

Movimento Autêntico: Um ritual contemporâneo?

Soraia Jorge ¹

“The core of the Movement experience is the sensation of moving and being moved. There are many implications in putting it like this. Ideally, both are present in the same instant, and it might be literally an instant. It is a moment of total awareness, the coming together of what I am doing and what is happening to me. It cannot be anticipated, explained, specifically worked for, nor repeated exactly.” ² (Whitehouse, 1999, p. 43)

Há algum tempo o estudo da dança está ligado ao estudo do corpo, suas várias concepções e interações com as áreas do conhecimento. A dança realiza com propriedade o ato de circular em diversos campos, práticas e sensibilidades. O desdobramento dos passos, inclusive acadêmicos, incluem o de ocupar novos espaços, apropriando-se de territórios, hibridizando, criando, transformando.

Esse movimento que se propaga pela inerente curiosidade como um afeto que nos coloca em relação com o mundo, demanda um aprimorar habilidades como a de conversar, de **versar com**, de **com-por** e concomitante de mergulhar em especificidades e pormenores. Localizar a singularidade de cada campo de saber no encontro com um outro é um processo de escuta de maior importância, principalmente em um mundo de tantos estímulos. O corpo desenha pensamentos de composição em linhas laterais, verticais, sagitais e nas dobras do dentro fora o gesto aterriza em movimento e pausa. “... a dança ordena estes movimentos numa *gramática semântica*: a dança dança essa gramática.” (Gil, 2005a). Os campos do conhecimento dizem da multiplicidade dos

¹ Professora da Faculdade Angel Vianna do Rio de Janeiro. Doutoranda na especialidade de Dança da Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa. Especialista e responsável pela introdução do método do “Movimento Autêntico” no Brasil.

² A essência da experiência do movimento é a sensação de mover e ser movido... Idealmente, ambos estão presentes no mesmo instante e pode, literalmente, ser apenas um instante. É um momento de consciência total, de união entre o que estou fazendo e o que está acontecendo comigo. Um momento que não pode ser previsto, explicado, “trabalhado”, e nem reproduzido exatamente.

estados das experiências sensoriais, físicas, emocionais, energéticas, e estes são propulsores de movimentos que se estendem como braços múltiplos de estudos.

As abordagens somáticas são organizações práticas de experimentação de movimento do corpo-mente que possuem ênfases, objetivos e dispositivos singulares que se relacionam diretamente com seus criadores. A Somática, enquanto pensamento do corpo vivo em plena relação com o ambiente, parece trazer à tona a potência de um tangenciamento, uma conversa entre os campos da arte, filosofia, saúde e educação.

O **Movimento Autêntico (MA)** é a abordagem que mais toca os meus recantos e desdobramentos de artista, educadora, cuidadora e de ser pensante que encontra sentido no que sente: direções, conexões, relações diretas com a arte-vida.

No movimento do corpo, do micro ao macro das sensações é que me abro para novas percepções e construo modos próprios de sentir, pensar e agir. Em relação profunda, intensa e delicada entre a vontade e a entrega habito modos de (re)existir.

Esse artigo se propõe traçar um breve histórico do **MA** no contexto da Somática, e como essa abordagem se estrutura e reflete sobre os caminhos da percepção do movimento.

O surgimento do Movimento Autêntico

As abordagens Somáticas fazem parte do conhecimento relacionado aos domínios sensorial, cognitivo, motor, afetivo e espiritual. Os bailarinos buscam pelo interesse na melhoria técnica, na prevenção e cura de traumas e também pela possibilidade de expandir suas capacidades expressivas aumentando a qualidade de seu vocabulário sensório/motor.

Nesse contexto de surgimento e difusão das muitas práticas somáticas, nasce o **MA**. Talvez pudéssemos dizer que essas abordagens vinham sendo pensadas porque vividas por uma geração de pessoas que se tornaram pesquisadoras ao confrontarem seus corpos “doenças” e como elas eram tratadas pelo *mainstream* da ciência do século XX. Alguns pioneiros dessa área foram Mabel Todd, Elsa Gindler, Charlotte Selver, Marion Rose, Ilse Middendorf, F.M. Alexander, Moshe Feldenkrais, Ida Rolf, Gerda Alexander, Mary Whitehouse, Janet Adler; no Brasil Angel e Klauss Vianna entre outros. Essas práticas “desenvolveram caminhos alternativos de mover, tocar, estar consciente que nos coloca mais perto de nossa inerente sabedoria...Practices of Embodiment.” (Johnson, 1995, p.xvi).

Nos anos 50, nos Estados Unidos, Mary Whitehouse, bailarina moderna e professora de dança, foi influenciada por duas grandes tendências. Por um lado, em seu estudo intensivo na Escola Mary Wigman em Dresden, na Alemanha, aprende que para ser bailarina era necessário “ter algo a dizer” e a base do treinamento era improvisação, postura bastante revolucionária para época. E, por outro lado, sua experiência pessoal em análise Junguiana lhe trouxe cada vez mais curiosidade pelos “simbolismos” e conteúdos semânticos das criações.

No início dos anos 60, seu interesse pelo processo de construção coreográfica lhe era mais instigante do que o ato de realizá-las em apresentações. Para Mary, a dança foi sendo, cada vez mais, expressão profunda de *insights* e de comunicação. No entanto, como a compreensão que se tinha de dança na época era baseada em ensaio e repetição, ela não via como os movimentos dessas camadas mais profundas³ poderiam ser repetidos em uma coreografia. Em sua prática de ensino, costumava propor movimentações corporais abrangendo qualidades diferenciadas de movimento - por exemplo, movimentos fortes e suaves, nível alto e baixo, trabalhando com oposições e gradações - intercalando estímulos externos com auto direcionados. Considerando seus novos estudos sobre movimento e improvisação em dança, e das teorias Junguianas que também faziam parte de suas pesquisas, Mary resolveu tirar o termo dança para nomear seu trabalho de *Movement in Depth*⁴.

Em 1916 Jung escreveu um artigo onde sugeria o movimento corporal expressivo como um dos muitos caminhos para dar forma ao inconsciente. Na descrição da técnica que veio mais tarde chamar de *Imaginação Ativa*⁵, ele aponta que esta podia ser feita através da dança, pintura, desenho, trabalho com barro, areia e qualquer outro meio artístico.

Quando relacionava o movimento com a teoria da *Imaginação Ativa* de Jung Whitehouse destacava o processo de traduzir o fluxo do material inconsciente em forma física. Ao inconsciente, trazia a qualidade de profundo, contrastando as ideias de mover e ser movido experimentando caminhos para explicar as ideias de impulso, e autêntico; e sua maior base teórica foi sua experiência pessoal em dança, psicoterapia,

³ Por camadas mais profundas, queria dizer mover a partir do interior (directly from within).

⁴ Movimento em Profundidade.

⁵ Trata-se de uma Técnica Terapêutica que consiste em usar o potencial imaginativo para integrar conteúdos internos ainda não conscientes.

em diálogo com o pensamento Junguiano da época. Ao se escutar o impulso, o burilamento das possíveis respostas à questão “o que me faz mover”, pesquisava as nuances do dançar e do pausar, algo considerado essencial nesta nova abordagem. Os bailarinos e artistas da época vão encontrar na *Imaginação Ativa* um embasamento para novas investigações.

Para Chodorow (1982), “Active Imagination in movement offers an individual the opportunity to develop a deep, self-sensing awareness – an attitude of inner listening. Out of this receptive state, a movement response may emerge that is unplanned, authentic”⁶

Janet Adler (1992), Dança Terapeuta, Psicanalista, Ph.D em Estudos Místicos, estudou com Mary Whitehouse e fundou o Instituto Mary Starks Whitehouse, a primeira escola devota em estudar a prática do MA – nome que foi dado por ela. No seu entendimento, foi John Martin (1993), um renomado crítico de dança, o primeiro a usar o termo “movimento autêntico” falando de danças de Mary Wigman.

This class of dance is in effect the modern dance in its purest manifestation. The basis of each composition in this medium lies in a vision of something in human experience which touches the sublime. Its externalization in some form which can be apprehended by others comes not by intellectual planning but by “feeling through” with a sensitive body. The first result of such creation is the appearance of certain entirely authentic movement⁷ (p. 59)

Janet Adler desenvolveu o trabalho levando em conta as questões que Mary Whitehouse vinha pesquisando, como a relação entre impulso e forma e o movimento realizado de olhos fechados, acreditando que o não uso da visão propiciaria um maior mergulho e expansão da consciência de experiências conscientes e inconscientes. Mas foi com a concepção e desenvolvimento da Testemunha (Interna e Externa), inspirada em seus anos de trabalho com crianças autistas, sua enorme contribuição à disciplina do

⁶ A *Imaginação Ativa* no movimento oferece ao indivíduo a oportunidade de desenvolver uma consciência profunda e auto-sensível - uma atitude de escuta interior. Desse estado receptivo, pode surgir uma resposta de movimento que não é planejada, autêntica.

⁷ Com efeito, essa aula de dança é a dança moderna em sua manifestação mais pura. A base de cada composição neste meio encontra-se na visão de algo na experiência humana que toca o sublime. Sua externalização em alguma forma que possa ser apreendida por outros vem não por um planejamento intelectual, mas por “sentir através” com um corpo sensível. O primeiro resultado de tal criação é o aparecimento de certo movimento inteiramente autêntico.

Movimento Autêntico. Em uma entrevista, fala de como se sentia ao ser vista por Whitehouse:

The impulse to move felt very far in – in the center of me. The minute I closed my eyes it was like coming home. I recognized myself. And Mary, as my witness, saw me seeing myself. My movement was an expression of unformed, unconscious material.⁸ (apud Haze and Stromsted, 1994, p. 115)

É na relação entre Testemunha e Movedor que Janet Adler compreende que se podem desenvolver os estados de profundo testemunho de si e do outro, construindo presença e ampla consciência para as interações de aspetos psicológicos e de cura, de impulsos artísticos e experiências numinosas.⁸ Os seus estudos se inseriam em um contexto de retorno ao ritual, às influências das práticas orientais, e a conexão com o divino como potência de si. Por autêntico se entendia, os gestos ou movimentos que não seriam previamente julgados, criticados, racionalizados, mas que possuíam uma conexão direta com as sensações, aproximando-se da definição heideggeriana⁹ de autêntico:

When the image is truly connected in certain people, then the movement is authentic. There is no padding of movement just for the sake of moving. There is an ability to stand the inner tension until the next image moves them. They don't simply dance around.⁹ (Frantz, 1972, p. 41).

Dessa maneira ressalta-se a diferença entre o que comumente se pode designar por movimento autêntico e a abordagem somática **Movimento Autêntico** como disciplina com metodologia de intervenção própria, desenvolvida por Adler. A abordagem/metodologia consiste de dispositivos práticos que formam o pensamento, um dado contorno para a prática e investigação do movimento, do gesto e da palavra.

Sendo assim proponho a seguinte definição: o Movimento Autêntico é um método/abordagem/ritual de investigação do movimento do corpo em seus estados físicos, psíquicos e energéticos através da relação entre Movedor(es) e Testemunha(s), com cunho Somático, Psicológico, Pedagógico, Artístico e Energético

⁸ O impulso para mover parecia estar muito distante do – do centro de mim. No minuto em que eu fechei os olhos era como se estivesse voltando para casa. Eu reconheci a mim mesmo. E Mary, como minha testemunha, viu quando eu me vi. Meu movimento era a expressão de um material disforme, inconsciente.

⁹ Quando a imagem está conectada verdadeiramente em determinadas pessoas, então o movimento é autêntico. Não há movimentos supérfluos, feitos apenas por ter de se mover. Existe uma habilidade de sustentar a tensão interna até que a próxima imagem as mova. Elas não saem dançando simplesmente.

(Espiritual/Místico,) podendo eles serem integrados ou não em uma mesma prática e/ou por um mesmo investigador.

Dispositivos do Movimento Autêntico

O Movimento Autêntico é um método, abordagem de conhecimento de si, no qual a pessoa tem a oportunidade pesquisar e vivenciar caminhos em/de movimento que tocam temas fronteiros entre consciente/inconsciente, visível/invisível, audível/inaudível, pausa/movimento entre outros. Sua estrutura se compõe de uma (ou várias) pessoa(s) que move(m) e outra(s) que testemunha(m), atentando para a necessidade de haver pelo menos um Movedor e uma Testemunha.

A prática:

O orientador de cada sessão, que designamos por a testemunha/facilitadora, após introdução ao trabalho, convida todo ou parte do grupo a participar como movedor, a fechar os olhos e a mover (ou pausar), após uma explicação sobre o trabalho e a abertura de uma conversa com os participantes que inclui alguns dispositivos de movimentos direcionados à criação de um espírito de grupo. Cada um fala sobre o que o está a afetar nesse momento, e a partir dessa comunhão é construído um campo coletivo. Isso é indispensável para criar confiança para partir para o espaço de olhos fechados.

Como ponto de partida para o movimento, o convite é feito para a abertura de uma roda com todos os participantes, de modo a ocupar toda a sala. Como num ritual, trocam-se olhares e os braços abertos se estendem como forma de conexão e de extensão de afeto. Como continuação os braços descem, e o olhar se volta para o dentro da roda. A testemunha/facilitadora toca o sino ou utiliza um estímulo sonoro para demarcar o período da movimentação que terminará do mesmo modo. Os participantes entram no espaço, fecham os olhos, e levam a atenção na escuta de impulsos para o movimento e a pausa nele contido. A testemunha/facilitadora não propõe o que fazer, mas sugere que cada um faça uma investigação sobre os seus próprios padrões de movimento, seguindo os seus impulsos e “observando” quando deseja contê-los.

Fechar os olhos é fundamental não para brincar de cego, mas para ver, construir um olhar sensível para o não visível, para acalmar os julgamentos da visão, testemunhando o quanto de diálogo interno está povoado, já que os olhos, quando em ação, tomam lugar dessa percepção. Mas se o movedor precisar realizar movimentos rápidos e ou fortes, pede-se que ele entreabra os olhos, não para observar o que os outros estão fazendo, mas para ter uma percepção do espaço. Assim as propostas podem acolher necessidades específica e de comum acordo com o grupo.

A pessoa que move (Movedor) vai mapeando seus próprios impulsos e decidindo se quer exteriorizá-los ou não. Segundo Janet,

As you step once again into the emptiness, continue to bring awareness to what your body is doing, and now include your awareness of sensation while you are moving.What you hear, see with your eyes closed, smell, feel on your skin, or experience kinesthetically as you move.¹⁰ (Adler, 2002, p. 21).

Segundo STERN, (2007), “Precisamos dos olhos dos outros para nos formarmos e continuarmos a existir.” Daí a necessidade da testemunha que sempre existe em cada sessão de MA. A Testemunha, seja o facilitador ou uma parte do grupo, de olhos abertos, observa o Movedor e o que acontece consigo próprio na sua presença.

Utiliza-se de quatro perguntas-guia para a prática e reflexão de seu testemunho:

- o que vê (que se relaciona com a fisicalidade, o corpo e seus movimentos.

Ex.: perna que se estende, parede azul, giros, etc);

- que imagens, histórias, associações emergem nesse processo de ver (*Ex.: a perna que se estende toca o outro lado da sala);*

- que sensações, emoções são sentidas, na presença dos movimentos e gestos, (não

se configura a seguinte frase: eu sinto que você. *Ex.: eu me sinto grande, perto e distante);*

¹⁰ Quando você adentrar mais uma vez no espaço vazio, continue a trazer consciência para o que seu corpo está fazendo, e agora inclua a consciência de suas sensações enquanto você está se movimentando... o que você ouve, vê com seus olhos fechados, cheira, sente em sua pele, ou experiência cinesteticamente enquanto se move.

- que relações faz com as suas próprias marcas de experiências de vida (*Ex.: ao ver essa perna que se estende a imagem que experiencio é de que ela toca o outro lado da sala e ao mesmo tempo ocupa o espaço que está, e isso fala de um desejo presente que tenho de criar relações mesmo quando estou distante*).

Trata-se, portanto de, ao ver o outro, a pessoa começar a se ver. Se, no processo de observar o outro, aparecem julgamentos, estes, em um primeiro momento, só deverão dizer respeito àquele que vê, e não ao outro observado. A relação de se tornar consciente dos julgamentos, dos pensamentos, sensações, e imaginação, se apropriando destas produções emergentes da relação entre movedores/testemunhas, irá fazer surgir um terceiro componente: a Testemunha Interna ¹¹, aquela que acolhe a sua própria experiência, e assim aumenta a sua possibilidade de movimentar-se sem julgamento. As perguntas-guia levam a muitas relações entre as experiências pessoais e coletivas, tecendo um rico espaço de compartilhamento. Após as sessões de pesquisa do movimento, que acontecem em um grande círculo (quando em grupo), a roda se abre novamente para o movimento das palavras onde o Movedor fala sua experiência e recebe testemunho, se assim o desejar. À medida que o processo se aprofunda e expande, a intersubjetividade entre movedores e testemunhas é tecida, observando que mover e testemunhar fazem parte de um mesmo continuum de corpo-consciência.

Este trabalho pode ser desenvolvido em diferentes formatos de acordo com o número de participantes, as suas experiências e os objetivos de cada sessão. Algumas proposições são oferecidas pela testemunha/facilitadora e outros pequenos procedimentos são criados pelos grupos a partir do que já lhes foi oferecido e de explorações que estão emergindo dos processos pessoais e coletivos. Mas esses serão sempre para a prática, estudo, investigação das funções de movedor, testemunha, testemunha interna e movedor interno.

¹Citarei três desses procedimentos que compõem o Ritual Contemporâneo do MA:

¹¹ A Testemunha Interna está sendo internalizada pelo Movedor ao longo do trabalho. Já a Testemunha continua seu processo de ver a si e ao outro, desenvolvendo também a sua Testemunha Interna. Conquistando assim novos espaços para propiciar um campo /atmosfera mais intensivo, possível aos vários, nesta relação: Movedor / Testemunha.

1. Em cada sessão existe um momento em que todos os participantes se movem de olhos fechados enquanto a Testemunha/Facilitadora os observa, “sustentando o espaço” com os olhos abertos;

2. Durante a sessão, metade do grupo move e metade pratica a função de testemunha, acompanhados pela testemunha/facilitadora. Nessa proposta existem algumas possibilidades. Uma é que cada movedor terá uma testemunha – escolha feita previamente. Nessa situação a testemunha poderá ser convidada a focar apenas em seu movedor ou ampliar o olhar e testemunhar as relações que seu movedor cria com o ambiente e outros movedores. A outra possibilidade é que as testemunhas sejam convidadas a testemunharem o grupo todo, exercitando um olhar mais flutuante e os gestos, movimentos, sons, que lhes movem mais.

Em qualquer destas proposições, o sino, ou voz de comando da testemunha/facilitadora sinalizará os momentos de início e de final do trabalho, bem como o de troca entre as funções de movedor e testemunha.

3. Em outras sessões, sobretudo em grupos mais avançados, todos os participantes com exceção da testemunha/facilitadora escolhem sua função, movedores ou testemunhas, no momento em que se colocam em roda e nesse formato, especificamente, poderão trocar de função sempre que desejarem. Pode ser acordado anteriormente pelo grupo um número mínimo de testemunhas mas todos são testemunhados pela testemunha/facilitadora que permanece na mesma função e que sinalizará o início e o final da sessão de movimento. Os movedores de olhos fechados pesquisam seus impulsos dentro da roda contornados pelas testemunhas que escolheram estar nessa função até serem chamadas ao movimento e se tornarem movedores. Muitos estados de percepção, consciência são trabalhados nesses espaços limiares de interna decisão para cada uma das funções.

As testemunhas trocam olhares, testemunham-se entre si. Abrem os braços quando sentem por algum motivo a necessidade de enfatizar a conexão entre elas. Nesses momentos, o ritual se fortalece mais ainda, pois a roda está em atenção fina: movedores movendo, testemunhando a si e a tudo que lhes rodeia, e as testemunhas em pausa testemunhando a si e o quanto estão sendo movidas pela presença dos movedores e das outras testemunhas.

Chamamos essa proposição de **Círculo do Oito** – o fluxo de adentrar as funções, a roda de movedores e a de testemunha, o grande círculo.

Existem tantas outras proposições a serem esmiuçadas em próximos escritos quanto artistas, educadores, terapeutas, especialistas em movimento, em vários cantos do mundo, pesquisando caminhos dessa rica abordagem.

Ritual que contorna as experiências afetivas, a investigação de movimentos, a percepção de padrões gestuais, a corporificação dos impulsos sem nome e de muitos possíveis.

O MA encontra-se no entre danças, nos espaços dos estados potentes de ser movedor na contemporaneidade.

Reflexões/Considerações finais

Em todos esses anos de prática e de facilitação do **MA**, algumas perguntas me são colocadas com alguma frequência: **O MA** é dança? É educação somática ou dança-terapia? Possuirá aproximações com o Butoh ¹²? Acreditamos que pode ser tudo isto, mas é também algo de diferente, situando-se em espaços de fronteira que estão para além de disciplinas anteriormente estabelecidas.

Na minha trajetória, da Consciência do Movimento (como apresentado por Angel e Rainer Vianna), ao Movimento Autêntico, entre muitas outras práticas, incluindo a Dança Contemporânea, o Butoh foi a disciplina que habitou uma importante transição de minhas investigações. Quando vivia na Califórnia (EUA), lembro das conexões que fui traçando entre os estados de desfalecimento, desconstrução, beleza, natureza, ancestralidade e devires experienciados na dança Butoh e em outras práticas de “corpo sem órgãos” ¹³ (Deleuze e Guattari, 1995). O “CsO” é para ser vivido e não compreendido, nasce da capacidade de se abrir para novas sensações, novas disposições. Este conceito funciona muito mais como uma prática, ou conjunto de práticas, em vez de uma noção bem definida.

E o **MA** é uma dessas práticas que habita espaços limiares de experimentação do movimento em um vasto campo de investigação, sensorio-emocional-energético-espiritual, e que foge o tempo todo das definições pois não propõe formas de mover, mas espaço para a produção de potência e transformação. Os dispositivos de mover

¹² Butoh é uma dança nascida no Japão no final dos anos 50, cuja estética propunha uma reflexão sobre o processo de morte. Tatsumi Hjikata é um dos seus precursores.

¹³ A imagem que Artaud utiliza quando inventa a expressão “corpo sem órgãos” – no seu programa de rádio “Para Acabar com o Julgamento de Deus” – fala de dança. Diz: quando tiverem conseguido um corpo sem órgãos, terão libertado de seus automatismos e desenvolvido sua verdadeira liberdade/Então poderão ensiná-lo a dançar às avessas, como no delírio dos bailes

de olhos fechados, combinados com a não proposição de movimentos mas pela presença acolhedora, sem intuito de interpretações da Testemunha/Facilitadora, favorecem uma escuta dos impulsos e a corporificação de movimentos repletos de efeitos das ínfimas percepções.

As “pequenas percepções” (Gil, 2005b), são consideradas como fenômeno de limiar e todo seu campo se apreende, numa primeira aproximação, como fenômeno de limiar, não mais do consciente ou do inconsciente, mas do não-consciente. São produzidas pelas “imagens nuas”, que segundo Leibiniz (1993), se manifestam sem que tenhamos consciência e no entanto nos modificam. São invisíveis, de um invisível radical, mas tem efeitos no visível – são os metafenômenos que se definem como feixes de forças (GIL, 2005b, p. 18,19). “As pequenas percepções permitem-nos ver todo o passado e adivinhar o futuro” (Leibiniz, 1993, apud GIL, 2005).

Nessa paisagem dos estudos da metafenomenologia que discute a visibilidade do “invisível”(fenomenologia pontiana), e fomenta outras perspectivas sobre a percepção, sou levada a pensar o MA como uma abordagem que se abre para uma dupla face de investigação prática: por um lado como um campo da somática e por outro como um ritual contemporâneo (nome dado pelo os próprios praticantes) onde a prática se realiza pela construção da presença das Testemunhas e Movedores.

Com sua origem no contexto da Somática, o MA considera os “somas que evoluíram através de milênios de história biológica, carregando consigo, geneticamente, um corpo de informações somáticas”, (Hanna, 1970, p.49) e também se inscreve como um ritual porque se assemelha à praticas de danças primitivas com a forte presença de “movedores” que corporificam diferentes estados de consciência, dentro de um círculo. Círculo este circunscrito por “testemunhas” que acompanham os movedores entre estados de mover e serem movidos, cuidando de seus bem estar, pouco intervindo, mas proporcionando um campo repleto de cumplicidade e de confiança. Algumas ações se repetem, estruturando o que se abre para o não conhecido dos gestos, dos corpos. Já nomeado também como meditação em movimento, é possível vislumbrar diversas vertentes de culturas ancestrais se encontrando nesse ritual de fronteira.

Assim sendo, concluo dizendo que o Movimento Autêntico como ritual/terreiro contemporâneo de abordagem somática, comporta questões da contemporaneidade, estranha-as (Agambem, 2009) para poder ver de fora e também participar; constrói espaços de corpos que movem a integração e desintegração sem hierarquia de valores;

cria danças singulares e pessoas que percebem, arriscam limites e possibilidades, modificando inteiramente a relação de respeito consigo e com a sociedade - uma prática estética/ética do viver **com**.

Referências

- Adler, J. (2002). Preface. In **Offering from the Conscious Body: The discipline of Authentic Movement**, Rochester, Vermont: Inner Traditions.
- Agamben, G. (2009). **O que é o contemporâneo? E outros ensaios**. Chapecó, SC: Argos.
- Batalha, Ana Paula; Macara, Ana e Mortari, Katia (2018). **Entre O Ser E O Estar: Técnicas Somáticas E Práticas Performativas**. Lisboa: FMH Edições/INET. (ISBN 978-972-735-223-4)
- Chodorow, J. (1999). Dance/Movement and Body Experience in Analysis. In P. Pallaro (Ed). **Authentic Movement: Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler, and Joan Chodorow**, (p. 257). London and New York: Jessica Kingskey.
- Deleuze, G. & Guattari, F. (1995). **Mil platôs: Capitalismo e Esquizofrenia (Vol.2)**. São Paulo: Editora 34 Ltda.
- Frantz, G. (1999). An approach to the center: An interview with Mary Whitehouse. In P. Pallaro, Ed., **Authentic Movement Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler, and Joan Chodorow**. London and New York: Jessica Kingskey Publisher.
- Gil, J. (2005a). **Movimento Total: O Corpo e a Dança**. São Paulo: Ed. Iluminuras.
- Gil, J. (2005b). **A Imagem–Nua e as Pequenas Percepções: Estética e Metafenomenologia**. Lisboa: Relógo D`Água.
- Hanna, T. (1970). **Corpos em Revolta. A evolução-revolução do homem do século XX em direção à CULTURA SOMÁTICA do século XXI**. Rio de Janeiro: Edições MM.
- Johnson, D. H. (1995). **Bones, Breath & Gesture: Practice of Embodiment**. CA: North Atlantic Books.
- LEIBNIZ, G. W.(1993). **Novos ensaios sobre o entendimento humano**. Lisboa: Colibri.
- Martin, J. (1993), **Modern Dance**. New York: Dance Horizons.

Stern, D. N. (2007). **O Momento Presente. Na Psicoterapia e na Vida Cotidiana.** Rio de Janeiro: Record.

Whitehouse, M. S. (1999). The Tao of the body. In P. Pallaro, Ed., **Authentic Movement: Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler, and Joan Chodorow.** (pp. 41-50). London and New York: Jessica Kingsley Publisher.