

PORPINO, Karenine de Oliveira. **Dança, atenção e práticas meditativas**. Natal: Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Departamento de artes/Universidade Federal do Rio Grande do Norte; professora associada.

RESUMO: Esta pesquisa tem como objetivos investigar os estudos sobre a atenção como referência para a compreensão e prática da dança, bem como organizar e discutir proposições para o ensino da dança com foco nas práticas de atenção. A investigação constitui-se um aprofundamento da proposição A dança como nicho poético do corpo, organizada em 2016, em especial ao foco dado na noção de atenção a si/atenção plena, no contexto das relações entre dança e práticas meditativas. De abordagem fenomenológica, a investigação tem como referência metodológica a fenomenologia de Merleau-Ponty para interpretação de experiências de artistas, professores e discentes durante as ocasiões de encontro no Projeto de Extensão Tardes do Vazio e disciplinas do Curso de dança da UFRN. Os registros para interpretação se dão em forma de paisagens sonoras (áudios), visuais (vídeos e produções gestuais) e escritas (depoimentos e textos poéticos). A pesquisa se justifica pela contribuição ao campo do ensino da dança e da formação do artista, apontando perspectivas para vivências do movimento, que possam problematizar as práticas de ensino da dança, bem como o diálogo entre elas e os saberes advindos de práticas orientais tais como Tai chi chuan, yoga e meditação, dentre outras.

PALAVRAS-CHAVE: Dança, Atenção, Práticas Meditativas, Corpo.

ABSTRACT: This research aims to investigate the studies on attention as a reference for the understanding and practice of dance, as well as to organize and discuss propositions for teaching dance with a focus on attention practices. A research constituted by a deepening of the proposition Dance as a poetic niche of the body, organized in 2016, especially to the focus given on the notion of attention to self / full attention, in the context of the relations between dance and meditative practices. From a phenomenological approach, a research as a methodological reference is Merleau-Ponty's phenomenology in order to interpret the experiences of artists, professors and speeches during the meetings of the Extension Project Tardes do Vazio (Afternoons of Void) and disciplines of the Dance Course at UFRN. Records for interpretation take the form of sound (audios), visual (videos and gestures) and written (testimonies and poetic texts) landscapes. The research is justified by the contribution to the field of dance teaching and the training of the artist, pointing out perspectives for the living of movement, which is problematic in dance teaching practices, as well as the dialogue between the knowledges arising from Eastern practices such as Tai chi chuan, yoga and meditation, among others.

KEYWORDS: Dance, Attention, Meditative Practices, Body.

O texto a seguir tem como origem as minhas experiências de movimento, situadas nos últimos vinte anos, as quais intercalam e articulam a dança, o Tai

Chi Chuan e a meditação. A aproximação entre essas práticas, inicialmente, se deu de forma fortuita e esporádica, mas nos últimos três anos se tornou tema de minhas investigações acadêmicas, visto a importância que passaram a ter na minha atuação docente e na minha forma de dançar. O intuito de lançar um olhar acadêmico sobre esta articulação me levou a investir em duas pesquisas: Dança, corpo e presença: articulações entre a arte e a docência, desenvolvida no Grupo de Pesquisa Dança, corpo e Processos de criação - CIRANDAR e Experiências do Movimento e a formação do professor de dança, desenvolvida no ESTESIA - Grupo de Pesquisa Corpo, Fenomenologia e Movimento.

Em ambas as pesquisas, se deram, de modos peculiares, as primeiras aproximações entre a dança, o Tai Chi Chuan e a meditação, tendo a compreensão de que a dança também pode se constituir uma prática meditativa ou se beneficiar dela.

Entendo assim que o estado meditativo, como possibilidade de levar o artista da dança a tornar-se atento, experimentar e contemplar a própria dança enquanto dança, pode se tornar uma possibilidade de compreensão da experiência do dançar em seus aspectos imediatos e desencadear outras experiências como a de escrever sobre a dança que se faz (Porpino, 2014, s. p.).

Como fruto dessas reflexões iniciais, organizei em 2016-2017 uma proposição a qual denominei de Dança como nicho poético do corpo, engendrada por três referências de base: a Estesiologia de Maurice Merleau-Ponty, a Emersilogia de Bernard Andrieu e os estudos da atenção plena de Varela, Thompson e Rosch (2003). Esta última é o foco deste artigo.

O texto que agora se apresenta tem como objetivo apresentar a proposição referida, bem como tomar como foco o tema da atenção, especialmente, como referência para a compreensão e prática da dança, além de discutir proposições para o ensino. No entanto é ainda salutar esclarecer as referências pelas quais as pesquisas foram realizadas tomando como base não somente minha própria experiência com a dança, mas a articulação delas com outros artistas em ateliês de improvisação em dança (Projeto de Extensão Tardes do Vazio), e também com os alunos da graduação em disciplina como Pedagogia do Corpo e Corpo e Espaço, ofertadas pelo Curso de Licenciatura Dança da

UFRN. Nessas oportunidades busquei descrever e interpretar experiências do dançar, intermediadas pela improvisação, como recurso metodológico focado nas práticas de atenção às sensações do ouvir, do ver e do sentir a pele. Ver, ouvir e tocar são ações requeridas e conhecidas, certamente, por quem dança, mas nem sempre são percebidas no momento o qual ocorrem por quem gera o movimento. Na vivência referida essas ações foram reconhecidas como gatilhos para a criação em dança, tendo como objetivo despertar uma aquiescência do sentir, ou seja, um consentimento às sensações como forma de perceber o movimento em fase de germinação e acompanhar atentamente seu fluxo expressivo. Assim, partimos de proposições e questões que nos levassem a essa aquiescência tais como: Ouça o silêncio. Como o som lhe toca? Como o chão toca a sua pele? Como sua pele pode tocar o chão? Que movimento pode ser gerado dessa sensação? Como sua pele pode se movimentar dentro da roupa? Lance seu olhar ao espaço que você ocupa? O que você vê? Como essa visão lhe toca? Como seria dançar essa sensação de olhar? Questões como essa foram sugeridas no sentido de levar a atenção para as sensações e para os movimentos delas decorrentes, os quais, posteriormente, foram explorados em formas de jogos e roteiros coreográficos.

A partir de uma atitude fenomenológica, disposta a voltar-se a experiência de quem dança, enquanto dança, tal qual o ato meditativo, procedeu-se o ato de pesquisar e a produção de registros, ou... paisagens. À exemplo do termo paisagem sonora usada por Shaffer (2011), foram produzidas paisagens visuais (vídeos e produções gestuais) e escritas (depoimentos e textos poéticos). A proposição Dança como nicho poético do corpo originou-se dessas paisagens, tendo, inicialmente, a imagem de ninhos como recurso analógico para uma organização em rede a partir da adaptação da modalidade fenomenológica de pesquisa Rede de Significados (Bicudo, 2000).

Entendemos o ninho como espaço de gestação, incubação e nutrição de novos movimentos, inclusive o das palavras. Posteriormente, o termo nicho pareceu mais apropriado. A ideia do nicho poético foi gerada a partir do conceito de nicho ecológico, que diz respeito “aos intervalos de condições” que um organismo pode tolerar e “os modos de vida que ele possui” em determinados

habitats. O nicho ecológico tem mais relação com o papel do organismo no lugar onde ele habita, o jeito em que vive nele, se nutre, se relaciona com outros organismos (Ricklefs, 2003). O adjetivo poético vem dos estudos de Laurence Louppe, sendo a poética o que pode nos tocar numa obra de arte, nos fazer sensíveis e produzir ecos. Nas suas palavras “O seu objecto não é somente a observação do campo onde o sentir domina o conjunto das experiências, mas as próprias transformações desse campo.” (Louppe , 2013, p.27). A poética, nesse sentido, pressupõe um diálogo, entre o que na obra de arte nos move e como faz para nos mover, é ao mesmo tempo caminho e chegada sem fim, produto e processo em circularidades, e assim produz ressonâncias, exige afetivamente um estar com, sendo estar em.

Pensar a dança como nicho poético do corpo é considera-la como um modo de ser do corpo que habita o mundo, uma situação vivida no presente, mas também uma nostalgia e um devir, um saber de troca, osmose, permeabilidade fluida das passagens do tempo e da impregnação dos lugares no corpo, transbordamento e eclosão, e ao mesmo tempo, escassez e retraimento. Sendo nicho poético a dança se alimenta de outros nichos pelo diálogo vibrátil e compõe ecossistemas poéticos pelas osmose estéticas. Sendo constante emergência e metamorfose, não se fixa em modelos prévios, embora possa ter neles um gatilho. Não precisa da consciência como condição prévia, assim é desvelamento, plasticidade do corpo, enigma, mesmo quando se quer regra (Porpino, 2017).

Três pensamentos/referências engendraram essa proposição:

Dança como circularidades da carne: essa proposição enfoca as relações entre a dança e corpo estesiológico, percebe a noção de carne em Merleau-Ponty (Merleau-Ponty, 1999) como referência fundante para pensar a dança em sua fusão como o mundo (Nóbrega, 2015). Assim, discute o dançar marcado pela aderência ao ‘ao lugar e ao agora’, como inauguração do ‘onde e do quando’. Compreende a reversibilidade dos sentidos, o quiasma entre corpo e mundo, as temporalidades e espacialidades cambiantes do gesto em suas configurações ontológicas.

Dança como dispositivo emersivo – aqui se faz uso da ideia de Bernard Andrieu que propõe a improvisação como dispositivo emersivo para pensar a dança em sua capacidade de aprofundamento das sensações e trânsito entre o corpo vivo e o corpo vivido (Andrieu, 2014b, Nóbrega, 2014). Evidencia-se o duplo movimento da Emersiologia em reconhecer a consciência do corpo vivido e as informações ativadas pela ecologização do corpo vivo (Andrieu, 2014a). Para a dança essa compreensão faz admitir a potência e os limites do dançar e do ensinar dança, a necessidade de pensar a presença do corpo, como outros pesquisadores já o fizeram nas Artes Cênicas, mas também a sua ausência, as intensidades do movimento que ainda se constituem enigmas para o corpo vivido.

A terceira, a qual evidencio nesse texto, trata-se da Dança como atenção a si: o desenvolvimento dessa referência se dá a partir das leituras sobre a atenção como enação (coemergência entre o organismo e o mundo), tendo como base os estudos de Varela, Thompson e Rosch (2003), na obra *A mente incorporada*, e discutida, posteriormente por Kastrup e Sade (2011). A cognição, nesse contexto, não se caracteriza por uma atividade representacional, mas de constituição mútua e coemergente entre organismo e mundo.

As referências presentes na noção de carne, na Emersiologia e na atenção vista sob a ótica na enação podem se constituir referências importantes para a compreensão das relações entre a dança e o corpo na educação. Ressalto que a compreensão de uma dança que se dá como “pilotada” pelo bailarino, por um modelo estético ou estrutura cognitiva prévia, ainda é muito viva no contexto pedagógico brasileiro, ao qual tenho acesso, e por vezes se torna a única referência a pensar a dança.

A proposição de dança como nicho poético do corpo tem o intuito de constituir um caminho ou apontar trajetórias possíveis para pensar uma dança que se faz ao mesmo modo do dançarino, a partir de sua relação fusional com o mundo, numa coemergência de ordem epistemológica e ontológica. Essa referência requer a criação de novas estratégias pedagógicas, a exemplo dos processos de criação vividos por artistas da Dança Contemporânea, tal como já propus em textos anteriores (Porpino, 2006). No entanto, cabe ainda reforçar, que

são apontadas aqui articulações do pensamento, que ainda precisam ser aprofundadas em outras pesquisas, e que precisam ser consideradas as aproximações e os distanciamentos entre as três referências. Em obra de Nóbrega (2010) é possível encontrar as proximidades entre os estudos de Merleau-Ponty e de Varela, e em obra mais recentes faz dialogar a Estesiologia e a Emersilogia (Nóbrega, 2015). É preciso também esclarecer que a emersão, tal qual apresentada por Bernard Andrieu difere do conceito de enação discutido por Francisco Varela, pois aquela se refere ao movimento involuntário cujo conhecimento nossa consciência só é acessível pela parte que emergiu, enquanto este o considera como apreendido pela consciência.

Por enquanto me empenho em abordar brevemente a relação significativa entre o pensamento de Francisco Varela e o de Merleau-Ponty, principalmente no que tange ao tema da experiência, que é retomado fortemente nas obras do primeiro tendo referências explícitas na Fenomenologia da Percepção, obra que reconhecidamente marcou o pensamento do segundo no contexto filosófico ocidental.

Em obras anteriores a publicação de *A mente incorporada* (Varela, 1992; Maturana e Varela, 1997), Francisco Varela mencionou seu interesse pela fenomenologia europeia, especialmente os estudos de Merleau-Ponty, como “o antecedente mais próximo” da sua posição *enativa*, e enfatiza as contribuições relevantes desse filósofo, como também de outros pensadores europeus, como Husserl e Piaget, cujas ideias foram vilipendiadas em favor dos estudos norte americanos mais recentes do campo das Ciências Cognitivas. Varela (1992) reconheceu que Merleau-Ponty, deu um passo significativo em considerar a corporificação da experiência, seu contexto pragmático, e também reconheceu o limite de seu trabalho uma vez que, do ponto de vista da Fenomenologia uma descrição da experiência, tal qual se pode realizar a partir de uma atitude fenomenológica, jamais poderia recuperar sua riqueza. Não é por acaso que Merleau-Ponty, em suas obras, convida a apreciação artística e nos leva a reconhecer a experiência pelas artes, compartilhando sua própria experiência sensível como “iniciação aos segredos do mundo”, ou como decifração de uma “*fissão do ser*” (Chauí, 2002, p. 163). Ao trazer, por exemplo, a experiência do pintor, não se interessa por uma mecânica do ver, ou por um pensamento da

visão, mas pela experiência de ver, em que o visível se torna vidente e vice e versa, sem sair do mundo da visibilidade. Assim, a experiência é tida como uma cisão que não separa, como aderência do sujeito ao mundo, mas descrevê-la sempre será uma ação *à posteriori* que não a substitui.

Atentando para esse aspecto Varela reconheceu a referência da fenomenologia da experiência vivida, mas recorreu também aos estudos da meditação de tradição budista, como modo de ater-se a experiência no momento em que ela acontece (Varela, 1992; 1997). Seus estudos são respaldado pelas técnicas de imagem cerebral, inexistentes nos anos em que Merleau-Ponty desenvolveu suas reflexões, muitas das quais deixadas apenas em forma de esboços ou notas de trabalhos devido a sua morte prematura.

A referência ao método da atenção/consciência por Francisco Varela é discutida na obra Sobre a competência Ética (Varela, 1992) e ampliada em A mente incorporada: Ciências Cognitivas e Experiência Humana (Varela, Thompson e Rosch, 2003). Nesta, os autores aprofundaram a reflexão sobre as relações entre a experiência, a tradição budista da meditação e as Ciências Cognitivas. Ao discutirem sobre o método da atenção budista, os autores esclarecem que

Atenção significa que a mente está presente na experiência incorporada de cada dia; técnicas de atenção são projetadas para levar a mente de volta de suas teorias e preocupações, da atitude abstrata, para a situação da própria experiência da pessoa. (Varela, Thompson, Rosch, 2003, p.39).

A atenção plena conjuga-se a prática meditativa como possibilidade de estar atento a si, a própria experiência, sem julgamentos, seja a partir de uma posição estática (como geralmente é proposto o ato de meditar), seja a partir do movimento, tal qual se pode experimentar a exemplo da prática do Tai Chi Chuan, reconhecido como uma possibilidade de meditação em movimento (Da Liu, 2004).

Costumeiramente, a prática da atenção/consciência é realizada a partir de períodos de meditação sentada. A partir do silêncio e da imobilidade a pessoa fica atenta a algum objeto ou a própria respiração, deixando reconhecer sem

julgamentos a própria experiência de respirar. Embora o corpo esteja parado, a mente se surpreende com sentimentos, pensamentos, sonhos e outros eventos mentais recorrentes e por vezes não percebidos no cotidiano. Segundo Varela, Thompson e Rosch (2003) a primeira descoberta de quem medita é perceber o quanto se é desvinculado da própria experiência. Com a prática da meditação, essa atenção estende-se não somente para os momentos de prática formal sentada, mas passa a se constituir uma forma menos inquieta de funcionamento da mente. Quando esses períodos transformam-se numa “perspectiva mais panorâmica” podem ser compreendidos como consciência.

Essas reflexões dão suporte à discussão mais ampla sobre o funcionamento da mente e a crítica as abordagens cognitivistas e conexionistas, para as quais a cognição é compreendida atrelada a representação de um mundo exterior predeterminado. (Varela, s.d.). A noção de enação revela-se como uma alternativa a ideia de representação, e é retomada em obras posteriores para discutir a cognição como ação incorporada, ou seja, como a produção de mundos possíveis advindos da história de acoplamentos viáveis dos sistemas cognitivos em seu entorno (Varela, Thompson, Rosch, 2003).

A discussão sobre a experiência no contexto das Ciências Cognitivas enfocada por Francisco Varela, Evan Thompson e Elenor Rosch (2003) foi abordada, depois da morte de Varela, a partir do tema da Neurofenomenologia, já anteriormente anunciada quando se referiu na obra *De máquinas e seres vivos* a uma ciência “biofenomenológica” ainda em estado inicial (Varela, 1997). A Neurofenomenologia propõe uma nova relação entre as Neurociências e a Fenomenologia, tendo na redução e na prática meditativa uma possibilidade de ampliação do universo da pesquisa nessa área, a partir do relato em primeira pessoa (Varela, Depraz, Vermersch, 2006).

Nesse contexto, destaco o tema da atenção, e por consequente da meditação, como campo de discussão profícuo para pensar a dança e seu ensino, visto que a prática meditativa pode se constituir, a meu ver, um caminho viável para o reconhecimento da relação osmótica dentre o corpo que dança e seu

entorno, e dos processos de criação em dança como campos abertos a percepção dessa relação.

Pesquisadores como Kastrup e Sade (2011), no Brasil, trazem os estudos de Francisco Varela para pensar uma atenção para si ou a si. Os autores entendem a atenção com base nos estudos da enação para o qual a atividade de um organismo é determinada pelo modo a partir do qual ele experimenta as situações vividas e as expressa, e não pelas informações captadas (Kastrup, Sade, 2011). Explicam que o termo atenção tem sido comumente usado na Psicologia, principalmente como foco na busca e captação de informações no contexto de uma melhor adaptação ao mundo multiferencial em que vivemos. Trata-se de uma visão instrumental da atenção, corriqueiramente percebida nos ambientes escolares quando o aluno é levado a ficar atento a fala do professor e ao conteúdo, sem que seja necessário atentar para seus modos de aprender e suas relações com o entorno. Situação semelhante também pode ser percebida nos processos de produção coreográfica e nas aulas de dança quando é priorizada a atenção a uma gestualidade cujos modelos estéticos pré-definidos são geralmente apresentados pelo coreógrafo ou pelo professor, e exigida uma execução que desconsidera os modos pelos quais o dançarino se relaciona ou não com essas referências. Cabe aqui destacar a insuficiência das produções e das práticas pedagógicas que omitem a relação sensível entre quem dança e suas mais diversas formas de viver o mundo, a partir das quais podem ser desveladas infinitas formas de dançar e apreciar a dança.

A ideia de atenção a si é vista aqui como possibilidade de constituição mútua e coemergente entre pessoa e mundo. Sendo assim a dança é pensada como sendo sempre criação, mesmo quando faz uso de técnicas cujos modelos estéticos são dados previamente. Assim a dança não é somente a mecânica do movimento ou o seu sentido já dado, mas a forma como esse movimento é vivido a partir dos modos de poetizá-los em sintonia com o mundo. Aqui retomo a importância de uma aquiescência do sentir para reconhecer a dança no momento em que ela acontece, as sensações que a geram e ao mesmo tempo são geradas por ela. Nessa experiência é possível pensar a confluência entre o dançarino e a

dança no dançar, diferentemente da dança que prioriza um modelo de atenção como captação de informações do ambiente físico (Porpino, 2014, 2017).

Distinta da prática da meditação sentada, descrita anteriormente, em que o indivíduo encontra-se parado e atento a sua respiração, proponho uma possibilidade de meditação, tal qual se pode experimentar no Tai Chi Chuan, uma meditação em movimento, a partir da atenção ao olhar, às sensações da pele (toque e deixar-se tocar) e à escuta. Estas são ações desveladoras do acesso a um estado do corpo diferenciado daquele comumente experimentado no cotidiano e que se diferencia dos modos de conceber a atenção tal qual as práticas tradicionais de ensino da dança em que o professor mostra o movimento e o aluno repete. A atenção ao ver, ao ouvir e ao sentir a pele pode permitir uma experiência capaz de articular, dentro e fora, visível e invisível, som e silêncio, em experiências do movimentar-se que mobilizam não só a criação em dança, mas também a execução sempre renovada de movimentos já aprendidos, uma vez que esses nunca se repetem da mesma forma. É nessa perspectiva que investimos na ideia de uma aquiescência do sentir, como condição primeira para um ensino da dança que não sobrepuje os modos de sentir em detrimento de escolhas estéticas de antemão. Cabe aqui, mais uma vez, lembrar Merleau-Ponty para quem era sempre necessário reaprender a ver o mundo, tarefa infindável da Fenomenologia.

A proposição de uma dança como nicho poético do corpo evidencia um olhar mais atento às proximidades e limites entre as três referências que a engendram, sem, no entanto, sem perder de vista o modo como se chegou até elas como forma de organização de proposições para pensar o dançar e o ensinar dança. Tal organização só foi possível no contexto do transbordamento das sensações do dançar, das cumplicidades entre os corpos que dançam e das diferentes formas de criar paisagens com as próprias sensações.

Considero que as práticas meditativas, podem atualizar e enriquecer as experiências do dançar e do ensinar dança por permitirem uma percepção, sem julgamento, da circularidade osmótica das sensações e de uma atualização infinita das temporalidades e espacialidades do movimento, mas principalmente

pelo fato do corpo ser a pessoa e nela ser possível um recrutamento não hierárquico e não planejado das experiências da vida. Nesse contexto as ações de ver, escutar e tocar, e as tantas poéticas delas decorrentes, podem ser pensados como gatilhos para a produção de uma dança que considere a pessoa em ampla circularidade com seu entorno e com a sua história a ser recontada sempre no presente.

Referências Bibliográficas

ANDRIEU, B. **A emersão do corpo vivo através da consciência**: uma ecologização do corpo. Revista Holos, v. 5: 03-11, 2014a.

_____. **Donner le vertige**: les arts immersifs . Liber: Montreal, 2014.b

_____. **No corpo de minha mãe**: método emersivo/**Dans le corps de ma mère** : méthode émersive. Tradution Terezinha Petrúcia da Nóbrega. Natal: IFRN, 2015.

BICUDO, M. A. V. **Fenomenologia**: confrontos e avanços. São Paulo: Ed. Cortez, 2000.

CHAUÍ, M. **Experiência do pensamento**: ensaios sobre a obra de Merleau-Ponty. São Paulo: Martins Fontes, 2002.

DA LIU. **T'ai Chi Chuan e Meditação**. São Paulo: Editora Pensamento, 2004.

LOUPPE, L. **Poética da Dança Contemporânea**. Lisboa: Orfeu Negro, 2012.

MERLEAU-PONTY, M. **A prosa do mundo**. Tradução Paulo Neves. São Paulo: Cosac & Naify, 2002.

_____. **Fenomenologia da percepção**. Tradução de Carlos Alberto Ribeiro de Moura. São Paulo: M. Fontes, 1994.

_____. **O visível e o invisível**. 3ª d. José Artur Gianotti e Armando Mora d'Oliveira. São Paulo: Editora Perspectiva, 1999.

NÓBREGA, T. P. **Dar-se em vertigem**: uma filosofia do corpo e de suas sensações. Revista Holos, v. 5: 402-405, 2014.

_____. **Sentir a dança ou quando o corpo se põe a dançar...** Natal: IFRN, 2015.

_____. **Uma Fenomenologia do Corpo**. São Paulo: Livraria da Física, 2010.

PORPINO, K. P. **Dança é educação**: interfaces entre corporeidade e estética. Natal: EDUFRN, 2006.

_____. **Experiências do movimento e a formação do professor de dança**. Revista Holos, v. 5: 44-53, 2014.

_____. **La danse comme niche poétique du corps**. In: ANDRIEU, Bernard et NÓBREGA, Petrucia. (Org.). Au travers du vivant: Dans l'ésthesiologie, l'émersiologie. 1ed.Paris: L'Harmattan, 2017, v. 1, p. 187-206.

SADE, C.; KASTRUP, V. **Atenção a si**: da auto-observação a autoprodução. Revista de Psicologia, maio-agosto: 16(2): 139-146, 2011.

RICKLEFS, R. E. A. **A economia da natureza**. 5ª. Ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

SHAFFER, M. **A afinação do mundo**: uma exploração pioneira pela história passada e pelo atual estado do mais negligenciado aspecto do nosso ambiente: a paisagem sonora. Tradução Maria Trench Fonterrada. 2 ed. São Paulo: Editora Unimep, 2011.

VARELA, F. **Conhecer**: as ciências cognitivas tendências e perspectivas. Instituto Piaget: Lisboa, s.d.

_____. Sobre a competência ética. Trad. Artur Mourão. Lisboa, Portugal: Edições 70, 1992.

_____. **Prefácio de Francisco J. Garcia Varela**. In: MATURANA, H.; VARELA, F. De máquinas e seres vivos: Autopoiese – a organização do vivo. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.

VARELA, F.; THOMPSON; E., ROSCH, E. **A mente incorporada**: ciências cognitivas e experiência humana (1991). Tradução Maria Rita Secco Hofmeister. Porto Alegre: Artmed, 2003.