

SANTOS, Fernanda H.G.R.T. **Tomada de decisão na improvisação em dança de Katie Duck**. Campinas: UNICAMP. Doutoranda em Artes da Cena - IA - UNICAMP; Marília Vieira Soares. Dançarina e yogini.

RESUMO

O texto pretende analisar a prática da artista Katie Duck, que trabalha com improvisação em dança a partir de recortes teóricos relacionados a campos de interesses diversos como neurociências, estudos da mente a partir de conhecimentos extraídos do kundalini yoga, segundo os ensinamentos de Yogi Bajan, dentre outros; e relacioná-los aos métodos de improvisação propostos pela artista, sobretudo no que concerne à tomada de decisão e às escolhas que o performer tem que fazer ao improvisar. O artigo pretende utilizar o entendimento de mente, consciência e tomada de decisão na visão de diferentes campos de conhecimento e conectá-los ao processo de improvisação em dança trabalhado por Katie Duck, denominado pela artista: Saída, Pausa e Fluxo.

Palavras-chave: dança; mente; consciência; escolha; improvisação.

ABSTRACT

The text aims to analyze the practice of artist Katie Duck, who works with improvisation in dance from theoretical points of view related to different interests in fields such as neuroscience, mind studies from the knowledge of kundalini yoga, according to the teachings of Yogi Bajan, among others; and relate them to the improvisation methods proposed by the artist, especially with regard to decision making and choices that the performer has to do to improvise. The article intends to use the understanding of mind, awareness and decision-making on many different knowledge fields and connect them to the improvisation process in dance worked by Katie Duck, so called by the artist: Exit, Pause and Flow.

Keywords: dance; mind; conscience; choice; improvisation.

Para Duck, só existem três escolhas na improvisação: saída, pausa e fluxo. Segundo a artista, o performer não entra numa composição que está sendo construída em improvisação, apenas sai para a cena. A não ser que se trate de uma obra com construção pronta, como uma coreografia, no teatro ou na música, o performer pode entrar. Segundo a artista, a improvisação lida com escolhas e acasos, de forma que o dançarino tem que escolher a todo momento e lidar com os acasos que surgem na comunicação entre músicos, dançarinos e público.

Também é meu interesse sugerir algumas pontes entre qual a noção de consciência é subjacente na visão do Yoga, na neurociências e neurofisiologia. Interessa-me discutir como a consciência se conecta à tomada de decisão nesse estudo. Para o autor Phillip Zarrili, atualmente é fundamental o cultivo da consciência pelo artista:

Possuindo seu próprio caminho na exploração aprofundada sobre os métodos de ação física de Stanislavski e o imperativo do trabalho do ator sobre si mesmo, Jerzy Grotowski (1933-1999) se debruçou prática e

teoricamente sobre o yoga e a filosofia hinduísta em sua pesquisa sobre como o praticante pode realizar um estado ótimo de consciência do corpo e mente em que ele permaneça "suficientemente flexível e 'vazio' para ser um canal permeável para as energias". (ZARRILLI, 2009, p. 20. Tradução nossa)

A consciência está conectada a uma presença do artista da cena. Esse é um dos pressupostos da prática proposta por Katie Duck, que tem como principal pilar de sua experiência como improvisadora em dança, o estar presente no momento. Esse também seria o objetivo principal de algumas práticas meditativas que, segundo Francisco Varela, buscam a sincronização entre mente e corpo através de um estado de atenção e presença. Segundo esse autor, há uma dissociação entre o pensamento abstrato e a experiência humana que permeiam vários estudos sobre a mente, na chamada ciência cognitiva, assim como na filosofia e em outras disciplinas que tratam a relação mente e corpo. Para ele, mesmo que o dualismo mente e corpo de fundo cartesiano tenha sido ultrapassado; ainda persiste o entendimento da mente sem que a experiência humana seja abordada de forma integrada. (VARELA, 1991)

Segundo Cassiano Sydow, "Constata-se, de uns tempos para cá, no âmbito da pesquisa de pós-graduação em artes cênicas, um maior número de trabalhos interessados em meditação, artes marciais e práticas similares, vistas como ferramentas importantes nos processos de treinamento do artista da cena. Mas ainda são raras as abordagens que ultrapassam uma visão apenas instrumental dessas 'técnicas'." (QUILICI, 2010) Tenho notado em artigos e textos diversos que investigam a consciência que fazem referência apenas à relação corpo-mente ao investigar este fenômeno. Ao me dedicar há mais de 13 anos à prática do Yoga, porém, entendo consciência como algo que se refere, além da relação mente e corpo, também à relação com o espírito. Acredito que incluir as noções acerca do espiritual na produção de conhecimento acadêmico seja um campo fértil de investigação nas artes; como o fez tantos artistas, como Wassily Kandinsky, Antonin Artaud, Van Gogh, dentre tantos outros e filósofos como Espinosa e Hegel, para citar alguns.

Para Damásio, que estuda a consciência, os processos de tomada de decisão dependem, em parte, das emoções. Damásio diferencia emoção, sentimento e a consciência do sentimento. Para ele, as emoções se originam de interações externas e os sentimentos têm relações com processos internos. A consciência se relaciona à consciência do sentimento.

As emoções e os sentimentos constituem aspectos centrais da regulação biológica, porém, atuam tanto nos processos racionais, quanto nos não racionais. Esses, por sua vez, se relacionam, por sua vez, às estruturas corticais e subcorticais do cérebro, respectivamente. "Os comportamentos que se encontram para além dos impulsos e dos instintos utilizam, em meu entender, tanto o andar superior como o inferior: o neocórtex é recrutado juntamente com o mais antigo cerne cerebral, e a racionalidade resulta de suas atividades combinadas." (DAMÁSIO, 2007, p. 157)

Nesse sentido, corrobora a fala de Zarrilli, quando afirma que podemos realizar certos tipos de atividades enquanto esquecemos que temos um corpo. É fato que em algumas práticas de treinamento em artes cênicas, não há como

desempenhar algumas atividades que demandem um estado corporal de disponibilidade e prontidão, quando o corpo físico está delibitado por algum motivo de cansaço, ou dor. Por outro lado, é possível que o esgotamento físico não atrapalhe o desempenho de certos tipos de tarefas que demandam esforço mental e intelectual em maior intensidade, mesmo que um dependa do outro e estejam conectados. Essa condição parece relacionar-se à evolução biológica e complexificação gradual do cérebro nas espécies. Essa configuração também é esboçada no cérebro humano, como explica Damásio:

Os dados sobre a regulação biológica mostram que as seleções de respostas das quais os organismos não têm consciência, e que por conseguinte não são deliberadas, ocorrem constantemente nas estruturas cerebrais de evolução mais antiga. Os organismos cujos cérebros incluem apenas aquelas estruturas arcaicas e são destituídos de estruturas evolutivamente modernas - como os répteis, por exemplo - executam sem dificuldade a seleção de respostas. Podemos entender essa seleção como uma forma elementar de tomada de decisão, desde que fique bem claro que não se trata de um eu consciente que efetua a decisão, mas sim de um conjunto de circuitos neurais.

É no entanto sabido que, quando os organismos sociais se vêem confrontados com situações complexas e são levados a decidir em face da incerteza, têm de recorrer a sistemas no neocórtex, que é o setor mais moderno do cérebro em termos evolutivos. Existe uma notável correlação entre a expansão e subespecialização do neocórtex e a complexidade e imprevisibilidade dos meios ambientes com os quais os indivíduos conseguem lidar em virtude dessa expansão. (DAMÁSIO, 2007, p. 156-157)

Damásio também relaciona a consciência em seu livro *The feeling of what happens* com a imagem corporal. (DAMÁSIO, 2000) Para o autor, a emoção, o sentimento e a regulação biológica estão envolvidos na razão humana. A tomada de decisão estaria, por sua vez, relacionada ao mais alto nível da razão. "A finalidade do raciocínio é a decisão, e a essência da decisão consiste em escolher uma opção de resposta, ou seja, escolher uma ação não verbal, ou uma palavra, ou uma frase, ou uma combinação dessas coisas, entre as muitas possíveis no momento, perante uma dada situação." (DAMÁSIO, 2007, p. 197)

Parece existir um conjunto de sistemas no cérebro humano consistentemente dedicados ao processo de pensamento orientado para um determinado fim, ao qual chamamos raciocínio e à seleção de uma resposta, a que chamamos tomada de decisão, com uma ênfase especial no domínio pessoal e social. Esse mesmo conjunto de sistemas está também envolvido nas emoções e nos sentimentos e dedica-se em parte ao processamento dos sinais do corpo. (DAMÁSIO, 2007, p. 96-97)

Para introduzir o tema da consciência, utilizo o entendimento de Damásio, para o qual "consciência é a mente dotada de subjetividade." (DAMÁSIO, 2011, p. 16) Para o autor, a mente consciente surge quando um processo do self é adicionado a um processo mental básico. (DAMÁSIO, 2011, p. 20)

De acordo com a tradição do kundalini yoga, segundo os ensinamentos do mestre Yogi Bhajan, dentre os dois hemisférios cerebrais, o esquerdo e o direito, o primeiro seria o responsável pela tomada de decisão; enquanto o segundo estaria relacionado a tarefas mais habituais. Segundo o neurocientista Antônio Damásio:

Em mais de 95% das pessoas, o que inclui muitos canhotos, a linguagem depende em larga medida das estruturas do hemisfério esquerdo. Outro exemplo de dominância, este favorecendo o hemisfério direito, envolve o sentido integrado do corpo, através do qual a representação de estados viscerais, por um lado e a representação de estados dos membros, do tronco e dos componentes centrais do aparelho músculo-esquelético, por outro, se reúnem num mapa coordenado dinâmico. Deve-se notar que esse não é um mapa único e contíguo, mas uma interação e coordenação de sinais em mapas separados. Nessa combinação, os sinais relacionados com o lado esquerdo e o lado direito do corpo encontram um espaço de interação mais extenso no hemisfério direito. (DAMÁSIO, 2007, p. 91-92)

Ainda segundo a tradição do kundalini yoga, existem três tipos de mente funcionais que comandam a tomada de decisões: mente negativa, mente positiva e mente neutra. A mente negativa é a primeira mente e relaciona-se à sobrevivência e ao senso de proteção, pois indica onde está o perigo. A mente positiva aponta para o que é bom para o indivíduo e é a responsável pela inspiração para alcançar algo. Por último, a mente neutra é responsável pelo sucesso na tomada de decisões ao indicar o que deve ser feito.

Podemos relacionar o entendimento da Humanologia, entendida como um estudo de psicologia aplicada segundo os ensinamentos de Yogi Bhajan e sua abordagem sobre a mente com a hipótese do marcador-somático, defendida por Damásio. Para entender o marcador-somático, Damásio recorre ao conceito de self exposto pelo autor William James, como fica claro no trecho a seguir:

Podemos considerar o processo do self de duas perspectivas. Uma é a do observador que aprecia um objeto dinâmico - o objeto dinâmico consiste em certos funcionamentos da mente, certas características de comportamento e certa história de vida. A outra perspectiva é a do self como um conhecedor, o processo que dá um foco ao que vivenciamos e por fim nos permite refletir sobre essa vivência. (...) o que permite que a mente saiba que esses domínios existem e pertencem a seus proprietários mentais - corpo, mente, passado e presente e todo o resto - é que a percepção de qualquer um desses itens gera emoções e sentimentos e, por sua vez, os sentimentos ensejam a separação entre os conteúdos que pertencem ao self e os que não pertencem. De minha perspectiva, esses sentimentos funcionam como marcadores. São os sinais, baseados em emoções que chamo de marcadores somáticos. Quando conteúdos pertencentes ao self ocorrem no fluxo da mente, provocam o aparecimento de um marcador, que se junta ao fluxo mental como uma imagem justaposta à imagem que o desencadeou. (DAMÁSIO, 2011, p. 21-22)

Tendo em vista a hipótese do marcador-somático, podemos co-relacionar o

estudo da mente tanto na Humanologia, quanto na abordagem defendida por Damásio.

Qual a função do *marcador-somático*? Ele faz convergir a atenção para o resultado negativo a que a ação pode conduzir e atua como um sinal de alarme automático que diz: atenção ao perigo decorrente de escolher a ação que terá esse resultado. O sinal pode fazer com que você rejeite imediatamente o rumo de ação negativo, levando-o a escolher outras alternativas. (...) Os marcadores-somáticos podem não ser suficientes para a tomada de decisão humana normal, dado que, em muitos casos, mas não em todos, é necessário um processo subsequente de raciocínio e de seleção final. Mas os marcadores-somáticos aumentam provavelmente a precisão e a eficiência do processo de decisão. (...) Em suma, os *marcadores-somáticos são um caso especial do uso de sentimentos gerados a partir de emoções secundárias. Essas emoções e sentimentos foram ligados, pela aprendizagem, a resultados futuros imprevisíveis de determinados cenários.* Quando um marcador somático negativo é justaposto a um determinado resultado futuro, a combinação funciona como uma campanha de alarme. Quando, ao contrário, é justaposto a um marcador-somático positivo, o resultado é um incentivo. (DAMÁSIO, 2007, p. 205-206)

Damásio conclui sobre os sistemas neurais relacionados aos processos de raciocínio e de tomada de decisão, as seguintes hipóteses:

Primeiro, esses sistemas encontram-se certamente envolvidos nos processos da razão, no sentido lato do termo. De forma mais específica, encontram-se envolvidos na planificação e na decisão.

Segundo, um subconjunto desses sistemas está associado aos comportamentos de planejamento e de decisão que poderíamos incluir na rubrica de 'pessoais e sociais'. Eles estão relacionados com o aspecto da razão habitualmente designado por racionalidade.

Terceiro, os sistemas que identificamos desempenham um papel importante no processamento das emoções.

Quarto, os sistemas são necessários para se poder reter na mente, por um período de tempo relativamente longo, a imagem de um objeto relevante que não se encontra mais presente. (DAMÁSIO, 2007, p. 104 - 105)

O raciocínio depende desses sistemas que retêm conhecimento em regiões cerebrais separadas, sendo que, grande parte desse conhecimento é reunida sob a forma de imagens. Existem as imagens perceptivas e as imagens evocadas. Estas últimas podem se originar tanto do passado, quanto daquilo que ainda não aconteceu (de um futuro possível). Como o encadeamento dessas imagens acontece através do sincronismo de uma ampla exposição durante um período de tempo entre diferentes locais do cérebro, é preciso tanto a atenção, como a memória de trabalho "para que o componente de conhecimento reunido na forma de imagens passa ser manipulado ao longo do tempo." (DAMÁSIO, 2007, p. 110) O autor defende que a mente se origina desse processo, que cito longamente por ser bastante esclarecedor, para uma definição do que se configura como mente:

À medida que os organismos adquiriram maior complexidade, as ações 'causadas pelo cérebro' necessitaram de um maior processamento intermediário. Outros neurônios foram interpolados entre o neurônio do estímulo e o neurônio da resposta, e variados circuitos paralelos assim se estabeleceram, mas isso não quer dizer que o organismo com esse cérebro mais complexo tivesse necessariamente uma mente. Os cérebros podem apresentar muitos passos que intervêm nos circuitos que fazem a mediação entre o estímulo e a resposta, e ainda assim não possuem uma mente, caso não satisfaçam uma condição essencial: possuir a capacidade de exibir imagens internamente e de ordenar essas imagens num processo chamado pensamento. (...)

Assim, na minha opinião, o fato de um dado organismo possuir uma mente significa que ele forma representações neurais que se podem tornar imagens manipuláveis num processo chamado pensamento, o qual acaba por influenciar o comportamento em virtude do auxílio que confere em termos de previsão do futuro, de planejamento desse de acordo com essa previsão e da escolha da próxima ação. (DAMÁSIO, 2007, p. 110)

A partir de um referencial de diferentes aproximações da mente, busquei relacionar a tomada de decisão à experiência humana, tal como sugeriu Varela, ao suscitar essa lacuna nos estudos da mente. Sendo assim, o interesse em estudar os processos internos que levam a tomada de decisões tem relação com os métodos empregados por Katie Duck que se baseiam nas escolhas que o improvisador tem que fazer em cena.

A aproximação da neurociências a partir das hipóteses de Damásio buscaram fornecer um referencial que ultrapasse a dicotomia cartesiana e "humanize" os processos cognitivos da mente, cuja tomada de decisão é um de seus principais temas, a partir da inclusão da emoção e do sentimento. Os referencial da tradição do kundalini yoga visou acrescentar o espírito à discussão mente e corpo, como elemento fundamental para se entender a consciência.

Ao trazer referências teóricas tão distintos, buscou-se ampliar a questão da tomada de decisão que o improvisador faz em cena, como algo que, para além das disposições corpo e mente, coloca em questão a alma do artista.

Referências Bibliográficas

BHAJAN, Yogi. *A Mente: suas projeções e múltiplas facetas*. São Paulo: Gobinde Editora, 2011.

DAMÁSIO, Antonio. *E o cérebro criou o homem*. São Paulo: Companhia das Letras, 2011.

DAMÁSIO, Antonio. *O erro de Descartes: emoção, razão e o cérebro humano*. 2. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2007.

DAMÁSIO, Antonio. *The feeling what happens: body and emotion in the making of consciousness*. California: Harcourt Brace & CO, 2000.

LIPTON, Bruce H. *A biologia da crença: ciência e espiritualidade na mesma sintonia*. São Paulo: Butterfly, 2007.

QUILICI, Cassiano Sydow. *Proposições para um diálogo entre Artes Performativas e o Budismo (e um exemplo da Ciência)*. In: VI Congresso - Arte e Ciência:

Abismo de Rosas, 2010, São Paulo. Anais do VI Congresso da ABRACE, 2010. v. IV.

VARELA, Francisco J.; THOMPSON, Evan; ROSH, Eleanor. *A mente corpórea: ciência cognitiva e experiência humana*. Lisboa: Instituto Piaget, 1991.

ZARRILLI, Philip B. *Psychophysical acting: an intercultural approach after Stanislavsky*. N. York / London, Routledge, 2009.