo a mesa me toca. E quando digo que “a mesa está áspera”, estou falando de mim, da mesa, ou da mesa em mim? O que sente a mesa do toque da minha mão? Quando toco o corpo do outro, posso aceitar ser tocado? Quando escuto a voz do outro, sou capaz de suspender o julgamento e me conectar em como a vibração da voz do outro afeta meu corpo? Posso ser tocada pelo som de uma voz antes de interpretá-la? Como abandonar uma relação objetificante com o corpo do outro e entrar em uma relação de reciprocidade etoecológica?

Essa revolução dos sentidos é clínica, artística, ética e política. Pois, abraçando a missão de recolocar a percepção em movimento, abre o campo para a emergência um outro gesto, um outro corpo, uma outra atitude de vida, uma outra utopia. A esse propósito, Ronlik propõe que uma maneira de reencontrar o coletivo é entrar nessa qualidade subjetiva dos sentidos cegos, onde “o ímpeto da imagem do corpo e dos fantasmas diminui”.⁵²

Em que medida a anatomia poética do BMC faz da matéria do corpo este território de cultivo de uma utopia? Em que medida o corpo de sensorialidades dilatadas do BMC abre o caminho para a emergência de um pensamento ecosomático de diversidade e reciprocidade, comprometido com o habitar coletivo de mundo em seus múltiplos modos e escalas de existência?

51 Ibidem, p. 75.

52 Ibidem, p. 75.



Trago a história que li em Bruno Latour⁵³ sobre o treinamento de profissionais especializados em discernir olfatos na indústria de perfumes. O treinamento dos “narizes” (como são chamados esses profissionais), acontece durante uma semana na qual o professor treina seus alunos com a ajuda de um kit de odores variados. Com o tempo, os alunos começam a se tornar sensíveis às pequenas diferenças entre os odores que antes não percebiam. Latour aponta que o treinamento inaugura, ao mesmo tempo, a aquisição de um nariz super sensível e de um mundo de odores diferenciados. Os alunos de perfumaria aprendem a sentir odores que antes, quando não eram distinguidos, não produziam efeitos neles. Eles aprendem a ser afetados por algo ao qual eram indiferentes. Efeito e afeto, lembra Latour, têm a mesma etimologia vinda do latim – *facere* (fazer). Ou seja, há um fazer em ser afetado. Ser afetado é ser efetuado, feito, movido. Antes da prática, se os alunos sentissem os perfumes, estes não lhes faziam nada, não despertavam suas atenções, não os moviam, não efetuavam diferenças. A capacidade de sentir se relaciona diretamente com o aprendizado de ser afetado, propõe Latour, “um empreendimento progressivo que produz simultaneamente um meio sensorial e um mundo sensível”⁵⁴. Um mundo sensível é um mundo de camadas diferenciadas, que produz novas articulações a partir do aprendizado de ser afetado. Para Latour, ser articulado seria ter a possibilidade de ser afetado pelas diferenças, de ser “feito” pelos outros. Ser inarticulado seria sentir, fazer e dizer sempre o mesmo. Voltamos então à necessidade de promover uma revolução nos sentidos.

As práticas do BMC são, sem sombra de dúvidas, um treinamento de ser afetado. Práticas para abrir os canais que permitem ressoar com os outros, sejam eles entidades desconhecidas do próprio corpo que passam a existir para nós, sejam entidades de outra espécie, humanas e não humanas, reveladas pelo despertar sensorial, como os cogumelos matsutake encontrados em lugares improváveis da floresta. E os aparatos ou dispositivos experimentais que possibilitam este “aprendizado da afetação”, como o kit de odores, não são meros artefatos de mediação, mas uma parte essencial do que é ter um corpo sensível em um mundo de camadas diferenciadas. Os aparatos experimentais do BMC, por serem diversos e de diferentes ordens, oferecem múltiplos acessos e diversificam as formas de aprendizado, processando diferentes camadas de experiência. Diferentemente do estudo tradicional de anatomia, predominantemente visual, efetuado por imagens, textos taxonômicos e dissecações, cada uma das diferentes estratégias usadas no BMC promove diferentes modos de sensibilização do

53 LATOUR, 2008.

54 Ibidem, p. 40.

corpo, dando emergência a camadas diferenciadas dos sentidos, das estruturas corporais e do mundo experimentado por este corpo tentacular: os mapas anatómicos são aparatos que oferecem cartografias estabilizadas de imagens, funções e localização das partes do corpo⁵⁵ que são estímulos iniciais para as práticas de visualização; as práticas de movimento e as somatizações propõem explorações corporais conduzidas por narrativa oral, dando ênfase aos aspectos sensoriais a partir de questionamentos tais como: o que sente o corpo a cada momento? Como ele percebe o que sente?; o toque celular proporciona o contato com e entre diferentes tecidos celulares e as relações que emergem deste encontro; as práticas de respiração, sonorização e vocalização de, com e para tecidos celulares/órgãos e glândulas específicos estimulam a comunicação vibracional e a liberação de bloqueios locais; as vivências de Movimento Autêntico⁵⁶ estimulam a partilha e o testemunho do movimento em duplas e em grupo; as explorações e improvisações com música oferecem estímulos sonoros e rítmicos variados, promovendo o acesso à modulação de estados de presença do corpo; as explorações com materiais – bexigas com água, esponjas, gravetos, sacos de sementes, tecidos, massa de modelar, bolas de diferentes tamanhos, objetos e brinquedos para estimular os sentidos e os reflexos – contribuem para provocar, despertar e tangibilizar sensações corporais adormecidas ou bloqueadas; as alegorias e mímicas gestuais e composicionais (performando um processo orgânico no gesto individual ou na movimentação coletiva de um grupo) ajudam a corporalizar processos embriológicos e fisiológicos; a prática de desenhar, assim como de colorir desenhos de partes anatómicas diversifica e/ou sedimenta a elaboração da experiência vivida; o relato escrito promove a conexão entre a experiência do corpo e das palavras; a partilha coletiva de experiências contribui para dar contorno ao vivido e para criar um fundo comum de significação dos fenômenos.

A corporalização de um órgão como o coração, por exemplo, pode partir da visualização de imagens do coração dos manuais de anatomia; de uma somatização dos processos nos quais o coração está envolvido (respiração interna/circulação sanguínea); de um toque celular no coração; de uma dinâmica de abraço ou da relação de suporte e contrassuporte entre o coração e os pulmões;

55 CAETANO, 2022, p.139 desenvolve o conceito de "cartografia de corpo afetivo", para pensar a relação das experiências do BMC com os mapas anatómicos.

56 O Movimento Autêntico é uma abordagem somática relacional do movimento, que foi sistematizada pela norte-americana Janet Adler a partir dos princípios de movimento pesquisados pela bailarina Mary Whitehouse. O Centro Internacional do Movimento Autêntico no Brasil foi criado pelos artistas-pesquisadores Soraya Jorge e Guto Macedo. "O Movimento Autêntico é uma Prática do Testemunho, que se dá por uma pesquisa de investigação do movimento, do gesto, da palavra e da relação com o outro. Tem como objetivo desenvolver uma escuta apurada dos impulsos corporais, explorando uma interrogação: o que me leva a mover?"(<https://www.movimentoautentico.com>)

da mímica dos movimentos de rotação e espiralização do processo embriológico do coração e de muitas outras possibilidades. Todos esses diferentes acessos à matéria coração vão estimular, tal qual o kit de odores, a articulação de múltiplas camadas diferenciadas de sentidos sobre a experiência de ter um coração.

Tomo emprestada de Donna Haraway, como metáfora desse corpo movido por sensorialidades múltiplas, a noção de corpo tentacular, inspirada nos seres tentaculares do Chthuluceno para evocar um modo de pensamento e vida que seja como uma malha de relações formando desenhos com as linhas de conexão entre os diferentes corpos, humanos e não humanos. Junto com a tentacularidade, Haraway nos convida à responsabilidade como uma capacidade de resposta (*response/hability*), “desejando que os corpos sejam conectores no lugar de cápsulas, para reconhecermos nossas especificidades, aprofundar as diferenças e buscar a sintonia em lugar da empatia”.⁵⁷ A habilidade de responder, em vez de tão somente reagir, o que nos deixaria confinados em nossas “neuroses perceptivas”, se relaciona diretamente com o alargamento do espectro de escolhas que o BMC promove com o aprendizado experiencial dos sentidos e da percepção.

Haraway lembra que a palavra “‘tentáculo’ vem do latim *tentaculum*, que significa ‘antena’, e de *tentare*, ‘sentir’, ‘tentar’”.⁵⁸ Também encontrei “tocar, apalpar” na etimologia de tentáculo⁵⁹, e acho interessante observar que todos esses significados juntos compõem a ideia de tentacularidade que uso aqui para definir a rede de saberes articulados aos quais os sentidos e todo o corpo estão atrelados. Uma rede que vai muito além dos domínios de cada corpo e enreda em continuidade o dentro e o fora, cada um de nós e todas/os as/os outras/os, humanos e não humanos. Pois como propõe o ecologista e filósofo David Abram,

Os meus sentidos ligam-se uns com os outros nas coisas que percebo, ou melhor, cada coisa percebida reúne os meus sentidos de uma forma coerente e é isto que me permite experimentar a própria coisa como um centro de forças, como outro nexo de experiência, como um Outro.⁶⁰

Acho curioso que Haraway tenha abraçado como tropos do entrelaçamento conectivo corpos-mundos a noção de seres tentaculares. E como é próprio de seu pensamento, também ele tentacular, ela não se rende às fronteiras taxonômicas conhecidas para definir estes seres. Sua atenção está mais focada no es-

57 TORRES, 2019, p. 17.

58 HARAWAY, 2019, p. 54.

59 Etimología de TENTÁCULO.

60 ABRAM, 1997, p. 61.

paço entre, nas formas de relacionalidade que são engendradas em certo tipo de fenômenos de conexão em rede:

Os tentaculares não são figuras desencarnadas: são cnidários, aranhas, criaturas com dedos como humanos e guaxinins, lulas, medusas, espectacularidades neuronais, entidades fibrosas, seres flagelados, tranças de miofibrilas, entrelaçamentos microbianos e fúngicos emaranhados e cobertos de feltro, vinhas exploratórias, raízes inflamadas, criaturas com gavinhas que se esticam e trepam. Tentaculares são também redes e interconexões, bugs de TI, dentro e fora da nuvem. Tentacularidade é sobre a vida vivida através de linhas – e que riqueza de linhas – e não pontos ou esferas.⁶¹

61 HARAWAY, 2019, p. 54.

Fronteiras não param quietas⁶²

A matéria não é um substrato ou uma mídia para o fluxo do desejo. Materialidade ela mesma é sempre um dinamismo desejante, uma reconfiguração reiterativa, energizada e energizante, vívida e vivificante. [...] E esta matéria que sente, deseja, sofre, conversa e lembra não é um privilégio da vida humana.

Karen Barad

Agora deslizo algumas linhas e mudo de direção. Adentro o campo espesso da teoria da física quântica proposto por Karen Barad sobre a performatividade da matéria, o realismo agencial e o emaranhamento quântico, noções relacionadas à difração e especialmente interessantes para conversar com a matéria corporal viva e processual do BMC.

Barad está interessada na investigação de “como a matéria se faz sentir”⁶³, criticando o “poder demasiado substancializante” da linguagem na epistemologia ocidental moderna, em detrimento da matéria:

Como a linguagem tornou-se mais confiável que a matéria? Por que à linguagem e à cultura são concedidas agência e historicidade próprias enquanto a matéria é caracterizada como passiva e imutável, ou, quando melhor, como herdeira de um potencial de mudança derivante da linguagem e da cultura?⁶⁴

Barad critica o representacionismo que assume uma distinção ontológica entre as coisas e as suas representações, uma herança cartesiana, “um hábito mental sedutor e insistente”⁶⁵ de separação entre o ato de conhecer e as coisas conhecidas, criando uma distância entre o mundo “interno” do pensamento e o mundo “externo” da natureza, e insistindo em nos fazer acreditar que temos um acesso privilegiado aos nossos pensamentos que não temos em relação às coisas materiais do mundo. Ela lembra que a guinada em direção à noção de performatividade veio desafiar o representacionismo, deslocando o olhar das representações para as práticas discursivas, confrontando o “poder excessivo dado à linguagem de determinar o que é real”⁶⁶ e trazendo para o foco as práticas, fa-
zeres e ações e questões sobre agência, materialidade e discurso.

62 BARAD, 2017, p. 21.

63 Idem, 2012, p. 59.

64 Idem, 2017, p. 8.

65 Ibidem, p. 9.

66 Ibidem.

Uma breve incursão sobre a noção de performatividade nos mostra que ela atravessa muitos domínios e áreas do conhecimento, entre os quais os estudos da linguagem, a filosofia, a teoria *queer*, as teorias feministas e os estudos da performance propriamente ditos. As origens do conceito remontam à noção de “atos de fala” desenvolvida pelo filósofo da linguagem J. L. Austin, interessado em pensar o poder das palavras quando organizadas em enunciados e dentro de um determinado contexto cultural, de fazer coisas, em vez de simplesmente descrever ou narrar, e, portanto de “transforma[r] a realidade *ao* dizer algo e *por meio do ato de* dizer algo”.⁶⁷ O filósofo Jacques Derrida também se debruçou sobre este conceito, oferecendo contribuições críticas importantes à teoria dos atos de fala a partir do viés pós-estruturalista. Para Derrida, os atos de fala são iterativos, ou seja, estão em conformidade com modelos previamente estabelecidos, e portanto são sempre uma citação, uma “re-presentation de um ato desempenhado inúmeras vezes antes”⁶⁸. A teórica feminista Judith Butler expandiu o conceito de performatividade para além do campo linguístico, seguindo o rastro dos estudos de Michel Foucault e compreendendo os efeitos regulatórios do performativo na construção das identidades. Butler introduz a noção de performatividade de gênero propondo que o gênero não é uma substância essencial dos sujeitos, mas algo da ordem do fazer, como uma ação incessantemente reiterada, cuja força deriva justamente dessa sua natureza citatória, respaldada por todos os atos de autoridade invocados antes dela e atualizados nela: “uma prática reiterativa e citatória pela qual o discurso produz os efeitos daquilo que nomeia”.⁶⁹ É, portanto, através de uma performance continuamente reiterada que o gênero se constitui. Outra contribuição relevante aqui para o conceito de performatividade é da pesquisadora dos Estudos da Performance Erika Fischer-Lichte,⁷⁰ segundo a qual a performatividade é constitutiva de realidade (cria a realidade que expressa) e se produz a partir de uma autorreferencialidade (significa exatamente o que faz, não representa nada).

Barad evoca uma noção de performatividade a partir de Foucault e de Butler, reconhecendo a importância das relações performativas que envolvem a materialidade dos corpos e as práticas discursivas, mas chama a atenção para o fato de ambos não terem se detido, em suas teorias, a decifrar “como precisamente práticas discursivas produzem corpos materiais”:

67 BERNSTEIN, 2004, p. 61 (grifo da autora).

68 Ibidem, p. 62.

69 BUTLER, 1993, p. 2 *apud* BERNSTEIN, 2004, p. 64.

70 FISCHER-LICHTE, 2011.

Como Hanna afirmava que a ciência somática estava vinculada à física quântica, que a distinção entre soma e corpo correspondia exatamente à distinção entre onda e partícula: a concepção da matéria física como partícula e da matéria viva no corpo é o ponto de vista newtoniano, objetivo, que tem as próprias leis de massa, gravidade e momentum — essas leis contam para a interação contínua e unificada de partículas separadas.

A *awareness* humana é um poder tão significativo para a ciência somática quanto $E=mc^2$ é para a ciência da terceira pessoa.⁷⁶

Se Foucault, ao *queerificar* Marx, posiciona o corpo como locus das forças produtivas, o local em que a organização em larga escala do poder liga-se com as práticas locais, então qualquer teoria robusta da materialização dos corpos, assim parece, deveria necessariamente levar em conta como a materialidade do corpo — por exemplo, sua anatomia e fisiologia — e outras forças materiais importam ativamente ao processo de materialização.⁷¹

E problematiza as teorias que conferem às práticas discursivas sociais o papel de determinar a matéria, duvidando de “como forças psíquicas e sociohistóricas poderiam por si só dar conta da produção da matéria”.⁷² Barad propõe então que é necessária uma reconfiguração materialista e pós-humanista da noção de performatividade, a partir dos conceitos de difração, intra-atividade, ontologia realista agencial e emaranhamento quântico, empreendendo uma verdadeira revisão onto-epistemológica na matriz do pensamento ocidental.

Foi a metafísica atomista do grego Demócrito, que, segundo Barad, definiu o átomo como uma entidade individualmente determinada e indivisível, o passo inicial que determinou os pressupostos científicos da física newtoniana e das teorias sociais liberais, transformando relações em coisas. Em contraposição a este modelo, o físico Niels Bohr propôs o modelo quântico de átomo, que rejeita que átomos são entidades ontologicamente dadas, a partir de experimentos notórios da física quântica, tais como o Experimento

71 BARAD, 2012, p. 14.

72 BARAD, 2017, p. 15.

76 HANNA, 1987-88.

Vi no YouTube a chamada: PROFESSOR DANIEL ENSINA A VERDADE DA FÍSICA QUÂNTICA SEM AS BOBAGENS DA PSEUDO-CIÊNCIA. Curiosa, fui checar. Diz o professor Daniel: observar, em física quântica, ou seja, no universo as coisas muito pequenas, das partículas subatômicas, é interferir, não tem como observar sem interferir. Então quer dizer que o aparato experimental interfere no resultado sim, mas veja bem, é o ato de medir que modifica o sistema, o aparato experimental usado para a medição, não o ato de olhar, como em os picaretas esotéricos plantão!!! Mas, professor Daniel, pensei, o olhar não é o aparato também? Mas o professor Daniel continua: no mundo macroscópico da nossa experiência, os efeitos da dualidade onda-partícula não podem existir. Cadeira é partícula e nunca vai se comportar como onda. Cada um dos átomos que compõem a cadeira sim, mas os bilhões de átomos que a compõem, juntos, não. A cadeira se comporta como dita a física clássica newtoniana. O próprio Einstein ficou incomodado com essa ideia de uma partícula coexistindo em estados contraditórios porque perturbava a causalidade da física clássica, pois a natureza se mostrava incerta e indeter-

da Dupla Fenda⁷³ e o Princípio da Incerteza de Heisenberg⁷⁴, mostrando que uma partícula subatômica, como um elétron, não é tão determinado quanto pensava Demócrito. Enquanto não for observado, detectado e medido, um elétron não pode ser definido nem como uma partícula nem como uma onda, vigorando em estado indefinido e indeterminado de sobreposição quântica. O aparato de medição que for usado para o experimento é que vai determinar se o elétron se comporta como uma onda ou como uma partícula. Ora, na física clássica newtoniana, partículas e ondas são duas espécies absolutamente distintas de entidades: partículas são entidades situadas, que ocupam um lugar específico no espaço e no tempo, de forma que é impossível ter duas partículas ocupando o mesmo espaço ao mesmo tempo. E as ondas, por sua vez, nem são entidades de fato. São, como propõe Cohen, forças em movimento ou, como define Barad, “distúrbios no campo”⁷⁵, podendo se sobrepor e se interferir infinitas vezes. Então como poderia um elétron ser

73 O experimento da dupla fenda é um experimento de física no qual partículas são emitidas na direção de uma abertura com uma dupla fenda, que forma um padrão difrativo de comportamento ondulatório, evidenciando esta característica da luz. No entanto, dependendo do aparato, ou dispositivo usado, a luz pode ser detectada como partículas de fótons, e não como ondas, apresentando então uma característica corpuscular. Essa mudança no comportamento da luz acaba gerando uma aparente contradição quanto à definição de sua verdadeira natureza ontológica, que Niels Bohr resolveu ao constatar que não há um referente objetivo como uma entidade abstrata que exista independentemente com características inerentes, e sim o fenômeno da luz intra-agindo com o dispositivo, o que lhe confere uma dualidade onda-partícula, ou matéria-energia (BARAD, 2017, p. 20).

74 O Princípio de Incerteza de Heisenberg, formulado por Werner Heisenberg em 1927, tornou-se uma das principais referências da Física Quântica ao propor que há uma indeterminação na medição do comportamento de uma partícula, uma vez que o ato de medir perturba a partícula e modifica o seu movimento, contrariando a concepção da Física Clássica de que se pode medir simultaneamente a posição e a velocidade de uma partícula sem perturbar o seu movimento. A ideia é que o experimento impõe uma condição à precisão simultânea nas medidas de posição e quantidade de movimento de uma partícula: se conhecemos uma delas com maior precisão, perdemos a precisão na medida da outra grandeza. Ou, ainda, dito de outro modo, ao diminuir uma das incertezas, a outra cresce na mesma proporção. (Fonte: *Wikipédia* e *Princípio de Incerteza de Heisenberg – Física* - site do curso de graduação em Física da UFSM).

75 BARAD, 2012, p. 60.

minada. “Deus não joga dados com o universo”, ele disse. O mundo quântico é um negócio muito esquisito mesmo, e eu sou clássico, diz o professor Daniel para encerrar sua aula.

uma partícula e uma onda simultaneamente? Se a ontologia do elétron se transforma dependendo do aparato de medição, seria uma ontologia indeterminada? Qual a relação entre o elétron e o aparato de medição? Em que medida a indeterminação, normalmente delegada ao plano do pensamento e da sensibilidade, é uma propriedade-possibilidade da matéria? Como podemos falar em indeterminação quando lidamos cotidianamente com matérias aparentemente tão determinadas, como a cadeira na qual estou sentada ou o formato do meu crânio?

A interpretação quântica de Bohr para este fenômeno de indeterminação ontológica, defendida por Barad, já bastante conhecida do senso comum, se relaciona com a história de Latour sobre os narizes da indústria de perfumes: o ato de observar interfere na realidade observada, pois existe uma inseparabilidade entre o aparato de observação e o objeto observado. Dito de outro modo, conhecer é um engajamento material direto, sem separação entre sujeito e objeto. Nesta perspectiva, “as coisas não têm fronteiras ou propriedades inerentemente determinadas, pois é o próprio ato de medir e conhecer que determina as fronteiras e as propriedades”.⁷⁷ As coisas não são entidades que possuem atributos inerentes, são fenômenos. Só nas relações é que as coisas se tornam coisas “de fato”, ou, dito ao modo baradiano, a matéria se torna matéria em processos contínuos de intra-atividade, no devir dos fenômenos de materialização diferencial.⁷⁸ Daí emerge o conceito baradiano de intra-ações agenciais,⁷⁹ que consistem nos processos nos quais as coisas-fenômenos se tornam coisas-coisas delimi-

77 BARAD, 2012, p. 65.

78 BARAD, 2017, p. 22.

79 A noção de Intra-ação propõe uma mudança em relação à noção de interação, onde entidades diferentes interagem. As intra-ações são interações que fazem emergir entidades como sujeitos e objetos, um novo entendimento de causalidade.

tando uma fronteira. Ou seja, intra-ações agenciais são os acontecimentos nos quais “as fronteiras e as propriedades dos componentes dos fenômenos tornam-se determinadas e onde conceitos particulares corporalizados adquirem significado”⁸⁰. Uma intra-ação singular opera um corte agencial, uma resolução local e momentânea na indeterminação ontológica entre sujeito e objeto.⁸¹

As ciências ditas humanas também realizam uma guinada em direção a esta virada quântica, ao reconhecerem que a separação entre os níveis factual, de análise crítica e de interpretação de um fenômeno não pode ser tão bem delimitada objetivamente, pois a observação dos fatos, sua descrição e a própria seleção daquilo que se considera relevante já é uma interpretação da realidade.⁸² Não existe, portanto, um “fato puro” sobre o qual se desenvolveria uma camada interpretativa *a posteriori* pelo.a pesquisador.a. E, como um mergulho do sistema perceptual também mostra, a própria escolha do que é válido de observação já vem impregnada de experiências de vínculo e rejeição que estão ancoradas no corpo/subjetividade do.a pesquisador.a e da cultura na qual se insere (imbuído.a de concepções de gênero, raça e classe, além do contexto e das condições materiais da pesquisa). O conceito de fabulação especulativa emerge desta compreensão.

Segundo o antropólogo Stuart McLean⁸³ encontramos algumas raízes da noção de fabulação em Bergson e Deleuze, como “a criação de ficções suficientemente vívidas e intensas que sejam capazes de intervir e reconfigurar a realidade”, não como representação de um mundo já dado, mas antes, como “a transmissão participatória de processos materiais de formação de mundo nos quais os procedimentos humanos de criação estão sempre e desde já implicados.”⁸⁴ Partindo do entendimento de que as ficções criam realidades e de que toda realidade é ficcionalizada por aqueles que se dedicam a defini-la ou descrevê-la, McLean se propõe a pensar sobre o caráter fabulatório da etnografia, recuperando seu espírito de aventura experimental. Essa reflexão vai ser incorporada em muitos campos de conhecimento científico no alvorecer do século XXI. A fabulação especulativa ressurgiu como um libelo de abertura para a capacidade imaginativa e como uma saída para o impasse onde nos encontramos como civilização. É uma estratégia que nos possibilita imaginar caminhos de continuidade da vida na Terra, em meio à crise do Antropoceno, não apenas com humanos, mas com mais que humanos. Nunca estivemos sozinhos, sempre convivemos com não huma-

80 BARAD, 2017, p. 20.

81 Ibidem.

82 SILVA, 2015, p. 122-124. Ver também, sobre este assunto, HARAWAY, 1995.

83 McLEAN, 2017; PANDIAN & McLEAN, 2017.

84 McLEAN, 2017, p. X.

Ludmila Rosa | Muito lindo perceber como a anatomia é uma narrativa, uma ficção, uma criação. Não tem não tem certo e errado no sentido de que, como a gente percebe é como a gente vive aquilo ali. Pode ser mais ou menos funcional, mais ou menos saudável, do ponto de vista, sei lá, da vitalidade,... mas é muito libertador perceber que não existe mesmo um corpo ideal!

Eu | lembrei de uma história que a Donna Haraway conta num filme chamado *Storyling For Earthly Survival*, de ela fala que usou aparo nos dentes a infância eira pra ficar com os dentes feitos, e quando já adulta, estudando sobre a história da ontologia, ela descobre que parâmetros que nortearam os estudos de uma arcada dental perfeita foram pensados a partir das proporções dos rostos das estátuas gregas!!

Eu _ Vi uma aula do anatomista Gil Hedley em que ele dizia que os ossos variam tanto de uma pessoa para outra quanto os rostos das pessoas! Imagina só! E a gente não tem noção, né, porque a anatomia que a gente aprende nos livros mostra sempre aquele osso do homem branco europeu com aquelas proporções lá do homem grego semi-deus, tudo sempre igual e tal...

nos, plantas, bichos, minerais e artefatos feitos pelos homens – que são também feitos de materialidades infinitas – e nestas intra-ações nos co-constituímos como viventes compartilhando a construção de mundos em comum.

A fabulação especulativa aponta para a necessidade de inventarmos outras histórias, que emergem de um espaço entre humanos e não humanos, entre categorias taxonômicas entendidas como dadas e fixas (tal como sugere a noção de *inbetweeness*)⁸⁵. Nesse lugar está a possibilidade de fabular e o potencial de ter esperança de que as coisas possam se tornar diferentes ou melhores. A antropóloga Marilyn Strathern⁸⁶ propõe a fabulação especulativa como prática feminista acadêmica, escrevendo “sobre a aceitação do risco de contingência incessante, [...] que põe as relações em risco com outras relações a partir de mundos inesperados”⁸⁷, abrindo o caminho para que Haraway, Despret e muitas outras pesquisadoras das ciências ditas duras incorporassem o salto especulativo como um compromisso político de especular para além de onde o realismo pode alcançar:

SF é contar histórias e narrar fatos; é a criação de padrões de mundos possíveis e tempos possíveis, mundos semióticos-materiais, desaparecidos, aqui e ainda por vir. Trabalho com figuras de cordas [camas de gato] como um tropo teórico, uma forma de pensar-com uma miríade de colegas a fiar, feltrar, enredar, traçar e classificar de uma forma simpoiética. Trabalho com e dentro da SF como um composto semiótico-material, como teoria na lama, como mistura.⁸⁸

85 INGLOD, 2021.

86 STRATHERN, 2013.

87 HARAWAY, 2019, p. 29.

88 Ibidem, p. 53.

Babi Fontana | também fiquei com a ideia de que anatomia é narrativa, é ficção. Quando você falou pra gente trazer uma pedra, eu trouxe uma pedra muito grande. E depois eu fiquei tentando me relacionar com essa pedra gigante, que na verdade tem um formato que eu imagino que nenhum osso tem exatamente, daí eu pensei, será que eu fiz a escolha certa? E daí me veio essa tua fala, de que anatomia é fabulação, então foi interessante trabalhar com essa pedra, sabe? Um negócio realmente de um formato e de um peso completamente fora que eu imagino ser os meus ossos e formatos. E também, eu peguei uma pedra com purpura. Isso também me fez um bem grande. Peguei uma pedra com purpura e eu fiquei imaginando uma purpurinada interna nos meus ossos! Foi uma experiência muito boa!

| A gente tem muita tendência a falar: eu sou assim, meu corpo é assim. Mas até os ossos, que são a parte mais dura do corpo, são estruturas vivas, estão em processo. Se a gente muda o modo de usar os nossos ossos, o modo como os músculos atuam sobre eles, o modo como eles se relacionam com a força da gravidade, eles mudam de forma, eles mudam de presença! A matéria do corpo se refaz continuamente, ela se performa. O que você faz, como você faz, como você percebe o que faz, como você fabula

Nesse sentido, criar fabulações especulativas é fazer mundos em companheirismo com seres “estranhos” de outras espécies, estando conscientes de nossa copresença e dependência em relação à vida mais que humana. Haraway vê neste exercício um jogo de sobrevivência, um jogo como uma cama de gato, onde todos os jogadores participantes são igualmente implicados na continuidade do jogo, cultivando a habilidade de responder a um problema que lhe é colocado nas mãos, tornando-se mutuamente capazes de sustentar o mundo que aprendem a cada dia.

Acredito que o BMC propõe um exercício de fabulação especulativa do corpo, no sentido que promove que contemos histórias que ainda não conhecemos sobre e com o corpo, fabulando junto de e com outras espécies de seres que nos habitam – trilhões de células, em parceria com outro trilhão de bactérias e fungos no jogo contínuo da nossa vida – os nossos corpos-mundos e, juntamente com ele, os mundos-corpos que habitamos. Uma fabulação que emerge desse espaço entre, lugar de indeterminação e de atualizações potenciais, e não das categorias taxonômicas determinadoras de fronteiras absolutas entre tecidos celulares e estruturas anatômicas. E penso que os processos de corporalização possibilitam que esses diferentes seres – os ossos, os neurônios, os músculos, os diversos fluidos, as glândulas, os tecidos conjuntivos, os diversos órgãos – se reencontrem em arranjos múltiplos para constituem juntos as narrativas que geram o corpo de cada dia.

Voltando à teoria do realismo agencial de Barad, a autora propõe que quando entendemos a questão da indeterminação e da difração/interferência à luz da perspectiva quântica, o que se apresenta é a questão do emaranhamento, “uma questão ético-onto-epistemológica”.⁸⁹ Ou seja, a realidade não é composta de “coisas em si”, mas de coisas enquanto fenômenos/ reconfigurações/ emaranhamentos/ relacionais /rearticulações. Todas as fronteiras estão sempre em movimento – entre sujeito, objeto, discurso, matéria, humanos, não humanos, palavras, coisas... A matéria ela mesma é a própria materialização dos fenômenos, ou seja, um processo de vir a ser, de devir matéria, um fazer e “não a uma propriedade fixa inerente de objetos independentemente existentes”.⁹⁰ Do mesmo modo que as unidades materiais básicas não são coisas em si, as unidades semânticas primárias não são palavras, mas práticas material-discursivas através das quais as fronteiras são constituídas, propõe Barad. Esse dinamismo é a agência. “A agência não é um atributo, mas o contínuo reconfigurar do mundo”.⁹¹ Aqui há um deslocamento importante do conceito de agência, ela deixa de pertencer às coisas em si e passa a ser uma performatividade – o próprio fazer e refazer das fronteiras. Não é uma propriedade de pessoas ou coisas, não é uma atribuição metafísica, nem uma escolha, mas “uma questão da possibilidade de reconfiguração dos emaranhamentos”.⁹² E a matéria consiste em “um espessamento da agência, um processo estabilizante e desestabilizante da intra-atividade iterativa”.⁹³

O que essa perspectiva propõe, a meu ver, é colocar o mundo em movimento, trazê-lo de volta ao processo de vir a ser que caracteriza a vida, como salientava Margulis. Ou como propõe Cohen, à consciência do corpo como um processo contínuo de criar e dissolver padrões vibratórios, e que mesmo que alguns padrões se aglutinem em formas aparentemente estáticas, “dentro da sua mais íntima estrutura, só há movimento contínuo e mudança”.⁹⁴ Mas é também atentar para o fato de que fazemos inexoravelmente parte de um emaranhamento que nos conecta com o mundo à nossa volta, quer queiramos ou não.

Abraçar conscientemente o emaranhamento quântico nos obriga a repensar certas noções fundamentais da existência, entre elas a objetividade, a subjetividade e a responsabilidade. Também é das teóricas feministas que vêm as

89 BARAD, 2012, p. 52.

90 Idem, 2017, p. 26.

91 Ibidem, p. 22.

92 Idem, 2012, p. 54.

93 Idem, 2017, p. 26.

94 COHEN, 2018, p. 7.

Vamos caminhar no parque, propõe o antropólogo Tim Ingold. Encontre uma árvore. Ela é um objeto? “Em caso positivo, como a definiríamos? O que é árvore, e o que é não árvore? Onde termina a árvore e começa o resto do mundo?”¹⁰¹ A casca faz parte da árvore? E os bichinhos que moram na casca? E o musgo que cresceu no tronco? E os pássaros que fizeram um ninho em seus galhos? E o ar que balança as folhas e quebra um galho vez ou outra? Certamente a árvore não é um objeto, ela é “um cer-
agregado de fios vitais”.¹⁰² coisas não são entidades fechadas para o exterior, mas são feitas de “um nó cujos fios constituintes, longe de se fecharem nele contidos, deixam aberturas e são capturados por outros fios noutros nós”. As coisas vazam e transbordam por suas superfícies que se formam temporariamente em torno delas. “Observar uma coisa não é ser trancado do lado de fora, mas ser convidado para a reunião”.¹⁰³ Já os objetos “parecem já se encontrar trancados em suas formas finais, fechados em si mesmos. É como se eles tivessem nos dado as costas”.

ideias que trago aqui. É interessante pensar que Barad e Haraway são duas cientistas mulheres no contexto das ciências duras, espaço masculino por excelência, que se propõem a pensar formas de pensar e de pesquisar que não sejam baseadas nas noções de distância e separabilidade que são as condições *sinequanon* do fazer científico reconhecido como tal até hoje. Mas é possível, afinal, haver objetividade quando tomamos o emaranhamento sujeito-objeto como constitutivo de todos os fenômenos materiais-discursivos? A objetividade, propõe Barad, deixa de ser um espelhamento (reflexão) das imagens do mundo, para ser “sobre afiançar as marcas no corpo e responsabilizar-se para com os emaranhamentos dos quais fazemos parte”.⁹⁵ Para haver diferença, não é necessário haver separabilidade⁹⁶, ao contrário disso: “Diferenciação não é sobre exterioridade radical mas sobre diferenciação agencial ou seja, não é sobre *Otherring*, separar, mas ao contrário, sobre fazer conexões e compromissos. A verdadeira natureza da materialidade é o emaranhamento”.⁹⁷

O conhecedor não está na externalidade absoluta em relação ao mundo conhecido — não existe esse ponto de observação totalmente exterior inventado pela perspectiva renascentista. Assim, a condição de possibilidade da objetividade é “uma separabilidade agencial — uma exterioridade de dentro dos fenômenos. Nós não somos observadores fora do mundo, somos parte desta natureza que tentamos entender”.⁹⁸ Proposição que se aproxima de Cohen, quando diz, a

101 INGOLD, 2012, p. 28.

102 Ibidem.

103 Ibidem, p. 29.

95 BARAD, 2012, p. 52.

96 A pesquisadora Denise Ferreira da Silva explora este ponto em seu artigo “Sobre diferença sem separabilidade”, que consta no Catálogo da 12a Bienal do Mercosul (FERREIRA DA SILVA, 2020). Me limito aqui a citá-lo como referência, mas não pretendo aqui me aprofundar no diálogo com seu pensamento.

97 BARAD, 2012, p. 69.

98 Ibidem, p. 31.

respeito do BMC: “A pesquisa é experimental, assim como o material. Somos o estudo, o aluno, o professor”.⁹⁹

Esta operação de tirar a noção de objetividade de um lugar nenhum, supostamente neutro e inexistente, e situá-la na imanência das marcas efetivas deixadas no corpo, me remete ao que salienta Godard sobre experimentar os efeitos do outro dentro de si como a única possibilidade de acesso a este outro. Este outro não existe como determinação nem para mim nem para ele mesmo. Existimos um para o outro numa intra-atividade agencial situada e temporal, da qual posso apenas conhecer os efeitos do encontro em meu corpo. Acho que é também sobre abandonar definitivamente a pretensão de que uma percepção em terceira pessoa seja uma posição de poder privilegiada e portadora da verdade objetiva dos fatos.

Eu só posso responder a partir da minha experiência, e daí eu falo com muita confiança. A minha confiança é sobre a minha experiência, não sobre o fato, nem sobre a verdade dele. [...] Eu estou oferecendo sementes. Se elas te interessam, você pode plantá-las para encontrar sua própria experiência e verdade.¹⁰⁰

99 COHEN, 2015, p. 23.

100 COHEN, 2022b.

E então ele me perguntou

R _ Mas o que difere este pensamento de um pensamento de *fake news*? Se a verdade é de cada um, eu posso inventar a minha verdade?

Eu _ Pode, eu respondi. Sobretudo você pode inventar o seu corpo. Ou pelo menos se engajar nesta invenção. Acho que o que você levanta é sobre a disputa de narrativas. Se todas as narrativas são sempre parciais e situadas, nada garante que possam ser tomadas como verdades universais para todos.as. E qual o parâmetro de garante que a minha verdade é mais válida do que a do meu vizinho? Nada garante. Mas pensando a partir do que estamos estudando aqui, creio que princípios, crenças e práticas podem ser partilhadas por parcerias colaborativas simpoiéticas, configurando um fenômeno material-discursivo coletivo, um emaranhamento específico situado no tempo e no espaço. É o que estamos fazendo aqui, não é? Estudando juntas, fortalecendo nossas metodologias micropolíticas de vida.... Sua pergunta já gerou um padrão de interferência e já está se desdobrando em muitas outras questões fundamentais, mas vou trazer duas para cá. A primeira é: em que medida a anatomia é uma *fake news*, uma ficção, uma narrativa inventada a partir da qual experimentamos o corpo? Afinal, quem disse que o corpo se divide em ossos, músculos, órgãos, glândulas e etc.? E se em vez desta visão de corpo composto de sistemas, que informa os modos como vivemos em nossos corpos, percebêssemos o corpo de acordo com as camadas embrionárias que estão na origem de todas as estruturas corporais, a endoderma, a mesoderma e a ectoderma¹⁰⁴? O corpo seria composto então de um corpo da frente, um corpo do meio e um corpo de trás e a narrativa totalmente diferente informaria nossa experiência de nós mesmos, né? Nós concordamos que sim, que o corpo é sempre inventado, que toda anatomia é uma narrativa ficcional, te pergunto: quem é o autor da narrativa do seu corpo anatômico? Você? Sua família, seus ancestrais? Seus médicos, terapeutas? Seu personal trainer? Seus amigos.as, namorados.as? O Brasil? O mar do Rio de Janeiro? A violência no Rio de Janeiro? A cama onde você dorme, a cadeira onde você estuda? O ar que você respira? A árvore de onde você caiu e quebrou o braço? O gato que você nunca teve? O Jelsonaro faz parte da narrativa do seu corpo? O menino pedindo dinheiro aqui embaixo na rua, faz parte? Eu faço parte da narrativa do seu corpo? Esta luz? Esta conversa faz parte? Esses experimentos que estamos fazendo aqui fazem parte do emaranhamento material-discursivo do qual você faz parte, que é o fenômeno que cria a narrativa do seu corpo, da anatomia ao psiquismo? E se o seu corpo anatômico é este fenômeno do encontro de todas as experiências com humanos e não humanos da sua existência, qual a sua responsabilidade na tessitura cotidiana deste emaranhado?

104 As 3 camadas celulares embrionárias são a Endoderma, camada mais interna do disco embrionário será a fonte dos revestimentos epiteliais do aparelho digestivo, do fígado, do pâncreas, dos pulmões dos brônquios, da traqueia, da faringe, da tireoide, da paratireoide, das amígdalas, do tubo faringo-timpânico, da cavidade timpânica, da bexiga e uretra; a Mesoderma, camada intermediária que dará origem ao tecido conjuntivo, aos ossos e cartilagens, aos músculos, ao sangue, às células linfáticas e vasos, à medula óssea, ao coração, aos rins, ao baço, às gônadas e aparelho genital, às membranas serosas e fluidas que revestem as cavidades do corpo, aos dentes e à derma interna da pele; e a Ectoderma, camada mais externa que vai formar o sistema nervoso central e periférico, a epiderme, as glândulas pineal e hipófise, a lente dos olhos, as glândulas mamárias e algumas outras estruturas. No BMC corporalizamos essas camadas celulares embrionárias como o corpo da frente (a endoderma visceral), o corpo do meio (a mesoderma estrutural) e o corpo de trás (a ectoderma sensorial).

E eu perguntei pra ela, quais são as matérias que compõem o seu corpo?

Ela disse: a água. o sangue. a terra. os ossos. a pele. os dedos. a célula. o fogo. o ar. a semente. os pêlos. o ventre. os cabelos. os músculos. o útero. as unhas. as fibras. o coração. a barriga. as coisas molhadas. os nervos. o elétrico. o buraco. as unhas. o pensamento. o punho.... Achei curioso o inventário das matérias da A. E ela falou desse jeito, cada coisa separada por um ponto e
ia pausa.

PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA

Entendo que a anatomia experiencial do BMC aposta na matéria do corpo como um processo contínuo de materialização, como uma “substância em devir intra-ativo”¹⁰⁵ que começa nas células, experimentadas como fenômenos em contínuo negociar de suas propriedades-possibilidades com seus ambientes internos e externos, nos processos de condensar e expandir da respiração celular, se deixando alterar pelos fluidos e pela força da gravidade, sofrendo e produzindo pressões, ondas e atravessamentos de substâncias para dentro e para fora das membranas celulares, modificando continuamente e ritmicamente suas fronteiras. Estes processos são dinâmicos e regulares, mas não são determinados, fazem parte das atividades de sobrevivência celular. Se a célula deixa de fazê-los ela é afetada, pode adoecer, morrer. A rotina de sobrevivência de uma célula pode ser considerada um fenômeno de intra-atividade através do qual as células ao mesmo tempo em que se auto-regulam, se materializam, configurando-se enquanto entidades vivas. Quando Margulis define a vida como um processo de autofazimento, ela está, a meu ver, afirmando que esse movimento de fazer-se continuamente através das trocas com o meio, é a nossa condição de vivente. Neste sentido, a corporalização da consciência celular performa e reitera a experiência primordial da nossa condição de viventes.

Uma última questão que eu gostaria de trazer de Barad é sobre como a teoria do emaranhamento quântico pensa o tempo. A conclusão dos físicos quânticos sobre o experimento dos átomos sendo arremessados para um anteparo, através de uma dupla fenda, é de que só podemos definir a ontologia do átomo, isto é, se ele se comportou como partícula ou como onda, depois dele já ter passado. Nada determina isso *a priori*, sua ontologia só pode ser determinada *a posteriori*.

105 BARAD, 2017, p. 26.

A interpretação quântica para esse fenômeno é que é possível mudar o passado. Isso é possível não como um apagamento do passado, mas porque apesar de vivermos o tempo como uma exterioridade universalmente dada que está sempre indo para frente, ele também faz parte dos emaranhamentos, e, portanto, ele não existe como algo determinado *a priori*, mas ele é “articulado e resincronizado através de várias práticas materiais”.¹⁰⁶ Em outras palavras, o tempo só se determina dentro de um fenômeno particular, da mesma forma que uma onda e uma partícula. Então trata-se de fazer o tempo quando marcamos o tempo. O que de fato vivemos não é a passagem do tempo, uma vez que não existe tal coisa previamente determinada, mas “o fazer da temporalidade”, em emaranhamentos intra-ativos. “O ‘passado’ nunca esteve simplesmente lá” assim como “o ‘futuro’ não é o que será desdobrado, mas passado e futuro são iterativamente reconfigurados e desdobrados através do contínua intra-atividade do mundo”. E “não existe nenhuma relação inerentemente determinada entre passado, presente e futuro”.¹⁰⁷ É este entendimento que dita que podemos mudar o passado:

O passado, assim como o futuro, não é fechado. Mas não se trata de apagamento. Num sentido importante, o passado está aberto para mudar. Ele pode ser resgatado, produtivamente reconfigurado num desdobramento iterativo de matéria-espaco-tempo. Mas seus efeitos sedimentados, seu rastro, não podem ser apagados. A memória dos seus efeitos materializantes está escrita no mundo. Então mudar o passado não é nunca sem custo ou responsabilidade.¹⁰⁸

Esta perspectiva me remete diretamente ao trabalho de embriologia do BMC. Cohen costuma dizer que sua pesquisa se dedicou primeiramente ao processo de consciência celular, investindo na corporalização das estruturas, e posteriormente no processo de consciência embriológica, corporalizando o espaço.¹⁰⁹ Aqui Cohen traz a distinção entre a estrutura e os processos embriológicos que deram origem a essas estruturas, que podem ser lembrados pela memória que as nossas células e tecidos têm dos espaços movidos pelo embrião em seu desenvolvimento, composto de muitos desdobramentos, invaginações, torções, giros – uma verdadeira dança de criação. Cohen propõe que nesta dança da criação, antes de corporalizarmos a estrutura, corporalizamos o espaço vazio. “Em toda a nossa história embriológica, estamos numa sequência de espaços, mas não apenas ocupamos espaço, nós criamos espaço”.¹¹⁰ Entendo essa ideia de um

106 Idem, 2012, p. 66.

107 Ibidem.

108 Ibidem, p. 67.

109 COHEN, 2015, p. 295.

110 COHEN, 2015, p. 288.

Eu _ Cada sistema, cada estrutura anatômica e cada tecido celular é uma espécie de comunidade, tem uma mente própria. Uma mente, aqui, significa um padrão de funcionamento particular, uma forma de perceber, de se comportar, um ritmo... Lembrando que essa idéia de que o modo de trocar com o ambiente, de descobrir onde é o sol, ir na direção sol, descobrir onde é o perigo, fugir do perigo, descobrir onde tem o alimento, se alimentar, se reproduzir, se comunicar...

Enfim, esse modo de sobrevivência de um organismo unicelular é um pensamento que se dobra no nosso complexo tema de pensamento hoje, ser especializado, né?

Marina Guzzo | Eu não entendo muito bem o que é essa mente dos sistemas... como é assim? Os campos vibratórios são frequências de onda, né? E podem ser entendidos como uma maneira pela qual as matérias performam? Tem a ver com performatividade?

Eu | Tem relação com um padrão de organização, que por sua vez está relacionado com a estrutura e a função desta parte no seu corpo e também a como você, em particular, percebe e vive elas. Então a mente dos ossos, que vamos ver aqui, é diferente da mente

vazio que dá origem à criação dos espaços como um fenômeno intra-ativo, ou seja, os espaços movidos nos processos embriológicos não são determinados, serão criados na dança do desenvolvimento. As condições nas quais se desenvolverá esta dança – genéticas, congênitas, ambientais, emocionais, sensoriais, espirituais – é que irão determinar as propriedades-possibilidades desses espaços, dos processos embriológicos e das estruturas celulares às quais eles darão corpo. Ao corporalizar os espaços embriológicos, estamos corporalizando a memória de um processo passado. Cohen parte do pressuposto que embora as estruturas embriológicas não existam mais no corpo adulto, os processos vividos deixam efeitos sedimentados, rastros nos tecidos celulares e ainda podem informar quem somos hoje.

A questão do trauma se relaciona diretamente com estes rastros inscritos na materialidade do corpo. Cohen sugere que a corporalização da embriologia e da consciência celular são caminhos para sair de um padrão traumático persistente de funcionamento. “O trauma passa a ser o lugar de onde calibramos nossa experiência. E se fôssemos antes do trauma?”¹¹¹ pergunta, se referindo aos processos embriológicos.

Nós estávamos presentes quando nosso corpo foi criado, e esse se torna o lugar de onde calibramos, de forma que o trauma seja apenas um lugar dentro de todo espectro, em vez de ser a fonte do nosso foco? Não significa que tenhamos que jogar isso fora. Ainda está lá, mas não é o centro da nossa existência.¹¹²

Deste modo, a corporalização dos espaços embriológicos opera diretamente sobre a memória dos efeitos materializantes do passado no corpo, e abre

111 COHEN, 2016, p. 6.

112 Ibidem.

dos órgãos, pois ossos e órgãos têm funções muito diferentes no corpo, se comportam de maneira diferente, suas células têm formas diferentes... (isso sem falar que cada órgão tem sua mente particular, claro que o coração tem uma mente totalmente diferente da mente do fígado, né?) Esse modo de ser é a mente. Compreende que a mente aqui é algo totalmente incorporado no fazer, a mente daquele modo de fazer, daquele padrão de organização, de funcionamento, de vibração? E a performatividade relaciona com esse fazer iterado que constitui uma realidade, né? Pensar e fazer esses juntos, vêm dessa ideia de consciência celular mesmo. E quando a gente traz a atenção para um sistema em particular, quando estamos “brincando” com ele, sentindo e experimentando seu modo de ser em nosso mover, nós alteramos nossa qualidade de presença, nossa qualidade de pensamento, de comportamento. Qualidade não como adjetivo, mas como propriedade-possibilidade de modos de fazer. E se todas as nós aqui trouxermos a atenção para os nossos ossos agora, por exemplo, a mente da sala muda, quer dizer, esta ideia de mente é também coletiva. Por exemplo, quem aqui lembra de sentir a mente de

espaço para performarmos outras narrativas do passado. Pizarro salienta que “corporalizar espaços significa se lembrar do espaço em vez de criá-lo”.¹¹³ No entanto, de acordo com a teoria do emaranhamento quântico do tempo, a memória não está no passado, “mas ela recria o passado toda vez que é evocada”,¹¹⁴ o que significa dizer que lembrar é criar. A memória performa reiteradamente um fenômeno, e nesse processo, ele se constitui enquanto uma materialidade-discursiva. Quando Cohen diz: “estávamos no momento da criação de nosso corpo”, há uma chamada para a atualização de uma memória do passado no presente, para uma reconfiguração dos emaranhados no qual a memória está inserida.

É neste lugar da performatividade da matéria, no sentido de um fazer criador de realidade e não-representacional, nem de retorno às estruturas essenciais e originais do ser, que as práticas do BMC atuam, a meu ver. Acredito que a abordagem promove a virada ético-onto-epistemológica proposta por Barad, propondo um modo ímpar de aprendizado de corpo e de mundo. “Aprender não é sobre assimilar conhecimento, mas sobre criar pensamento”¹¹⁵, diz Cohen. As práticas de conhecer e de ser são mutuamente implicadas. Ontologia e epistemologia são pensadas separadamente apenas a partir de uma metafísica dualista. O que existe são os ossos, os músculos, os ligamentos e as fâscias, os fluidos, as glândulas, os órgãos, os nervos, os aparatos visuais, auditivos, olfativos, táteis, de paladar e vestibular, os padrões neurocelulares básicos e seus respectivos processos embriológicos, enfim, toda essa imensa e complexa constelação de fenômenos, sendo convocados num

113 PIZARRO, 2020, p. 56.

114 BARAD, 2012, p. 67.

115 Comunicação oral de Bonnie Bainbridge Cohen no curso *Embodying Authenticity, Organicity, and Expression: Organs and Glands as a Foundation for Movement and Voice*, julho de 2019, Pomona College, Claremont, California.

um grupo e de precisar sintonizar com essa mente, esse jeito de pensar-fazer, para poder se comunicar com esse grupo?

De forma bem simplificada, eu diria que quando nos sintonizamos com a mente dos nossos ossos, performamos o modo como nos organizamos estruturalmente, e somos estimulados a nos relacionarmos com as outras formas estruturadas à nossa volta; com nossos músculos performamos vitalidade, força e resistência; com nossos órgãos articulamos

rotação e movimento na realização das funções primordiais vida; com nossos fluidos experimentamos o equilíbrio entre atividade e repouso, e essa potência da transformação, com nosso sistema nervoso performamos memória esquecimento, registro e organização, e experimentamos voltar na sinapse para deixar o vazio trazer as respostas...

processo sem fim de refazimento performativo de si. São fenômenos com os quais realizamos uma série de reconfigurações dos emaranhamentos nos quais o corpo é rearticulado enquanto fabulação especulativa. Determinamos, nesse processo, as propriedades-possibilidades de cada matéria, suas fronteiras, e também o mundo com o qual ela intra-age.

Entendo esta operação como um “participar com os tecidos celulares em sua materialização”¹¹⁶ e não como uma operação de conversão deles em agentes, o que suporia que eles existem enquanto coisas independentemente das intra-ações que os constituem. E também pressupõe que nós (onde reside este ‘nós’?) lhes concedemos agência. A noção de agência em Barad é entendida como uma condição própria da experiência de estarmos vivas/os, e não como uma propriedade¹¹⁷: através da agência, os tecidos se tornam matérias com propriedades particulares e situadas.

Para o pesquisador Jeremy Damian, as práticas do BMC “cultivam a arte do pluralismo ontológico”¹¹⁸, povoam o mundo de novas espécies de entidades, parceiros interiores que nos estimulam a mover, a pensar e a sentir de novas maneiras e que demandam que aprendamos a lhes prestar atenção e a cuidar de um modo especial. Na perspectiva quântica de Barad

116 Tomo a liberdade de parafrasear a expressão de Tim Ingold (2012, p. 29): “habitar um mundo é se juntar ao processo de formação”, por sua vez inspirada na noção de Heidegger (1971) de “participar com a coisa na sua coisificação”.

117 Tim Ingold (2012, p. 33) também argumenta em favor de uma noção de vida no lugar da noção de agência: [A]s coisas se movem e crescem porque elas estão vivas, não porque elas têm agência. E elas estão vivas precisamente porque não foram reduzidas ao estado de objeto. [...] [S]uportamos o problema da agência nasce da tentativa de reanimar um mundo de coisas já morto ou tornado inerte pela interrupção dos fluxos de substância que lhe dão vida. O pensamento de Tim Ingold a respeito da vida da matéria conversa intimamente com anatomia experiencial do BMC e mereceria um estudo pormenorizado que, infelizmente, não foi possível fazer dentro do espectro desta pesquisa. Me limito a trazer alguns de seus lampejos brilhantes para conversar nesta discussão. Para conhecer mais sobre o pensamento de Ingold, ver também: INGLOD, 2015.

118 DAMIAN, 2019, p. 57.

E como seria trazer a sua atenção para se conectar com a mente dos seus ossos?

O que vem primeiramente à sua cabeça quando você se conecta com seus ossos agora?

_ agora. duro. poroso. sustentação. firme e flexível. dor. estrutura. sangue. articulação. físico. acúmulo. condensação. apoio. diversão. branco. permanência. quebra. poeira. dobras. cálcio. paisagem. carcaça. passa. caixa. moldura. bacia. gravidade.

Vamos trazer para amanhã ossos que encontramos caminho? Em casa, na rua, alquer coisa que chame a presença dos ossos para você, seu corpo.

Ossos são tecidos vivos que não param de sempre se transformando ao longo da vida. Ao mesmo tempo, eles são o que há de mais mineral em nossos corpos, similar em força e composição ao mármore!! É o que em nós mais se assemelha às rochas. Mas os ossos não são inteiramente sólidos e firmes, eles tem também uma pele bem fininha - o perióstio - e um miolo maleável, a medula. Os ossos se articulam uns aos outros através das articulações e dos ligamentos, e se articulam aos músculos através dos tendões. Eles respondem continuamente aos usos e

estas entidades são fenômenos através dos quais podemos aprender a rearticular o pensamento à materialidade. Nesses aprendizados, participamos com as matérias em sua materialização e reciprocamente elas participam conosco em nossa materialização.

Essas matérias sensíveis do BMC não se encaixam nos modos de existência compreendidos pela metafísica ocidental, pois fogem aos modelos conhecidos que opõem interioridade vs. exterioridade, sujeito vs. objeto, matéria vs. consciência. Elas compõem o que poderíamos chamar de uma “interioridade somática,”¹¹⁹ que existe em um modo paradoxal, ao mesmo tempo interior e exterior. A interioridade aqui é, antes de tudo, uma prática, “para existir é preciso cultivar a sua existência, construir um acesso a ela, engajar-se em um treinamento, em uma linguagem e em uma cultura específicos.”¹²⁰ Uma cultura cultivada coletivamente, relacionalmente, e como propõe Pizarro, na “primeira pessoa do plural”, pressupondo “a potência relacional da alteridade como elemento fundador de singularidades”.¹²¹ Interioridade e exterioridade estão em continuidade, o meu corpo e o corpo do mundo estão profundamente entrelaçados. Esta continuidade dentro-fora chama a atenção para as conexões, os compromissos e os emaranhamentos nos quais nos engajamos a partir de nossos corpos. “Humanos são parte do espaço corpo-mundo em sua estruturação dinâmica”, onde todos os seres, humanos e mais que humanos participam igualmente, posto que o ato de ser/conhecer é “parte do mundo fazendo-se inteligível à outra parte”.¹²²

Uma perspectiva mais fenomenológica também reivindica a importância dos sentidos na inseparabilidade corpo-mundo, e salienta o quanto nosso

119 Ibidem, p. 56.

120 Ibidem.

121 PIZARRO, 2020, p. 215.

122 BARAD, 2017, p. 28.

abusos, são afetados pela nossa herança genética, por dieta, por exercício, por trauma, por doença, por experiências emocionais, e pelos hábitos comportamentais. Eles oferecem contenção e proteção para os órgãos vitais, numa relação de suporte e contra suporte. Nossos ossos nos conectam com o chão, sustentando o peso do corpo na relação com a gravidade, no caminho entre o céu e a terra. Às vezes, por falta de conexão com os ossos, algumas pessoas usam outras estruturas como ossos. Imagino o que pode acontecer com músculos, por exemplo, se eles precisam assumir a função de estrutura sólida, se eles precisam virar osso? O que isso pode significar a nível de movimento e de presença?

sistema sensorial se constitui totalmente em relação de reciprocidade com as texturas, os sons e as formas diversas do mundo:

O mundo e eu retribuimos um ao outro. A paisagem tal como a experiência diretamente não é um objecto determinante; é um reino ambíguo que responde às minhas emoções e que, por sua vez, suscita sentimentos da minha parte. [...] Somos humanos apenas em contacto, e convivência, com o que não é humano. [...] A nossa experiência mais imediata das coisas é necessariamente uma experiência de encontro recíproco – de tensão, de comunicação, e de mistura. A partir das profundezas deste encontro, conhecemos a coisa ou fenómeno apenas como nosso interlocutor – como uma presença dinâmica que nos confronta e nos atrai para a relação. Conceptualmente imobilizamos ou objetivamos o fenómeno apenas por nos ausentarmos mentalmente desta relação, esquecendo ou reprimindo o nosso envolvimento sensual.¹²³

Ou seja, a experiência corporalizada da anatomia que propõe o BMC reitera a nossa autoridade corpórea em envolvimento sensual e recíproco com as outras matérias sensíveis, entidades, seres e coisas do mundo. Não é, de forma alguma, um fechar-se em torno de uma interioridade, mas, ao contrário disso, é praticar a abertura consciente para o emaranhamento sensorial ético-onto-epistemológico do qual fazemos parte.

123 ABRAM, 1996, p. 33-49



Vinicius Sales | Sabe, quando a gente estava fazendo o exercício foi super lindo porque o meu marido começou a subir e descer a escada e eu comecei a ouvir... ele tem um peso que eu nunca tinha percebido. E o som das escadas, porque aqui é uma casa velha, tudo faz som, e o som do osso... Nossa, gente, eu nunca tinha percebido essa outra dimensão óssea, ... foi tão poético e lindo pra mim!

Caroline Figueiredo | Eu nunca tinha reparado que o osso é a estrutura sem esforço. e o esforço viria do músculo. Isso mudou uma chave aqui, e eu ainda não compreendi que é, mas conectar com a minha estrutura óssea interna não precisa fazer força ou esforço, que os ossos estão se estruturando, girou alguma chave aqui que eu ainda não compreendo, mas sinto.

Ludmila Rosa | Quando a gente trabalhou os fluidos eu me senti mais erotizada, não sei, mais molhada, e hoje pra mim foi como eu me conectar com as pedras, sabe, com as montanhas. Tipo estar. E foi muito bom porque me deu essa sensação mesmo que me surpreendeu. De clareza firme e sem esforço.

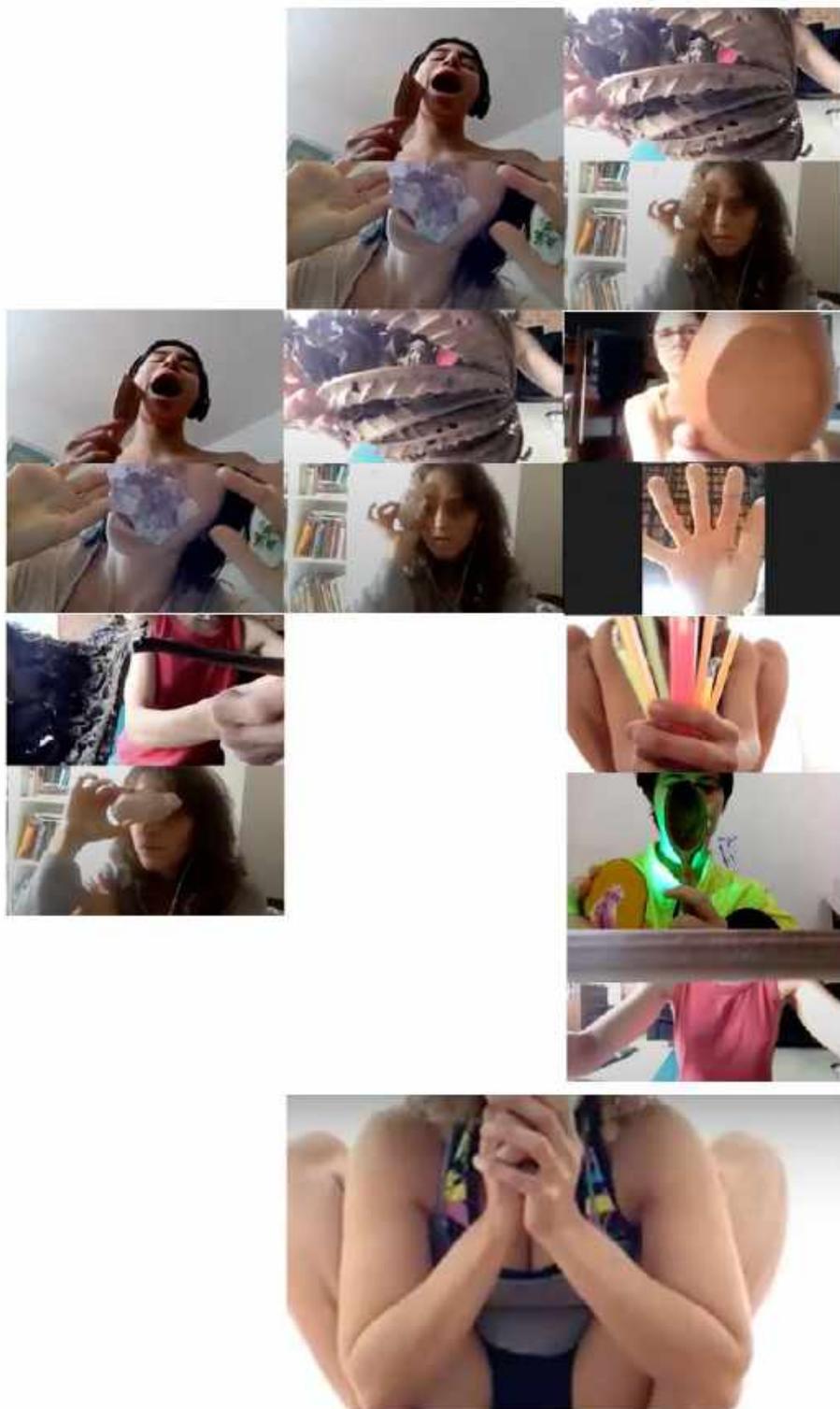
Eu | Interessante que você trouxe o erotismo aqui hoje, e que você relaciona mais com



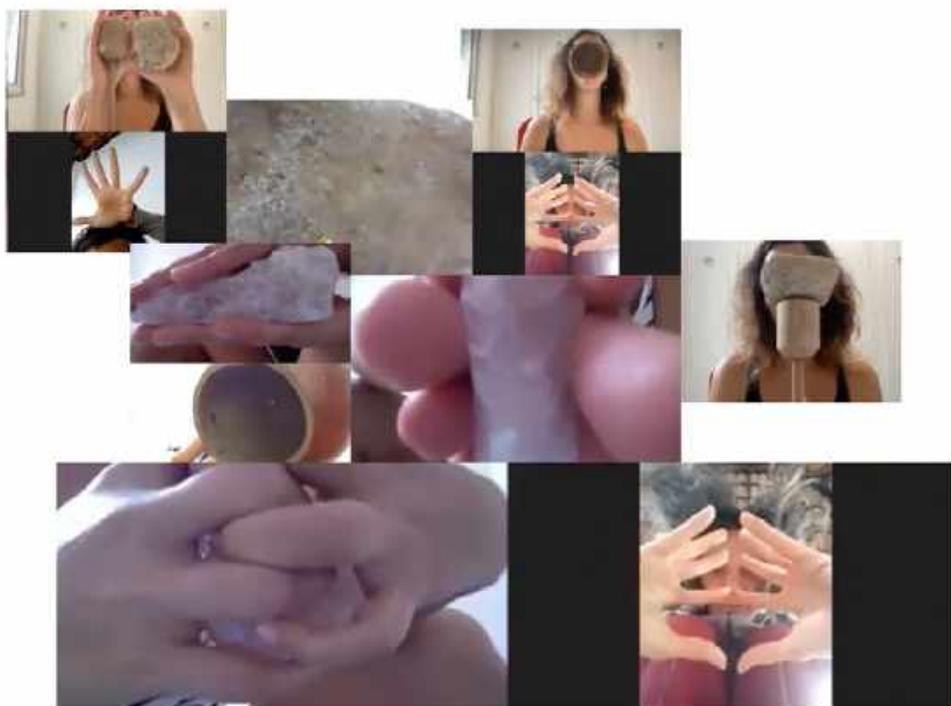
os fluidos. Mas será que esse trabalho não é sobre erotizar a matéria do corpo, as matérias do mundo? Erotizar as relações que criam materialidades e discursos continuamente? Erotizar no sentido que a Audre Lorde traz, de abrir-se para sentir penetrantemente como aquela presença nos afeta. Erotismo tem a ver com a plenitude para a entrega, para viver esta relação com o outro, seja ele qual for - pessoa, corpo, planta, bicho, ar, água, atividade, ofício, osso ou fluido ..., como força motriz de realização e consciência de si.

ho que tem a ver com
reber como a sua matéria
á em contato, não só com
mesma, com você a sua
objetividade, com outros,
tros do mundo, mas com as
nsões cósmicas, sei lá, do
verso, né. Tá tudo em vibra-
o, né? Em que medida que a
gente aqui, nós e cada um, está
ressoando com isso de algum
modo? Eu não sei. Pra mim,
tem essa dimensão material-
-espiritual. De uma ressonân-
cia que vai para além, uma
ressonância entre a matéria e
o universo.

gPUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA



Dora Selva | Eu me dei conta da relação do osso com o tempo. Não só o tempo do meu movimento, mas esse outro tempo de se mover, porque os ossos se movem, né? Assim como as rochas, enfim, como várias coisas se movem e que a gente não vê, porque é noutro tempo, né? As árvores, talvez. E eu fiquei fazendo essa relação do tempo do osso e o osso do tempo, das coisas que acha que estão paradas mas nunca estão paradas, estão super vivas, mas noutro tempo...



Paula Pravaz | Quando a gente foi pesquisar osso, eu conectei primeiro com a vida. E meu osso não queria viver. Eu ia ficar quieta pra sempre. Mas aí apareceu uma árvore na minha frente e aí eu fiquei na onda de que o osso pode ser a árvore também, o osso será que é a árvore? Será que é o osso da árvore né? E aí o osso-árvore-tronco-galho foi maravilhoso porque me levou pra outros lugares.

GPUCC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA

Nina Terra | Eu fico pensando, o que é estar vivo e o que é estar animado, né? Porque também tem esse corpo que está vivo mas em formato da funcionalidade né? Da finalidade das coisas, da compressão, do mecanismo e tal. Então eu fiquei muito também com isso, assim, desse sopro que a gente precisa estar cultivando ou sei lá, nos deixando atravessar por pra que a gente cultive essa animação. Porque a cultura do cansaço e da massificação da hiperprodutividade e tal acaba gerando esse sustinho o tempo inteiro que é da tensão muscular, né? Esse comprimir-se e isso vai gerando essa diminuição do tamanho, como a Flora falou né: nossa, eu me senti grande. Tem a ver muito com a gente poder ser do tamanho que a gente quer. E aí tem uma coisa de resignificação de como estar vivo, né?

Marina Guzzo | Acho que é uma política. Uma política ontológica, de como que é poder estar vivo de um outro jeito, sabe? Entendendo o corpo a partir de um outro lugar, mais vital!

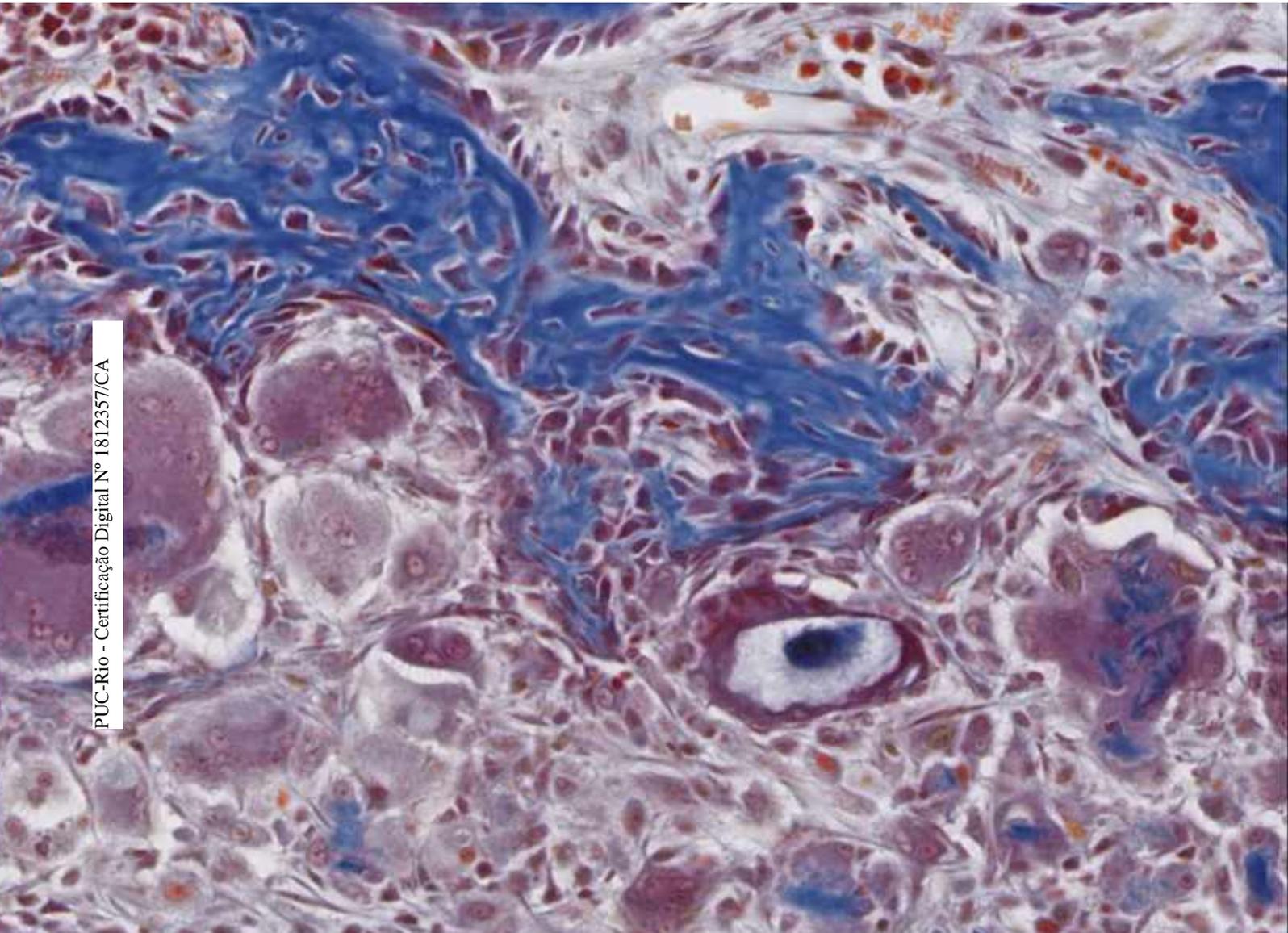


[filhos matéria osso
ossos do ofício
estandarte de ancestralidade
dentes da vida ah meus docinhos
centro da minha carne
os sos
ancoro
coleção de tempo
ossos duros de roer
e todo mundo que quiser
Sessenta e cinco por cento duro
Trinta e cinco por cento água. maleável
certeza
Certeza?
ronco porco do osso oco
soco
o ser no osso não dá pra coçar

S.atravesamento.mp4

sobram os ossos, os cabelos e as unhas

Você percebe semelhanças entre as imagens microscópicas dos tecidos celulares do corpo humano e as imagens macroscópicas do corpo da Terra feitas por satélite?

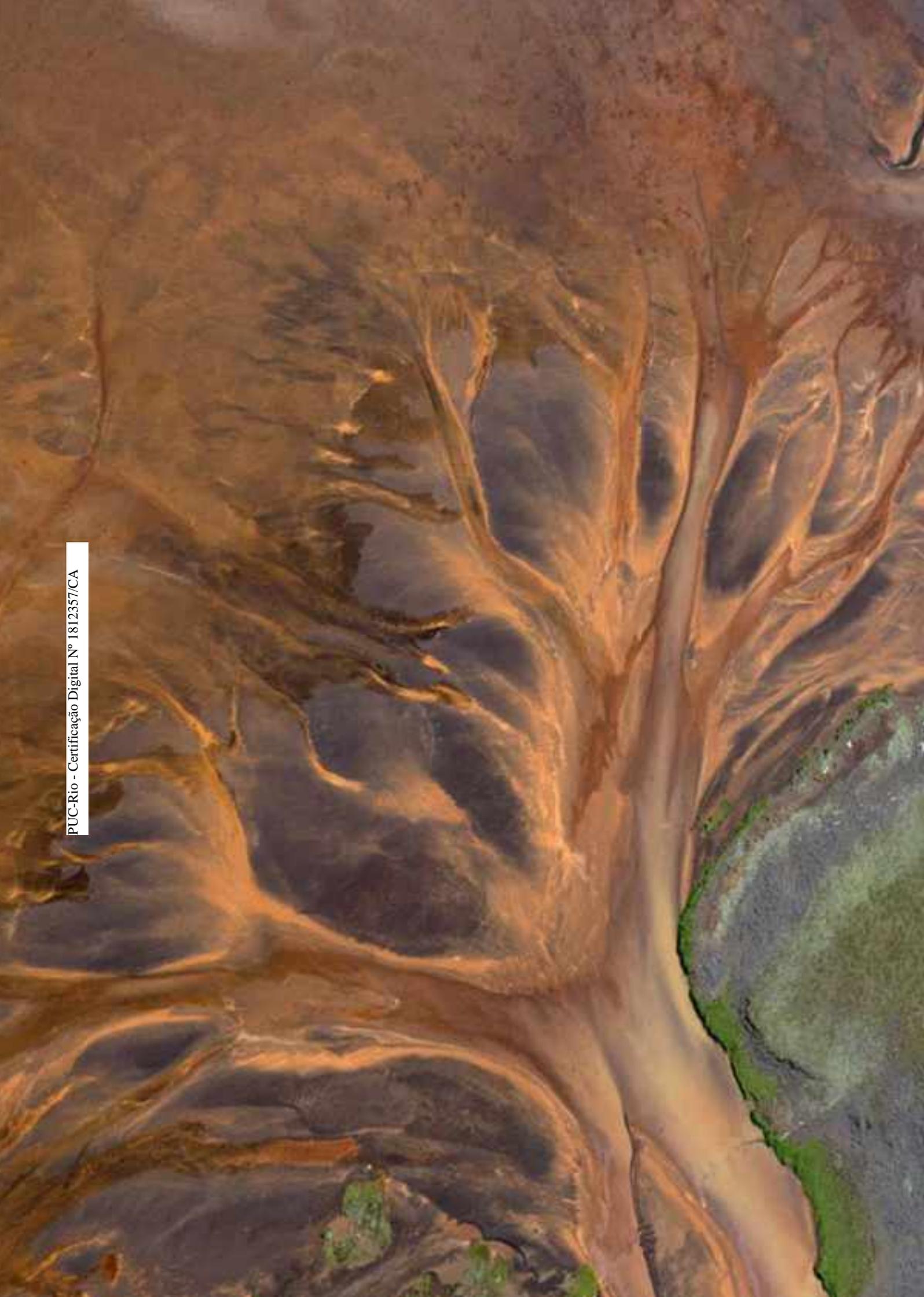


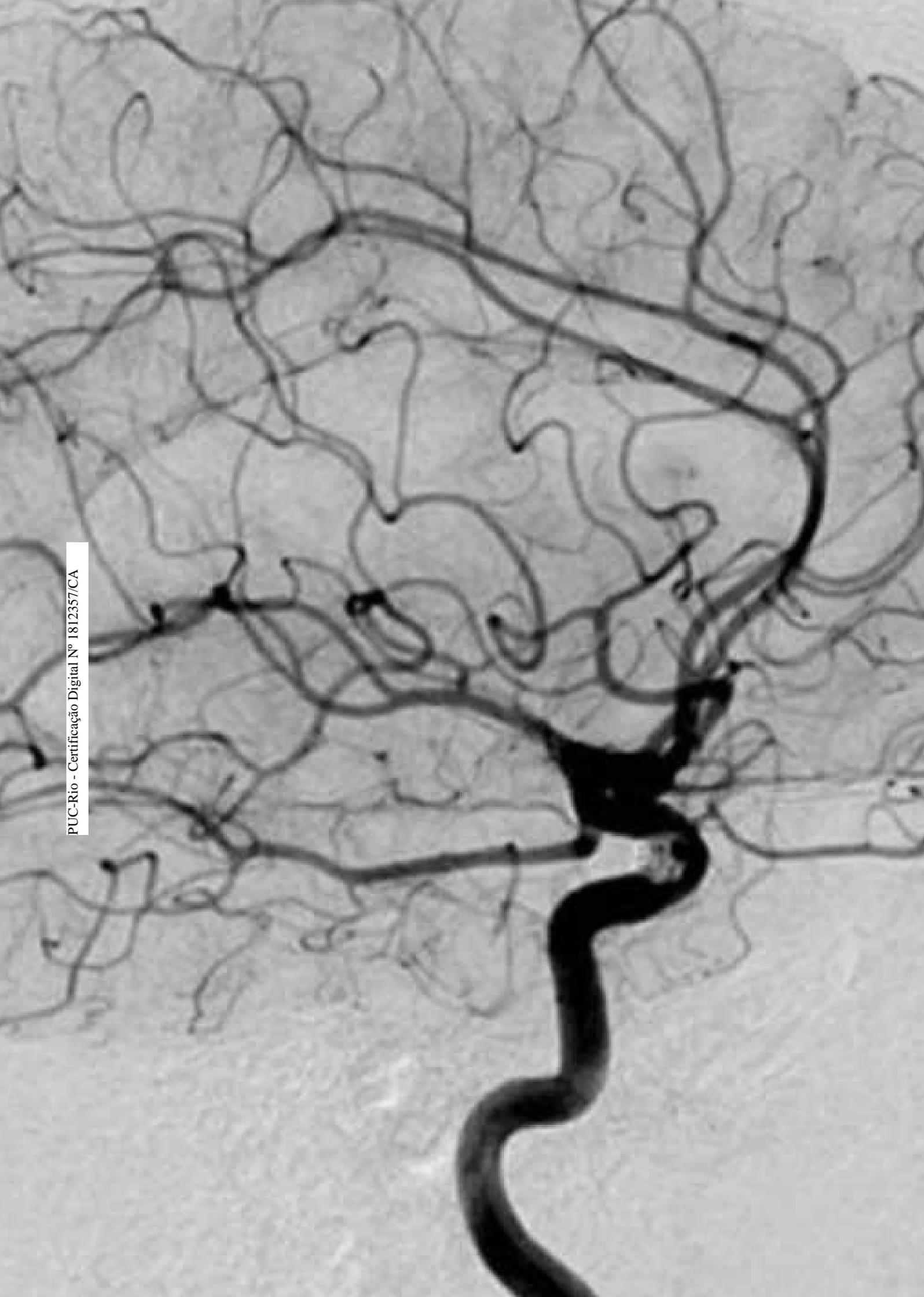
PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA

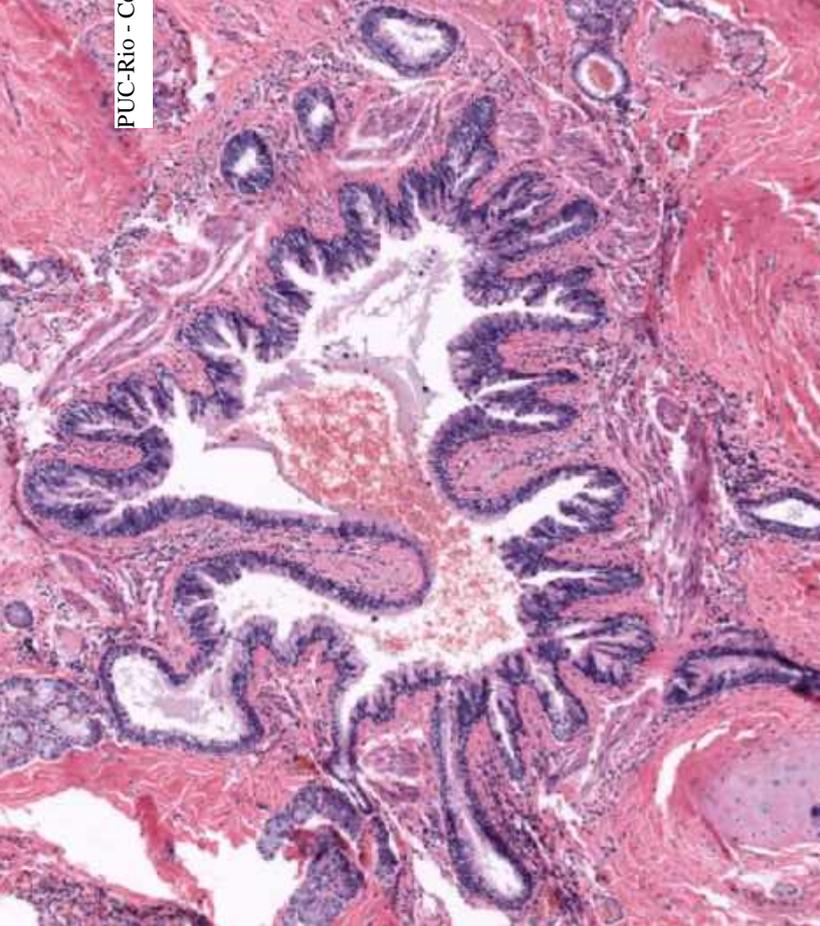
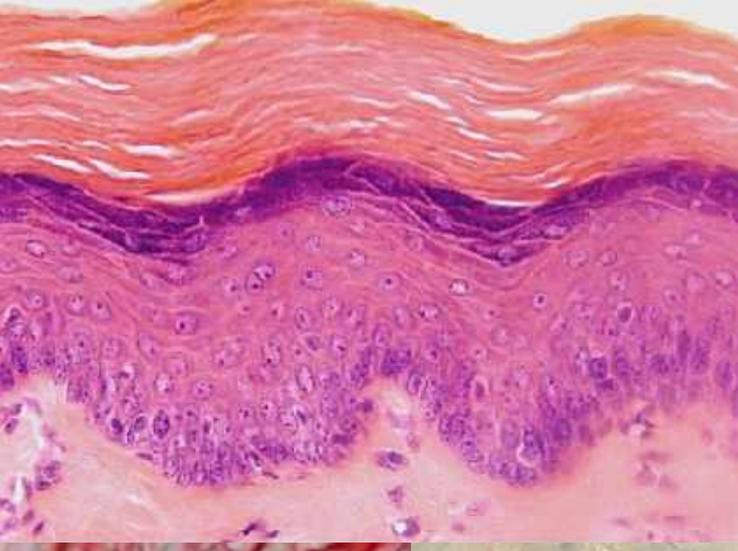


PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA

PUC-Rio - Certificação Digital N° 1812357/CA



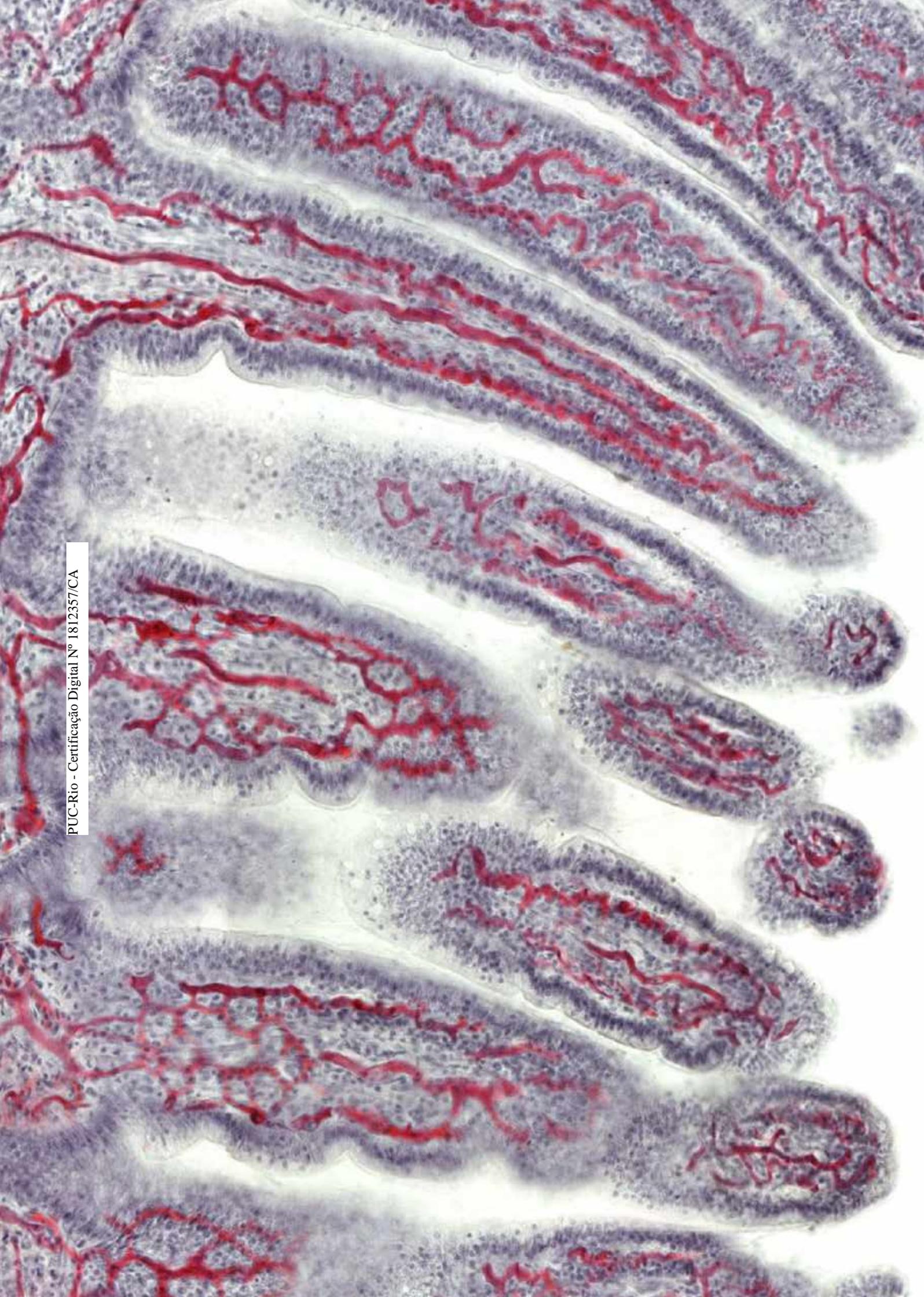




Felipe Machado | Essas imagens assim tão aproximadas, quase sobrepostas, me remetem a como nossos corpos, as estruturas macro e microscópicas se parecem, se espelham. E não é à toa que as células que nos formam, os tecidos, os órgãos, os ossos, tenham vindo da terra, da água, dos minerais, do ar... É, por um lado, a mesma matéria formando formas diversas. Me lembra aquela flecha sobre a serpente cósmica do Ciclo Selvagem, em que o Krenak explica que o DNA são compostos orgânicos que formam um texto de quatro letras em combinações tão diversas, e cada uma dessas combinações forma seres tão diferentes quanto possíveis... Ou ainda a rede submersa de fungos, que se parece, segundo você me falou, com a rede de neurônios do cérebro, inclusive no funcionamento de ambas. Acho que tem a ver com a

nossa com-posição no mundo, enquanto matéria da chamada "natureza", e com as possibilidades de percepção... A percepção celular, a percepção do sistema nervoso. Como e por que chegamos a essa percepção de mundo que nos aparta e nos diferencia da natureza como se fôssemos opostos e superiores a ela, como se ela nos servisse apenas na medida em que nos é útil? (Útil, diga-se, para a reprodução e autofagia do capitalismo e da circulação de capital que molda nossos corpos e fomenta nossos desejos).

Me faz pensar também que o corpo de Gaia tem sua inteligência, como ressalta o Krenak, uma inteligência regenerativa. Não como organismo, mas, talvez, um corpo soma?



PUC-Rio - Certificação Digital N° 1812357/CA

Inconclusão

Não pretendo fazer uma conclusão de todos os caminhos percorridos nessas páginas. Escrevi para abrir caminhos para o pensamento, não para chegar em determinações nem sínteses. Sigo fiel à metodologia difrativa como uma prática de pesquisa e gostaria de fechar a tese abrindo o campo para possíveis difrações e rearticulações.

Há um hábito, junto a certos grupos de prática que frequento, de fechar um processo que tenhamos vivido juntas.os fazendo uma roda de partilha sobre as coisas que celebramos e as coisas que lamentamos a respeito do processo. É um modo de realizar o que percebemos que se materializou ao nosso contento e o que sentimos que vibra como desejo de futuras novas materializações.

Eu celebro aqui a possibilidade de ter me debruçado sobre os arcabouços da ético-onto-epistemologia somática do Body-Mind Centering, e através dela e com ela, ter evocado a importância da contínua recorporalização do corpo. O pleonasma é necessário para trazer o foco para o verbo, tirar do substantivo: o corpo enquanto processo e não o corpo enquanto coisa. A corporalização como um processo de refazimento de um corpo que foi coisificado. E como um investimento em uma forma de conhecer a qual a nossa sensorialidade nos dá acesso. Lembrar que esses saberes corporais, celulares e sensoriais são habilidades de manutenção da vida que partilhamos com todos os organismos vivos, da bactéria à samaúma. São a nossa conexão mais íntima com Gaia, este organismo vivo que é a terra. Respirar, comer, ouvir, ver, tocar e mover são os modos que nos possibilitam nos conectarmos diretamente com Gaia, e são os modos que Gaia tem de se comunicar diretamente conosco. Nosso corpo nos integra a um ecossistema abrangente e é um canal direto para o cultivo de vínculos com a vida de outros viventes humanos e mais que humanos.

Quando desvalorizamos o saber do corpo, nos privamos de um canal primordial de conexão com uma ecologia muito maior do que nós. Esta alienação do próprio corpo pode levar ao esquecimento da relação de reciprocidade e de dependência que temos com toda a comunidade de seres viventes da terra. O projeto de objetificação se inicia na forma como lidamos com nosso corpo, e se estende a todos os seres e coisas do mundo, como se todas.os fossem objetos determináveis, quantificáveis e hierarquizáveis, sem subjetividade e sem vida desejante, esperando para serem usados por nós. Ao contrário, quando nos autorizamos a uma experiência corporalizada sensual e erótica com nossas maté-

rias e sentidos, nos engajamos numa relação de reciprocidade com as presenças misteriosas, sensuais e inapreensíveis do mundo. Quando nos engajamos nessas relações, compreendemos que nada é realmente passivo ou inanimado, que tudo é vivo e se move, e que podemos ser transformados pela abertura consciente para esta intra-ação dinâmica e emaranhada entre tudo que existe. Se fomos ensinados a desconfiar do nosso corpo e de seus sentidos, considerados demasiado circunstanciais e subjetivos, opostos à ideia de existência de uma verdade superior e estável, é porque o mundo que a gente experimenta pelo corpo é vivo e, assim como o corpo, está sempre em movimento e transformação. E isso nos assusta, abala nossas intenções de domínio, de controle e de propriedade. Por mais que saibamos que a vida é um emaranhado movente e processual, estamos sempre sendo capturados na armadilha de querer fixar conceitos, formas e identidades, desejosos do gozo de possuir – o próprio corpo, o saber, os outros corpos e as mercadorias do mundo. Quando negamos nossa existência corporalizada e visceral, nos fechamos ao atravessamento das forças do mundo em nós e passamos a viver apenas dentro de nossas cabeças. É quando passamos a acreditar que o pensamento acontece por si só, endogenamente encerrado em si mesmo, e que somos sujeitos separados de todo o resto, observando o mundo do camarote das nossas cabeças como espectadores, mas não como participantes.¹ Mas mesmo do camarote da racionalidade intelectual, nunca deixamos de ser linhas do emaranhado, pois estar vivo é fazer parte. Mas que tipo de participação e quais *response-abilities* queremos ter na tessitura dessa coreografia de mundo?

Sobre os lamentos: Lamento que não tenha tido fôlego para aprofundar a pesquisa sobre os desmembramentos ecossomáticos possíveis do BMC, entre eles um diálogo entre a poética da corporalização anatômica e os saberes xamânicos aprendidos na intimidade das relações corpo-natureza e vividos pelas comunidades ameríndias brasileiras. Da mesma forma, lamento não ter desenvolvido nenhum diálogo com a riqueza sensorial das tradições corporais afro-diaspóricas e com seus rituais de incorporação. Este seria um possível desdobramento para esta pesquisa no futuro.

Celebro as experiências artísticas feitas em colaboração com os participantes dos Laboratórios online de Anatomia Sensível, embora eu lamente que tenham se restringido ao momento dramático de isolamento social e às limitações do ambiente virtual. Celebro essas reverberações criativas presentes nesta tese, em forma de escritas poéticas e performativas, as quais irão irrigar o desdobramento dessa pesquisa na criação do espetáculo *Contramaneal de anatomia*

1 Pegado emprestada de David Abram (1997) esta metáfora do espectador/participante.

para tempos brutos, com estréia prevista para dezembro de 2022 no Espaço Sesc Copacabana, em companhia de 11 artistas.

Pausa para uma respiração profunda.

Direciono minha atenção para o que está presente no meu corpo agora.

Me conecto com o coração.

Em meados do segundo ano de doutorado, eu fui à Califórnia fazer um workshop com Bonnie Bainbridge Cohen. Foram 15 dias esplendorosos de aprendizado sobre os órgãos e as glândulas e sobre como se expressam em nossa presença e autenticidade.

Dois meses depois que voltei para o Brasil, minha mãe ficou doente. Uma gripe que evoluiu para algo semelhante a uma pneumonia, mas para a qual nenhum remédio adiantava. Ela já estava com 87 anos, mas ainda muito ativa e viva, totalmente lúcida, mas a doença respiratória a debilitou rapidamente e a levou depois de 40 sofridos dias de CTI, respiradores e doses cavalares de remédios.

Minha mãe foi uma pessoa muito importante na minha vida. Perdi meu pai aos 13 anos e logo depois meus irmãos se dispersaram pelo mundo, dois deles faleceram no início dos anos 2000. A presença amorosa e atenta da minha mãe foi a única família sanguínea que tive nesses 44 anos. Graças ao seu apoio incondicional pude fazer a formação de educadora do movimento somático pela abordagem do Body-Mind Centering e entrar no doutorado sem bolsa a essa altura da vida, e pude criar a minha filha com dignidade, sustentando a escolha de viver como uma profissional da dança no Brasil do século XXI. Sua morte abalou profundamente as minhas estruturas.

Dois meses depois veio a pandemia de Covid-19 no mundo e entramos em confinamento por dois anos. Foram anos duros de lutos sobrepostos, de trabalho árduo de adaptação às novas condições de vida – minha e do mundo – e de luta para seguir adiante apesar da precarização geral do país e da existência. Esta tese foi escrita neste período e está profundamente emaranhada nessa turbulência desestabilizadora e dolorida.

Em março de 2021 fui ao cemitério São João Batista no dia do aniversário da minha mãe. Nunca antes havia reparado nos pedaços de ossos pelo chão. Vê-los me fez pensar que os ossos e as rochas finalmente se reencontram após a morte. Pedaços de tíbias e fêmures encontram pedaços de mármore e granito, festejando a ancestralidade geológica comum e a temporalidade estendida de suas existências.

Os ossos: o que há de mais mineral em nosso corpo. O parentesco mais próximo que temos com as rochas. Nossa estrutura mais sólida e dura. Nosso depósito de cálcio. Nossos produtores de sangue. O sangue que carrega outro mineral, o ferro, em suas moléculas de hemoglobina, tornando possível o transporte de oxigênio para todas as células. Os ossos que guardam os órgãos vitais, os tesouros processadores das trocas com o mundo, embalados em suas caixas, bacias e crânios ósseos. Eles dão suporte e proteção para que a vida continue vibrando nas espirais de amor que começam nas plantas verdes, flutuam pelos narizes, pelos brônquios, pelos alvéolos pulmonares, navegam até o coração e de suas câmaras secretas pulsam e deslizam para dentro de cada uma das trilhões de células que somos nós. Os ossos são como as rochas, são com as plantas, são com os órgãos, são com o sangue, são com os músculos e com os tecidos conjuntivos, são com as células, são com a terra. E com mais uma porção de coisas.

Também nunca antes havia visto os cães, muitos deles, uma comunidade de cães no cemitério. De quem, com quem são esses cães? Pareciam guardar algo precioso. Latiram para mim, vigiaram meus passos, impediram minha passagem. Será que estão prestando suas homenagens-presença-companhia-cuidado-guarda aos seus seres amados? O que protegiam os cães? Um amado amigo falecido? Um osso? Um ser vivo? Eles vivem lá ou estavam visitando seus mortos? Como será que eles escolhem os túmulos onde se deitam? Como será que eles se relacionam com aquelas matérias enterradas ali? Os cães são com os ossos, são com as rochas, são com as plantas, são com os órgãos, são com o sangue, são com os músculos e com os tecidos conjuntivos, são com as células, são com a terra. E com mais uma porção de coisas.

Também olhei para os rastros das flores que permaneciam no chão de cimento como impressões fósseis. Uma presença persistente de vida no lugar onde habitam os mortos. Uma persistência dos afetos e memórias das pessoas que visitam seus mortos, levam-lhes flores, caminham pelas alamedas e carimbeijam as flores no chão com a sola de seus sapatos.

A vida que persiste noutra temporalidade, noutra frequência vibratória, noutra. Os espectros das flores no chão do cemitério também são com as rochas, são com os ossos, são com os órgãos, são com o sangue, são com os músculos e com os tecidos conjuntivos, são com as células, são com a terra, são com o sol, são com os amores que partiram. E com mais uma porção de coisas. COM.

Quando voltei da visita ao cemitério, eu escrevi:

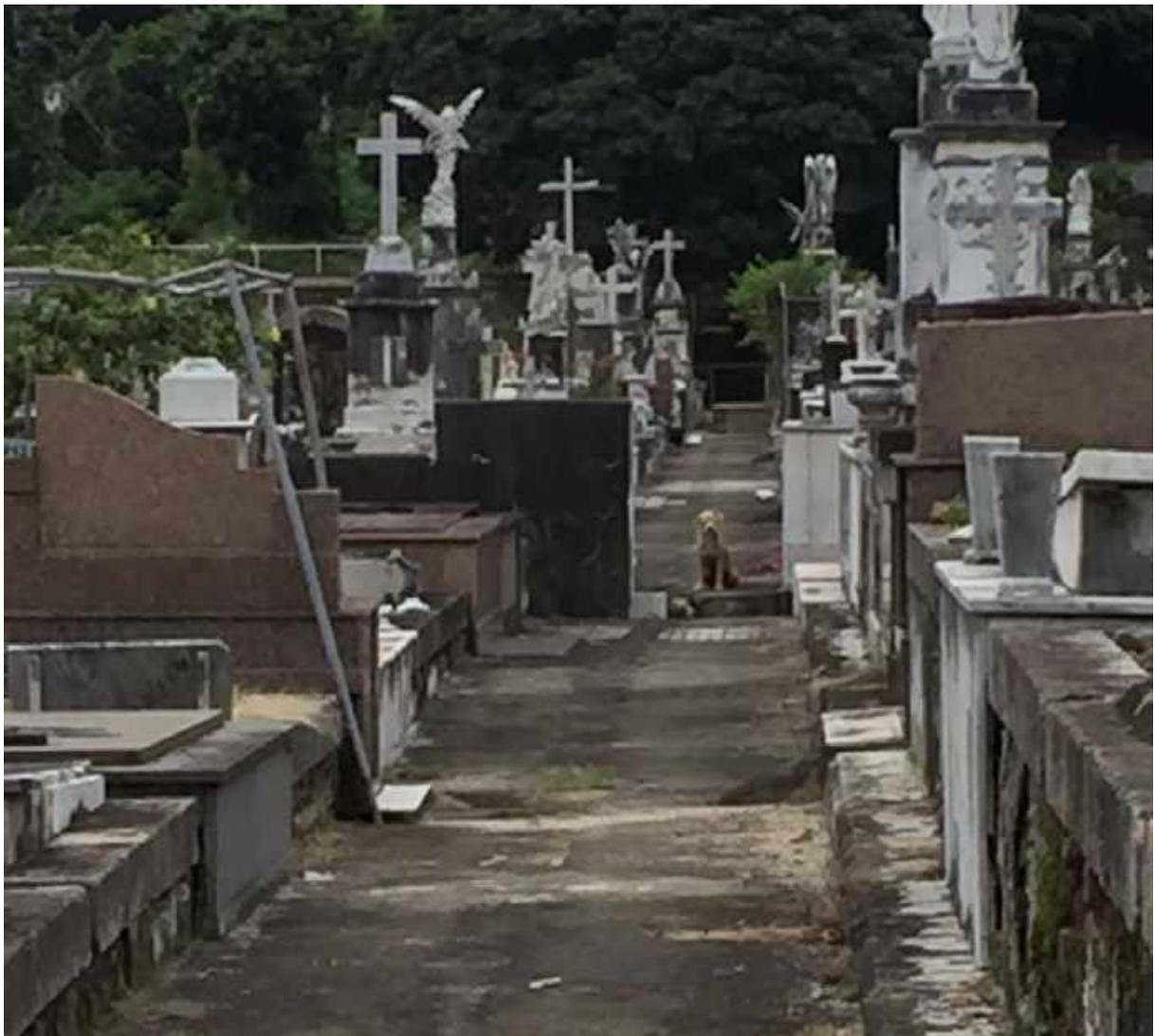
Faz 1 ano que ela se foi. As saudades crescem para dentro, como um bicho que escava as memórias celulares de toda a minha vida até aqui. Sua voz ressoando na minha pele-ouvido-tambor, seu timbre, seu volume, seu ritmo de fala. Seu gesto moldando o meu espaço, seu corpo no espaço moldando o meu gesto, nosso diálogo invisível, conversação de tons, respirações e vibrações celulares. Seu olhar desenhando o meu contorno, testemunhando meus vazios, minhas pontas, o esvaziar e encher contínuo dos nossos afetos. Seu jeito de falar o meu nome, de dar sentido às palavras. Danica. Restaurant. Murangos. Filizes. Seu jeito de entrelaçar a mão na minha, suas unhas compridas, a pressão forte dos seus dedos, sua pele seca e a presença impositiva dos seus ossos. O seu jeito de me ver, de ser comigo. Meu jeito de ser com ela. Um eu que só acontecia naquele encontro.

Talvez a morte vivida por quem fica seja a experiência da descontinuidade desse eu que existe no encontro com esse outro que não está mais presente. Talvez tenha uma permanência também, uma outra permanência, uma cristalização de um momento deste eu com, ou como um fóssil, uma marca impressa daquela presença, que persiste, mesmo apagadinha, resistindo a ir embora.

Entender que alguém morreu não dá conta de fazer o corpo entender. O corpo tem seu próprio *timing*, vai compreendendo a morte pelo esmaecimento das impressões que o outro corpo lhe esculpia.







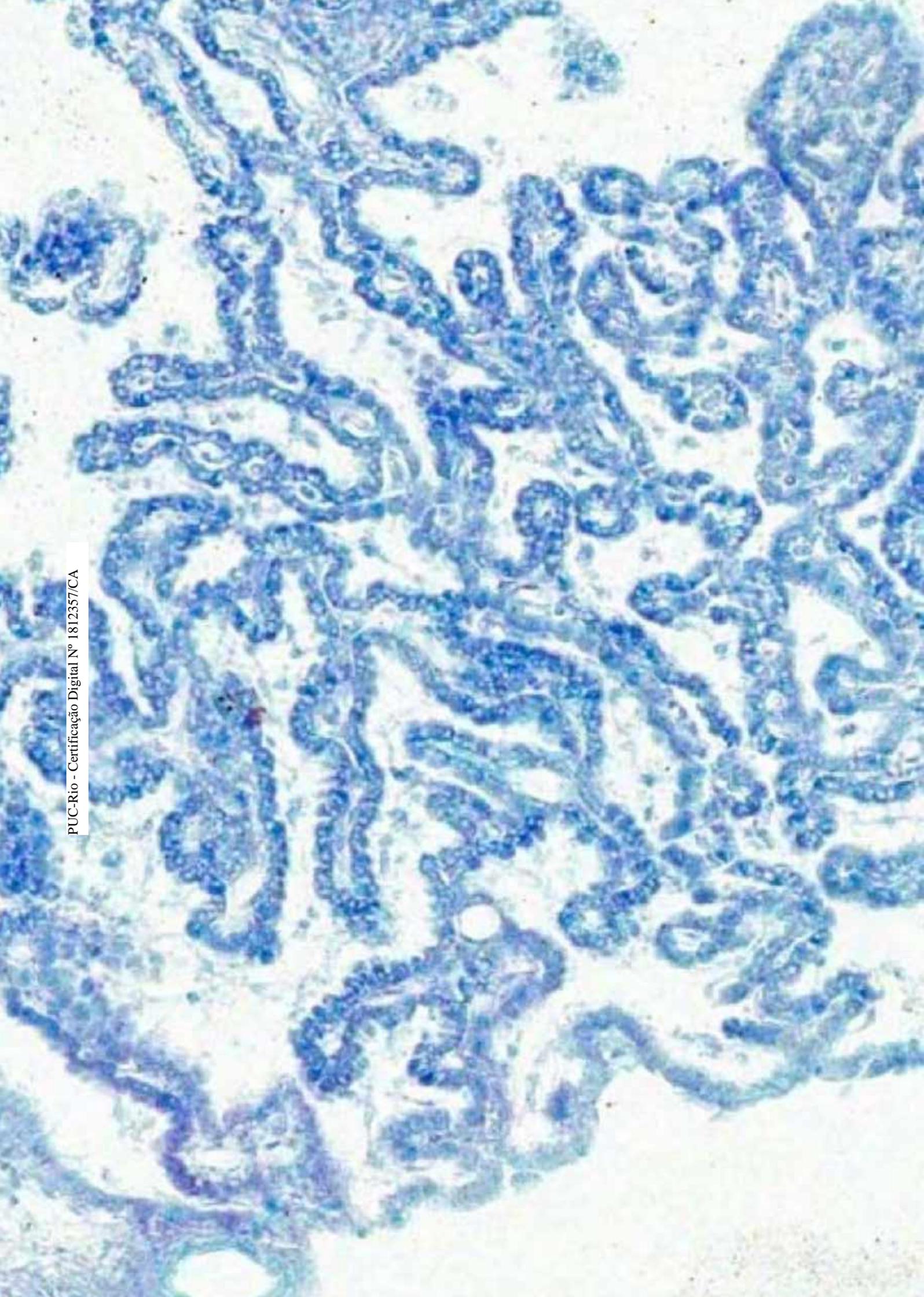






PUC-Rio - Certificação Digital Nº 1812357/CA





Referências bibliográficas

ABRAM, David. **The spell of the sensuous**: perception and language in a more-than-human world. New York: Vintage Books, 1997.

----- . Waking our animal senses: language and the ecology of sensory experience. **Wild Earth Journal**, 1997. Disponível online em: <https://wildethics.org/essay/waking-our-animal-senses/>

ALDERSEY-WILLIAMS, Hugh. **Anatomias: Uma história cultural do corpo humano**. Tradução de Waldéa Barcellos. 2ª ed. Rio de Janeiro: Record, 2016.

ARTAUD, Antonin. Position de la chair (1925). In: **Œuvres complètes**. Paris: Gallimard, 2004.

BARAD, Karen. **Meeting the Universe Halfway**: Quantum Physics and the Entanglement of Matter and Meaning. Durham, NC and London: Duke University Press, 2007.

----- . Interview with Karen Barad. In: DOLPHIJN, Rick; TUIN, Iris van der. **New Materialism**: Interviews and Cartographies. Michigan: Open Humanities Press, p. 48-71, 2012.

----- . Performatividade pós-humanista: para entender como a matéria chega à matéria. **Revista Vazantes**, Fortaleza, v. 1, n. 1, p. 8-34, 2017.

BARDET, Marie; CLAVEL, Joanne; GINOT, Isabelle (org.). **Écosomatiques**: Penser l'écologie depuis le geste. Montpellier: Deuxième époque, 2019.

BEHNKE, Elisabeth A. The Socially Shaped Body and the Critique of Corporeal Experience. In: MORRIS, Katherine J. (Ed.) **Sartre on the Body**. Nova York: Palgrave Macmillan, 2010.

BERNARD, Michel. **De la création coréographique**. Paris: Ed. Centre National de la Danse, 2001.

BERNSTEIN, Ana. Atos da Fala, Representação Teatral e Teorias da Performance. **Revista Folhetim**, Rio de Janeiro, n. 20, 2004.

BONDÍA, Jorge Larrosa. Notas sobre a experiência e o saber de experiência. **Revista Brasileira de Educação**, n. 19, jan/fev/mar/abr 2002.

----- . **Tremores**: Escritos sobre experiência. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2014.

BOTTIGLIERI, Carla; GINOT, Isabelle; SALVATIERRA, Violeta. Du Bien-être comme Devenir Subjectif: techniques du corps et techniques de soi. In: FLORIN, Agnès; PREAU, Marie (dir.). **Le Bien-être**. Paris: L'Harmattan, 2013.

BOULBINA, Seloua Luste. **Perdre le nord**: un éloge de Les miroirs vagabonds ou la décolonization des savoirs (arts, littérature, philosophie). Paris: Les Presses du Réel, 2018.

BUTLER, Judith. **Bodies that Matter**: On the Discursive Limits of "Sex." New York and London: Routledge, 1993.

CAETANO, Patricia de Lima. **O Corpo Intenso Nas Artes Cênicas**: Procedimentos para o corpo sem órgãos a partir dos Bartanieff Fundamentals e do Body-Mind Centering. 448 p. Tese (Doutorado em Artes Cênicas) – Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, Escola de Teatro, Universidade Federal da Bahia. Salvador, 2012.

_____. Por uma Estética das Sensações: o corpo intenso dos Bartenieff Fundamentals e do Body-Mind Centering. **Revista Brasileira de Estudos da Presença**, Porto Alegre, v. 5 n. 1, p. 206-232, 2015.

CAMPOS, Laura Maria Brito Sales de. **Dança como prática de devir-consciente**: pistas somáticas para uma cartografia enativa em dança. 325 p. Tese (Doutorado em Artes Cênicas) – Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, Escola de Teatro, Universidade Federal da Bahia. Salvador, 2016.

CLAVEL, Joanne; GINOT Isabelle. Pour une Écologie des Somatiques? **Revista Brasileira de Estudos da Presença**, Porto Alegre, v. 5, n. 1, p. 85-100, 2015.

CLOUGH, Patricia Tricinetto. A Virada Afetiva: teorizando o social. **Blog do Labemus**, 2020. Disponível em: <https://blogdolabemus.com/2020/07/16/a-virada-afetiva-teorizando-o-social-por-patricia-ticinetto-clough>

COHEN, Bonnie Bainbridge. **Sentir, perceber e agir**: Educação Somática pelo Método Body-Mind Centering. Tradução de Denise Maria Bolanho. São Paulo: Edições Sesc São Paulo, 2015.

_____. Architecture: Knowing without witnessing. **Currents**, Journal of the Body-Mind Centering Association, Massachusetts, v. 10, n. 1, 2016a.

_____. Apostila do módulo Sentidos e Percepções do Programa de Formação do Educador do Movimento Somático/ SME – Body-Mind Centering, março de 2016b.

_____. **Basic Neurocellular Patterns**, Exploring Developmental movement. Massachusetts: Burchfield Rose Publishers, 2018.

_____. **Releasing Patterns of Stress and Uncovering Patterns of Ease**: A Body-Mind Centering® Approach to Movement, Touch, and Cellular Consciousness. Curso online. 11 de fevereiro de 2020a. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=eLwFd2uemzw>.

_____. **We perceive through experience**. 17 set. 2020b. Instagram: @bonniebainbridgecohen. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CFPnbpTDupg/>

_____. **As long as we can stay with the not knowing, the knowing that emerges will be deeper**. 26 nov. 2020c. Instagram: @bonniebainbridgecohen. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CID977RjLYs/>

_____. **Listening to the feedback of every cell is a practice**. 16 ago. 2021a. Instagram: @bonniebainbridgecohen. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CFH98wM-DW6Y/>

_____. **I'm sharing my perception, not the truth**. 20 ago. 2021b. Instagram: @bonniebainbridgecohen. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CSzf7cNpSWa/>

_____. **We hold so much in our bodies**. 4 de maio, 2021c. Instagram: @bonniebainbridgecohen. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/COdCuskjhFe/>

----- **Our experiences imprint in all of our tissues.** 14 jan. 2021d. Instagram: @bonniebainbridgecohen. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CKCNA-qDhTr/>

----- **Embodiment emerges form our cells' awareness of themselves.** 16 abr. 2021e. Instagram: @bonniebainbridgecohen. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CNvIAu1D7Vu/>

----- **Opening and Strengthening the Heart through the Consciousness of Embodiment.** Youtube, 2021f. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=ywoAu5UE-vXg>

----- **Perfection is having the greatest range possible of comfort.** 29 abr. 2021g. Instagram: @bonniebainbridgecohen. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/Cc8DB0ILxpB/>

----- **We are not made of 'things'.** We are made up of consciousness and process. 18 ago. 2021i. Instagram: @bonniebainbridgecohen. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CSuOeeUldsb>.

----- **What we're practicing here is a practice, it's not an exercise.** 15 jun. 2021j. Instagram: @bonniebainbridgecohen. Disponível em: https://www.instagram.com/p/CQJU_shDbqc/

----- **Part of the problem is that we do things the way that we know how to do them.** 6 abr. 2021k. Instagram: @bonniebainbridgecohen. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CNVKVGmjt-p/>.

----- **You're using all the strength of your experience to perceive what I'm saying.** 20 maio 2021l. Instagram: @bonniebainbridgecohen. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CPGWRoNjR-g/>.

----- **Embodiment is about what is, not about what should be or could be.** 18 abr. 2022a. Instagram: @bonniebainbridgecohen. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/Ccf7FEvp9iU/>.

----- **I can only answer from my experience and then I talk with great confidence.** 10 fev. 2022b. Instagram: @bonniebainbridgecohen. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CZzUdnwlv9K/>.

COHEN, Bonnie Bainbridge; JOHNSON, Don Hanion. Dr Don Hanion Johnson & Bonnie Bainbridge Cohen Interview with Mark Walsh – Embodiment Conference. 2020. 1 video (52 min.). Disponível em: <https://youtu.be/9RHoFObPF7g>.

DAMIAN, Jeremy. Les collectifs intérieurs: L'intériorité peuplée, cultivée et politisée du Body-Mind Centering. In: BARDET, Marie; CLAVEL, Joanne; GINOT, Isabelle (org.). **Écosomatiques: Penser l'écologie depuis le geste.** Montpellier: Deuxième époque, 2019.

DELEUZE, Gilles; PARNET, Claire. **Diálogos.** Lisboa: Editora Relógio D'água, 2004.

DELEUZE, Gilles; Félix GUATTARI. 28 de novembro de 1947 – como criar para si um Corpo sem Órgãos. In: DELEUZE, Gilles; GUATTARI, Félix. **Mil Platôs: Capitalismo e Esquizofrenia**, vol. 3. São Paulo: Editora 34, 1999.

DESPRET, Vinciane. **Autobiographie d'un poulpe et autres récits d'anticipation.** Paris: Actes Sud, 2021.

EDDY, Martha. Corporalização dinâmica: uma abordagem somática para a educação, as artes, a saúde e a interconectividade. In: CUNHA, Carla; PIZARRO, Diego; VELLOZO, Marila Annibelli (Orgs.). **Práticas somáticas em dança: Body-mind Centering™** em criação, pesquisa e performance. Brasília, DF: Edotira IFB, 2019, p. 29-45.

FEDERICI, Sílvia. **Calibã e a Bruxa: mulheres, corpo e acumulação primitiva**. Tradução do Coletivo Sycorax. São Paulo: Editora Elefante, 2017.

FERNANDES, Ciane. **Dança Cristal: da Arte do Movimento à Abordagem Somático-Performativa**. Salvador: EDUFBA, 2018.

FERREIRA DA SILVA, Denise. Sobre diferença sem separabilidade. **Jornal Bienal 12 – Feminino(s): Visualidades, Ações e Afetos**. 12ª Bienal do Mercosul. Porto Alegre, 2020, p. 14-24. Disponível online: https://www.bienalmercosul.art.br/_files/ugd/ae5dfe_98ed10094162405599a43d5fba9c50d5.pdf

FISCHER-LICHTE, Erika. **Estética de lo performativo**. Traducción: Diana González Martín y David Martínez Perucha. Madrid: Abada Editores, 2011.

GEERTS, Evelien; TUIN, Iris van der. Diffraction & Reading Diffractively. **Matter: Journal of New Materialist Research**, Barcelona, v. 2, n. 1, p. 173-177, 2021.

GINOT, Isabelle. Para uma epistemologia das técnicas de educação somática. **Revista O percebejo**, vol. 2, n. 2. Rio de Janeiro: UNIRIO/PPGAC, 2010.

----- Douceurs Somatiques. Repères. **Centre de développement chorégraphique du Val-de-Marne**, Créteil, 2013.

GIRALDI, Sílvia Maria. A prática da pesquisa e a pesquisa na prática. In: Cunha, Carla Sabrina; PIZARRO, Diego; VELLOZO, Marila Annibelli. (Orgs.). **Práticas somáticas em dança: Body-Mind Centering™** em Criação, Pesquisa e Performance. Brasília: Editora IFB, 2019.

GODARD, Hubert. Gesto e percepção. In: SOTER, Sílvia; PEREIRA, Roberto (Org.). **Lições de dança, vol. 3**. Rio de Janeiro: UniverCidade Editora, 2003.

----- Olhar cego. Entrevista com Hubert Godard por Sueli Rolnik. In: ROLNIK, Sueli (Ed.). **Lygia Clark: da obra ao acontecimento** (Catálogo de exposição). Nantes: Musée des Beaux-arts de Nantes; São Paulo: Pinacoteca do Estado de São Paulo, 2005.

GREEN, Jill. Foucault and the training of docile bodies in dance education. **Arts and Learning Research Journal**, vol. 19, n. 1, p. 99-126, 2002.

----- Social Somatic Theory: Moving to a Macro Level. **Anais do Simpósio Internacional Repensando Mitos Contemporâneos**, Programa de Pós-Graduação em Artes da Cena /PPGADC – UNICAMP, SP, 2018.

GREINER, Christine. **O corpo em crise: novas pistas e o curto circuito das representações**. São Paulo: Annablume, 2010.

GROSSMAN, Evelyne. **Corpos hipersensíveis: Para além da diferença dos sexos**. Rio de Janeiro: Zazie Edições, 2016.

HACHE, Émile (Org.). **Reclaim: recueil de textes écoféministes**. Choisis et présentés par Emile Hache. Paris: Éditions Cambourakis, 2016.

HALL, Stuart. **A identidade cultural na pós-modernidade**. Tradução de Tomaz Tadeu da Silva e Guaracira Lopes Louro. Rio de Janeiro: DP&A, 2001.

HANNA, Thomas. **The Body of Life**. New York: Alfred A. Knopf, 1979.

----- . What is Somatics? **Somatics**: Magazine-Journal of the Bodily Arts and Sciences, Volume V, No. 4, Spring-Summer 1986. Versão online. Disponível em: <http://somatics.org/library>

----- . What is Somatics? Part IV. **Somatics**: Magazine-Journal of the Bodily Arts and Sciences, Volume VI, No. 3, Autumn/Winter 1987-88. Versão online. Disponível em: <http://somatics.org/library>

----- . **La Somatique**. Comment contrôler par l'esprit la mobilité, la souplesse et la santé du corps. Paris: InterÉditions, 1989.

HANNEMAN, Ana Lúcia. Neurônios-Espelho. Neurociências em benefício da educação! 29 maio 2012. Disponível em: <https://neuropsicopedagogianasaladeaula.blogspot.com/2012/05/neuronio-espelho.html>.

HARAWAY, Donna. The promises of monsters. In: GROSSBERG, Lawrence; NELSON, Cary; TREICHLER, Paula. **Cultural Studies**. Reino Unido: Routledge, 1992.

----- . Saberes localizados: a questão da ciência para o feminismo e o privilégio da perspectiva parcial. **Cadernos Pagu** (5) 1995, p. 07-41.

----- . An Acoustic Journey. In: WELCHMAN, John C. (Ed.). **Rethinking Borders**. Minneapolis: University of Minnesota Press, p. 1-17, 1996.

----- . Testigo_Modesto@Segundo_milenio. Traducción de Pau Pitarch. Texto extraído de HARAWAY, Donna. **The Haraway Reader**. New York: Routledge, p. 223-250, 2004. Disponível online.

----- . Ficção Científica, Ficção Especulativa, Figuras de Corda, e Além. Tradução: Thiago Mota Cardoso e Luiza Dias Flores. Texto extraído de: Haraway, Donna. (2013). SF: Science Fiction, Speculative Fabulation, String Figures, So Far. **Ada: A Journal of Gender, New Media, and Technology**, No.3. Disponível em: Academia.edu

----- . **Seguir con el problema**: generar parentesco en el Chthuluceno. Traducción Hellen Torres. Bilbao: Edicion consonni, 2019. Disponível online.

HARTLEY, Linda. **Wisdom of the Body Moving**: an introduction to Body-Mind Centering. Berkeley: North Atlantic Books, 1995.

HOPPE, Luciana Cristina. **Processos de Criação em Dança**: O Body-Mind Centering como procedimento de produção dramaturgical. 2017. 136 f. Dissertação (Mestrado em Artes da Cena) – Instituto das Artes, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2017.

INGOLD, Tim. Trazendo as coisas de volta à vida: emaranhados criativos num mundo de materiais. **Horizontes Antropológicos**. Porto Alegre, ano 18, n. 37, p. 25-44, jan./jun. 2012.

----- . **Estar vivo**: ensaios sobre movimento, conhecimento e descrição. Tradução de Fábio Creder. Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.

----- . **Correspondences**. Cambridge, Medford: Polity Press, 2021.

JOHNSON, Don Hanlon. **Body**: recovering our sensual wisdom. Berkeley: North Atlantic Books, 1992.

----- . Introduction: Borderlands. In: ----- (Ed.). **Diverse bodies, diverse practices**: toward an inclusive somatics. Berkeley: North Atlantic Books, 2018.

JOHNSON, Mark; LAKOFF, George. **Metáforas da vida cotidiana**. Campinas: Mercado de Letras; São Paulo: EDUC, 2002.

JOHNSON, Mark. **The meaning of the body**: Aesthetics of human understanding. Chicago: University of Chicago Press, 2007.

JUHAN, Deane. **Job's Body**: A Handbook for Bodywork. New York: Station Hill, 2003.

JULLIEN, François. **Um sábio não tem ideia**. Tradução de Eduardo Brandão. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

KATZ, Helena e GREINER, Christine. Em busca de uma epistemologia indisciplinar. In: KATZ, Helena. GREINER, Christine. (orgs.). **Arte e Cognição**. São Paulo: Annablume, 2015.

KABAT-ZINN, Jon. **A atenção plena para iniciantes**. Rio de Janeiro: Sextante, 2017.

KIFFER, Ana. Desformar o olhar. In: PEDROSA, Celia; CAMARGO, Maria Lúcia de Barros. (Org.). **Poéticas do olhar e outras leituras de poesia**. Rio de Janeiro: Sete Letras, 2006, p. 11-20.

----- . Teatro e vida - dobras, passagens, limites, saídas. In: DIAS, Angela Maria; GLENADEL, Paula. (Org.). **Cenas de arte e ficção** - teatralidades contemporâneas. Rio de Janeiro: Confraria dos Ventos, 2015, p. 27-37.

----- . **Antonin Artaud**. Rio de Janeiro: EdUERJ, 2016.

----- . Correspondência fabulatória – entre Ana K. e A. Artaud. **Revista Vazantes**, v. 2, n. 1, p. 105-116, 2018.

KUYPERS, Patricia. Buracos negros – uma entrevista com Hubert Godard. **Revista O percevejo**, vol. 2, n. 2. Rio de Janeiro: UNIRIO/PPGAC, 2010.

LAPOUJADE, David. **William James, a construção da experiência**. Tradução de Hortência Santos Lencastre. São Paulo: n-1, 2017.

LARA, Ali; DOMINGUEZ, Giazú Enciso. El Giro Afectivo. **Athenea Digital**, Barcelona, v. 13, nº 3, p. 101-119, 2013.

LATOUR, Bruno. Como falar de corpo? A dimensão normativa dos estudos sobre a ciência. Trad. de Gonçalo Prata. In: NUNES, João Arriscado; ROQUE, Ricardo (Org.). **Objectos impuros**: experiências em estudos sobre a ciência. Porto: Edições Afrontamento, 2008.

LIMA, Daniella. **Dança, Política e Discurso na Dança de Lia Rodrigues**. Rio de Janeiro: UniverCidade Editora, 2007.

----- . **Gesto**: prática e discursos. Rio de Janeiro: Cobogó, 2013.

LIPTON, Bruce H. **A Biologia da Crença**. São Paulo: Butterfly Editora, 2007.

LORDE, Audre. **Irmã Outsider**. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2019.

MARGULIS, Lynn; SAGAN, Dorion. **Captando genomas**: una teoría sobre el origen de las espécies. Barcelona: Editorial Kairós, 2003.

MARGULIS, Lynn et al. **Propriocepção**: quando o ambiente se torna o corpo. Tradução de Olav Lorentzen. Cadernos SELVAGEM. Rio de Janeiro: Dantes Editora, 2020.

McLEAN, Stuart. **Fictionalizing anthropology**: encounters and fabulations at the edges of the human. Minneapolis: University of Minnesota Press, 2017.

MILLER, Gill Wright; ETHRIDGE, Pat. Articulating our experience. In: MILLER, G. W.; ETHRIDGE, P.; MORGAN, K. T. **Exploring Body-Mind centering**: an anthology of experience and method. Berkeley: North Atlantic Books, 2011.

MINH-HA, Trinh T. Not You/Like You: Postcolonial Women and the Interlocking Questions of Identity and Difference. In: MCCLINTOCK, Anne; MUFTI, Aamir; SHOHAT, Ella (Eds.). **Dangerous Liaisons**: Gender, Nation, and Postcolonial Perspectives. Minneapolis: University of Minnesota Press, p. 415-420, 1997.

OYĒWÙMÍ, Oyèrónkẹ́. Visualizing the Body: Western Theories and African Subjects. In: ----- . **The invention of women**: making an African sense of western gender discourses. Minneapolis: University of Minnesota Press, p. 1-30, 1997.

----- . Visualizando o corpo: teorias ocidentais e sujeitos africanos. In: ____ . **A invenção das mulheres**: construindo um sentido africano para os discursos ocidentais de gênero. tradução de Wanderson Flor do Nascimento. Rio de Janeiro: Bazar do Tempo, 2021.

PANDIAN, Anand; McLEAN, Stuart (Eds.). **Crumpled Paper Boat**: Experiments in Ethnographic Writing. Durham: Duke University Press, 2017.

PEES, Adriana de Almeida. **Body-Mind Centering**: A dança e a poética nas linhas dançantes de Paul Klee. Rio de Janeiro: Livros Ilimitados, 2016.

PIZARRO, Diego. **Anatomia corpoética em (de)composições**: três corpus de práxis somática em dança. 448 p. Tese (Doutorado em Artes Cênicas) – Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, Escola de Teatro/Escola de Dança, Universidade Federal da Bahia. Salvador, 2020.

QUEIROZ, Clélia Ferraz Pereira de. **Corpo, mente, percepção**: movimento em BMC e dança. São Paulo: Annablume, Fapesp, 2009.

----- . **Corpo, mente, movimento e contato**: BMC e dança, arte e ciência. Fortaleza: Expressão Gráfica Editora, 2013.

RANCIÈRE, Jacques. **A partilha do sensível**: estética e política. Tradução de Mônica Costa Netto. São Paulo: EXPO experimental org.; Editora 34, 2005.

_____. Ten theses on politics. **Theory & Event**. Johns Hopkins University Press, vol. 5, n. 3, 2001.

ROLNIK, Suely. Molda-se uma alma contemporânea: o vazio-pleno de Lygia Clark. In: DAVID, Catherine; RUIZ, Alma; MARTIN, Susan (Eds.). **The Experimental Exercise of Freedom**: Lygia Clark, Gego, Mathias Goeritz, Hélio Oiticica and Mira Schendel. Los Angeles: The Museum of Contemporary Art, 1999. Disponível em: <https://www.pucsp.br/nucleodesubjetividade/Textos/SUELY/Molda.pdf>

_____. **“Fale com ele” ou como tratar o corpo vibrátil em coma**. Conferência proferida nos simpósios: Corpo, Arte e Clínica (UFRGS, Porto Alegre, 11/04/03); A vida nos tempos de cólera (ONG Atua, São Paulo, 17/05/03) e A clínica em questão: conversações sobre clínica, política e criação (UFF e Universidade Nômade, Niterói, 05/12/03). Disponível em: <https://www.pucsp.br/nucleodesubjetividade/Textos/SUELY/falecomele.pdf>

_____. **Esferas da insurreição**: notas para uma vida não cafetinada. São Paulo: n-1 edições, 2018.

_____. Savoirs-du-corps, savoirs étho-écologiques et résistances micropolitiques. Entretien avec Marie Bardet. In: BARDET, Marie; CLAVEL, Joanne; GINOT, Isabelle (org.). **Écosomatiques: Penser l'écologie depuis le geste**. Montpellier: Deuxième époque, 2019.

ROQUET, Christine. **Vu du geste**: Interpréter le mouvement dansé. Paris: Centre National de la Danse, 2019.

RUFINO, Luiz. **Vence-demanda**: educação e descolonização. Rio de Janeiro: Mórula Editorial, 2021.

SILVA, Vagner Gonçalves da. **O antropólogo e sua magia**: trabalho de campo e texto etnográfico nas pesquisas antropológicas sobre religiões afro-brasileiras. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 2015.

STRATHERN, Marilyn. **Fora de contexto**: as ficções persuasivas da antropologia. São Paulo: Terceiro Nome, 2013.

SWEENEY, Lauren. **Basic Concepts in Embryology**. New York: McGraw-Hill Professional Publishing, 1997.

SYMBIOTIC EARTH: How Lynn Margulis rocked the boat and started a scientific revolution. Direção: John Feldman. Produção: Bullfrog Films. Estados Unidos: Hummingbird Films, 2017.

TADDEI, Renzo. No que está por vir, seremos todos filósofos-engenheiros-dançarinos ou não seremos nada. **Moringa artes do espetáculo**. João Pessoa, UFPB, v. 10, n. 2, jun-dez/2019, p. 65-90.

TORRES, Hellen. El llamado del Chthulu: Artes de los afectos y políticas cotidianas. In: PTQK, Maria (Ed.). **Especies del Chthuluceno**. Panorama de prácticas para un planeta herido. Gabinete Sycorax, 2019.

TSING, Anna Lowenhaupt. **Viver nas ruínas**: paisagens multiespécies no antropoceno. Edição: Thiago Mota Cardoso, Rafael Vactorino Devos.. Brasília, IEB Mil Folhas, 2019.

----- **O cogumelo no fim do mundo:** Sobre a possibilidade de vida nas ruínas do capitalismo. Trad. De Jorge Menna Barreto e Yudi Rafael. São Paulo: n-1 edições, 2022.

UNO, Kuniichi. **Artaud – pensamento e corpo.** Tradução de Christine Greiner e Ernesto Filho. São Paulo: n-1 edições, 2022.

VELLOZO, Marila Annibelli. Body-Mind centering e os sistemas corporais: uma possibilidade de integração no ensino da dança. **Revista Científica/FAP** (Curitiba. Impresso), v. 1, p. 157-167, 2006.

Anexo 1: Laboratórios

Laboratórios performativos de anatomia sensível:
corporalização de mundos, refazimento de corpos

2020

Dia 16 de Agosto - Embriologia

Dia 29 de Agosto - Embriologia

Dia 12 Setembro - Sistema Nervoso

Dia 26 Setembro - Sistema nervoso

Dia 10 de Outubro - Fluidos

Dia 24 Outubro - Fluidos

Dias 21 de novembro - Órgãos

Dia 28 de novembro - Órgãos

2021

24 de abril - Saber Celular

1 de Maio - Saber Celular

15 de Maio - Saber Celular

12 de Junho - Equilíbrio Fluído- Membrana

28 de Agosto - Performatividade da matéria

15 a 18 de Junho, na programação do Studio Online Casa Hoffmann

21 a 26 de Junho, na programação do Encontro Internacional de Práticas Somáticas e Dança - Instituto Federal de Brasília

28 Junho a 2 Julho, no Projeto Coreográfico-Pedagógico do Núcleo de Formação Intensiva em Dança da Escola Livre de Dança da Maré (ELDM)

Participantes (em ordem alfabética):

Alba Vieira
Alessandra Vieira do
Nascimento Tonegawa
Alle
Amalia Herrera
Amanda Alberge Leal
Amanda Malaguti
Amaranta Gasperotto Krepschi
Ana Abbott
Ana Fernanda Pinto
Ana Julia Maluf
Ana Karoline Pereira
Ana Luiza de Magalhães Castro
Anamaria Soares de Araújo Pereira
Anna Merici
Anne Cabral
Antonio João Gonzaga Amador
Arthur Barros da Cruz
Ayeska Ariza
Babi Fontana
Beatriz Luizari Matias de Oliveira
Beatriz Pimenta
Belize Neves
Bertrand Paulo Araujo Sousa
Bia Figueiredo
Bruna da Silva Sassi
Bruna Raquel Simões Gouvêa
Bruna Spoladore
Camila Jorge
Camila Venturelli
Camilla Sampaio
Carolina Canteli Rodrigues
Caroline Turchiello da Silva
Carolinie Almeida Figueiredo
Celia Leticia Gouvea Collet
Clarice Rito
Clarissa Monteiro de Araújo
Daniele do Rosário
Dianna
Dora Selva
Drielle Moura
Elaine Vianna
Eliza Pratavieira
Bailarinx
Fernanda Kutwak
Fernanda Más Monteiro
Flora Dias
Flora Lyra da Silva Bulcão
Franciele Dias de Sousa
Francisco Taunay Costa Ribeiro
Francisco Thiago Cavalcanti
Gaba Cerqueda
Gladistoni dos Santos
Guilherme de Araújo
Hellen Audrey de Toledo Mapeli
Herika Reis Kohlrausch
Iara Cerqueira Linhares de Albuquerque
Irene Milhomens

| | |
|--------------------------------|------------------------------------|
| Isabela Freire de Sá Roriz | Marlúcia Ferreira |
| Isabella Duvivier Souza | Maureen Christian dos Santos Silva |
| Izabel Stewart | Michele Schiocchet |
| Jacqueline Rodrigues Peixoto | Michelly Amorim |
| Jaqueline Maria da Silva | Miriam Felício |
| Jaya Paula Pravaz | Munique Vieira da Silva |
| Juliana Ramalho | Murilo Roberto Malaman |
| Julia Vargas Gil | Nicolas Miranda |
| Juliana Alves | Nina Giovelli |
| Kusum Veronica | Nina Terra Alves Rodrigues |
| Lais Mesquita | Pâmmera Oliveira |
| Lara Menna Barreto Fuke | Patricia Machado |
| Larissa Verônica | Pedro Guido |
| Laura Silveira da Cunha | Priscila Patta |
| Laurianne de Miranda Gomes | Priscila Santos |
| Leonardo Shamah | Priscila Sztejnman |
| Liana Caldeira | Rafaela Pontes de Lima |
| Lívia Espírito Santo | Raquel Amaral |
| Luana da Silva Bezerra | Renata Roel |
| Lucas Severiano | Renato Silva |
| Ludmila Rosa | Ricardo Cabral |
| Luiza Marcier | Samuel Lucas Frare |
| Lyz Vedra Freire de Oliveira | Sandra Santos |
| Marcella Jasmim Barcellos | Tais Almeida |
| Mariana Barbosa Pimentel | Tássio Jubini Venturin |
| Mariana de Souza da Silva | Tatiana Penna |
| Marília Cristina Costa e Silva | Tayson Santos Pio e Silva |
| Marina Cervo | Thais Costa Amaral |
| Marina Silveira Arruda | Thais Leitão Chilingue |
| Marina Souza Lobo Guzzo | Thamires Candida |

Vanessa Lopes Garcia

Verônica Zanardes

Victor Rodrigues Seixas

Vinicius Bogas

Vinicius Salles

Wanessa Menezes

Wellington Silva

Ynara Munhoz

Yuri Pettit

Zoe Maria Leite de Carvalho Freitas

Anexo 2: Links e acessos

Capítulo 1:

Página 37: <https://padlet.com/danilima65/7eixoxcm8nyogq25>



Página 37: [@contramanual_de_anatomia](#)



Capítulo 3:

Página 111 | Taís Almeida: [T. Corporalizando.mp4](#)



Página 115: [ImprovisaçãoSaberCelular.MOV](#)



Capítulo 4:

Página 128 | Amaranta Gasperotto Krepshi lendo um trecho de A vida das Plantas, de Emanuele Coccia: [espaçofluido.mp3](#)



Página 139 | Ricardo Cabral: [R_voz_vibracantamove.mp3](#)



Página 140 | Taís Almeida: [T fluidos.mp3](#)



Página 168 | Tayson Pio: [membrana.MOV](#)



Página 175 | Luana Bezerra: [L_falagueflui.mp3](#)



Página 175 | Luana Bezerra: [L vozvibra_ventania.mp3](#)



Página 191: [Fluidos e membranas.MOV](#)



Página 202 | Camila Venturelli: [reverberacao_mover_desenhar_Camila.mov](#)



Página 272 | Ricardo Cabral: R. convido vc a fechar os olhos.mp3



Página 274 | Samuel Frare: S.atravessamento.mp4

