

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO
PUC-SP
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM COMUNICAÇÃO E SEMIÓTICA

Eliane de Brito Prieto Saud

Uma análise da fala em público a partir da teoria corpomídia:
experiências, problematizações, novas perspectivas

DOUTORADO EM COMUNICAÇÃO E SEMIÓTICA

SÃO PAULO

2012

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO
PUC-SP
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM COMUNICAÇÃO E SEMIÓTICA

Eliane de Brito Prieto Saud

Uma análise da fala em público a partir da teoria corpomídia:
experiências, problematizações, novas perspectivas

DOUTORADO EM COMUNICAÇÃO E SEMIÓTICA

Tese apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como exigência parcial para obtenção do título de Doutor em Comunicação e Semiótica sob a orientação da Professora Doutora Christine Greiner

SÃO PAULO

2012

Banca examinadora

Resumo de pesquisa

O objetivo desta pesquisa é rediscutir o campo de estudos do fenômeno “fala em público” para além do âmbito dos manuais de instrução. A tese promove um deslocamento epistemológico que rediscute a relação entre corpo e ambiente, e entre sujeito falante e sujeito ouvinte. São propostas duas hipóteses principais. A primeira é a de que, mais do que um discurso, a fala em público é uma ação cognitiva que expõe a complexidade envolvida no trânsito entre mente e corpo, corpo e ambiente, natureza e cultura, sujeito e comunidade, razão e emoção. Por isso, para tornar a fala em público mais comunicativa e eficiente, é fundamental gerar condições para promover mudanças de hábitos cognitivos, bem como intervir no processo de organização das metáforas do pensamento. Desmistificam-se, assim, as propostas dos manuais de instrução que focam apenas no resultado final: o comportamento visível que envolve gesto, tom de voz e aparência do sujeito falante. A segunda hipótese reconhece que, ao estudar a fala em público a partir do processo cognitivo que a deflagra, são expostas novas mediações. A metodologia ampara-se em pesquisa bibliográfica e observação empírica de exemplificações que constituem o corpus da pesquisa: jornalistas, comunicadores televisivos, alunos e professores universitários, palestrantes, executivos e grupos em empresas, assim como pessoas com dificuldades cognitivas para comunicar. A fundamentação teórica relaciona conceitos das teorias da comunicação, com ênfase na teoria corpomídia proposta por Katz&Greiner e das chamadas estratégias sensíveis estudadas por Muniz Sodré. Como bibliografia complementar, há referências aos estudos da Filosofia da mente (e.g. Damásio 2010, 2004, 2003 e 2000, Lakoff e Johnson 2002 e Johnson 2007) que ajudam a compreender, com mais rigor, habilidades como a percepção, a atenção, a memória, a comunicação e a locomoção, assim como as bases neurofisiológicas de atividades complexas como a construção da linguagem. O resultado esperado é a maior integração entre áreas do conhecimento que investigam a comunicação humana, procurando, através da especificidade da fala em público, expor diferentes possibilidades expressivas dos sujeitos, não raramente anestesiadas por instruções normativas, cujo ponto de partida é a relação hierárquica entre aquele que “fala” e o sujeito “passivo” que ouve. Há, portanto, uma implicação política na discussão que será apenas apontada nesta tese e poderá ser desenvolvida em um possível pós-doutorado.

Palavras-chave: fala em público, comunicação, corpomídia

Abstract

The goal of this research is to revisit the field of studies on "public speaking" beyond the scope of the usual instruction guides. This thesis promotes an epistemological shift toward a discussion about the relationship between body and environment, and between speaking subject and listening subject. Two central hypotheses are proposed. The first is that, more than a mere speech, public speaking is a cognitive action that exposes the complexity involved in the transit between mind and body, body and environment, nature and culture, subject and community, reason and emotion. Therefore, to make public speaking more communicative and efficient, it is essential to create conditions to promote changes in cognitive habits as well as to intervene in the organization process of metaphors of thought. This hypothesis therefore demystifies the proposals of speaking instruction guides that focus only on the final result, the visible behavior involving gestures, tones of voice and the appearance of the speaking subject. The second hypothesis recognizes that studying public speaking focusing on the cognitive processes that drive it reveals new kinds of mediations. The methodology is supported by literature review and the empirical observation of speakers such as journalists, communicators, television hosts, university students and professors, lecturers, executives and business groups, as well as people with cognitive difficulties that impair communication. The theoretical framework employs concepts from communication theory, with emphasis on the mediabody theory proposed by Katz & Greiner and the so-called sensitive strategies studied by Muniz Sodré. As a supplementary bibliography, there are references to studies on the philosophy of mind (e.g., Damasio 2010, 2004, 2003 and 2000, Lakoff and Johnson 2002, 1999, and Johnson 2007) which provide more solid knowledge about skills such as perception, attention, memory, communication and locomotion, as well as the neurophysiological bases of complex activities such as the construction of verbal language. The expected result is a greater integration among areas of knowledge that investigate human communication, attempting to expose, by means of the specific characteristics of public speaking, different expressive possibilities of the subjects. Such possibilities often are anesthetized by normative instructions, whose starting point is the hierarchical relationship between "the speaker" and "the passive" listening subject. Thus, there is a political implication that will only be signaled in this thesis and could possibly be developed in a post-doctoral research.

Keywords: public speaking, communication, corpomídia

Aos meus amados pais

Jane e Elias

Agradeço

à minha *tia Janete*, seu imenso amor e seu querer bem
à *Janete*, minha irmã, todo amor, cuidado e cumplicidade
ao *Sérgio*, meu irmão, toda confiança e amor
à *Roberta*, minha cunhada, a torcida e a amizade
ao *Sérgio*, meu cunhado, a amizade e o carinho
à *Débora, Daniel, Sabrina e Carolina*, os momentos leves e alegres
à *Luciana e Marion*, a insistência em estar perto
à *Shirley*, a acolhida em sua casa, que fez minha, tantas vezes
à *Ada, Clarice, Gabriela, Jacqueline, Helga, Hélia, Inez, Márcia, Núbia e Renèe*,
por aguardar, pacientemente, que eu volte a estar presente

à *profa. Christine Greiner*, a orientação segura
à *Cida*, secretária do Cos, ao *Zé Maurício* e ao *Ricardo*, a ajuda
ao *CNPq*, a bolsa de pesquisa que possibilitou meus deslocamentos
ao *prof. Pimenta-Bueno*, a sugestão para o início do meu trabalho
à *Márcia Guimarães*, por acompanhar meus percursos há 26 anos

aos *meus alunos*, a disponibilidade para a troca
ao *Sr. Artur* (in memorian), por se deixar ver tanto
e ao *Caco*, pelo ambiente de experiências determinante para esta pesquisa.

“Change your brain, your body, or your environments in nontrivial ways, and you will change how you experience your world, what things are meaningful to you, and even who you are.”¹

Mark Johnson

¹ "Mude sua mente, seu corpo ou os ambientes de maneira não-trivial e você vai mudar a forma como você experimenta seu mundo, como as coisas significam para você e até mesmo quem você é."

Sumário

Introdução	10
Capítulo 1 – O corpo coisa: a batalha verbal	23
Capítulo 2 – A dinâmica da experiência: o movimento	121
Capítulo 3 – Presença em cena	223
Conclusão – Deliberação consciente: planejamento e ação	274
Referências das ilustrações em anexo.....	279
Bibliografia	280
Filmografia	288
Anexo	289

Introdução

Esta pesquisa refere-se a uma forma de comunicação conhecida como “fala em público”, mais especificamente, aquela que ocorre em ambientes empresariais. Via de regra, trata-se de uma comunicação face a face, reunindo sujeito expositor e plateia em uma configuração espacial semelhante à de um teatro, na qual há um lugar de destaque para o sujeito expositor que fica em pé à frente da plateia. Ainda que pareça óbvio o fato de esta situação implicar necessariamente na presença de pelo menos dois corpos e de um ambiente, tradicionalmente a fala em público vem sendo compreendida preponderantemente na sua dimensão de fala e de discurso. Tanto assim que no senso comum, na bibliografia da área, bem como na grande maioria dos cursos e treinamentos usualmente propostos, há sempre uma identificação entre a fala em público e a retórica ou a oratória. Baseados em antigos paradigmas, estes entendimentos tradicionais têm norteado cursos, livros e treinamentos no intuito de levar o sujeito expositor a ultrapassar “um dos grandes medos da humanidade”: o medo de falar em público.

De acordo com estas visões, o corpo é tratado como instrumento e/ou objeto a ser manipulado por um sujeito e a comunicação é entendida a partir do trinômio emissor, receptor e mensagem, considerando-se a comunicação como a mensagem, o sujeito expositor como o veículo que transporta a mensagem e a plateia como uma massa amorfa e passiva pronta a ter a mesma compreensão acerca da mensagem, dependendo apenas do bom desempenho do sujeito expositor. Tem-se assim a ilusão de que o significado está completamente nas palavras e que somos capazes de estabelecer uma comunicação clara, precisa, que será compreendida exatamente como pretende o emissor. Inserida no contexto

do “mito do objetivismo”¹, a visão tradicional de fala em público dá suporte, replica e, sobretudo, enfatiza e difunde o entendimento de que através do discurso é possível e desejável submeter e dominar o outro, sustentando uma oposição entre sujeito expositor e audiência, que reforça ainda mais a assimetria, repisando, todo o tempo, a metáfora da guerra, na qual discussão é guerra, o que acaba por gerar uma organização da comunicação que predispõe o sujeito expositor para a resistência e o embate, mais do que para a interação e, conseqüentemente, também a plateia. Como está tradicionalmente posta, a fala em público carrega, assim, um determinado entendimento de comunicação que precisamos investigar, e se possível ultrapassar, pois, acreditamos, implica diretamente em uma espécie de normatização que guarda uma visão de como compreender o mundo e de como nos relacionarmos com ele. Isto implica em reforçar valores e crenças que, ao contrário do que propõem, não vão em direção a “uma sociedade com melhores comunicadores”², dado que em sua base já está posto o confronto.

Neste nosso percurso, conforme sugerem Mark Johnson e George Lakoff (2002), a metáfora será “a chave para dar uma explicação adequada à compreensão”. Como via de regra a lógica que norteia os manuais de fala em público tem tomado uma linha semelhante à dos livros de auto-ajuda e da cópia de modelos de fora, parecendo que naturalmente se replicam e auto-replicam, as análises críticas ficam fora deste processo, aumentando, com isso, a tendência de repetir o estabelecido e o estabilizado. Assim, os dispositivos³ de poder acabam sendo também automaticamente reproduzidos, derivando por caminhos que chegam a endossar visões por vezes hegemônicas, que podem ser perigosas. Sem a reflexão, há nisso tudo o perigo de se continuar multiplicando um modelo estereotipado, distorcido e distante de uma comunicação na qual se priorize gerar condições para que os sujeitos se aproximem e dialoguem, sendo eles mesmos operadores da sua própria linguagem.

A redução desta complexa situação de comunicação à dimensão discursiva sustenta um conjunto de estereótipos nem sempre perceptíveis como, por exemplo, a noção extraída

¹ Este mito nos orienta no sentido de acreditarmos que as coisas têm verdades nelas mesmas e estas verdades estão no mundo objetivo, sendo a linguagem um reflexo da realidade objetiva.

² Esta era a ideia da qual partiu Reddy em seu trabalho de 1979, no qual chegou à metáfora do canal.

³ Dispositivo é qualquer coisa que tenha de algum modo a capacidade de capturar, orientar, determinar, interceptar, modelar, controlar e assegurar os gestos, as condutas, as opiniões e os discursos dos seres viventes. (Agamben, 2009, p.40)

das idéias cartesianas - do fantasma na máquina (Pinker: 2004), que sustenta metáforas consolidadas ao longo do tempo, como a do corpo-recipientes e do corpo-instrumento. Nas abordagens citadas, o corpo quase não tem relevância e o ambiente é tomado como um lugar estático, não se levando em conta que se trata de uma espécie de contexto-sensitivo no qual toda mensagem transmitida admite influências sob a sua interpretação (Katz e Greiner, *in* Greiner: 2005). Ou seja, a visão tradicional de fala em público está carregada de elementos que reiteram antigas noções de comunicação, que mais servem para reforçar o incômodo e a angústia dos sujeitos expositores do que, de fato, para lhes dar os subsídios necessários à ação cognitiva que a situação de fala em público engendra.

Assim, a hipótese que se pretende fundamentar e comprovar através desta pesquisa é a de que, mais do que um discurso, a fala em público é uma ação cognitiva que expõe a complexidade envolvida no trânsito entre mente e corpo, corpo e ambiente, natureza e cultura, sujeito e comunidade, razão e emoção. Para tornar a fala em público mais “comunicativa” e eficiente, é fundamental gerar condições para promover mudanças de hábitos cognitivos, bem como intervir no processo de organização das metáforas do pensamento. Modulações de voz, postura corporal, respiração, direcionamento do olhar, vestimenta são tão somente artefatos cognitivos e não podem ser considerados produtos autônomos. Ou seja, instruções sobre como montar figuras, se portar gestualmente e o que evitar nos movimentos não geram no sujeito expositor reais modificações, mas, sim, aprisionamentos. Isto porque o corpo tem natureza cognitiva complexa e não determinista como nas descrições instrucionais. Para que aconteçam mudanças que, de fato, sejam sustentadas, elas precisam decorrer do trânsito entre o dentro e o fora, e para isso torna-se necessário que o sujeito expositor experimente novas conexões e novos entendimentos acerca da comunicação, de modo a possibilitar que novas habilidades cognitivas ocorram.

É neste sentido que temos trabalhado nos últimos anos. Esta pesquisa decorre da necessidade de elucidar descobertas e questões surgidas no treinamento da fala em público preponderantemente com executivos em ambientes empresariais. Inicialmente, havia a questão de como podemos expandir nossos sentidos e nossa sensibilidade para perceber melhor o entorno, enxergar o que está à nossa frente e trocar informação de forma mais consciente e disponível. Minha formação incluía o Direito, a História e o Teatro, o que me

permitiu um incômodo com as estruturas de poder, nas linhas de Foucault, associado à descoberta da consciência corporal de Angel e Klaus Viana⁴.

Sempre na área das Humanidades, o corpo e sua expressividade me instigavam à pesquisa, mas eu sentia que precisava também seguir por novos caminhos teóricos. E pretendia descobrir um ambiente onde pudesse juntar ambos ou teorias que fossem nessa direção. Comecei esta procura pelo curso de Letras, em 1995, o que me permitiu conhecer a linguística. Ainda que em outros lugares já ocorresse um avanço significativo nos estudos da linguagem, entre outros, das metáforas, e decorresse quinze anos da publicação de *Metáforas da vida cotidiana* (2002)⁵, a minha possibilidade tinha sido tão somente a de estudar o texto e suas estruturas, dado que eu me encontrava no universo mais bem aceito da linguística. E por mais que eu procurasse pistas, caminhos, respostas que a conectassem ao corpo, naquele ambiente o discurso era sempre preponderante, imperioso mesmo. Frases, sentenças, períodos, o corpo poderia ser visto apenas como interesse da literatura. Pareceu-me então que o mais próximo que eu conseguiria chegar de complexidades seria das estruturas literárias. Sendo assim, a direção a seguir era o Mestrado em Literatura.

Naquela altura, o corpo continuaria sendo objeto de minhas pessoais experimentações, não de estudos teóricos. Logo após a defesa da minha dissertação em Literatura, tive a oportunidade de pesquisar boas práticas entre empreendedores e investidores no NEP - Núcleo de Estudos e Pesquisa, da recém inaugurada Incubadora Tecnológica da PUC-Rio. Havia lá um ambiente interessante, no qual circulavam novas ideias, inúmeros projetos e uma rica dinâmica de troca de informação. “Como os sonhos antigos são sempre transformados sem que possamos nos dar conta das suas mudanças, eles acabam conduzindo a caminhos inesperados”. (Greiner: 2005) Então, comecei a apoiar os empreendedores em suas apresentações a investidores, com base em jogos teatrais e consciência corporal. Afeitos à pesquisa e pouco hábeis com seus corpos em situações de

⁴ Na década de [19]60 Angel Viana e Klaus Viana começaram um movimento no Rio de Janeiro no teatro e na dança denominado “Expressão Corporal”. “Desenvolvido a partir de corpos com pouco conhecimento de suas possibilidades físicas, o movimento visa o desenvolvimento artístico, a abertura e consciência para novas possibilidades de trabalhar os corpos, levando em conta a estrutura psicofísica, a “fragmentação” gestual e corporal, para uma melhor organização do “todo” (Freire, 2005, p. 27).

⁵ O livro de George Lakoff e Mark Johnson *Metáforas da Vida Cotidiana*, no qual trabalham a metáfora, foi publicado em 1980. Nas nossas citações desta obra, as páginas e os textos destacados correspondem à tradução feita pelo Grupo de Estudos da Indeterminação e da Metáfora, publicada no Brasil, em 2002. Esta tradução coordenada por Mara Sophia Zanotto e pela tradutora Vera Maluf conta, inclusive, com uma apresentação bastante esclarecedora.

fala em público, diante do desafio de transformar o produto de suas investigações tecnológicas em empresas, os pesquisadores incubados tornavam-se responsáveis por expor publicamente seus novos negócios. Acolher a necessidade deles implicava, imediatamente, em pensar sobre aquele tipo de situação de comunicação.

Como eu era responsável por fazer acontecer os eventos nos quais eles se apresentariam na PUC-Rio, através do que chamávamos, então, seguindo os modelos importados, de *Venture Fóruns*⁶, lidar com o espaço físico onde ocorreriam as apresentações era a primeira questão. Lá fora estes eventos ocorriam sempre em anfiteatros. Os nossos seriam também assim. Era claro para mim que se neste tipo de configuração espacial havia palco e plateia, havia imediatamente uma sobreposição de planos, imagens, que geravam uma aproximação, em alguns aspectos, entre as apresentações dos sujeitos expositores e as teatrais. Eu estava convencida, portanto, de que estar na situação de fala em público era um certo modo de atuar, mais do que de simplesmente falar. E a atuação requeria corpo. Interessava-me, então, que no momento de sua apresentação o sujeito expositor se colocasse com uma atitude de presença diante da plateia.

Conforme Christine Greiner, estar presente não é só estar lá. Há algo que diferencia um sujeito para dizermos que ele realmente está presente. A presença é um modo de organizar a relação corpo-ambiente de maneira bastante singular, porque organiza uma atitude. Ainda segundo Greiner, há uma hipótese do professor Shigehisa Kuriyama - professor em Harvard de estudos sobre o Japão - de que a presença do corpo nada mais é do que tônus muscular.⁷ Naquele trabalho com os empreendedores, eu usaria as técnicas de que dispunha para treinamento de ator e lançaria mão ainda de exercícios que promoveriam a expansão da percepção, da respiração, do movimento, do deslocamento do corpo no espaço e do foco; mexia, claro, com o tônus muscular, o que provavelmente ajudaria, sim, a promover a atitude de presença. Mas seria tão simples?

Por estar em um núcleo de pesquisa, tive a oportunidade de ter acesso a inúmeros manuais de fala em público, inclusive americanos. Para além da semelhança de suas

⁶ *Venture Fóruns* são rodas de negócios que visam captar recursos para empresas com base na inovação. Estas rodas de negócios estão inseridas dentro da indústria de capital de risco, que vem se estruturando recentemente no país, e que integra o setor financeiro, através dos fundos de capital de risco, o governo, as empresas e as universidades.

⁷ Estas citações foram feitas por Christine Greiner em seu curso *Ambientes e processos culturais: teorias críticas do corpo – fundamentos cognitivos da comunicação*, ministrado no primeiro semestre de 2009, no Programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP.

estruturas, todos centravam sua atenção no discurso e negligenciavam o corpo. Seria tão difícil identificar que em situações de exposição do corpo há corpo? Se o sujeito está em pé diante de uma plateia que espera dele uma performance, ali há corpo. E mesmo que o propósito não seja fazer arte, há por parte da plateia uma expectativa de que o sujeito expositor dê um show. Portanto, quando este se encontra na situação de fala em público precisa lidar com elementos que têm sua própria natureza e que configuram um tipo próprio de situação de comunicação diferente da fala cotidiana, e que colocam aquele corpo em extrema evidência. A filósofa Maxine Sheets-Johnstone entende que a exposição de um corpo não preparado para a ação leva à paralisação. Transpondo para nossa questão, lendo os manuais, eu entendia que se o sujeito expositor colocasse, como propunham, toda ênfase no discurso persuasivo, lidando com o corpo como um recipiente no qual se depositam instruções padronizadas, e tomasse ainda a situação de fala em público por uma situação cotidiana de fala, só que formal, o resultado teria que ser mesmo angústia e paralisia.

Diante dos manuais de fala em público eu indagava, então, como era possível acreditar que, frente a tamanha exposição do corpo, o sujeito expositor poderia resolvê-la com base preponderantemente no discurso persuasivo e com instruções como, por exemplo, “respire fundo que em segundos o nervosismo passará”, “olhe para sua plateia”, “tenha gestos firmes”? Vinte e cinco séculos depois da invenção da escrita, parecia indispensável questionar por que ainda se insiste em manter a ênfase no discurso como o modo de troca nas relações interpessoais presenciais. E por que se insiste em acreditar que os significados estão exclusiva ou quase tão somente nas palavras e nas sentenças? Por que ainda se insiste em não dar lugar ao corpo, suas ações e emoções? Só é possível ter este entendimento de corpo e fazer propostas centradas preponderantemente no discurso quando se está amparado por antigas crenças e premissas comunicativas, que não reconhecem que a emoção está presente todo o tempo e que o corpo não pode ser tratado como algo em que se põem ou de que se tiram coisas, porque há um fluxo constante de troca de informação entre corpo, mente e ambiente. Neste sentido, natureza e cultura não podem estar separadas, já que todo o tempo somos informados e conformados a partir de nossas experiências no mundo.

Naquele momento, ainda que reconhecesse o valor do desenvolvimento de nossa habilidade linguística, eu tinha a intuição de que, de algum modo, a competência da

comunicação não verbal, tão visivelmente demonstrada pelas crianças pequenas que ainda não dominam completamente a fala, continha importantes elementos que mereciam ser novamente pesquisados e reelaborados. Eu acreditava, por exemplo, que voltar ao contato com o chão e ter atenção aos sentidos e ao entorno, ganhando dinâmica nos gestos e movimento, sempre através de uma experimentação do corpo com o espaço físico, poderia ser uma chave para outra atitude diante da situação de fala em público, o que tiraria o sujeito expositor da paralisação (enrijecimento), e o levaria a naturalmente deixar fluir movimentos integrados à fala.

Eu tinha a forte intuição de que a experiência era mais importante do que o foco centrado exclusivamente na racionalidade e suas verdades absolutas, porque essas engessam ao impedir a dinâmica que acontece na experimentação e não favorecem, claro, uma abertura ao novo e ao desconhecido, tanto quanto não ampliam o olhar a múltiplas possibilidades. Dificultam, portanto, novas conexões e nem se aproximam da noção de mudança de hábitos cognitivos. Foi assim que, deixando de lado os manuais de fala em público, me propus a lidar com o treinamento da fala em público não como mais um treinamento discursivo, mas, sim, como o desenvolvimento de uma habilidade específica do corpo para este tipo de situação de comunicação.

Mas um aspecto que havia notado na leitura dos manuais ainda me chamava muito a atenção. Grande parte do vocabulário usado neles carregava expressões bélicas, tais como “domine sua plateia”, “vença o medo de falar em público”, “prepare-se para enfrentar seu adversário!”. Era, em parte, com esses entendimentos que chegavam os sujeitos expositores. E quando eu lhes explicava que o treinamento seria baseado em trabalho corporal eles, numa atitude de acolhimento e compreensão, imediatamente respondiam: “Claro, o corpo fala!”. Este comentário está longe de expressar um conhecimento de que o corpo estabelece permanentes relações de troca com o ambiente, todo tempo está em movimento e realiza inúmeras combinações que podem possuir diversos significados simultâneos e podem construir sentido também com o verbal. Ao contrário, é uma alegoria dos entendimentos na direção de mapear expressões faciais, gestos e posturas do corpo, pretendendo atribuir-lhes precisos significados. Sendo o corpo tão dinâmico na sua troca constante com o ambiente, esta “gramática” será sempre reducionista, na medida em que

poderá até apontar um traço de semelhança, mas dificilmente o traço poderá garantir o que o autor do gesto pretendia naquele momento.

Eu entendia, então, que junto com o treinamento físico precisava, portanto, explicá-lhes a complexidade que havia neste tipo de situação de comunicação, que não se restringia ao âmbito do discurso e envolvia inúmeros aspectos, inclusive a impossibilidade de um entendimento uníssono da apresentação pela plateia. Pretendia que com toda a dinâmica do treinamento eles transformassem não apenas sua atitude corporal, mas também suas relações interpessoais, tornado-se mais disponíveis para a interação. Tendo dado certo por um ano em que foram realizados dois *Venture Fóruns*, julguei que aquela seria uma necessidade para além dos muros da Incubadora. Por algum tempo, continuei ainda fazer apresentações na PUC-Rio sobre fala pública na Incubadora para novos empreendedores e no Departamento de Letras para alunas de licenciatura. Passei, também, a oferecer o treinamento em empresas, sempre com foco no corpo e com um tempo longo de duração, já que transformar padrões no corpo não é algo que se possa fazer em dias ou a partir de uma lista de instruções. Isto incluía, claro, que além de uma abertura para uma proposta inusitada e empírica a empresa dispusesse de um bom espaço físico para o treinamento, que deveria ser limpo, arejado, amplo e reservado, de forma que resguardasse os executivos de olhares curiosos e garantisse a eles um ambiente adequado às suas experimentações.

Que o corpo era o caminho, eu não tinha dúvida. Que o trabalho dava os resultados pretendidos, também não. Que mais prontidão para ação poderia ser um dos ganhos adicionais com o treinamento, muito menos. Na maneira como passaram a se expressar, eu via claramente mudanças de visão de mundo, de entendimento das situações com as quais lidavam, e, sobretudo, os via mais disponíveis e flexíveis. Tinha tempo para notar tudo isso, já que os treinamentos com os executivos levavam em média seis meses, com encontros semanais. Mas o que me intrigava e interessava de verdade era o que eu via, eles relatavam e outros apontavam e que eu não sabia explicar como acontecia. Parecia que, de algum modo, havia uma passagem direta do corpo ao cérebro a partir do movimento, que ia além da organização corporal e os fazia reelaborar conceitos. Mas o que permitia que isso ocorresse? E como era possível que eles naturalmente passassem a produzir e expressar novas conceitualizações?

Intuitivamente eu estava propondo àqueles sujeitos expositores novas conexões, bem distintas das quais eles estavam habituados, ainda que não soubesse nomear assim, até bem pouco tempo. Mas ainda estava longe de saber que ocorriam todo o tempo deslocamentos para além dos físicos que eu propunha. Desconhecia Lakoff e Johnson e sua teoria sobre as metáforas de pensamento, que é tão fundamental quando se procura compreender como conceitualizamos e como somos capazes de experienciar uma coisa em termos de outra. Imediatamente julguei necessário aprofundar meu conhecimento sobre corpo através dos estudos em Dança Contemporânea, na Faculdade Angel Viana. Já que os universos dos estudos da linguagem e do corpo pareciam muito distantes, eu pretendia fazê-los dialogar. E a partir da experiência com as técnicas teatrais, vi a possibilidade de usar também as novas técnicas com as quais entrava agora em contato para apoiar os corpos dos sujeitos expositores.

Era claro para mim que se atores e bailarinos preparavam seus corpos para estar em cena, a evidente exposição do corpo do sujeito expositor no palco, ainda que com outro propósito, seria ainda mais beneficiada com exercícios que pretendiam a movimentação no espaço e novas conexões ao corpo. E na continuidade dos estudos também teóricos do corpo, iniciei a pós-graduação em Dança Contemporânea oferecida pela Faculdade Angel Viana em parceria com a UFBA, através da qual pude conhecer Christine Greiner e ter uma aproximação a algumas teorias recentes do corpo, da comunicação e da linguagem. No programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP, em minha pesquisa de doutorado, passei a contar efetivamente com a orientação da profa. Greiner e com outros professores que me possibilitaram o diálogo acerca destas e de outras questões.

Para que esta pesquisa se dê é necessária uma estratégia transdisciplinar que torne possível relacionar corpo, cognição⁸, pensamento, memória e contexto cultural (político e filosófico), na medida em que se toma como base o entendimento de que a fala em público não seria somente um discurso, mas uma ação cognitiva que, como tal, não se ampara apenas na relação entre objetos e seus significados, mas, sim, nas mediações que constrói (Greiner: 2003). Ou seja, a comunicação acontece no trânsito das relações e não a priori, constituída por um discurso pré-concebido e transportado por um corpo cujos gestos

⁸ Nesta pesquisa, estamos entendendo cognição não apenas como conhecimento, mas como “modos de aquisição, armazenamento e transmissão de conhecimento”. (Quintais, 2009, p. 112)

foram mimetizados em frente ao espelho e deverão se repetir no momento da fala em público exatamente como foram treinados. (e.g. Polito, 2002; Kops&Worth, 1996; Blikstein, 2006). O objetivo principal desta pesquisa é, pois, ao ampliar a discussão da fala em público para além dos limites do discurso, apresentar uma proposta que coloca em foco o desenvolvimento de um estado de presença⁹ para o qual o corpo é compreendido em sua condição de permitir experienciar o mundo e nos relacionarmos com o ambiente.

Para tanto, propõe-se um deslocamento epistemológico que rediscute a relação entre mente e corpo, corpo e ambiente, falante e ouvinte, natureza e cultura, razão e emoção. As novas descobertas da neurociência, da biologia, da etologia, bem como os novos entendimentos advindos das ciências cognitivas, da filosofia e das teorias da comunicação, sobretudo a partir da década de [19]90, discutem as epistemologias do corpo e do movimento, com foco específico nas relações corpo-mente e corpo-ambiente. (e.g. Sodré: 2006, 2002; Martin-Barbeiro: 1987; Churchland: 2004; Pinker: 2008, 2004, 2000; Lakoff e Johnson: 2002, 1999; Dawkins: 1982, 1979; Damásio: 2010, 2004, 2003, 2000; Llinás: 2001. Seguindo os caminhos apontados pelos filósofos Paul Churchland (2004) e Patrícia Churchland (2011), procuraremos aqui aplicar algumas dessas novas teorias ao complexo fenômeno que é objeto desta pesquisa, uma vez que acreditamos, conforme Greiner (2005), ser possível com isto iluminarmos de modo inusitado esta discussão. “É assim que os deslocamentos conceituais parecem se transformar no trunfo das novas descobertas, não no sentido de explicar os fenômenos do mundo, mas no de reformulá-los.” (ibid.: 18)

No capítulo 1 apresentamos o problema mente-corpo e a relação que se estabelece entre palavra e discurso e entre discurso e corpo, procurando compreender como as dicotomias mente-corpo, natureza-cultura, razão-emoção servem para sustentar um certo entendimento de corpo, de sujeito, de mundo e de comunicação que transparece nos treinamentos e manuais de fala em público, na linguagem corporal e no senso comum. As Ciências Cognitivas, na década de [19]60, colaboram como forma de se entender o corpo e de lá para cá novos conhecimentos ajudaram a transformar antigas visões. Mas alguns entendimentos da fala em público ligados à retórica, ao discurso persuasivo e à linguagem, ao guardar uma relação direta com a política e o direito, impossibilitam a compreensão da

⁹ Presença é entendida aqui como uma qualidade de estar presente, na qual a percepção está conectada em plenitude com o ambiente.

fala em público como uma situação complexa de comunicação, na medida em que a restringem preponderantemente à sua dimensão discursiva, centrada no discurso persuasivo.

A chamada linguagem corporal, quando parte do mesmo entendimento, acaba reforçando as mesmas propostas ao equiparar texto e corpo. Em nossa pesquisa de palestras, cursos, folhetos de divulgação e no exame de inúmeros manuais de fala em público e linguagem corporal identificamos que o pensamento geral neles contido serve para sustentar metáforas como a do corpo-recipiente, da guerra, o estereótipo do fantasma na máquina e para endossar visões antigas e alguns mitos como o “mito do objetivismo” e o do medo de falar em público, dificultando também o reconhecimento das especificidades dos ambientes em que ela ocorre. Será de grande relevância para este capítulo a noção de incorporação do pensamento e estudos das metáforas conceituais de Lakoff e Johnson, que nos possibilitam compreender os modos encontrados pelo corpo para se relacionar consigo mesmo e com o mundo, estabelecendo processos diversos de comunicação e em diferentes níveis (Greiner: 2003). Decorre destes estudos podermos lidar com a noção de que o sistema conceitual é fundamentalmente metafórico e, sobretudo, compreender como o corpo vivo conhece e constroi todo o tempo ações que originam novos conceitos que geram novas ações.

Entendendo que o olhar estático ao corpo leva a se negligenciar seu movimento, no capítulo 2, vamos contrapor à visão estática e normatizadora do corpo a noção de experiência, com base nos recentes estudos de Mark Johnson (2007), dado que boa parte de nosso método implica em exercícios que propõem experimentações ao corpo dos sujeitos expositores. Para que isso possa ser investigado, é fundamental deixar explícito que natureza e cultura estão juntas e que é na experimentação do ambiente cultural e conhecimento do mundo – a partir do corpo - que construímos significado. Daí entendermos que todo corpo é corpomídia. O corpo é ativo e toda informação que é internalizada nele é aí transformada em corpo. O corpo também transforma o seu entorno. As ações sónicas, as mediações, os processos de semiose não param de acontecer. Estes entendimentos serão desenvolvidos tomando-se as discussões levantadas pela teoria corpomídia proposta por Katz&Greiner (2011, 2005, 2003, 1998), especialmente de modo a expor e analisar a complexa situação de comunicação que envolve corpo e ambiente em

permanente co-evolução. Nesta pesquisa estamos entendendo que Comunicação quer dizer, portanto, possibilidades de criar novas conexões. Daí a necessidade de também no capítulo 2 compreendermos emoção, sentimento, mapas mentais e memória. É importante ainda examinarmos a questão da empatia, que pode ser compreendida a partir da recente descoberta dos neurônios espelho. Este estudo, portanto, pretende confirmar que mapear gestos, garantindo-lhes significados precisos, não é um caminho que facilite as interações entre os indivíduos.

Serão de grande ajuda para este capítulo os estudos de Nöe (2004) e Berthoz (2003, 1997), tanto quanto alguns entendimentos das teorias semióticas, de modo a esclarecermos o conceito de cognição e a relação entre percepção e cognição, visto que estamos propondo o entendimento de que a fala em público é uma ação cognitiva do corpo. Os estudos referentes à filosofia da mente encontrados em Damásio (2010, 2004, 2003, 2000); Lakoff e Johnson (2002, 1999), bem como os de neurociência de Rizollatti e Sinigaglia (2006); Edelman (2004); Ramachandran e Blakeslee (2004) e de etologia de Tomasello (1999) nos auxiliarão, por fim, a investigar habilidades como a percepção, a atenção, a memória, a locomoção e as bases neurofisiológicas de atividades complexas como a construção da linguagem e os processos que se estabelecem entre mente e corpo e entre corpo e ambiente.

No capítulo 3, apresentaremos nossa metodologia de treinamento da fala em público. Presença, movimento e atitude voltados à interação são aspectos determinantes a serem trabalhados e isto se dá através de uma mudança de compreensão acerca do que seja a comunicação junto a um treinamento corporal com o direcionamento, levando em conta os entendimentos propostos aqui. Como um dos propósitos do treinamento é o de facultar ao sujeito expositor uma atitude de maior disponibilidade para se relacionar com a audiência, colocando-se inclusive mais afeito a ouvir e a responder a perguntas, precisaremos lidar com a questão da emoção. A noção de homeostase sociocultural de Damásio (2010) irá nos ajudar a pensar o sentido de colaborar em vez de submeter o outro.

Na conclusão retomaremos alguns aspectos de nosso treinamento à luz dos conceitos e teorias aqui estudados de modo a ultrapassar a visão tradicional do corpo e da comunicação na fala em público, compreendendo enfim que “o corpo não fala” e que a experiência do corpo em permanente troca com o ambiente é o que permite a mudança. Esperamos também com este trabalho deslocar alguns mitos e estereótipos da fala em

público, como a noção de corpo recipiente e a metáfora da guerra, propondo com isso descortinar uma nova possibilidade de entendimento da comunicação para as situações de fala em público. Procuraremos ainda apontar caminhos de forma a se construir uma visão para este tipo de situação de comunicação que seja capaz de promover uma maior integração entre áreas do conhecimento que investigam a comunicação humana, buscando através da compreensão da especificidade da fala em público ressaltar as possibilidades expressivas e relacionais que se dão entre mente e corpo e entre corpo e ambiente.

Acreditamos que esta pesquisa seja um modo inédito de abordar o corpo no contexto de uma situação de comunicação que requer uma competência expressiva do sujeito expositor, não se restringindo apenas à sua competência discursiva e técnica, além de uma oportunidade para se pensar um entendimento da comunicação presencial que, no lugar de pretender submeter o outro, procure uma possibilidade de interação entre os sujeitos, a partir do uso do discurso com este propósito e da integração de seus corpos à situação de comunicação, partindo da experiência. E muito nos interessa, aqui, propor um novo entendimento acerca desta situação de comunicação que poderia vir a ser instado por um novo conceito metafórico. Por fim, temos a pretensão de que esta pesquisa venha a servir de auxílio aos sujeitos expositores na construção de uma maior autonomia, transformando seu lugar no eixo da comunicação, dado que expandir a condição de experimentar permite ampliar também a possibilidade de compartilhar.

Capítulo 1

O corpo coisa: a batalha verbal

Ter ficado em pé e conseguido se organizar com base na linguagem tem garantido a permanência e a evolução da espécie humana, sendo a nossa capacidade de nos comunicarmos através da linguagem, sem dúvida, uma grande habilidade. Com o *Homo sapiens sapiens* surge a linguagem verbal, há 100 mil ou 40 mil anos, e, ao menos no Ocidente, codificamos a linguagem escrita no séc. V a.C., na Grécia, o que nos permitiu tanto a estruturação de cidades como as conhecemos, quanto garantiu que princípios das ciências, em geral, e, em especial, da filosofia, da política e do direito chegassem até nós. Seres do discurso, no século XIX, o interesse pela linguagem vai explodir em estudos acerca da formação das línguas, e a linguística moderna estará voltada à análise de palavras e sentenças na busca de sentido. No século XX, os estudos da linguagem permanecem concentrados na estrutura do texto, de modo que a relação autor-receptor não era uma questão ainda.

No final dos anos 1960, os estudos da linguagem sofrem grandes alterações. Na literatura, começa a se questionar o lugar do leitor como receptor passivo da mensagem, tanto quanto a existência de uma voz uníssona no texto, passando a invalidar a visão de que o autor comunica ao leitor o que ele quer ou de que há uma mensagem na obra que chega da mesma maneira a todos os leitores. Na linguística vão ocorrer diferenciados estudos e novos campos de interesse como, por exemplo, se considerar a existência de agentes do discurso e contexto, como fazem a análise do discurso e a sócio-linguística-interacional, e estudos da metáfora que, sobretudo dos anos 70 para cá, pretenderam tirá-la de um lugar retórico de simples figura de linguagem, reconhecendo seu valor cognitivo.

Conforme trouxeram George Lakoff e Mark Johnson (2002) com sua metáfora do pensamento, a grande maioria dos entendimentos que temos acerca do mundo é construída metaforicamente, a partir das experiências do corpo. E dos anos 1980 para cá, conforme Greiner e Amorim (2003), os estudos do corpo vão trazer novas hipóteses, com grande parte das pesquisas científicas apontando na direção de um entendimento dos processos de comunicação como fenômenos nascidos do corpo. De acordo com Mark Johnson (2007), o que permite ao ser humano se comunicar vai além das palavras escritas ou faladas; há sempre em nós uma possibilidade limitada de compreender e reconstruir a experiência através da linguagem.

Mas, ainda que estudos da comunicação, literatura, linguística e das ciências cognitivas não nos permitam mais acreditar que o significado está nas palavras ou que a comunicação está na mensagem, nem que esta chega ao seu destino exatamente como pretendeu seu construtor, sem sofrer qualquer contaminação, estas noções tradicionais continuam vigorando. Dentro desta tradição, e bastante referenciada pela retórica e pela oratória, a fala em público, no senso comum, continua assim identificada com a sua dimensão de fala e de discurso. Nos manuais, textos na internet e treinamentos este entendimento é reforçado, sendo o sujeito expositor tido como veículo que serve para transportar a mensagem e seu corpo tomado por um recipiente em que se põem e de que se tiram coisas.

Por esta razão, é frequente vermos ações tão difíceis quanto respirar fundo, saber o que fazer com as mãos e ficar calmo diante do olhar da plateia serem apresentadas como simples instruções dadas. Ao considerar-se que o significado está preponderantemente no discurso e que as ações do corpo são banais, a fala em público é vista com uma simplicidade que ela não tem e a comunicação é tomada como algo que se constrói a priori. Nós compreendemos, ao contrário, que a fala em público é uma forma complexa de comunicação, na qual o conteúdo tem relevância, sim, mas o corpo tem papel fundamental na dinâmica. Dada a natureza cognitiva do corpo, todo o tempo ele estabelece uma troca com o ambiente, que também é dinâmico, e é no trânsito das relações que se vão construindo significados, não a priori.

Mesmo que nossa tradição cultural sustente uma noção de comunicação centrada no discurso, aprendemos com Mark Johnson (2007) que reduzir o significado a palavras e

sentenças ou a conceitos e proposições é perder de onde realmente vem o significado. Ir além do discurso e conferir às situações de comunicação face a face outro entendimento de corpo nos permitirá lidar com um novo paradigma de comunicação, capaz de incluir a dimensão da experiência, que fica impossibilitada se tomamos o corpo como podendo ser moldado, organizado, mimetizado diante do espelho de forma a cristalizar posturas e imagens, ou se restringimos a comunicação praticamente ao discurso. Isto porque a complexidade da comunicação presencial está exatamente no aspecto de que ela não é tão somente ou preponderantemente uma comunicação discursiva. Nela, junto com a construção verbal, estão postos corpos em ação e em relação com o ambiente.

O organismo e o ambiente não são realmente determinados de maneira separada. O ambiente não é uma estrutura imposta do exterior aos seres vivos, mas, de fato, uma criação co-evolutiva com eles. O ambiente não é um processo autônomo, mas uma reflexão da biologia das espécies. Assim como não há organismo sem ambiente, dificilmente há ambiente sem nenhum organismo. O ponto chave é que os seres vivos e seus ambientes se situam em relação, uns com os outros, através de suas especificações mútuas ou de uma relação de co-determinação. As regularidades ambientais são o resultado de uma história conjunta, de uma harmonia que nasce desta história co-evolutiva. Assim, o organismo é, ao mesmo tempo, sujeito e objeto da evolução. (Greiner, 2005, p. 44)

E o que Lakoff e Johnson (2002) nos permitiram ver foi que, em grande parte, as metáforas com as quais lidamos cotidianamente guardam entendimentos de mundo. Metáforas como as de corpo-máquina, corpo-recipientes, corpo-objeto separam mente e corpo, dentro e fora e o sujeito da cultura. Com isso, temos dificuldade em compreender a importância do corpo na cognição¹⁰ humana e de ver o corpo como o corpo do movimento. Com base na negociação do homem com o meio, ao examinar como ela se dá em termos de comunicação na fala em público, podemos vir a reformular nosso entendimento de informação, de interação e de corpo. Isto porque certo entendimento de um fenômeno implica diretamente no modo como compreendemos e como nos relacionamos com o mundo. “Os discursos são ideológicos no sentido de que discursos carregam uma visão de mundo e vendem essa visão de mundo.”¹¹

¹⁰ Nesta pesquisa, estamos entendendo cognição não apenas como conhecimento, mas como “modos de aquisição, armazenamento e transmissão de conhecimento”. (Quintais, 2009, p. 112)

¹¹ Esta citação foi feita por Helena Katz em seu curso *Ambientes midiáticos e processos culturais: comunicação, corpo e ideologia*, ministrado no primeiro semestre de 2010, no Programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP.

Expressando assim uma visão de mundo, textos, treinamentos e manuais tradicionais da fala em público, ao se repetirem continuamente, reiteram entendimentos que espelham níveis imbricados uns nos outros de conceitos que sustentam conceitos. Mais do que simplesmente um treinamento, a fala em público é um discurso que está ancorado em postulados e crenças de um contexto maior, que estão no senso comum há tanto tempo que simplesmente são tomados como verdades. A fala em público contribui para manter a visão de que a comunicação se dá exclusivamente no discurso e para sustentar e reforçar mitos e metáforas, tais como a metáfora da guerra e a do corpo recipiente, e até postulados da tradição filosófica ocidental, como o “mito do objetivismo”¹². Estes mitos e metáforas acabam por sustentar estereótipos como, por exemplo, o do fantasma na máquina e da tábula rasa, tanto quanto a dicotomia mente-corpo, que funciona como algo tão certo que na nossa vida diária sequer imaginamos a possibilidade de ser diferente. “O dualismo mente corpo é tão profundamente incorporado na nossa tradição filosófica e religiosa, no nosso sistema conceitual dividido e na nossa linguagem que isso parece ser quase um fato inescapável da natureza humana.” (Johnson, 2007)

Assumir que mente e corpo estão separados nos leva a acreditar, por exemplo, que há algo fora do nosso corpo que é capaz de atuar para controlar o corpo e suas paixões, ou que o pensamento pode ser puro, conceitual, transcendente à atividade do corpo “mesmo se nos damos conta de que nenhum pensamento ocorre sem cérebro” (Johnson, 2007). A própria noção de livre arbítrio só é possível porque conseguimos supor que ele está fora do corpo, mas ainda assim conseguindo exercer controle sobre o corpo. Para sermos capazes de compreender certos pressupostos subjacentes à fala em público, que lhe possibilitam sustentar a ilusão de que o significado está nas palavras e que podemos estabelecer uma comunicação clara e precisa, temos que examinar de imediato a dicotomia mente-corpo, dado que esta divisão, tomada como uma verdade absoluta, nos impede de chegar a compreender a dimensão do corpo na comunicação como ação cognitiva. A separação mente-corpo se estabelece com mais força a partir da hipótese empírica sobre a mente - a noção de tábula rasa. Esta noção suportou grande parte das visões das ciências no século XX e caminha junto com o estereótipo do fantasma na máquina. Ambos acabam por

¹² Este mito nos orienta no sentido de acreditarmos que as coisas têm verdades nelas mesmas e estas verdades estão no mundo objetivo, sendo a linguagem um reflexo da realidade objetiva.

sustentar metáforas consolidadas ao longo do tempo, como as de corpo-recipiente e corpo-instrumento.

Por mais que tenhamos a impressão de que mente e cérebro só puderam começar a ser compreendidos a partir das inovações tecnológicas inauguradas pelo raio-X, em fins do séc. XIX, e pela tomografia computadorizada, no século XX, na tentativa de explicar o funcionamento do cérebro muito vem sendo pesquisado e proposto há séculos. E uma destas tentativas é a hipótese empírica da tábula rasa. Este termo cuja origem é do latim medieval tem sido atribuído a John Locke (1632-1704) que, levando em conta teorias inatas as quais propõem que já nascemos com ideias matemáticas, verdades eternas e noção de Deus - mesmo que buscasse uma metáfora diferente da que se foi construindo ao longo dos anos, pretendia investigar de que forma a mente poderia ser preenchida, caso ela de fato fosse um papel em branco totalmente vazio de qualquer caractere (Pinker, 2004, p. 23). A tábula rasa seria então “a ideia de que a mente humana não possui estrutura inerente e de que a sociedade, ou nós mesmos, podemos escrever nela à vontade” (Pinker, 2004, p. 21).

O entendimento de que a mente vai sendo aos poucos preenchida, pois parte do nada e chega com o tempo a adquirir capacidade de raciocínio, de amar, de senso moral, entre outras, está presente na tradição judaico-cristã. Esta atribui à mente uma substância imaterial cujos poderes nenhuma outra estrutura física é capaz de possuir e que, justamente por isso, pode continuar existindo, mesmo depois que o corpo físico morre. E, ainda que a teoria judaico-cristã da natureza humana não seja mais explicitamente defendida pela intelectualidade, ela continua na base de inúmeras crenças e políticas. Neste sentido, do mesmo modo que “a religião contém uma teoria da natureza humana, também as teorias da natureza humana assumem algumas das funções da religião” (Pinker, 2004, p. 21). Assim, para Pinker, a tábula rasa teria se tornado a religião secular da vida intelectual moderna. De certa forma, argumenta ainda Pinker (2004), esta mente complexa saída do nada é vista ainda como uma fonte de valores que precisam a tal ponto serem mantidos, que ela acaba por assemelhar-se a um milagre, não devendo, portanto, ser questionada, sob pena destes questionamentos virem a gerar sérias crises de valores.

É importante perceber que da doutrina da tábula rasa transparece uma noção de que mente e corpo não são a mesma coisa e nem possuem a mesma natureza. Neste sentido, a tábula rasa guarda uma ligação direta com a doutrina do fantasma na máquina, que é uma

das várias teorias com uma abordagem dualista da mente. Ainda que apresentem variações, tais teorias concordam no ponto em que para elas “a natureza essencial da inteligência consciente está em algo que é *não-físico*, algo que está definitivamente para além do âmbito de ciências como a física, a neurofisiologia e a ciência da computação” (Churchland, 2004, p. 26).

Como certas categorias, certos pensamentos e certos estereótipos ganham estabilidade, às vezes por séculos¹³, não apenas a hipótese da tábula rasa, mas, também, a do fantasma na máquina continuam a se fazer presentes, e vamos entender de que modo. Ainda que, do mesmo modo que a tábula rasa, as teorias dualistas na ciência ou na filosofia atuais não sejam predominantes, a relevância de prestarmos atenção nelas está no fato de que aparecem ainda no senso comum como uma teoria geral da mente. O dualismo “está profundamente arraigado na maioria das religiões populares do mundo inteiro e tem sido a teoria da mente que tem predominado durante a maior parte da história do Ocidente.” (Churchland, 2004, p. 26). Mas vale ressaltar que, ainda que Descartes seja considerado por muitos como o pai da teoria do fantasma na máquina, há entendimentos e nomeações mais específicos, como o que encontramos em Paul Churchland (2004). Em suas análises acerca do dualismo de substância, este autor apresenta uma distinção entre o dualismo de Descartes e a teoria do fantasma na máquina, a qual ele vai chamar de *dualismo popular*, considerando este uma forma menos radical que o dualismo cartesiano. Veremos estas duas formas de dualismo a seguir.

Pinker (2002) explica que no início do século XVII, no curso da permanente tentativa de explicar mente e natureza humana, propunha Hobbes (1588-1608) que tanto a vida quanto a mente podiam ser plenamente explicadas em bases mecânicas tão somente, aproximando desse modo a natureza humana da máquina e vendo entre estas apenas uma diferença em graus de complexidade. Contudo, René Descartes (1596-1650), ainda que fizesse parte da tradição mecanicista, não conseguia aceitar a ideia de que a natureza humana funcionasse integralmente como uma máquina. Que o corpo poderia e deveria ser dividido em partes, servindo esta divisão inclusive para que estudos pudessem ser feitos de modo a melhor compreendê-lo, ele não tinha dúvida. Argumentava Descartes, ainda

¹³ Esta frase foi proferida em aula por Christine Greiner em seu curso *Ambientes midiáticos e processos culturais: teorias críticas do corpo – fundamentos cognitivos da comunicação*, ministrado no primeiro semestre de 2010, no Programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP.

segundo Pinker (2002), que os corpos existem no espaço e por isso estão sujeitos a leis mecânicas. Mas a mente para ele era indivisível. Dado que ela não tem espacialidade, não teria como sujeitar suas operações a estas leis.

[...] é preciso entender que para Descartes, o organismo representava justamente uma configuração articulada, a exemplo do mecanismo dos relógios. Tratava-se de uma organização autônoma, a partir da qual era nomeado como corpo-máquina e corpo-mecânico, coerente com a questão fundamental que permeava parte da discussão da época, e se referia a “como o corpo funciona”. (Greiner, 2005, p. 24)

Uma vez que a mente estava sujeita a outras leis requeria outro tipo de explicação para seu funcionamento. Assim, segundo Descartes, mesmo que em vida ambos estivessem juntos, ao serem separados pela morte a mente poderia continuar a existir e a funcionar; o corpo não. Desse modo, ao procurar para a mente uma explicação que fosse de natureza diferente da matéria mecânica do corpo, Descartes acabava por separar mente e corpo. Filosoficamente, esta questão posta por Descartes é chamada, como explica Churchland (2004), de *dualismo de substância*, dado que Descartes propôs a necessidade de haver tipos de substâncias diferentes para explicar a natureza, segundo ele, também diferente de corpo e mente.

Descartes não tentou reduzir a importância da matéria. Ao contrário, ele foi um dos físicos mais criativos de sua época e era um defensor entusiasmado do que na época se chamava ‘filosofia mecânica’. Mas havia um setor isolado da realidade que ele acreditava não poder ser explicado nos termos da mecânica da matéria: a razão consciente do ser humano. Esse era seu motivo para propor um segundo, e radicalmente diferente, tipo de substância, uma substância sem extensão ou posição no espaço, uma substância cuja característica essencial era a atividade de *pensar*. (Churchland, 2004, p. 27) (Grifo do autor)

Se não era possível atribuir à razão consciente um lugar no espaço, pois um sistema apenas físico – o corpo material - não poderia produzir linguagem, muito menos ter raciocínios matemáticos, para Descartes só poderia haver então outro tipo de substância responsável pela atividade de pensar. A ligação entre mente e corpo seria possível na medida em que ambas as substâncias corpo-físico e mente-não física estariam em interação causal sistemática. Mas Descartes se perguntava ainda “como poderiam duas coisas tão diferentes ter algum tipo de contato causal” (Churchland, 2004, p. 28). Então, para estabelecer a ligação entre algo físico - corpo - e algo não físico - mente, e ser capaz de compreender como estes se relacionavam, Descartes propôs que haveria uma substância também de natureza material, só que muito sutil capaz de fazer o contato causal entre eles.

Assim, algo, como os ‘espíritos dos animais’, “transmitiria a influência da mente ao corpo em geral”. (Churchland, 2004, p. 28)¹⁴

Sem os recursos tecnológicos de que dispomos hoje para visualizar o cérebro em atuação, este só poderia mesmo ser explicado por suposições. A explicação de Descartes permitia pensar, então, que cada um tem o seu próprio corpo e não o de outra pessoa, na medida em que cada corpo interage com a sua própria mente. Segundo Katz e Greiner,

Com Descartes o entendimento da mente ganhou uma descrição de contornos mais específicos, pois várias das funções até então atribuídas a ela ganharam explicações mecânicas no corpo, entre as quais a digestão, a circulação e o movimento (*motion*). O corpo passou a ser entendido como aquilo que tem extensão temporal e espacial (*res extensa*). Transformado em objeto, o corpo e suas verdades passaram a depender de ciências capazes de desvendá-los, enquanto a mente (*res cogitans*), apoiada no critério das ideias claras e distintas, apresentava-se como auto-evidente. (Katz e Greiner, 1998, p.79) (Grifos das autoras)

Sua teoria possibilitou, pois, toda uma linha de estudos acerca do corpo. Contudo, ainda assim Descartes acabou por tornar perene o entendimento de que mente e corpo estão separados e, indiretamente, também o entendimento de que a cultura chega ao cérebro, na medida em que este é o responsável pelo pensamento. Entendido como máquina, o corpo passava a ser visto então como uma espécie de recipiente no qual a mente estava colocada, ainda que esta não tivesse extensão corpórea. “Assim, seu *cogito, ergo sum* colaborou para consolidar a compreensão, que guia a muitos ainda, de que existe uma essência humana e ela se localiza numa mente (*ou alma, ou espírito*) separada do corpo.” (Katz e Greiner, 1998, p.79)

E é exatamente essa possibilidade de se pensar uma energia ou essência que é passível de se desprender do corpo material e permanecer existindo, mesmo que transmutada, que acaba se tornando atraente como explicação para muitos acerca do funcionamento da dualidade mente-corpo. Assim, ainda que novas teorias problematizem o entendimento de Descartes, a ideia de que a mente ou algo de uma natureza diferente da matéria do corpo continue a existir após a morte do corpo físico continua presente, sendo esta a concepção do fantasma na máquina que é chamada por Churchland (2004) de *dualismo popular*.

¹⁴ Os entendimentos sobre este e outros tipos de dualismo podem ser aprofundados em Churchland, 2004.

Trata-se da teoria de que uma pessoa é literalmente um ‘fantasma na máquina’, onde a máquina é o corpo humano, e o fantasma é uma substância espiritual, de constituição interna absolutamente diferente da matéria física, mas, mesmo assim, plenamente dotada de propriedades espaciais. Em particular, as mentes são, em geral, consideradas como estando dentro dos corpos que elas controlam: dentro da cabeça, na maioria das concepções, em contato íntimo com o cérebro. (Churchland, 2004, p.29)

Mas ainda que no senso comum esta separação entre mente e corpo continue fortemente presente, não temos mais como acreditar que assim seja. Ainda que nem tudo o que diz respeito à mente já esteja esclarecido, os novos estudos das ciências da mente e da neurociência avançaram o suficiente em suas pesquisas ao menos para diminuir os mistérios do modo como mente e corpo funcionam. Os processos cognitivos do corpo na sua interação com o ambiente não ocorrem separados da mente, tanto quanto a mente não tem como existir fora do corpo. A mente depende diretamente do corpo que percebe informações que são processadas pela mente e reenviadas ao corpo. E esse fluxo é constante.

I. *Não existe uma separação mente/corpo radical.* Uma pessoa não é uma mente e um corpo. Não há duas "coisas" misteriosamente unidas. O que chamamos de "pessoa" é um certo tipo de organismo corporal que tem um cérebro operando dentro do seu corpo, um corpo que continuamente interage com aspectos de seus ambientes (material e social) na mudança constante do processo de experiência.¹⁵ (Johnson, 2007, p. 11) (Grifos do autor) (Tradução da autora)

Ao mencionar o modelo de corpo proposto por Descartes, Francisco Ortega teoriza que por ser fascinado pela anatomia Descartes será responsável também por esboçar, “um modelo de corpo objetivado, o corpo-cadáver da tradição anatômica, tornando-o o modelo da filosofia moderna” (Ortega, 2008, p. 104). A visão de corpo de Descartes o fará se referir ao corpo em terceira e não em primeira pessoa, como fora inaugurado por Platão e assim continuou por toda a Idade Média. A questão em relação a esse corpo morto e referido em terceira pessoa é justamente ele virar o modelo do corpo vivo, na medida em que diz respeito apenas à sua fisicalidade. E o corpo vivo tomado pelo corpo morto é que irá servir de modelo para a compreensão do corpo na biomedicina e no pensamento moderno. (Ortega, 2008, p. 106)

¹⁵ I. *There is no radical mind/body separation.* A person is not a mind *and* a body. There are not two “things” somehow mysteriously yoked together. What we call a “person” is a certain kind of bodily organism that has a brain operating within its body, a body that continually interacting with aspects of its environments (material and social) in an ever-changing process of experience. (Johnson, 2007, p. 11)

Como informa Ortega (2008), “a medicina nos fornece modelos ideais e normativos de corpo” (Ortega. 2008, p.107), de modo que “o nosso corpo é reconstruído a partir do modelo do cadáver experienciado na terceira pessoa, um corpo objetivado e fragmentado, privado de sua dimensão subjetiva, o corpo como algo que temos e não algo que somos” (Ortega. 2008, p.107). Esta noção de corpo objetivado é importante, porque vai permitir que naturalmente se construam teorias e técnicas com o propósito de ler na exterioridade do corpo o que se passa na sua interioridade, dado que tudo continua se baseando em um modelo dicotômico que separa corpo e mente tanto quanto dentro e fora.

Todo mundo tem uma teoria da natureza humana. Todo mundo precisa prever o comportamento dos outros, e isso significa que todos nós necessitamos de teorias sobre o que motiva as pessoas. Uma teoria tácita da natureza humana – a de que o comportamento é causado por pensamentos e sentimentos – está embutida no próprio modo como pensamos sobre as pessoas. Encorpamos esta teoria perscrutando nossa própria mente e supondo que a outra pessoa é como nós, observando o comportamento das pessoas e arquivando na mente as generalizações. Outras ideias absorvemos de nosso clima intelectual: de opiniões de especialistas e da sabedoria convencional de nossa época. (Pinker, 2004, p. 19)

Assim, estaria mesmo na nossa condição humana construir hipóteses que nos ajudem a estabelecer relações entre emoções, sentimentos, pensamentos e comportamentos. Isto nos leva a procurar decifrar pistas, indícios todo o tempo e a admitir algumas explicações que nos deem conforto ou se proponham a solucionar questões. É possível que façamos isso, em parte, por temer as ações das pessoas, já que na lógica dicotômica nem sempre a mente é capaz de conter as ações do corpo ou mesmo de conhecer as “reais” razões ou emoções que motivam as pessoas, o que, de certo modo, justificaria a necessidade de pretendermos decifrar o interior pelo exterior.

Mas outra questão liga-se não ao medo das ações, mas a uma desconfiança no que as palavras dizem, motivando também uma investigação acerca das verdades ou mentiras das palavras e sentenças que podem ser falaciosas. Uma parte das questões que aparecem na fala em público liga-se à questão de se estabelecer o que é verdade ou mentira. Vamos encontrar este mesmo interesse acerca do estabelecimento de verdades e falsidades na comunicação também na linguagem corporal. A partir da década de [19]80, intensificam-se as ideias da linguagem corporal (Weil e Tompakov: 1986, Davis:1979, Bertherat: 1976), cujo propósito é o de ser uma abordagem interessada no corpo e seus significados, com

vistas a facilitar as relações entre as pessoas, com base em uma dicionarização de gestos e posturas do corpo com orientações garantidoras da verdade.

Pretendemos demonstrar, contudo, que ainda que esta abordagem se atenha ao corpo, o entendimento da linguagem corporal e da fala em público de corpo é o mesmo. Mas é possível que todas estas ideias e interesses acerca do falso e do verdadeiro digam respeito à necessidade que temos de procurar, ao máximo, garantias, estabilidades e certezas. Diante de um mundo em constante mudança e que apresenta sempre situações que somos incapazes de compreender completamente ou, por vezes, de transformar, por mais que tenhamos desenvolvido a fala, a razão e uma série de ferramentas que nos auxiliam na nossa sobrevivência, ainda assim continuamos interessados em respostas rápidas, explicações simples e constâncias garantidas por verdades absolutas. Mas acreditamos que parte de tudo isso se liga também à retórica.

Com a escrita, no século V a. C., vem também uma nova “racionalidade”. A escrita possibilitou não apenas a construção de muros e a organização das pessoas em cidades como permitiu a construção da ideia de estado e de democracia. Neste percurso, surge a retórica, inicialmente, como um modo de organizar os pedidos dos agricultores para que fossem vistas as suas necessidades através de um instrumento escrito. Com o tempo, a organização dos argumentos foi se sofisticando de modo que as técnicas para construção do discurso se constituíram na retórica clássica, entre os séculos V e IV a. C.. Ela surge, portanto, como forma de resolver conflitos e logo aparecem pessoas mais hábeis que vão se propor a redigir argumentos para defender os interesses de outras pessoas. Estes seriam os primeiros advogados. Podemos dizer que a retórica vai procurar tanto a adesão dos ouvintes quanto seu convencimento e diante de interesses divergentes via constituir-se em um recurso para resolver discórdias através não da força física, mas, sim, das palavras.

Muitas são as mudanças que a escrita vai possibilitar. A organização de cidades delimitadas por muros passa a contar com leis escritas no lugar da oralidade dos mitos. Toda essa passagem de uma sociedade em que o valor da pessoa estava na força de seus atos físicos, sendo o herói grego valorizado, inclusive, por seus feitos apenas após a sua morte em combate, começa a ganhar contornos ligados a outro modo de estar no mundo. Este outro modo vai corresponder também ao entendimento do aumento da importância da racionalidade constituída através de palavras em detrimento da força promovida pela ação

do corpo. A mudança na valoração acerca do modo de solucionar conflitos através do corpo que guerreia, que implica diretamente no corpo em ação, para uma busca de soluções através do verbo reflete não apenas transformações naquela sociedade que cultuava o herói, mas também vai carrear para o discurso a força de mito.

O corpo físico do herói grego, sua força e destreza desenvolvidas para sobressair em batalhas e lhe garantir um lugar especial na sociedade após sua morte em combate vão, aos poucos, ficando como um modo de fazer do passado, que existia antes dos homens serem capazes de conquistar este novo modo de estabelecer e garantir as relações e os acordos através das palavras. Pretender manter uma estabilidade nas relações tanto quanto nas cidades vai possibilitar que parte dos homens pudesse não mais guerrear, mas se ocupar em pensar o mundo, a natureza, o modos dos homens se organizarem e, sobretudo, planejar ações para outros homens guerrearem e os defenderem.

Senhores da palavra também escrita, estes novos homens foram, através dela, cada vez mais legitimando formas de conduta que elegiam o verbo como o grande diferencial do ser humano e a habilidade de lidar com as palavras como uma competência de maior valor do que a de ter o corpo apto para o combate. A palavra e não a força física deveria então passar a ser evocada, cantada e idolatrada. O herói grego tão admirado nos cantos da *Iliada* e da *Odisséia* vai ter sua força presa a um passado, cujo registro escrito ao mesmo tempo em que preserva agora sua memória diminui sua força de mito que responde às questões dos homens. A escrita vai ser a nova referência para reger o que deve e o que não deve ser, o que se deve e como se deve fazer e o lugar onde se deve buscar respostas e garantias às mais variadas questões. Desde modos de operar o plantio e a colheita até normas de condutas sociais vão ser prescritas e estabelecidas por escrito.

Contar histórias vai ganhar relevância se forem histórias dos homens, de suas práticas cotidianas e com vistas a informar o que é lícito ou não fazer. Capaz de gerir as relações, garantir direitos, deveres e gerar instruções e conhecimento aos quais se pode, inclusive, recorrer na possibilidade de se retornar a ela diversas vezes para conhecer modos de fazer, a palavra cada vez mais se consolida com o entendimento de ser a grande habilidade humana. Mitificada, a palavra ganha força, desbanca o herói e fornece novos modos de luta entre os humanos, conquistando um lugar soberano nas suas vidas. O novo poder que passa a se estabelecer advém da competência no uso das palavras e de quem tem

legitimidade para usá-las com força de norma. Saber usar a palavra será visto não como um ato de barbárie, como cada vez mais vai sendo reservado o lugar para a força física, mas como a competência superior da razão humana. Ao trocar de lugar, o mito que era sustentado pelo uso da força física vai ser sustentado pelo hábil desempenho e o refinamento no uso da linguagem.

Parece inegável o fato de que a escrita colocava possibilidades novas de se organizar a vida e as relações, ainda que como já ocorria com a fala irá colaborar também na elaboração das intrigas, que, parece, sempre existiram.

Suspeito que seres humanos em evolução viviam num mundo em que a linguagem estava entremeada com as intrigas políticas, econômicas, tecnológicas, familiares, sexuais e de amizade, que desempenhavam papéis-chave no sucesso reprodutivo individual. (Pinker, 2004, p. 475)

Assim, para fazer o outro mudar de opinião, ou fortalecer uma que já existia, para manter uma circunstância como está, para dar uma explicação ou até mesmo para levar alguém a uma ação, inaugura-se um novo modo de fazer: tornar-se hábil com as palavras. Desenvolver-se na arte retórica será uma competência pretendida por aqueles que estão autorizados a usar as palavras. Para Aristóteles a retórica seria, portanto, uma ferramenta que poderia ser utilizada por várias áreas, havendo, contudo, diferentes intenções de uso. É importante observar que a retórica jurídica, filosófica, médica ou mesmo as mais recentes como a jornalística e a publicitária não estão isentas de usos os mais diversos, não apenas pela especificidade de sua temática, mas pelos propósitos em jogo e as intenções de grupos e do falante. Deste modo, podemos reconhecer que no uso da retórica compreendem-se gradações na maneira como o falante se dirige ao ouvinte. É possível que o falante se coloque numa atitude de argumentar de modo a dar possibilidades ao ouvinte de pensar sobre um dado ponto de vista. Mas o falante pode querer uma anuência imediata do ouvinte ou pode chegar até a simplesmente determinar que algo seja cumprido, não deixando, neste caso, qualquer espaço para negociação. E, claro, há sempre a possibilidade da rede de intrigas ser construída também pelas palavras.

É possível que em algumas áreas haja formas de se construir uma retórica mais consolidada do que em outras, com algumas práticas sendo mesmo reforçadas ou apresentadas como a maneira de fazer, inclusive com normatizações formais. Há, portanto, certos modos de usar a retórica que se colocam como formas corretas de fazer. Em relação

à fala em público, a maneira como esta enfatiza modos de elaborar o discurso persuasivo com vistas a submeter o outro e a forma como ela trata o corpo do sujeito expositor impondo certos gestos, ao mesmo tempo em que desautoriza outros através da crítica, faz com que a fala em público se evidencie como dispositivo¹⁶ de poder.

Quanto mais ela se auto-legitima como a forma de imediatamente resolver o medo de falar em público, mais ela impõe seus modos de fazer como a solução ao problema, que ela mesma se não cria, ao menos reforça. A fala em público acaba estabelecendo, inclusive, o modo de se dar a comunicação entre as pessoas e as suas relações, que vão se colocar no campo da dominação, da submissão do outro, constituindo a expertise do sujeito que assimila a técnica. Isto nos faz considerar em que medida se pode dizer que um sujeito constrói o seu discurso, que ele é livre para articular as palavras ou que tem sua própria retórica.

Como um modelo que tem muita força, a fala em público é, portanto, um dispositivo que tece relações diretas com dispositivos poderosos como o direito, a medicina, a linguagem, entre outros, e ainda exerce uma forte disciplinarização dos corpos dos sujeitos, aprisionando-os em formas fixas e em modos de fazer. Na medida em que o corpo é o corpo objeto, sua ação é esvaziada. No lugar da ação dá-se a introjeção do gesto e um direcionamento à passividade do corpo. E os modos como a fala em público instrumentaliza o sujeito constituem ainda um paradoxo.

Ao mesmo tempo em que o sujeito é posto numa condição de enfretamento do outro como o modo de ultrapassar o medo e resolver a situação de fala em público, ele é sujeitado no seu corpo a uma configuração de formas fixas postas nele e a um esvaziamento da interação, uma vez que o entendimento é o de uma comunicação se da a priori. Portanto, é um convite para uma batalha verbal realizada por um corpo coisa que não está ali para trocar informação no momento presente e nem ter ação. É possível que advenha daí o pavor que a grande maioria das pessoas tem do momento aberto para perguntas ou, pior, de serem interrompidas por perguntas em meio à sua fala. Tanto numa situação quanto noutra, suspende-se o que está organizado e fixado, abrindo espaço para o incerto e o desconhecido.

¹⁶ Dispositivo é qualquer coisa que tenha de algum modo a capacidade de capturar, orientar, determinar, interceptar, modelar, controlar e assegurar os gestos, as condutas, as opiniões e os discursos dos seres viventes. (Agamben, 2009, p.40). Um pouco mais adiante vamos desenvolver este conceito.

Podemos considerar que alguns modelos têm tamanha força ou se articulam tão intensamente com o senso comum e com outras instâncias de poder que sua condição de coerção como dispositivo de poder está presente, ainda que não seja tão aparente. Isto é o que acontece com a linguagem corporal. Em relação ao conceito de dispositivo, há inicialmente um aspecto que o faz se aproximar dos propósitos destas duas abordagens: a noção de que existe algo que atende a uma urgência, algo que é capaz de produzir um efeito quase instantâneo e está fácil e imediatamente ao alcance do sujeito.

Contudo, o efeito perverso de se deixar encantar pela solução é ficar aprisionado imediatamente na forma e na crença de que o poder que é da coisa também se instaura no sujeito imediatamente. Lembra as situações dos efeitos advindos de encantamentos que se encontram escondidos em belas coisas nos contos e desenhos para crianças, como a maçã da branca de neve ou os sapatinhos dançantes. Assim, a fala em público e a linguagem corporal, em troca de poderem determinar as formas e as ações ao sujeito, lhe entregam os modos instantâneos de resolver seu problema. Assim, a solução da urgência carrega no modo de fazer o imperativo FAÇA ASSIM! E no assim dá-se a imobilidade. Contudo, a solução rápida é também fugaz. Muitas vezes, tudo volta ao que era antes também rapidamente.

O filósofo italiano Giorgio Agamben (2009) recentemente propôs no artigo intitulado *O que é um dispositivo* um novo sentido para a palavra dispositivo, que ele define assim:

Generalizando posteriormente a já bastante ampla classe dos dispositivos foucaultianos, chamarei literalmente de dispositivo qualquer coisa que tenha de algum modo a capacidade de capturar, orientar, determinar, interceptar, modelar, controlar e assegurar os gestos, as condutas, as opiniões e os discursos dos seres viventes. (Agamben, 2009, p. 40).

Se esta ampla classe para Foucault vai englobar, como sabemos, as prisões, os manicômios, o Panóptico, as escolas, a confissão, as fábricas, as disciplinas, as medidas jurídicas etc., tendo todos estes uma forte conexão com o poder, a proposta de ampliação de Agamben vai incluir uma lista tão variada que faz crer que tudo é dispositivo de poder. Assim, sua lista apresenta como dispositivo tudo o que Foucault propôs ser e ainda “a caneta, a escritura, a literatura, a filosofia, a agricultura, o cigarro, a navegação, os computadores, os telefones celulares e – por que não – a própria linguagem”. (Agamben, 2009, p. 40)

Neste mesmo artigo ele recupera o conceito de dispositivo para Foucault, que é formulado a partir da noção de positividade de Jean Hyppolite. E esta noção nos interessa mais diretamente, por ter embutida nela uma relação com o tempo de pressa, havendo na base do dispositivo uma possibilidade de se ver um problema resolvido rapidamente. Assim, o dispositivo em Foucault, como explica Agamben, é algo que possibilita haver uma solução a uma urgência. Considerando “dispositivo” como um termo técnico decisivo na estratégia de pensamento de Foucault, usado mesmo como um termo geral, que ocupa o lugar dos “universais”, Agamben explica assim dispositivo para Foucault.

Certamente o termo, no uso comum como no foucaultiano, parece remeter a um conjunto de práticas e mecanismos (ao mesmo tempo linguísticos e não-linguísticos, jurídicos, técnicos e militares) que têm o objetivo de fazer frente a uma urgência e de obter um efeito mais ou menos imediato. (Agamben, 2009, p. 34)

Agamben apresenta ainda o termo *oikonomia*, que em grego significa a administração da casa, como sendo “um conjunto de práxis, de saberes, de medidas, de instituições cujo objetivo é gerir, governar, controlar e orientar, num sentido que se supõe útil, os gestos e os pensamentos dos homens” (Agamben, 2009, p. 40). Diante então das noções de dispositivo e de *oikonomia*, podemos considerar que a fala em público e a linguagem corporal se colocam como técnicas para se obter um resultado imediato. Tanto a construção do discurso persuasivo quanto a imposição dos gestos ao corpo vêm atender a uma urgência. Talvez por isso, o conjunto de práticas e mecanismos tanto da fala em público quanto da linguagem corporal sejam tão bem aceitos, ainda que, como uma *oikonomia*, o que de fato fazem é gerir, governar, controlar gestos e pensamentos, servindo também para doutrinar os comportamentos.

Assim, legitimadas pela necessidade urgente e pelo interesse na solução imediata, a fala em público e da linguagem corporal se tornam fortes dispositivos de poder. E, na continuidade, há o desdobramento dos resultados em estereótipos e julgamentos, que vão sendo disseminados entre as pessoas como verdades que pretendem garantir significados de intenções e atitudes na simples identificação da postura ou do gesto, dispensando a necessidade de uma averiguação mais demorada ou aprofundada. Isto porque sabemos que em nossos comportamentos nem tudo é transparente, seguro ou inequívoco. Mas a procura por certezas e verdades faz com que se tenha a crença de que se pode decifrar o interior

pelo exterior. Ao longo da história, por vezes, esta crença colocou sob suspeita a própria retórica.

Assim, cada época irá produzir seus especialistas que pretendem decodificar o que está “escondido”. Apoiados em generalizações, os especialistas se firmam através de métodos investigativos que vão ser criados de modo a investigar, a examinar o corpo. Mas o propósito investigativo será estendido também ao discurso. No que diz respeito ao corpo, no século XIX dois paradigmas vão se encarregar desta empreitada: a fisiognomia e a frenologia.

Ambos compartilhavam a crença de que na superfície do corpo, especialmente no rosto e na cabeça, encontravam-se os signos externos do caráter interior, impelindo a dissecar o exterior para chegar ao interior. O escrutínio dos traços visíveis levaria às qualidades espirituais invisíveis. (Ortega, 2008, p.110)

Acerca da fisiognomia, Marin Curreau, em 1660, propõe com um modelo óptico os “12 passos de peritagem da insinceridade”, através dos quais se tornava possível, segundo Ortega (apud Stafford, 1991, p. 96),

[...] interrogar o corpo para saber se a mente está verdadeira ou falsamente unida a ele. O método, uma medicina preventiva, contra as artimanhas das aparências enganosas, descreve um aumento crescente de formas de persuasão pelas quais o enganador deveria se revelar. As técnicas incluíam, dependendo da recalcitrância do trapezeiro, o uso da força, a recompensa presente ou futura, ameaças ou até tentativas de embebedar o simulador. (Ortega, 2008, p.110)

A partir da fisiognomia é desenvolvido o segundo paradigma, a frenologia, de Franz Joseph Gall, que procura mapear todo o cérebro com vistas a investigar cada uma de suas partes para determinar o caráter e a personalidade do indivíduo, propondo-se, inclusive, a ser utilizada para identificar mentes criminosas, até mesmo antes de cometerem seus crimes. Possibilidade esta que torna a frenologia muito atraente.

A frenologia de Gall baseava-as no duplo absurdo de localizações cerebrais fantasiosas e de uma adequação de volume ósseo ao crescimento cerebral, mas, como foi bastante comum na história das ciências, uma hipótese falsa orientou as pesquisas neurológicas na direção de fenômenos cada vez mais convincentes de uma materialidade cerebral. (Meyer, 2002, p. 14)

Curiosamente, nestas teorias ler as intenções que estariam ocultas no interior do indivíduo não só é possível, como se torna fundamental para o propósito também de desvendar, além de crimes, a trapaça. No século XIX e parte do XX, estes paradigmas vão se apresentar como formas precisas e confiáveis de decifrar enigmas humanos. E, sobretudo, vão gerar padrões para olhar os comportamentos das pessoas e suas ações no

mundo com o firme propósito de desvendá-los. Isto vai interessar ao direito, fazendo surgir, assim, a criminologia. A ideia de desvendar, desvelar, revelar algo que está oculto vai requerer a perícia de um *expert*, que, em seguida a decifrar o enigma, passará a organizá-lo em procedimentos, instruções precisas de modo a facultar outras pessoas, seguindo seus passos, a tornarem-se elas também *experts*. Portanto, mais do que simples técnicas para apoiar os indivíduos nas suas relações com o mundo, ao instrumentalizar a ciência estes dois paradigmas acabam se constituir em saberes que se propõem a revelar verdades objetivas sobre o real.

Esta crença de que é possível ler pelo exterior do corpo o que se passa no seu interior, amparada nas dicotomias mente-corpo e dentro-fora, foi tão difundida, que a vemos fortemente presente, ainda no século XXI. De um texto da internet intitulado, inclusive, *Fisiognomia*¹⁷, destacamos o seguinte trecho:

O formato do corpo revela características e traços de personalidade, identificando como cada um lida com suas emoções. O tamanho dos quadris, glúteos, ombros, peito e mamas, abdome, panturrilha, a papeira, além da flacidez, gordura localizada, culotes, entre outros problemas estéticos, demonstram como está o interior do ser humano e seus conflitos mais íntimos. O exterior reflete o interior.¹⁸

O texto cita explicações sobre várias partes ou “manifestações” do corpo, entre as quais: “*Papeira debaixo do queixo* - pessoas que odeiam críticas e sentem-se carentes e agressivas quando lhes apontam algum defeito. Quanto mais reagem às críticas, mais sua papeira aumenta”.

Na fala em público e na linguagem corporal, a ideia do exterior do corpo expressando as emoções e reais intenções que se passam no seu interior do corpo, bem como a de desvendar enigmas através da leitura do corpo estão presentes, guardando ambas assim uma relação direta com os paradigmas do século XIX. Não por acaso a epígrafe de abertura de um manual de linguagem corporal traz um trecho de 1892, de Sherlock Holmes:

Nas unhas do homem, nas mangas do seu paletó, nos seus sapatos, nos joelhos da calça, nos calos do seu polegar e do seu indicador, na sua expressão, nos punhos da sua camisa, nos seus movimentos – em cada um desses traços a ocupação de um homem se revela. É quase inconcebível que todos esses traços reunidos não sejam suficientes para esclarecer, em qualquer circunstância, o investigador competente. (Pease & Pease, 2005, p.11)

¹⁷ Texto da internet de Fábio M. Pellozzo, estudioso e autodidata da fisiognomia e da linguagem do corpo. <http://www.leituraderosto.com.br/Corpo.html> - Data do acesso: 28.10.2009.

¹⁸ Idem

Na introdução deste mesmo manual lemos que ele “trará as respostas para algumas das mais enigmáticas indagações que você já se fez sobre por que as pessoas se comportam desta ou daquela maneira e mudará para sempre o seu próprio comportamento”. (Pease & Pease, 2005, p.15)

E inegável que percebemos pistas, indícios, signos todo o tempo no ambiente e que, como parte dele, tanto o texto quanto o corpo nos possibilitam nos localizarmos e interagirmos nas diversas situações, inclusive nas de comunicação. E esta é mesmo a dinâmica de mente e corpo em interação com o ambiente. Mas perceber é diferente de ler o que talvez ali não esteja por se pretender atribuir sentidos a priori. Considerando que a comunicação é algo que ocorre no trânsito das relações entre corpo e ambiente, devemos ter atenção com as atribuições de sentidos que se pretendem certos, dados como informação precisa e exata, antes mesmo de se configurar a própria situação de comunicação. A questão então está no modo como entendemos significado e sentido.

O problema é fazer parecer que toda a comunicação ocorre no âmbito da codificação e que a resultante da complexidade que envolve a relação corpo, mente e ambiente em termos de informação e comunicação pode ser restringida a uma dicionarização de um pequeno grupo de gestos. Isto diz respeito a uma crença no poder de controle sobre as situações, inclusive no que diz respeito aos significados. O entendimento de significado é o de que ele pode ser conhecido seguramente com base no conhecimento de um grupo restrito de gestos, expressões, posturas aos quais foram identificados sentidos únicos. E isto passa a ser apresentado como um domínio que pode ser adquirido de modo a dar conta de todo sentido da comunicação tanto pela fala em público quanto pela linguagem corporal.

Como parte do nosso aprendizado diz respeito à imitação e como dependemos de identificar estabilidades no mundo para lidarmos com nossa percepção, obviamente reconhecer certos gestos, posturas e expressões faciais insistentes de tal modo que possam se comportar como referências para nós é parte do modo como lidamos com a informação e com o processo de comunicação. Todo o tempo estamos à procura de pistas na nossa interação com o mundo e com o outro, e vamos aprendendo, no decorrer da vida, a interagir com o entorno com base também (mas não só) em gestos cujas codificações nos permitem

ações cotidianas como chamar um ônibus, pedir uma carona, cumprimentar apropriadamente alguém.

E há gestos com propósito comunicativo e sem propósito comunicativo. Há movimentos mais expressivos do que outros e há expressões faciais mais recorrentes e cuja percepção se relaciona diretamente com nossas emoções, interferindo diretamente nos estados do corpo. E vamos aprendendo tanto a perceber as emoções alheias como a expressar as nossas com base em experimentações e na educação. Nesse percurso, vamos aprendendo a identificar diferentes intensidades de olhar, de abraços e variados modos por vezes até sutis de manifestarmos agrado e desagrado através de nossas expressões faciais e até em posturas do corpo tanto quanto reconhecer no outro demonstrações de afeto e desafeto etc.

Neste sentido, o filme canadense *Uma família bem diferente*¹⁹ tem um personagem que ilustra muito o desarranjo acerca da compreensão e do uso dos gestos sociais, e a necessidade de aprendê-los. Scot, o personagem vivido por Noah Bennett, é um menino de 11 anos que foi criado apenas pela mãe. Quando ela morre, ele vai temporariamente morar numa nova cidade e em uma nova casa, onde vivem dois homens adultos. No convívio diário com estes, na escola, no novo esporte que começa a praticar e com novos amigos ele vai aprendendo um modo de lidar com todas as mudanças, que implica inclusive no aprendizado de novas convenções sociais. Muitas destas convenções dizem respeito aos padrões esperados no comportamento no que diz respeito a gestos sociais como modos de vestir, abraços, beijos, manifestações de afeto e extravasamento da raiva, compatíveis com o que é esperado de um menino de 11 anos. O filme é bastante delicado ao mostrar o quanto esse novo aprendizado se liga a informações às quais ele nunca teve acesso, sendo que algumas delas não fazem qualquer sentido para o garoto. E ao mesmo tempo em que a imitação e educação aparecem como uma das maneiras de aprender novos padrões há também espaço para que o que lhe é próprio possa vir a ter lugar.

Padrões de gestos são necessários e fazem parte da imitação e da aprendizagem no decorrer das nossas vidas. Contudo, há questões sérias se fechamos as possibilidades de movimento e sentido quando entendemos o modo como o corpo significa. Considerando-se a dinâmica do corpo, não temos como pensar em significado sem considerar que os gestos,

¹⁹ Filme dirigido por Laurie Lynd, em 2007.

as posturas, os estados do corpo e mesmo as expressões faciais vão ocorrer junto com muitas outras informações. Entramos em contato com algumas dessas informações no momento em que ocorre a comunicação. Outras vão dizer respeito à nossa visão de mundo, ao conhecimento que temos ou não do outro que está a nossa frente, ao grau de afetividade que temos em relação ao outro, ao nosso próprio estado naquele momento. E, sobretudo, as informações vão se misturar às nossas percepções, às nossas emoções, aos nossos sentimentos e ao modo como cada um de nós lida no corpo com o entorno.

Claro que podemos nos dispor a ampliar nossa habilidade para ler nuances em movimentos sutis das expressões faciais, por exemplo, e isso pode vir a ser útil, tanto quanto pode ser de grande ajuda sermos capazes de estar atentos a detalhes dos ambientes e a outros tipos de informações disponíveis. Mas tudo isso é de natureza bem distinta de acreditarmos que há nos gestos, posturas e expressões faciais significados fixos e precisos, garantidores das verdades e mentiras na comunicação e nos quais podemos colocar a própria comunicação, uma vez que se toma comunicação por mensagem. Por tudo isso, precisamos compreender sobre quais pressupostos esta noção de que a comunicação é algo tão simples está posta.

Com vistas a legitimar a atitude investigativa que acompanha a competência para aferir verdades e mentiras, muitas vezes a dicionarização é garantida com base na menção de informações científicas. Acerca, por exemplo, do mapeamento do sorriso, em um dos manuais de Pease & Pease (2005) estes autores argumentam que “os primeiros estudos científicos sobre o sorriso de que se tem notícia foram os do cientista francês Guillaume Duchenne de Boulogne, no início do século XIX”. Segue-se uma breve explicação sobre os músculos responsáveis pelo sorriso, e, em seguida, outra referência a cientistas. Vejamos:

Os cientistas são capazes de distinguir os sorrisos verdadeiros dos falsos usando o chamado Sistema de Codificação da Ação Facial (FACS), concebido pelo professor Paul Ekman, da Universidade de Kentucky. Os sorrisos verdadeiros são gerados inconscientemente pelo cérebro, o que significa que são automáticos. Quando você sente prazer, alguns sinais circulam pela parte do seu cérebro que processa a emoção, fazendo com que os músculos da sua boca se movam, suas bochechas se ergam, seus olhos se estreitem e suas sobrancelhas se abaixem ligeiramente. (Pease & Pease, 2005, p. 55)

Novamente estamos diante das indagações sobre verdades e mentiras, como no século XIX. Estas respostas parecem fazer tanto sentido na lógica do que pode ser verdade ou mentira, que ainda que o sentido seja, por exemplo, o de pretender ajudar as pessoas a

lidar melhor com suas emoções, através, inclusive, de uma análise de expressões faciais, o uso segue para a linha da investigação. O próprio Paul Ekman²⁰ (2011), mesmo fazendo advertências aos cuidados que devem ser tomados, também propõe a leitura das emoções como um modo de desvendar mentiras. Como ele expõe em seu livro, seu trabalho a respeito da mentira o “colocou em contato com juízes, policiais, advogados, o FBI, a CIA, o ATF (*Bureau of Alcohol Tobacco em Firearms*) e órgãos similares, em alguns países amistosos”. (Ekman, 2011, p. 32)

Ensinei a todas essas pessoas como determinar com mais precisão se alguém está dizendo a verdade ou mentindo. Esse trabalho também me deu a oportunidade de estudar as expressões faciais e emoções de espíões, assassinos, fraudadores, criminosos, líderes nacionais estrangeiros (sic) e outros, que um professor não teria contato normalmente. (Ekman, 2011, p.32)

Como estamos num universo dicotômico, o uso deste tipo de estudo, por exemplo, pelos manuais de fala em público e linguagem corporal será também, mais uma vez, dicotômico, com as mesmas ideias de verdadeiro e falso, e conseqüentemente de autêntico e não autêntico persistindo, só que os transformando ainda em avaliação e julgamento. Estas apropriações, como a que destacamos no trecho acima de Pease&Pease, são interpretações e reinterpretações, às quais atribuem-se qualificações deterministas sobre as pesquisas²¹, na lógica da consequência, posto do seguinte modo: “um sorriso natural produz rugas características ao redor dos olhos – as pessoas pouco sinceras sorriem apenas com a boca”. A primeira parte da sentença poderia ser a constatação de uma pesquisa, ainda que não necessariamente o termo natural tivesse sido empregado. Já a segunda parte diz respeito a uma apropriação da informação com vistas a estabelecer uma opinião, um julgamento que se fundamenta como científico, vindo a gerar um novo padrão de maneira dicotômica e totalizante, em que natural é igual a verdadeiro, que estabelece então: pessoas verdadeiras riem fazendo rugas ao redor dos olhos. Pessoas falsas riem apenas com a boca. Logo: todas as pessoas que riem só com a boca são falsas. E fica então provado que assim é “cientificamente”, apenas pela menção aos pesquisadores.

Assim, um dos modos como se estabelecem significados fixos aos gestos vem pela apropriação de pesquisas e experimentos científicos, cujas citações são as garantias das

²⁰ Atualmente, Paul Ekman é pesquisador das emoções e trabalha também como consultor de um seriado da TV americana, no qual o personagem principal é capaz de encontrar criminosos com base na leitura das expressões faciais de seus rostos.

²¹ Na sua grande maioria, a referência dos manuais às pesquisas não vem explicitada.

verdades dos significados. Mesmo que a intenção das pesquisas não tenha sido essa, uma vez apropriadas e organizadas as expressões, gestos e posturas em um conjunto, elas passam a ser dicionarizadas. A gramaticalidade que se decodifica de gestos e posturas sendo científica faz com que tenha todas as condições para virar norma. Mais do que norma, a verdade contida nestas codificações é tida por imutável e não dependendo de época, cultura ou mesmo variação de possibilidades pessoais dos agentes. E muitas das significações têm como característica também pretenderem ser inatas. Quando isso ocorre, justificam-se como tendo sido identificadas, dependendo da referência a que pesquisa, inclusive em chimpanzés, que fazem os gestos com os mesmos propósitos dos humanos.

Acostumados que estamos a sermos geridos pelas verdades das ciências, as referências a pesquisas científicas²², garantindo que assim é, dando à linguagem corporal e à fala em público caráter de verdade, reforçam ainda mais sua disposição instrumentalizadora e normatizadora. No trânsito de ideias que trafegam na linha investigativa entre a medicina das imagens e as pesquisas científicas, o direito e a comunicação sustenta-se, ainda hoje, que as informações exteriores são garantidoras de se compreender com precisão o que vai por dentro do corpo. Não uma possibilidade entre muitas em um gesto, mas uma única possibilidade de significado. Só assim pode haver precisão, garantia e certeza. Só assim se pode aferir verdades e mentiras. Estas informações externas que conferem significado ao que se passa internamente no corpo não dizem respeito só ao universo da doença e da saúde, mas incluem os comportamentos, as intenções e as emoções humanas, reforçando-se, dependendo do modo como se lida com as informações, dicotomias como as de mente-corpo e dentro-fora.

Vejamos como, acerca da metodologia usada para a escrita de um dos manuais isto aparece:

Bárbara e eu escrevemos *Desvendando os segredos da linguagem corporal* tendo por base o meu livro *A linguagem do corpo*. Não apenas o expandimos consideravelmente como introduzimos pesquisas oriundas de novas disciplinas científicas, como a biologia e a psicologia evolucionistas. Utilizamos também a tecnologia da Imagem de Ressonância Magnética (IRM), que mostra o que acontece no nosso cérebro. (Pease & Pease, 2005, p.14)

²² Estas referências aparecem com mais ênfase nos manuais de linguagem corporal, não apenas porque os de fala em público citam mais publicações jurídicas ou de retórica e oratória, mas também porque sendo esta mais recente ela se faz comprovar apresentando dados científicos.

Difundidos pela fala em público e pela linguagem corporal vemos, assim, antigos entendimentos que separam mente e corpo continuar a ter força e a nortear a visão de mundo do senso comum. Nesta linha sustenta-se também o entendimento de que a mente é capaz de comandar o corpo não pensante, já que ele pode vir a cometer atos impulsivos, apaixonados ou comprometedores - daí a necessidade de se criar algo como o livre arbítrio. Por outro lado, o corpo é visto como capaz de revelar o que a mente quer esconder. Desse modo, a dualidade mente-corpo faz persistir a dualidade dentro-fora, o que acaba por separar também corpo biológico de corpo cultural. Isto aponta, conforme Johnson (2007), para ideia difundida no senso comum de que o corpo biológico é todo o sentido do corpo, sendo o corpo tão somente uma coisa física.

Na medida em que é tão imediata a ligação que se estabelece entre corpo e corpo biológico, permanecendo-se unicamente neste entendimento de corpo, fica simples tomá-lo por objeto. Consequentemente, o corpo pode ser equiparado a um recipiente onde se colocam coisas. Corpo biológico, que já tem a referência da medicina como corpo morto, vira objeto que recebe em si outros objetos. Esta passagem é tão familiar, que não estranhamos uma instrução para se colocar gestos e posturas no corpo do mesmo modo como o fazemos com um objeto como óculos, por exemplo.

Esta metáfora do corpo recipiente está presente na fala em público e na linguagem corporal toda vez que são dadas instruções ao sujeito expositor, por exemplo, de gestos como - tire as mãos dos bolsos, descruze os braços; de posturas como - erga sua coluna, vire o lado direito da face para a plateia; de expressões faciais como - sorria para a plateia, evite cerrar as sobrancelhas. E o corpo novamente é tomado por recipiente quando é suporte tão somente para carregar objetos, figurinos etc. Mas o que faz com que seja tão fácil dispensarmos este tratamento ao corpo, objetificando-o? O primeiro fator que permite todo o tempo lidarmos com esta metáfora do corpo recipiente é a separação entre mente e corpo à qual estamos tão acostumados. Na medida em que mente e corpo são vistos como separados um do outro, podemos fazer com que o corpo se comporte como um receptor de ordens da mente. E com isso, acreditamos também que a mente sempre “sabe” o que é melhor para o corpo.

Portanto, sendo o corpo tomado por objeto, caberá sempre à mente o papel de organizá-lo, inclusive para que execute ações. Tanto assim que o tempo verbal imperativo é

o dominante nas listas de instruções: erga a coluna, pare de se mexer, olhe para a plateia etc. Independentemente do propósito discursivo na direção de submeter o outro ou de se pretender tão somente desenvolver a competência comunicativa para falar em público, os manuais estão repletos desta forma instrucional imperativa compatível com um corpo recipiente. Por isso é simples propor modos de usar a linguagem corporal, dado que tomado o corpo por coisa, por um objeto como um casaco que se tira e põe, só requer saber o modo de usar, o que implica em pôr, tirar, ligar, desligar, abrir, fechar. Assim, as ações do corpo acabam sendo pensadas no mesmo sentido, e com um direcionamento a estados fixos, como permanecer parado, colocar um gesto ou uma posição de cabeça num dado momento, outra noutro, tudo em sintonia com os significados fixos.

Vale ressaltar que na fisionomia e na frenologia o corpo aparece todo o tempo mapeado e descrito através de desenhos e instruções. Ainda que talvez nem saibam da semelhança, esta é exatamente a metodologia dos manuais de fala em público e de linguagem corporal. E ainda quando alguns manuais apresentam uma abordagem que propõe mais a interação do que a submissão do outro, ainda assim, carregam o mesmo entendimento de corpo recipiente, corpo coisa, que pode ser moldado e ao qual se pode atribuir significados fixos. Vejamos um exemplo destas instruções dadas, logo após a apresentação gráfica de figuras de posturas e gestos²³ que podem, segundo o manual, “gerar efeito positivo ou negativo na comunicação em público”. Nas instruções encontram-se, inclusive, lado a lado ações sobre objetos e sobre o corpo-objeto, cabíveis todas numa mesma listagem como a apresentada em Blikstein (2006, p. 96):

Diante de tal variedade de expressões corporais, é pertinente fazer algumas recomendações a quem se prepara para falar em público. Vamos a elas?

1. Mantenha contato visual com os ouvintes.
2. Utilize expressão facial amigável.
3. Faça gestos e movimentos coerentes com a apresentação.
4. Evite gestos e movimentos desordenados.
5. Procure não prender mãos, braços, pernas e pés.
6. Evite mãos nas costas, nos quadris e nos bolsos.
7. Evite gestos ou posturas inconvenientes.
8. Evite postura imobilizada.
9. Evite ficar na frente da luz do projetor.
10. Utilize *pointer* (ou apontador a laser) para indicar itens nos eslaides, evitando sombras na tela.
11. Cuide do vestuário.

²³ Exemplo destas figuras estão no Anexo, pp. 289, 290 e 291.

12. Procure articular, de modo harmônico e coerente, a fala (voz, entoação, pronúncia, ritmo e pausas) e a expressão corporal (contato visual, expressão facial, gestos, postura, movimentação e vestuário).

Esta questão da coerência chama atenção porque a coerência não é pensada a partir de uma integração entre fala, corpo, mente, conteúdo discursivo, ambiente etc., mas é entendida como resultante de operações para juntar partes que estão separadas. Não uma experiência, mas uma montagem como fazemos com objetos que se prestam a isso, como, por exemplo, os jogos de montar. Em um manual de Polito (2002), lemos, então:

A gesticulação obedece a um processo natural, pensamos na mensagem, ao mesmo tempo em que informamos ao corpo o movimento a ser executado, o corpo reage e só depois pronunciamos as palavras. Por isso o gesto vem antes da palavra ou junto com ela e não depois. Se queremos falar que levamos algo, pensamos na mensagem que é **levar**, informamos o corpo sobre qual o movimento a ser executado, o corpo cumpre naturalmente o seu papel estendendo o braço para frente, e depois pronunciamos a frase **eu levei**. Se ocorresse o contrário, ou seja, o movimento do braço depois de pronunciar a frase, haveria uma anormalidade facilmente percebida pelo ouvinte. (Polito, 2002, p.72) (Grifos do autor)

Quatro anos depois, vemos o mesmo sentido de orientação dado pelo mesmo autor nas 10 dicas sobre fala em público postadas em um site, em 2006:

O semblante é um dos aspectos mais importantes da expressão corporal, por isso dê atenção especial a ele. Verifique se ele está expressivo e coerente com o sentimento transmitido pelas palavras. Por exemplo, não demonstre tristeza quando falar em alegria.²⁴

Ainda que tenham propósitos diferentes, os manuais de fala em público e os de linguagem corporal carregam, portanto, o mesmo entendimento de corpo; o de corpo instrumento. A diferença é apenas de proporção e da utilidade do corpo. O que era timidamente feito pelos manuais de fala em público, ocupando por volta de 2% de suas páginas, quando muito, na linguagem corporal passa a ser objeto de livros inteiros. E estes se propõem a descrever, analisar e explicar como utilizar o corpo para se comunicar e também como interpretar o corpo do outro, sempre com base em gestos e posturas aos quais atribuem fixos significados.

Com o entendimento de corpo objeto, dado que o corpo é tomado por recipiente, vemos então instruções sobre mudança de padrões corporais ou formas expressivas propostas ao sujeito expositor serem dadas de modo a colocar ou tirar formas do corpo, o que acaba também por separar o sujeito do mundo. Ao contrário de uma relação entre corpo

²⁴ <http://oglobo.globo.com/educacao/mat/2006/08/15/285285374.asp> - Data do acesso: 26.10.2008.

e ambiente, há um sujeito e um mundo lá fora do sujeito. E do mesmo modo que se organizam objetos no mundo, organizam-se ações dos sujeitos em relação ao mundo. Por isso, toma-se por simples a execução de ações do corpo extremamente complexas.

O entendimento de comunicação tanto da fala em público quanto da linguagem corporal é o mesmo. Para estas abordagens, a comunicação é feita a priori, o que tira dela toda sua complexidade. O corpo também é simplificado, tanto quanto a sua relação com o ambiente. Retiradas as complexidades, as ações são vistas com uma aparente simplicidade de serem executadas. Assim, por exemplo, esticar as costas, não balançar o corpo enquanto fala, tirar as mãos dos bolsos são comportamentos que, acredita-se, podem ser facilmente adotados, dependendo para tanto apenas que o sujeito expositor tome consciência deles e seja avisado de seus “erros” ou “vícios”. Trata-se de simples mudança de hábitos de comportamento.

Seguindo essa lógica de raciocínio, vemos a recorrência do uso de filmagens em treinamentos como recursos para que o sujeito expositor veja as ações que devem ser corrigidas. Como a complexidade do corpo é ignorada, tanto quanto o modo como se dá a sua troca permanente com o ambiente, tais instruções acabam funcionando, às vezes, circunstancialmente. Entretanto, os padrões corporais apontados permanecem os mesmos, e acabam se comportando quase sempre como “entraves” que retornam. No capítulo 2, vamos entender melhor a natureza do corpo e da sua relação com o ambiente, e ainda a importância deste entendimento para construirmos outra noção de comunicação. Mas por ora é importante continuarmos a compreender como essa metáfora do corpo recipiente se presta naturalmente para o entendimento de corpo que é repisado pelos manuais, servindo assim para reforçar também o entendimento de corpo pelo senso comum.

No exame dos manuais de fala em público encontramos diversas instruções no sentido de se colocar no corpo gestos e expressões, como, por exemplo:

Ao chegar à tribuna, acomode as folhas com anotações, se as tiver levado; acerte a posição do microfone, se existir; olhe rapidamente para todas as pessoas que ouvirão suas palavras e, se o assunto permitir, esboce um sorriso sincero e amigo. (Polito, 2002, p. 44)

O entendimento é, pois, o de que o corpo objeto guarda as mesmas propriedades materiais da coisa, e do mesmo modo que se ajeitam folhas de papel e microfone, pode ajeitar-se também o corpo, mexendo-se em seus gestos, posturas, olhares de forma

instrucional direta, simples e imediatamente. Ocorre o mesmo no que diz respeito às emoções do sujeito expositor. Como não há lugar para a relevância destas nos estados corporais, porque a natureza cognitiva complexa do corpo não é compreendida e a visão determinista opera no nível das instruções, fica muito simples sugerir ao sujeito expositor que “esboce um sorriso sincero e amigo”. Tratar o corpo como objeto permite desconsiderar, portanto, a dimensão das emoções e dos sentimentos, bem como o relevante papel da cognição, da percepção e do movimento para o modo como o corpo significa.

No exemplo anterior, desde que o sujeito consiga fazer parecer que é sincero e amigo isto é o bastante. Ignora-se, entretanto, que o corpo não pode apenas receber instruções para se transformar subitamente, uma vez que o corpo vai se organizando ao longo do tempo e que os padrões adquiridos informam a vida do sujeito na sua maneira de se relacionar com o mundo. Ou seja, não se transformam padrões corporais apenas através de dicas ou visualizações de “vícios” ou “erros” constatados através de filmagens ou outros olhares externos. Do mesmo modo, não se interrompe o fluxo das emoções com tanta facilidade como se imagina ser possível apenas com instruções do tipo “fique calmo diante da plateia”. Como veremos no capítulo 2, no que diz respeito às emoções, ainda que se tente evitar que o outro perceba uma emoção, isto não significa que ela pare de acontecer internamente no corpo. Não é assim que funcionam os processos do corpo.

Claro que é possível usar esta estratégia, momentaneamente, e muitas vezes ela é de grande utilidade. E, por vezes, até decisiva numa situação. Contudo, o que é relevante para o entendimento de corpo que estamos considerando aqui é que, ainda quando se domine a externalização de uma emoção, evitando assim que ela sobressaia diante do outro, ela continua a acontecer internamente no corpo. E obviamente isso tem consequências. Portanto, precisamos reconhecer este aspecto da emoção e considerar o que fazer na dinâmica das relações com a emoção que continua existindo ainda por algum tempo. E para que isto possa ocorrer, precisamos começar por mudar o entendimento de corpo e considerá-lo vivo e em movimento.

Corpo objeto, corpo estático. Ao ser então tratado como estático, torna-se possível restringir toda sua infinita possibilidade expressiva a um número determinado de expressões faciais, gestos e posturas, de forma a compor uma gramática. Sobre o corpo atribuem-se os significados que se quer. Tornada inexistente, toda a dinâmica das relações

fica impedida de ser vista. Ao contrário disso, considerar o corpo vivo nos permite compreender, conforme Greiner (2005) que “o corpo resulta de contínuas negociações de informações com o ambiente e carrega esse seu modo de existir para outras instâncias de seu funcionamento”. Assim, podemos ver o corpo como um sistema que entra em contato com o mundo, que é outro sistema. A possibilidade de troca relacional entre sistemas nada tem a ver com a ideia de corpo objeto ou de sujeito passivo no qual a cultura vai depositando as informações. Na troca entre sistemas as informações transitam entre eles o tempo todo.

A questão então é não apenas o entendimento de corpo que é tratado como instrumento, mas também o de mundo que é tomado, como diz Greiner (2005, p. 130), como “aguardando um observador”. Conseqüentemente o sujeito é visto também como passível de ser analisado e manipulado a partir da sua exterioridade, excluindo assim a natureza relacional entre sujeito e mundo. Ou seja, o sujeito é tido por portador de um corpo estático sobre o qual facilmente se colocam posturas e gestos. Nosso propósito aqui é bastante distinto. Estamos considerando a existência de um sujeito do conhecimento e da cognição que todo o tempo experimenta e age no mundo, à maneira como propuseram Varela, Thompson e Rosch (1991).

E uma vez que esteja vivo e guarde condições de se relacionar com mundo, percebendo e trocando com o seu entorno, de modo algum o sujeito poderá ter seu corpo tomado por objeto. Estes autores citados criaram o conceito de “enação”, que significa realizar no corpo a percepção. Através deste conceito buscaram entender o corpo como uma estrutura que tem uma dimensão da experiência vivida e como um meio para a cognição. As ações do corpo são, portanto, um modo de se dar uma comunicação no mundo e com o mundo, não se restringido de maneira alguma a serem complementares a uma mensagem verbal ou passíveis de sobre elas se estabelecerem significados fixos garantidores de verdades absolutas.

A ideia de enação era a convicção a partir da qual a cognição, longe de ser uma representação de um mundo pré-existente, seria o conjunto de um mundo e de uma mente a partir da história de diversas ações que caracterizariam um ser no mundo. A abordagem enativa afirmava, portanto, a interdependência entre práticas biológicas, sociais e culturais e a necessidade de ver nas atividades os efeitos de uma estrutura, sem perder de vista o imediatismo da experiência. (Greiner, 2005, p. 35)

O corpo é relacional e carrega em si a possibilidade do homem se relacionar com o mundo. Sujeito e ambiente estão em troca constante, e através dos seus movimentos e gestos o sujeito percebe, conhece e se relaciona no mundo. Então, se enxergamos a relevância da experiência e a dinâmica do corpo, poderemos também compreender que “é o gesto que parece fazer as mediações do sujeito como o mundo. Muito antes da palavra” (Greiner, 2005, p. 92). Ter esta compreensão diz respeito a sabermos do relevante papel da percepção para o cérebro e de como o corpo significa. E, como veremos no capítulo 2, o movimento é determinante aos processos do corpo, não havendo, com base nos entendimentos aqui expostos, como considerarmos o corpo do sujeito expositor como coisa, nem adotar o entendimento de corpo morto da medicina.

Mas, antes de compreendermos melhor como se estabelece a relação entre corpo e ambiente e o papel do corpo na comunicação, precisamos examinar algumas questões que dizem respeito à linguagem, ao texto e às verdades absolutas. Isto nos ajudará a compreender como os entendimentos de corpo na fala em público e na linguagem corporal, tão assemelhados aos paradigmas do século XIX, continuam a se sustentar e a estabelecer padrões de comportamento, influenciando a comunicação presencial e as relações entre os indivíduos, inclusive, para além dos ambientes empresariais.

Em larga medida, pudemos começar a desvendar as bases nas quais está ancorada a visão tradicional de fala em público, conhecendo as dificuldades iniciais que encontraram George Lakoff e Mark Johnson (2002) para propor novos entendimentos acerca da cognição humana. De imediato, em seus estudos sobre a metáfora, eles identificaram a existência de certos paradigmas da filosofia ocidental que sustentavam visões tão arraigadas que dificultavam avançar na questão de como se dá o conhecimento. Um destes paradigmas eles nomearam de “mito do objetivismo”, que nos orienta no sentido de acreditarmos que as coisas têm verdades nelas mesmas e estas verdades estão no mundo objetivo, sendo a linguagem um reflexo da realidade objetiva. A formulação do “mito do objetivismo” nos permite compreender, por exemplo, porque, mesmo que no pensamento científico não se acredite mais que seja possível chegar a um conhecimento das coisas como elas realmente são, dado que haverá sempre uma interpretação, uma mediação, ainda assim, continuamos a agir no mundo como se fosse completamente possível ter acesso a verdades absolutas e incondicionais.

O fato de lidarmos com a noção de verdade absoluta diz respeito, então, a se ter o entendimento de que a verdade é objetiva. Ainda que comece a ocorrer, a partir da década de [19]70, toda uma reformulação do entendimento de objetividade, tanto quanto do de verdade, compreensão, sentido e metáfora, chegando a configurar uma mudança de paradigmas, esta reformulação parece não ter tomado um vulto com tamanha abrangência a ponto de se comportar como o entendimento dominante. Eles permanecem, portanto, informando os entendimentos de mundo das pessoas nas suas acepções anteriores a toda esta movimentação ocorrida de quarenta anos para cá. Com isso, mesmo que, por exemplo, o objetivismo tenha sido largamente questionado, as verdades absolutas e incondicionais continuam a reger e a sustentar as relações entre os indivíduos, bem como a orientar a maneira como eles entendem e se comportam no mundo.

Baseamos nossas ações, tanto as físicas quanto as sociais, naquilo que pensamos ser verdadeiro. Em linhas gerais, a verdade importa-nos porque ajuda-nos a viver e permite-nos agir em nosso mundo. A maioria das verdades que acumulamos – a respeito dos nossos corpos, das pessoas com quem interagimos e dos nossos ambientes físico e social imediatos – desempenha um papel na nossa vida cotidiana. São verdades tão óbvias que é preciso um esforço consciente para nos tornarmos conscientes delas: onde fica a porta da frente da casa, o que se pode comer ou não, onde fica o posto de gasolina mais próximo, que loja vende as coisas de que você precisa, como são seus amigos, o que os insultaria, que responsabilidades você tem. Essa pequenina amostra sugere a natureza e a extensão do vasto corpo de verdades que desempenham um papel na nossa vida cotidiana. (Lakoff e Johnson, 2002, p. 263)

No modo como Lakoff e Johnson compreendem nosso sistema conceitual não há possibilidade de a verdade absoluta existir. A verdade vai estar ligada à compreensão que temos do mundo e esta compreensão precisa se atualizar constantemente de modo a atendermos as nossas necessidades, que também vão mudando. Segundo estes autores, a noção de verdade liga-se diretamente ao sistema conceitual do indivíduo, estando, portanto, relativizada a ele sempre.

As diferentes explicações de verdade dão origem às diferentes explicações de sentido. Para nós, o sentido depende da compreensão. Uma frase não pode significar nada para você a menos que você a compreenda. E mais, o sentido é sempre sentido para *alguém*. Não há tal coisa como o sentido de uma frase em si mesmo, independentemente de qualquer pessoa. Quando falamos em sentido de uma frase, é sempre o sentido da frase para alguém, uma pessoa real ou um membro hipotético típico de uma comunidade discursiva. (Lakoff e Johnson, 2002, p. 291)

Haveria assim não *a* verdade, mas verdades, cada uma compatível com um sistema conceitual. Em nossa interação com o mundo, portanto, com base em nossas experiências, vamos constituindo conceitos e adquirindo informações que nos permitem reelaborar constantemente nossas relações no mundo. Como temos modelos em função dos quais agimos e pensamos, as verdades absolutas muitas vezes criam limitações, resistências mesmo diante de uma nova forma de olhar para um fenômeno. Até porque elas fazem crer que há não modos de descrever um fenômeno, mas tão somente uma única explicação. E esta única explicação é a que vale para sempre.

Assim, verdades absolutas mais nos dificultam interagir com determinados aspectos da vida do que nos ajudam, dificultando lidarmos com mudanças e transformações ou mesmo com uma visão mais dinâmica de mundo. E, sobretudo, parecem não levar em conta as instabilidades e o movimento que são próprios da vida e da nossa condição humana. A verdade absoluta nos dá, assim, uma falsa impressão de estabilidade. De tal modo algumas verdades absolutas estão estabilizadas que simplesmente vão sendo repetidas e utilizadas dentro de um dado contexto, acabando por engessar, fixar o entendimento em um determinado ponto de vista. Comportam-se, então, de modo tão natural que parece que sempre assim foi.

É inegável a existência de mudanças nos estudos da linguística, por exemplo. Alguns têm se ocupado, inclusive, de ver a estrutura do texto como uma das dimensões da comunicação. Há também estudos que evidenciam a necessidade de se ter uma preocupação maior com a noção de interação social, surgindo conceitualmente a ideia de levar-se em conta o contexto da situação. Ainda assim, parece existir uma lacuna, um vácuo que é ocupado pelas verdades absolutas e pelas categorias com forte estabilidade e de enorme proliferação – na medida em que se vão facilmente replicando e infiltrando por diversas áreas.

E de tal modo elas se constituem de maneira insistente, que se estabilizam e ganham força de norma. Talvez seja só o tempo entre as novas ideias e as antigas que as faça continuar convivendo, mesmo quando pareçam não fazer mais sentido à vida das pessoas. Mais ou menos como comportamentos nos quais não acreditamos mais, mas que nos pegamos sem querer ainda a repetir. Ou talvez certas verdades absolutas continuem a fazer sentido, em determinados grupos, para ajudar a permanência desses grupos. Fato é que há

discursos com tamanha força de verdade absoluta, que eles nos fazem acreditar que há, não possibilidades na vida, mas uma única forma de fazer.

[...] é dentro de uma comunidade de comunicação que se desenvolve um horizonte de sentido, condição para a compreensão intersubjetiva. Na argumentação residiria a racionalidade capaz de fundamentar a práxis comunicativa e tornar universalmente aceitáveis os atos de fala. A concordância racional sancionaria moralmente um enunciado ou, em última análise, um comportamento. (Sodré, 2002, p. 247)

Mas como adverte Greiner (2010, p. 25), “é preciso questionar quem produz o conhecimento, quando e para quê”, o que implica em questionarmos também quem produz sentido e para quê, especialmente quando o sentido se faz construir com ares de conhecimento científico e tem caráter normatizador.

Comportando-se como uma verdade estabilizada, o entendimento de que a comunicação está no texto, de que o significado está nas palavras e de que o corpo se comporta como palavras e sentenças merece, então, nossa investigação. Precisamos indagar acerca do modo como estas ideias fazem sentido para um enorme grupo de pessoas, ainda que muitas outras construções sejam possíveis. Em relação ao texto, Ingedore Kock (2001) informa que, desde as origens da linguística textual o texto, foi sendo visto de várias formas antes e depois da pragmática. De algum tempo para cá, deixa de ser entendido como uma estrutura acabada ou produto, despertando interesse mais no seu processo de planejamento, verbalização e construção. Na concepção de texto que Kock (2001) apresenta, “**o sentido não está no texto**, mas se **constrói a partir dele**, no curso de uma interação” (Kock, 2001, p. 25). (Grifo da própria autora). Nesta linha de raciocínio, constrói-se não o sentido, mas um sentido pelos interactantes²⁵, considerando-se a coerência em uma situação concreta de atividade verbal.

Uma vez construído **um** – e não **o** – sentido, adequado ao contexto, às imagens recíprocas dos parceiros da comunicação, ao tipo de atividade em curso, a manifestação verbal será considerada coerente pelos interactantes. (cf. KOCH & TRAVAGLIA, 1989). E é a coerência assim estabelecida que, em uma situação concreta de atividade verbal – ou, se assim quisermos, em um “jogo de linguagem” – vai levar os parceiros da comunicação a identificar um texto como texto. (Kock, 2001, p. 25) (Grifo da própria autora)

²⁵ Este termo utilizado por Koch diz respeito aos interlocutores da conversação que, ao interagirem, desenvolvem a conversação. Ele tem uma dinâmica que compreende a situação de comunicação no momento em que ela ocorre, levando-se em conta o contexto.

O entendimento de texto, entretanto, que sobressai na fala em público é o de que o sentido está no texto. Analogamente este entendimento vai para o corpo. Então, do mesmo modo que o significado já está posto no texto ele também é entendido como já posto no corpo. Esta visão guarda a ideia de produto, de coisa que carrega o sentido em si mesma. Tanto o texto quanto o corpo são tratados separadamente do contexto, o que leva a generalizações dos ambientes e dos sujeitos. Com isso se perde a especificidade das relações concretas de comunicação, que é própria das comunicações presenciais que, insistimos, envolvem corpo vivo e em movimento na troca constante com o ambiente.

Na visão tradicional de fala em público persiste assim a ideia de que é o texto que comunica e de que a mensagem a ser elaborada deve ser feita de modo a convencer ou mesmo submeter a plateia. E este aspecto é recorrente nos manuais, nos treinamentos, nos textos disseminados na internet, e guarda relação direta com certo entendimento de comunicação também recorrente, sobretudo em textos preparatórios para cursos e concursos, vastamente encontrados também na internet, que relaciona preponderantemente elaboração do discurso e eficácia da comunicação. É o texto que comunica. Este entendimento já há algum tempo vem sendo questionado, sobretudo quando se trata de situações de comunicação em que os sujeitos estão face a face. Isto porque, não basta se considerar as estratégias discursivas para elaboração de texto escrito, se há presença do corpo. A questão é que uma vez que o corpo está presente, dada a complexidade de seus processos, ele não pode ser visto como coisa. Portanto, não pode ser equiparado ao texto. E muito menos podemos restringir significado à mensagem.

Decorre destes antigos entendimentos de que a comunicação é a mensagem uma “natural” compreensão do senso comum de que para ser um bom comunicador os esforços devem se concentrar em estruturar bem o discurso e em treinar o modo de falar, na linha da retórica e da oratória. Privilegiam-se, portanto, a mensagem e a noção de que a comunicação está na mensagem como verdade consagrada. Dá-se, assim, uma continuidade em relação à retórica clássica, na qual os pedidos escritos eram o canal da comunicação e a forma possível para se procurar o reconhecimento de uma necessidade. E se em relação ao ouvinte a retórica clássica já se preocupava em tentar conhecê-lo, de modo a ajustar a este conhecimento as formas de pedir, vemos agora persistir a força do discurso persuasivo e a tentativa de se conhecer o ouvinte de forma a garantir a sua submissão.

Como está posta tradicionalmente, há na fala em público uma ênfase no modo de organizar os argumentos, utilizando a retórica para conseguir o que se pretende menos centrada em estratégias de pedir e mais voltada a convencer, manipular e submeter o outro. Podemos pensar que depois do declínio que sofre a retórica clássica entre os séculos VI e XIX, a sua retomada no XIX pela política, pelo direito e pela pregação²⁶, a tenha feito caminhar mais no sentido de estratégias de poder e de dominação do que propriamente de pedir e propor, ficando de fora, neste caso, o interesse pela interação. Contudo, há a necessidade de considerarmos as relações entre os indivíduos e nos indagarmos em que medida estes entendimentos contribuem não para um melhor entendimento entre os interlocutores, mas para reforçar uma assimetria e um jogo de poder que nem sempre é necessário. E muitas vezes acabam, inclusive, por dificultar o lugar do sujeito expositor, como veremos.

O século XIX foi fortemente marcado pelas ideias de desconfiança, vigilância e punição, fazendo co-existir inúmeras práticas de controle. Agora, no século XXI, mesmo que em alguns contextos se coloque a necessidade de levar-se em conta o universo do ouvinte de modo a ajustar mais a ele o discurso, parece estarmos ainda muito próximos das ideias do século XIX quando as estratégias do discurso persuasivo faziam valer a noção de submeter o outro. A própria ideia de comunicação feita a priori, na qual o momento da fala é o de uma encenação do que foi previamente elaborado como discurso pensado corporalmente como uma repetição de gestos fixados rigidamente e planejados e, às vezes, até mimetizados, não parte de uma orientação para a interação. E ainda quando o proposto em alguns manuais de fala em público se pretenda mais na linha da interação do que da submissão do outro, sendo esta a direção dada à construção discursiva, o entendimento de corpo permanece o mesmo.

Por ter o entendimento de corpo como objeto e, por conseguinte, de comunicação feita a priori, a orientação aos sujeitos expositores não se centra na possibilidade de interagir, dado que se exclui a dimensão da experiência, sobretudo por não se considerar o trânsito permanente da troca entre corpo e ambiente. O resultado é senão impossibilitar, ao

²⁶ Sobre um entendimento acerca da Retórica Clássica e da Nova Retórica é interessante o texto de Iara Bemquerer Costa “A retórica como ferramenta de leitura”, disponibilizado no endereço http://www.dacex.ct.utfpr.edu.br/11_jara_costa.htm. Data do acesso: 26.03.2011.

menos, dificultar uma dinâmica das relações que considere mais a troca do que a dominação. Até porque submeter e dominar o outro aparece como fundamento das técnicas tradicionais de fala em público, tanto quanto dos manuais de linguagem corporal, nos quais a ênfase nesta intenção é até maior. Seja como for, a tônica são o poder e o controle. E este poder requer o domínio de técnicas para compor e organizar o texto. Porque o entendimento de corpo é equiparado ao de texto, surge a possibilidade também de o corpo ser compartimentado e dicionarizado. Esta equiparação possibilita assim se estabelecerem sobre o corpo formas fixas e pré-codificadas, cujo significado será dado a um leitor treinado. Claro que tudo isso é possível porque o entendimento de corpo é o de coisa, de corpo morto e o de que ele está apartado da mente e do ambiente.

Na infinidade de textos espalhados pela internet e nos manuais de fala em público, vemos reiteradamente esta concepção de texto que identifica a comunicação com seus processos. A tônica dos entendimentos tradicionais de fala em público ajuda a reforçar a comunicação com base no trinômio emissor-receptor-mensagem. Uma vez que a este trinômio foram acrescentadas pela teoria da comunicação as categorias - contexto, canal de comunicação e código, como proposto por Roman Jakobson, estas começam a aparecer em alguns manuais de fala em público. Mas, preponderantemente, ainda que se mencione o contexto, o trinômio continua sendo a tônica. Esta noção tem tamanha força que a linguagem corporal, ainda que tenha uma proposta de fazer frente à linguagem verbal, a toma também por base. De tal forma a noção de emissor-receptor-mensagem está presente, que se evidencia em trechos como: “Independentemente de suas motivações, cruzar os braços na frente do corpo é sempre visto como negativo, e a mensagem está tanto na cabeça de quem recebe quanto na de quem envia”. (Pease & Pease, 2005, p. 85)

Portanto, a linguagem corporal, ainda que surja especialmente interessada no corpo, inscreve-se dentro da mesma lógica textual da fala em público, centrada na ideia de que a comunicação é a mensagem. O modelo que entende que o significado está nas palavras é tão forte que, ao considerar-se o corpo como uma linguagem, naturalmente noções que estruturam a linguagem discursiva são transpostas para a linguagem corporal. Com isso, equiparam-se língua e corpo e fixa-se este entendimento. Este é de tal ordem o entendimento estabilizado, que em um manual de linguagem corporal lemos o seguinte: “Assim como a linguagem falada, a linguagem corporal tem palavras, frases e pontuação.

Um gesto é como uma palavra – pode ter vários significados diferentes” (Pease & Pease, 2005, p. 25) . Vale ressaltar, que ainda quando apontam essa possibilidade de haver vários significados em um gesto, os manuais fixam os significados do mesmo modo.

Então, assim como na linguagem verbal a palavra é grafada e dicionarizada, acredita-se que o corpo pode ser também mapeado e descrito de forma a sobre ele estabelecerem-se significados precisos, fixos e aprisionadores. Esta equiparação que parece ser possível fazer entre língua e corpo aparece, inclusive, nos termos empregados, tais como dicionário, vocabulário e gramática. O entendimento é o de que, se a linguagem verbal através de palavras e sentenças é capaz de realizar a comunicação, então o corpo, uma vez dicionarizado, pode se comportar do mesmo modo. Isto faz surgir uma lógica que toma como muito simples a ideia de que, uma vez que o corpo é passível de ser decupado e organizado nos moldes de um dicionário é porque ele é capaz de portar os significados precisos. Ou seja, porque se acredita que o corpo é capaz de apresentar gestos que têm significados precisos e fixos, é possível pretender organizá-los de modo a estar disponibilizados para uso comunicativo na forma de um dicionário. Como o entendimento é o de que uma única parte tem significado nela mesma a ponto de falar pela intenção do sujeito, esta fragmentação opera como os dicionários comuns que, diferentemente dos dicionários histórico-etimológico, nas definições da palavra, dividem e separam os vários significados de um termo, fazendo com que os significados atribuídos a cada parte não possibilitem reconhecer o significado original do termo.

E, desse modo, vemos difundir-se a crença de que há em certas expressões faciais, posturas e gestos significados de tal modo claros, que podem prescindir do contexto, da dinâmica das relações e das emoções ou intenções próprias a cada sujeito num dado momento. Afinal, é isto que ocorre com as palavras que encontramos nos dicionários. E ainda que o “dono do gesto” talvez até nem saiba tão claramente o que ele quer com suas expressões, gestos ou posturas manifestos, ou que tenha um propósito bastante distinto da única significação que lhe foi atribuída por outrem, pretende-se assegurar um e apenas um significado: aquele que foi dicionarizado num dado momento e lugar. Sim, porque ainda que as palavras na língua viva tenham uma dinâmica nos seus significados, havendo também uma relação com tempo e lugar, se o modelo é o da palavra no dicionário, o

significado precisa mesmo ser aprisionado e separado das variações regionais e das alterações próprias ao tempo.

Tomado assim por uma linguagem e equiparado ao texto, o corpo é visto como tendo possibilidade tanto de leitura quanto de escrita, bastando ao interessado, portanto, instruir-se para ser capaz de “ler” as definições de expressões faciais, gestos e posturas, “que se dão a conhecer” e possibilitam o “devido acesso” ao que se passa no interior do corpo. Isso nos permite tanto ter acesso ao que é do outro, quanto colocar no corpo próprio aquilo que se quer que o outro veja.

Nos manuais é dito, por exemplo, que “a linguagem do corpo é o reflexo externo do estado emocional da pessoa”, considerando que “cada gesto ou movimento pode ser uma valiosa fonte de informação sobre a emoção que ela está sentindo num dado momento”. Nos manuais não faltam, assim, ilustrações para comprovar isto como, por exemplo, em Pease & Pease (2005), nas mencionadas ações em que “a mulher preocupada com uns quilinhos nas coxas fica alisando o vestido; o homem incomodado com o fato de estar engordando puxa a dobra da pele sob o queixo; a pessoa receosa ou defensiva cruza os braços e/ou as pernas”. Para se conhecer as “verdadeiras intenções” do outro bastaria, portanto, memorizar significados precisos do corpo como fazemos com as palavras. Simples assim.

Uma forma de compreender o relacionamento entre corpo e palavra que nos ajuda aqui é o entendimento da Teoria dos Atos de Fala de John Austin (1962). Esta teoria não diz respeito diretamente à presença do corpo ou à visibilidade do pensamento, mas permitiu considerar-se outra dimensão às palavras: a de sua condição de performatividade. Ainda que o interesse de Austin estivesse no verbal e não no corpo, mesmo assim, no momento em que ele propõe que na enunciação já está implicada a ação, acaba por interligar corpo e palavra. Os atos de fala seriam as ações que já estão implicadas no momento em que se diz algo. Alguns atos só ocorrem mesmo ao ser pronunciada a fala, como no ato do casamento, por exemplo.

Mas o importante para nós é a compreensão de outra possibilidade de olhar para a linguagem, que deveria ser então tratada como uma forma de ação. Com Austin, a linguagem é entendida na sua possibilidade de realizar atos. Como expõe Danilo

Marcondes de Souza Filho²⁷ (2006), o propósito inicial da Teoria dos Atos de Fala de John Austin seria o de formular um método de análise de problemas filosóficos através da linguagem. Contudo, sua teoria acabou derivando para um método de análise formal da linguagem e, uma vez que teve grande influência na linguística, acabou migrando para as ciências humanas e sociais, com os conceitos como *performativo* e *força ilocucionária*²⁸, sendo usados amplamente pela teoria da comunicação, psicologia, ciências sociais e pela própria linguística. A questão de Austin estava ligada à noção até então estabelecida de que as proposições possuíam condições de verdade. No lugar das proposições, Austin vai entender que as condições de verdade e de felicidade, como ele vai nomear, estão nos constituintes elementares do uso e da compreensão da linguagem natural que são eles mesmos atos de fala. Segundo Souza Filho²⁹,

Duas são as conseqüências básicas desta nova visão proposta por Austin. Surge um novo paradigma teórico que considera a linguagem como ação, como forma de atuação sobre o real, e portanto de constituição do real, e não meramente de representação ou correspondência com a realidade. Em decorrência, dá-se a passagem para um segundo plano do conceito de verdade, conceito central da semântica clássica, já que corresponde precisamente à garantia de adequação entre linguagem e realidade, em seu aspecto tanto lógico como epistemológico. A verdade é substituída agora pelo conceito de eficácia do ato, de sua “felicidade”, de suas condições de sucesso, e também pela dimensão moral do compromisso assumido na interação comunicativa, sempre enfatizado por Austin.

Vale notar que, ao considerar não proposições estáticas, mas o uso da linguagem, Austin coloca a linguagem em um contexto. Isto é bastante importante porque ele acaba por relacioná-la a normas e a convenções sociais. A linguagem já não fica mais apartada do mundo. Contudo, como seu interesse é a linguagem, ele a vê como um modo de agir sobre o real. Uma vez que propomos aqui uma aproximação à neurociência e não à filosofia da linguagem, estamos entendendo que a linguagem (nesse caso em seu uso restrito como sendo discurso) foi uma das resultantes do modo como corpo e ambiente foram se constituindo mutuamente. Nesse sentido, ela é parte do modo como os humanos trocam com o ambiente. Então, no lugar de considerarmos uma ação sobre o real através da

²⁷ In: *A Teoria dos Atos de Fala* como concepção pragmática de linguagem. *Filosofia Unisinos*, 7(3):217-230, set/dez 2006.

²⁸ Para o conhecimento acerca destes conceitos ver Austin, 1990.

²⁹ Este trecho encontra-se na *Apresentação* feita por Danilo Marcondes de Souza Filho à publicação no Brasil de *How to do things with words*, de John Austin, que recebeu o nome *Quando dizer é fazer: palavras e ação*. A tradução também é de Souza Filho.

linguagem, preferimos considerar que na interação entre corpo e ambiente estão implicadas ação e linguagem, porque estas são próprias aos seres humanos. E mais relevante ainda para nós do que os atos de fala instituírem a ação e o contexto, ao discutirem as proposições, é o fato de os atos de fala serem a fundamentação teórica para a performatividade. É importante notar que performatividade não é performance. E é interessante reconhecer que toda uma bibliografia passou a existir a partir da teoria de Austin. Ela é a base para se propor que algo que acontece no corpo pode ser lido como uma encenação.

Como explica Helena Katz³⁰, “a necessidade de entender algo como encenação é entender que a produção está sendo feita à medida em que ela está sendo feita, em que está sendo falada ou em que o gesto está se fazendo”. Ou seja, há uma necessidade, visível inclusive pelo uso repetido do gerúndio na frase anterior, que demonstra que a encenação é algo que ocorre no momento presente, no momento em que o ato é falado. É no momento em que se dá a fala que a encenação ocorre. Ligando palavra e corpo, fala e ato, a performatividade põe na cena o corpo. E a partir desta bibliografia o que o corpo faz é sempre uma encenação. Mas é importante compreender que não é uma encenação de algo que foi decorado, repetido, mas algo que acontece no momento mesmo da encenação. A ação do corpo se presentifica, acontece no momento presente. Baseada em Austin e sua Teoria dos Atos de Fala, então, a encenação passa a ser vista não como uma reproposição de algo que já foi feito, mas como uma proposição que se inaugura em cada ato. Este é um aspecto determinante para nossa pesquisa, o de que no corpo não há repetições uma vez que no corpo tudo são inaugurações.

Nesse sentido, o que propomos para a fala em público é incompatível com qualquer tentativa de fixar gestos e posturas, quer através de seus significados, quer postos no corpo do sujeito expositor com o propósito de repeti-los exatamente tal e qual no momento da apresentação. E tão pouco é compatível com o entendimento de que o corpo é o carregador do discurso. O corpo para nós é o corpo da performatividade. Entendemos, portanto, que a comunicação não pode ser feita a priori, uma vez que o corpo só se apronta no ato da encenação. É no momento presente que o sujeito expositor vai perceber e lidar com o que se apresentar a ele, do modo como se der o momento presente. É no ato da encenação que a

³⁰ Estes entendimentos foram possíveis graças às aulas de Helena Katz na disciplina *Processos midiáticos e produção de conhecimento: corpo e cognição*, oferecida no Programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP, no segundo semestre de 2009.

plateia lá estará, e as condições do contexto, por mais que se ensaie, serão próprias ao que ocorrer no momento presente. Ou seja, o que podemos oferecer ao sujeito expositor são condições para expandir suas possibilidades de presença e de estar mais apto a interagir com a situação na qual ele vai estar.

Acerca da ideia de significado apreendido através das palavras e sentenças é necessário pensarmos também o entendimento de linguagem. Mark Johnson (2007) chama atenção para o entendimento que John Dewey tem de linguagem, que não se restringe à fala ou às palavras escritas, mas inclui todas as formas simbólicas e de interação através das quais indicamos qualidades significativas, padrões e estruturas. Neste sentido mais rico, a linguagem é a base da nossa habilidade de nos comunicarmos com os outros, para coordenar ações e nos engajar em uma frutífera pesquisa através do emprego de sinais significativos. O significado é então fundamentado nas nossas interações corporais, nas qualidades e estruturas das situações objetivas, e sempre é social porque não existiria na sua plenitude sem as interações comunicativas e compartilhadas pela linguagem que nos dão os meios para explorar o significado das coisas.

Segundo Johnson (2007), o sentido mais restringido da linguagem decorreria da filosofia da linguagem tradicional, na sua visão analítica. Esta visão pretende dar conta do significado em termos apenas de um tipo muito limitado de relação de sentido que é chamado de “referência” ou “condições de verdade”. É como se essa relação de sentido fosse capaz de abranger todos os modos de como algo ou uma palavra pode ter significado. As condições de verdade ou falsidade das declarações e elocuições, com as quais estamos bastante familiarizados, passando a ser o foco da procura de significado, acabam por gerar uma insistência em se investigar os significados através de palavras. Isto implica diretamente em se acreditar que tais condições são capazes de portar o significado, bastando apenas confrontá-las com a realidade do mundo para saber se estão expressando verdades ou falsidades.

No entendimento que persegue Mark Johnson (2007) de significado, ele nos explica que a redução deste às condições semânticas de verdade acarreta um empobrecimento de uma visão mais expandida, que compreende que o significado inclui qualidades, emoções, imagens, esquemas corporais, metonímias e outras estruturas imaginativas. Coisas, qualidades, eventos e símbolos não têm significado em si, mas significam para nós pelo

modo como se conectam a outros aspectos atuais ou possíveis da nossa experiência. O significado é, portanto, relacional e instrumental. Ou seja, “apreender o significado é uma atividade de relacionar um ou mais padrões ou qualidades da situação dada, que vão apontar para qualidades ou padrões da própria situação ou de outras situações”³¹. (Johnson, 2007, p. 268) (Tradução da autora)

Do modo como estamos entendendo significado, então, não há como ver em um gesto a possibilidade de sentido. Um gesto não é capaz de conter todas as possibilidades que acontecerão no ato da comunicação. Como veremos no capítulo 2, há, sim, certos gestos que contêm significados precisos, e usamos esses gestos no exercício da comunicação. Mas eles são pontuais. Não temos como fixar um e apenas um sentido em um gesto, em uma postura ou em uma expressão facial e tomá-lo pela comunicação ou pela intenção global do sujeito. Por ora, é importante compreendermos que há uma equiparação entre corpo e texto que permite a crença de que é possível ler o corpo como lemos o texto.

Como o significado conforme propõe Johnson (2007) vai estar sempre ligado às relações que se vão estabelecer no momento da comunicação, como o corpo tem uma dinâmica e troca informação todo o tempo com o ambiente e como a comunicação não ocorre a priori, não é possível restringir a comunicação entre os sujeitos a um significado fixo que se atribui a determinadas posturas, gestos, expressões faciais. Isto é empobrecer a complexidade que há na comunicação entre os sujeitos quando estão face a face. Uma vez que o significado é relacional, ele não pode prescindir da relação. Ele não pode estar no texto, independentemente de ser o texto verbal ou corporal. Ele não pode ser elaborado previamente e garantir o modo como ocorrerá a comunicação. É importante termos clareza de que o significado ocorre na dinâmica das relações. Portanto, a comunicação também não acontece a priori. Porque, como veremos, o corpo não se porta com antecedência.

Não estamos de forma alguma desconsiderando a importância da dimensão discursiva, vale notar, uma vez que ela existe tanto no que diz respeito à fala, quanto a outros recursos utilizados pelo sujeito expositor nos quais o texto está presente como, por exemplo, *power points*, folhetos, ou mesmo documentos muitas vezes redigidos para serem

³¹ Grasping meaning becomes a matter of selecting one or more qualities or patterns within a situation as pointing toward some different qualities or patterns, either in that same situation or in some other situation. (Johnson, 2007, p. 268)

acompanhados durante a apresentação³². O que estamos propondo é relativizar a ênfase na linguagem verbal e rever o entendimento de “gramática” do corpo que têm tanto a fala em público quanto a linguagem corporal, questionando especialmente a soberania da linguagem verbal como sendo o lugar da comunicação, uma vez que mensagem e comunicação são tomadas por sinônimos. Do mesmo modo, também não há como ver o corpo como o transmissor da verdadeira mensagem.

Para podermos enxergar “um outro nível de mediação que está imbricado no corpo”, que diz respeito também ao nível educacional dos agentes, à circunstância social, cultural etc.³³, é necessário tomarmos o entendimento de linguagem como propõem Dewey e Johnson. O entendimento restrito de linguagem possibilita a crença de que expressões faciais, gestos e posturas do corpo, tanto na fala em público quanto na linguagem corporal, tenham uma associação direta com as palavras e frases da linguagem verbal, na equiparação do entendimento de que podem conter significado em si, do mesmo modo que as palavras. E isto permite estabelecer e manter uma mesma lógica organizativa que se apoia na dicotomia mente-corpo e reforça o entendimento de corpo instrumento. Portanto, o termo linguagem - entendido no sentido restrito à fala e às palavras escritas - leva à possibilidade de identificação entre texto e corpo, dado que consideram ambos como objetos.

Os entendimentos de corpo como objeto e de significado da comunicação contido nas palavras e sentenças, daí a possibilidade dela ser feita a priori, de tão acostumados que estamos a eles, comportam-se como verdades absolutas. Sendo assim, estes entendimentos levam à crença de que, do mesmo modo que o significado da comunicação está no objeto texto também estará no corpo, dado que o corpo é tido igualmente por objeto. Se o significado está no texto, se a comunicação é a mensagem, e se equipara-se a linguagem corporal à linguagem discursiva, conseqüentemente o entendimento é o de que podemos ler o corpo como lemos o texto. Basta conhecer o significado dos gestos, pois é isso que fazemos com o texto. Mas além de se acreditar que a mensagem está no corpo, a linguagem corporal tem como objetivo também que a leitura do corpo é capaz de identificar inconsistências nas informações passadas pelo sujeito através do seu discurso. Assim, a

³² Mencionamos estes por estarem mais diretamente presentes na fala em público em ambientes empresariais.

³³ Esta citação foi feita por Helena Katz em seu curso *Ambientes midiáticos e processos culturais: comunicação, corpo e ideologia*, ministrado no primeiro semestre de 2010, no Programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP.

linguagem corporal segue se firmando com o propósito de apreender “as reais intenções do sujeito”, e como ferramenta para identificar mentiras e emoções que o sujeito não foi capaz de não deixar transparecer.

O entendimento é o de que a mensagem passada pelo sujeito através de gestos, posturas e expressões faciais pode “traí-lo”, pode deixar transparecer algo que o leitor corporal treinado será capaz de identificar, de reconhecer. Para a linguagem corporal o corpo serve, portanto, de instrumento para checar as verdades e mentiras de seu “dono”, à sua revelia. A transmissão da mensagem não verbal que interessa à linguagem corporal é, sobretudo, aquela da qual o seu “dono” não tem consciência. A expertise da linguagem corporal consiste em reunir um grupo de gestos, posturas e expressões faciais às quais atribuir sentido fixos e cujo uso será sempre no sentido de identificar mentiras, intenções ocultas ou mesmo intenções que o “dono” não foi capaz de perceber. E a grande relevância que leitura corporal se coloca é a de ter a primazia de identificar as mentiras da mensagem discursiva nas interações face a face.

Como a crença é a de que gestos, posturas e expressões faciais contêm significados precisos, fazer uso destes para transmitir e para decodificar a mensagem depende apenas de se conhecer os significados. Como a equiparação entre texto e corpo é no sentido de que ambos são capazes de transmitir mensagem, do mesmo modo que se constroi em mensagens utilizando as palavras, também se pode fazer isto com gestos, posturas e expressões faciais. E a equiparação do corpo ao texto é de tal ordem facilitadora, que o entendimento da fala em público acerca do corpo portar em si a mensagem é o mesmo da linguagem corporal. O que difere é o uso.

Se para a linguagem corporal o corpo serve para se descobrir mentiras do sujeito ou emoções que ele não foi capaz de esconder, para a fala em público o corpo pode ser usado para expressar o que se quer transmitir como mensagem, independentemente de ser verdade ou mentira. Fazer parecer no corpo é um recurso do qual se serve a fala em público.

A EXPRESSÃO CORPORAL

Todo o nosso corpo fala quando nos estamos comunicando. A posição dos pés e das pernas, o movimento do tronco, dos braços, das mãos e dos dedos, a postura dos ombros, o balanço da cabeça, as contradições do semblante e da expressão do olhar, cada gesto possui um significado próprio, encerra em si uma mensagem. Embora os gestos tenham estreita ligação com a natureza das ideias, nem sempre é fácil encontrar na sua expressão o complemento ideal para as nossas mensagens. (Polito, 2002, p. 71)

Como vemos, o entendimento do uso do corpo na fala em público é o de endossar a mensagem. Este uso só é possível porque o entendimento é o de que suas partes têm significados fixos tanto quanto a linguagem verbal tem em relação às palavras. E do mesmo modo que as palavras contêm a possibilidade de serem ambíguas ou de serem organizadas de modo a enganar o outro, o mesmo pode se dar com os gestos, expressões faciais e posturas do corpo. Além disso, as duas mensagens, a que é transmitida pelo discurso e a que é transmitida pelo corpo, também podem se contradizer ou caminhar na mesma direção.

Um exemplo de combinação para reforçar a mensagem, discurso e corpo indo na mesma direção, é colocar a mão no coração para falar de amor. A possibilidade de dicionarização e simplificação do corpo e suas ações leva também ao entendimento de que a contradição pode ser apreendida do exame e confrontação entre gesto e palavra. Lemos assim em um manual de fala em público:

[...] apesar de tão óbvia dependência entre expressão verbal e expressão corporal, freqüentemente nos esquecemos do óbvio e não percebemos como o corpo emite indícios, signos e mensagens: *tanto quanto a fala*, ou *além e independentemente da fala*, como um furtivo piscar de olhos, numa reunião; *em contradição com a fala*, quando o chefe diz ao subordinado que gostou do relatório, embora faça uma cara de “limão azedo”. (Blikstein, 2006, p. 91)
(Grifos do autor)

A coerência acima apontada não é no sentido de se reconhecer a existência de uma interação dinâmica entre a expressão verbal e a corporal, que pode até apresentar estranhezas, no fluxo da comunicação. Na dinâmica da comunicação tudo o que se apresenta vai sendo percebido mais consciente ou inconscientemente e entra no fluxo de informações que serão elaboradas de modo a se construir significado. Então, o corpo do outro é percebido por nós no processo que estabelecemos para lidar com o mundo. Dizer que há pistas no corpo talvez não seja bom, dado que o sentido de pistas está ligado ao de investigação e ao de descobrir mentiras, crimes, falcaturas. Como veremos no capítulo 2, o modo como percebemos o outro tem uma complexidade muito maior do que ser capaz de identificar significado preciso em gestos.

Mas na linha de entendimento de que a função do corpo é a de portar pistas para se confirmar ou contrapor o que está sendo dito, o que se apregoa é que tão somente através do domínio da gramática do corpo o “leitor-expert” será capaz de fazer a acareação entre o

que está sendo dito verbalmente pelo seu interlocutor e o que os gestos e posturas, na verdade, estão dizendo. Vemos então tanto nos manuais de linguagem corporal como nos de fala em público a mesma lógica. Mas, ainda que a lógica de texto e de corpo seja a mesma nestes manuais, a linguagem corporal atribui um valor de verdade e confiabilidade maior ao corpo do que à fala. Isto é o que muda em relação ao corpo.

Contudo, ambas entendem igualmente que o sujeito “produtor de gestos e posturas”, na maioria dos casos, normalmente, não tem consciência ou domínio sobre seu corpo, que se expressa “sozinho”. Daí ele vir a ser capaz de trair o seu “próprio dono”. O conhecimento do significado de cada gesto e postura permitiria ao iniciado, então, não somente ler o seu interlocutor, mas, sobretudo, investigar o que seu interlocutor/oponente quer dizer. E quase sempre o domínio desta gramática irá servir para o leitor capacitado chegar à “verdade”. Assim, vemos que a dicotomia mente-corpo está presente mesmo quando eles se propõem a ser inovadores como a linguagem corporal, considerando-se agora que a mente fala por palavras e o corpo fala por expressões, gestos e posturas, e acreditando-se que é possível, inclusive, dar diretrizes diferenciadas aos seus propósitos. Em um dos manuais de linguagem corporal, lemos:

A maioria dos pesquisadores hoje concorda que as palavras são usadas primordialmente para transmitir informações, ao passo que a linguagem corporal é usada para negociar atitudes interpessoais e, em alguns casos, como substituta das mensagens verbais. (Pease & Pease, 2005, p. 18)

Então, ainda que a linguagem corporal se apresente com a intenção de ressaltar a importância do corpo, ela acaba por reforçar a mesma dissociação que já existia na fala em público - e que não é possível – entre fala e corpo, e por fazer associações parciais igualmente como na fala em público, apresentadas estas como capazes de conter todo o significado. Ou seja, em ambas persegue-se a verdade - no corpo ou nas palavras-, a ideia de transmissão de uma mensagem e difunde-se o entendimento de que a comunicação é a mensagem. Apenas para a fala em público a mensagem está no texto, preponderantemente, enquanto para a linguagem corporal está no corpo. Ou melhor, se há um lugar para se checar a verdadeira mensagem, no entender da linguagem corporal este deve ser procurado no corpo.

Mas inicialmente pensávamos que a visão da fala em público acerca da comunicação era grandemente responsável por estas estabilizações e disseminações de

entendimentos. Inclusive porque a fala em público é baseada na retórica e na oratória e estas estão por sua vez diretamente ligadas também à política e ao direito. Como a política e o direito são instituições cujos conceitos têm força normatizadora, identificamos uma dimensão anterior ou mais ampla ligada ao próprio entendimento de discurso e de comunicação das pessoas no senso comum: o entendimento de que através do que dizem, as pessoas são capazes de se comunicar com clareza, servindo a linguagem exatamente para levar a comunicação, em segurança, de uma pessoa a outra. A linguagem tem então a função de conduzir a mensagem. Neste sentido, a noção de metáfora do canal é bastante esclarecedora. Este conceito é proposto por Michael J. Reddy, em 1979, após investigar e analisar rigorosamente enunciados linguísticos de falantes da língua inglesa, em seu ensaio *The conduit metaphor*, com o qual conseguiu compreender que conceituamos metaforicamente a ideia de comunicação.

O fundamento de sua pesquisa estava em seu propósito de que uma sociedade com melhores comunicadores poderia ter menos conflitos. É importante ressaltar que este seu propósito pode ficar bastante comprometido quando, como ocorre na fala em público e também na linguagem corporal, a comunicação se direciona a um enfrentamento entre opositores. Ambas as abordagens centram-se em instruções cujo propósito é instrumentalizar os sujeitos com vistas a se saírem bem diante das situações de comunicação nas quais devem se colocar com a intenção de submeter outros, de ganhar território, de ter domínio e poder.

Neste sentido, mesmo que Reddy pretendesse compreender a comunicação humana como uma possibilidade de melhorar a interação entre os indivíduos, é preciso observar que a comunicação, quando pensada genericamente, pode deixar escapar que há ambientes ou mesmo dispositivos que a direcionam no sentido oposto. E estamos entendendo que tanto a fala em público quanto a linguagem corporal são este tipo de dispositivo. Isto nos leva a pretender investigar o que se entende então nestas abordagens por bons comunicadores e que objetivos devem ter, considerando-se os entendimentos de comunicação na fala em público e na linguagem corporal, na medida em que estas se comportam como legisladoras do que deve ser a comunicação e do que deve ser um bom comunicador.

Mas em seu trabalho de 1979, Reddy³⁴ formulou duas questões: “Que tipo de histórias as pessoas contam sobre seus atos de comunicação?” e “Quando esses atos perdem o rumo, como é que as pessoas descrevem “o que está errado e o que precisa de conserto?” (Reddy, 1079:290). A partir das respostas obtidas, Reddy concluiu que as pessoas têm o entendimento de que:

[...] a linguagem funciona como um canal, transferindo pensamentos corporeamente de uma pessoa para outra; na fala e na escrita, as pessoas inserem seus pensamentos e sentimentos nas palavras; as palavras realizam a transferência ao conter pensamentos e sentimentos e conduzi-los às outras pessoas; ao ouvir e ler, as pessoas extraem das palavras os pensamentos e os sentimentos novamente. (Reddy, 1979, p. 290)

Portanto, Reddy (1979) identificou algo que é de enorme interesse para esta pesquisa porque nos informa que ao menos os falantes de língua inglesa tomam a comunicação por algo que tem em si um sucesso garantido. O que de fato o experimento de Reddy comprovou é que há uma ilusão acerca da comunicação de tal modo disseminada que se comporta como crença. E é uma crença generalizada de que as pessoas são capazes de se comunicar de forma unívoca e transparente. Sendo assim, acredita-se que a mensagem chegará ao seu destino exatamente como pretendeu o seu emissor. Isto porque o que está na base do entendimento de comunicação que transparece destas crenças não é a noção de experiência como propõem Lakoff e Johnson (2002), que veremos mais adiante, mas, sim, a noção de que o sentido é dado pelas palavras, sendo estas as responsáveis por carregar pensamentos e sentimentos de um sujeito a outro. E também a ideia de que, sobretudo em situações de comunicação presencial, se considerados, emoções, sentimentos, estados e qualidades não são capazes de interferir nem na emissão nem na recepção da mensagem.

Por ora, é importante fazermos mais uma observação acerca da pesquisa de Reddy sobre a metáfora do canal. A princípio, o fato do *corpus* da sua pesquisa terem sido os falantes de língua inglesa pode causar reservas, dado que este entendimento poderia estar vinculado aos padrões de organização daquela língua. Contudo, considerando que grande parte dos manuais de fala em público, tanto quanto os de linguagem corporal, ou são americanos ou são baseados nos manuais americanos, estas reservas já diminuem. É importante lembrarmos também que, comumente, a lógica que os constitui serve às práticas

³⁴ Conforme mencionado na Apresentação da edição brasileira de *Metáforas da vida cotidiana*.

de mercado, que também foram inicialmente inglesas. Além disso, as práticas nas organizações empresariais, em grande parte bancos, multinacionais e empresas foram depois se padronizando muito a partir dos modelos de negócio americanos.

E a fala em público toma parte nestes modelos, tanto quanto reuniões, *conference call*, nas quais as informações dependem enormemente de falas que apresentam informações ou comunicados de propósitos e normas em ambientes empresariais. Isto sem falar em instrumentos como avaliações, relatórios, planos de negócios etc. Portanto, em nossos ambientes empresariais estamos diante de uma mesma lógica organizadora que pode ser compatibilizada com a pesquisa de Reddy. E ainda existe o aspecto de que, como estamos percebendo, o entendimento de comunicação e de linguagem está fortemente amparado na filosofia ocidental e na linguística tradicional, não sendo relevante discriminar a língua, mas preferível considerar a cultura do Ocidente e o discurso produzido pela visão tradicional da fala em público, muitas vezes importado *ipsis litteris*.

Estamos diante então de uma questão que se liga à práticas sociais, à cultura e às culturas organizacionais. Imediatamente, pela pesquisa de Reddy, conhecemos que o entendimento de comunicação é o de um transporte de sentido dado pelas palavras que garantem o sucesso da comunicação. Isto seria a metáfora do canal; uma ligação que se dá certamente. A fala em público tem tradicionalmente este entendimento, e ela tem servido como instrumento, suporte mesmo, como uma prática comunicativa recorrente em ambientes empresariais. Mas como a fala em público é voltada a todos que precisem falar em público, tanto quanto a linguagem corporal é voltada a todos que precisem estabelecer uma comunicação em suas relações profissionais ou pessoais, esta cultura extrapola os muros das empresas. Sendo assim, a fala em público contribui para sustentar este entendimento de comunicação identificado por Reddy, e o reforça. E uma vez que o corpo é equiparado ao texto e seus gestos, posturas e expressões faciais às palavras e sentenças, também pela linguagem corporal, temos a intensificação da ideia de que pensamentos e sentimentos estão inseridos tanto nas palavras quanto no corpo que carrega as ideias.

Acreditamos que interagir socialmente requer uma orientação geral da linguagem, mas diz respeito também a considerarmos que há grupos dentro da sociedade com interesses específicos com suas culturas, práticas e padrões de organização. Ou seja, se por um lado há princípios gerais que norteiam a comunicação, e que assim sendo nos

possibilitam lidar com eles conceitualmente, independentemente de serem estudos de língua inglesa, francesa, espanhola etc., por outro lado não devemos desconsiderar que em termos de comunicação existem contextos que adotam determinadas práticas. No que diz respeito ao ambiente empresarial, a fala em público, mais que um recurso, é um padrão que carrega valores e uma visão de mundo que vai sendo difundida através de treinamentos, textos e manuais. E com eles vai se dando um acultramento em relação a uma série de conceitos, e em especial ao entendimento de comunicação.

Os instrumentos de comunicação nas empresas são um modo de gerir posturas. Por vezes são utilizados claramente com o propósito de propagar normas de conduta. Algumas empresas fazem isso, inclusive, de modo a padronizar comportamentos nos vários países em que atuam. Como recurso comunicativo que é, a fala em público acaba por se comportar também como um modo de normatizar condutas e estabelecer padrões. De modo geral, como empresas e fala em público estão na mesma lógica – a das verdades absolutas, a do estabelecimento de regras fixas e a do interesse em identificar mentiras e descobrir os “verdadeiros” significados, a fala em público acaba garantindo a persistência de padrões que interessam à empresa, que dizem respeito ao entendimento de comunicação e ao modo de estabelecer a relação entre as pessoas.

Considerarmos uma outra dimensão do corpo e de comunicação irá nos permitir pensar o modo como estão postas as relações entre as pessoas nas empresas. Sobretudo no que diz respeito à comunicação, se enxergamos a existência de sujeitos com corpos vivos, em movimento pelo espaço, não teremos mais como nos concentrar em uma comunicação cuja atenção recai fortemente em mídias como jornais internos, memorandos, e-mails etc. Seremos obrigados a reconhecer o que parece não existir, que onde há pessoas vivas, há corpos postos em relações. Há emoções, sentimentos, visões de mundo, julgamentos, percepções, olhares que existem e se fazem presentes nos corredores, nas salas, em reuniões e nas situações de fala em público, inclusive. Portanto, há espaço tanto para a negociação quanto para o conflito. Mas facultar a possibilidade de acordos implica em enxergar que há instrumentos de comunicação que partem de uma visão que já carrega em si um direcionamento ao conflito, amparado na desconfiança do outro e na dominação como tática, reforçando assimetrias, especialmente por repisarem a metáfora da guerra, como veremos.

É importante compreendermos, portanto, que um certo entendimento de corpo e de comunicação está influenciando o modo como se colocam as interações entre as pessoas, reforçando, especialmente em ambientes empresariais, um direcionamento da comunicação ao conflito e à dominação, para além do universo da fala em público. Se o entendimento que está sendo proposto pela fala em público e pela linguagem corporal é o de que o sentido está nas palavras, o corpo é objeto, a comunicação é uma construção feita a priori, somando-se ao propósito de usar o discurso para submeter o outro, estes entendimentos estarão influenciando as relações entre as pessoas dentro e fora das empresas. São modelos apregoadas com garantias de verdade e sucesso.

Tentativas, por exemplo, de trabalhos motivacionais ou de integração entre áreas ficarão contaminadas por estes entendimentos e podem ter seus resultados comprometidos se essas dimensões não são vistas. Para, de fato, se transformar as relações entre os sujeitos há a necessidade de se compreender as metáforas de pensamento que as sustentam e, se possível, transformá-las, tanto quanto rever entendimentos atuais sobre corpo e comunicação.

Nesse sentido, é importante termos a compreensão de que os modelos de comunicação - e a fala em público é um deles - carregam padrões de comportamento e entendimento de mundo mais profundos em suas instruções de comunicação do que possa parecer. E isso não diz respeito apenas a normatizações muitas vezes explícitas de conduta de funcionários e não funcionários nas empresas, que podem ser passadas através de falas presenciais ou via intranet ou em redes de TVs internas, quando existentes esses recursos. Diz respeito também a se disseminar verdades absolutas, de tal modo que passam a informar os entendimentos de mundo nos ambiente profissionais, uma vez que se somam a alguns entendimentos que estão já no senso comum. Isto fica ainda mais fortalecido quando suas verdades são apresentadas, “vendidas”, com base em “comprovados resultados de experiências científicas”.

Neste sentido, não apenas a fala em público, mas também a linguagem corporal, ao terem o entendimento de que é possível mapear gestos, expressões faciais e posturas corporais como garantia do que o sujeito está sentindo ou pensando, geram ruídos nas comunicações. Saber exatamente o que alguém está pensando ou sentindo já é uma dificuldade para o próprio sujeito a respeito de si mesmo. Um significado que foi

previamente estabelecido e atribuído num dado momento por quem produziu a dicionarização, padronizando o corpo e suas relações de comunicação interpessoais, serve para facilitar não a compreensão de “reais intenções” dos sujeitos, mas para promover julgamentos, reforçando uma cultura que se ampara em estereótipos e preconceitos, inúmeras vezes, na falta de uma cultura organizacional elaborada conscientemente em outras bases.

Como ensina Katz, “só tem comunicação se a gente compartilhar informações comuns. Mesmo que só em parte e com imagens próprias, há de ter um acordo coletivo para que a comunicação seja possível”³⁵. Então, ajuda bastante a comunicação nas empresas quando a cultura organizacional se pensa e expõe seus propósitos. Do mesmo modo, temos necessidade de compartilhar linguagem e entendimentos acerca do corpo, do mundo etc. Contudo, temos sempre que ter em mente que, ao mesmo tempo em que há o compartilhamento de informações comuns, cada corpo tem sua singularidade e se relaciona com o ambiente à sua volta na sua própria temporalidade, ainda que dentro de convenções.

Os contextos variam, o tempo é múltiplo e o que o observador registrou na sua tentativa de mapear o corpo, num dado momento e local históricos, poderá não fazer sentido algum tempo depois neste mesmo local ou em algum outro local no mesmo tempo histórico. Mais que isso, a riqueza combinatória entre corpo-ambiente-mente e as multiplicidades culturais locais permitem múltiplos significados, ou intenções, e não um e apenas um, a cada vez. A própria velocidade com que apreendemos uma situação e a multiplicidade de informações contidas nela dificilmente nos permitiriam emitir respostas tão precisas, estáticas com um único significado, quanto ao que se propõe através de gestos ou posturas pré-codificadas. Mas, para termos este entendimento, precisamos ter uma outra visão de corpo, que não o de considerá-lo apenas como corpo biológico, corpo coisa, corpo morto.

Ao nos expressarmos, nossos gestos e nossa fala estão juntos, conectados e interligados ao fluxo do pensamento, das emoções, não sendo possível estabelecer uma linguagem para o corpo nos moldes gramaticais, como se faz ao considerar-se o corpo como produto. Pois, já demonstraram os cientistas cognitivos através do dinamicismo que

³⁵ Esta frase foi proferida em aula por Helena Katz em seu curso *Processos midiáticos e produção de conhecimento: corpo e cognição*, ministrado no segundo semestre de 2009, no Programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP.

[...] as imagens mentais fluem de maneira contínua e que nem sempre as representações corpóreas são simbólicas. O corpo não pode ser entendido como um produto pronto e muda de estado no momento em que ocorre uma ação. Este é um processo complexo que começa antes mesmo de se organizar uma representação passível de reconhecimento. (Greiner, 2005, p. 36)

No entendimento de corpo que propomos aqui é importante, então, reafirmar que mente e corpo não estão separados e o corpo não é apenas biológico. Isto nos permite ter uma visão diferente da do senso comum, que também é a da fala em público e da linguagem corporal, que consideram o corpo como sendo apenas, como explica Johnson (2007), uma coleção de pele, ossos, sangue, órgãos, nervos e fluidos que quimicamente estão em interação. Ultrapassar a ideia de corpo biológico tão somente, que possibilita ser tratado como coisa nos permite alcançar a compreensão de que “significado, pensamento e mente podem ser entendidos como intrinsecamente ligados ao corpo”³⁶ (Johnson, 2007, p. 275). (Tradução da autora).

Em 1999, portanto quase quatro séculos depois da visão que acabou por separar corpo e mente, George Lakoff e Mark Johnson, entre outros, com base em resultados de pesquisas empíricas das ciências cognitivas vão propor outra hipótese de entendimento de corpo e mente bastante distinta da hipótese de Descartes. Em sua obra *Philosophy in the flesh: the embodied mind and its challenge to western thouth* apresentam a ideia de mente “corporificada” ou “incorporada” ou “encarnada”³⁷, isto é, de que a mente é estruturada através de nossas experiências corporais, tanto quanto a razão. Como expõem Lakoff e Johnson,

Evidências das ciências cognitivas mostram que não há uma faculdade da razão separada e independente do corpo e suas capacidades, tais como percepção e movimento. As evidências, numa visão evolutiva, nos ajudam a compreender que a razão se desenvolve a partir das capacidades corporais. Isso muda radicalmente o entendimento de razão e de ser humano.³⁸ (Lakoff e Johnson, 1999, p. 17) (Tradução da autora)

³⁶ [...] meaning, thought, and mind can be understood as inextricably tied to our bodies. (Johnson, 2007, p. 275)

³⁷ Acerca do termo *embodied*, Greiner (2005, p. 34) adverte que “não é uma palavra fácil de traduzir em português, sem sugerir uma ideia equivocada a seu respeito. ‘Encarnado’ ou ‘incorporado’, que seriam possíveis traduções, podem lembrar a ação de “baixar um espírito num corpo”, o que nada tem a ver com ‘embodied’”.

³⁸ The evidence from cognitive science shows that classical faculty psychology is wrong. There is no such fully autonomous faculty of reason separate from and independent of bodily capacities such as perception and movement. The evidence supports, instead, an evolutionary view, in which reason uses and grows out of such bodily capacities. The result is a radically different view of what reason is and therefore of what a human being is. (Lakoff e Johnson, 1999, p. 17)

Com isso, podemos descartar de vez o dualismo de substância, na medida em que não há como existir, portanto, a substância sutil de natureza puramente metafísica, “o espírito dos animais”, independente do corpo, como supôs Descartes. Ao falar sobre as características da espécie humana, Henry Atlan (2004) vai dizer que entre elas estão “a consciência que o corpo humano tem de si mesmo, ou melhor, os diferentes estados de consciência de si que acompanham sua existência, decorrentes do cérebro”. Mas acerca do pensamento, Lakoff e Johnson vão propor que ele é muito mais inconsciente do que consciente. Fazemos tantas e tão rápidas operações para entender, por exemplo, um enunciado, que de modo algum temos consciência enquanto procuramos entendê-lo dos mecanismos que tornam isto possível. E para que a consciência opere, há a necessidade mesmo de haver níveis que funcionam sem que ela tenha que prestar atenção neles.

O entendimento de mente corporificada que Lakoff e Johnson (2002) propuseram nos ajuda a compreender que as complexas relações que envolvem mente, corpo e ambiente requerem níveis variados de explicação. Portanto, o corpo biológico é não **a**, mas **uma** possibilidade de entendimento. Outra possibilidade de entendimento é a do corpo fenomenológico. Esta ideia, inicialmente proposta por Merleau-Ponty, entende o corpo não meramente como coisa, mas como corpo vivido; não como um corpo que se move, mas como corpo fenomenológico. E é exatamente porque temos o corpo que temos que somos capazes de nos relacionar com o ambiente como nos relacionamos. Somos o que somos porque existem outros com os quais nos relacionamos e, em virtude de nossa capacidade intersubjetiva, nos comunicamos e partilhamos significados.

Algumas de nossas capacidades corporais advêm da seleção evolutiva e outras ligam-se às maneiras como nos adaptamos e interagimos socialmente. Temos, portanto, um corpo que é também social. Se pensarmos no nível da relação do corpo como um organismo em interação com o ambiente e entendermos que nosso corpo evolui com o ambiente, estamos no nível do que Johnson chama de corpo ecológico. Essas quatro possibilidades de descrição – corpo biológico, corpo fenomenológico, corpo social e corpo ecológico estão entre os cinco níveis expostos por Mark Johnson (2007), que nos permitem compreender significado e mente incorporados, como propuseram Lakoff e Johnson. O quinto nível – corpo cultural - é agora fundamental para nossas análises, pois ele nos ajuda a ultrapassar a tentativa simplificada de atribuir significações fixas ao corpo.

Nossos ambientes não são apenas físicos e sociais. São também constituídos de artefatos culturais, práticas, instituições, rituais e modos de interação que transcendem e modelam qualquer corpo particular e qualquer particular ação corporal. Estas dimensões culturais incluem gênero, raça, classe (status socioeconômico), valores estéticos, e vários modos de postura e movimento. Pode muito bem haver comportamentos corporais semelhantes entre culturas, mas diferenças culturais na forma e entendimento do corpo também são reais e significativos.³⁹ (Johnson, 2007, p. 277) (Tradução da autora)

O corpo é ao mesmo tempo biológico e cultural, tanto quanto é social, fenomenológico e ecológico. Estas terminologias nos ajudam a descrever o fenômeno, mas de fato não há como separar as várias dimensões que nos facultam compreender o corpo, a não ser como recurso metodológico.

O modo como as pessoas se levantam, caminham, se sustentam geralmente varia notavelmente entre culturas e subculturas e em diferentes momentos da história. Instituições culturais, práticas e valores fornecem compartilhamentos (“externos”) de estruturas que influenciam o desenvolvimento da nossa forma física de se envolver com o mundo. É comum hoje em vários círculos se falar da cultura como autônoma e independente dos corpos individuais. A cultura tem uma relativa estabilidade e independência. Mas não existe cultura sem criaturas incorporadas que realizam isso através de costumes, práticas, ações e rituais. Ainda que aspectos da cultura obviamente transcendam e ultrapassem os indivíduos particulares, artefatos e práticas *não* fazem sentido sem pessoas que usem esses artefatos enquanto se engajam nas complexas práticas sociais.⁴⁰ (Johnson, 2007, p.277) (Tradução da autora)

Assim, nestes compartilhamentos podemos visualizar tanto algumas formas corporais que socialmente vão sendo convencionadas nas diferentes culturas, como, por exemplo, para nós, o aperto de mão e o abraço como cumprimento cordial, quanto entendimentos que se vão forjando sobre o corpo, como o fazem, por vezes, a fala em público e a linguagem corporal ao tomar uma possibilidade de sentido por todo o sentido. Mas seja como for, não temos como separar cultura e corpo, e muito menos como

³⁹ Our environments are not only physical and social. They are constituted also by cultural artifacts, practices, institutions, rituals, and modes of interaction that transcend and shape any particular body and any particular bodily action. These cultural dimensions include gender, race, class (socioeconomic status), aesthetic values, and various modes of bodily posture and movement. There may well be commonalities of bodily comportment across cultures, but cultural differences in the shaping and understanding of the body are real and significant. (Johnson,2007, p. 202)

⁴⁰ The ways people stand, walk, and hold themselves often vary noticeably across cultures and subcultures and at different times in history. Cultural institutions, practices, and values provide shared (“external”) structures that influence the development of our bodily way of engaging our world. It is popular today in various circles to speak of culture as autonomous and independent of individual bodies. Culture has a relative stability and independence. But there is no culture without embodied creatures who enact it through customs, practices, actions, and rituals. Even though aspects of culture obviously transcend and outlive particular individuals, those artifacts and practices have *no* meaning without people who use the artifacts while engaging in complex social practices. (Johnson,2007, p. 277)

fragmentar gestos, posturas e expressões faciais na experiência corporal. O corpo na sua dinâmica não tem como ser mapeado de forma a atender a significados fixos promovidos para garantir o sucesso da comunicação. Sobre o corpo não há garantias tanto quanto não há garantias de sucesso diante de uma audiência. O que é possível, e nos interessa diretamente aqui, é compreender a complexidade da comunicação presencial e ter um entendimento de que o corpo pode interagir com o ambiente de modo a encontrar-se em uma situação que lhe permita fazer isso considerando-se a experiência.

Mas a visão que equipara corpo e texto, conferindo a ambos a possibilidade de conterem uma gramática, traz, como já dissemos, uma questão para as relações interpessoais, que diz respeito não apenas ao entendimento do corpo biológico do senso comum. Implica também em propor lermos intenções nos comportamentos das pessoas de forma tão certa que podemos assegurar, com base nesta leitura, suas “verdadeiras intenções”. O propósito de fechar as possibilidades de significado em um único sentido, ao se colocar ainda como garantia de verdade, acaba também por contribuir para carregar para as relações interpessoais julgamentos e estereótipos. E como é próprio do senso comum avaliar e julgar com base em estereótipos, estas visões se compõem. A respeito do estereótipo, Homi Bhabha (1998) propõe um entendimento deste como um modo ambivalente de conhecimento e de poder. Como estratégia discursiva, ainda que algo possa não ser, há um modo de se conceber e julgar considerando a possibilidade de ser.

Produzindo respostas rápidas, os estereótipos vão ajudar, assim como preconceitos e fofocas, a aproximar pares por similaridades de gosto ou padrão de comportamento, servindo para construir, muitas vezes, identidades de grupos. E, ao mesmo tempo, podem conferir àquele que faz a leitura, sobretudo quando apresentada como afirmação a um grupo, uma condição de poder, um poder de ser capaz de determinar o que se passa no interior de uma outra pessoa. Tudo isso pode servir para manter estabilidades e convenções, especialmente em ambientes empresariais. Um grupo mais afeito a estereótipos e fofocas, na chegada de um novo funcionário ou membro de equipe, cujo resultado da performance ocorrerá só com o tempo, avaliará e julgará relevantemente sua figura. Um cabelo de cor diferente, por exemplo, de uma mulher que é nova em um departamento preponderantemente de mulheres no qual não se usa aquela cor de cabelo poderá criar uma resistência imediata do grupo a ela. Isto ocorrerá mais ou menos, é claro, de acordo com a

maior ou menor rigidez não apenas do ambiente do departamento, mas da própria empresa. E esta conduta mais fortemente marcada por estereótipos poderá ser um padrão de comportamento tolerado ou mesmo incentivado nas práticas interpessoais nas empresas.

Neste sentido, estes manuais, com seus estereótipos, contribuem ainda para reforçar o lugar da mulher e o lugar do homem nos ambientes empresariais, ao dizerem que comportamentos são próprios ou impróprios a cada um. E, mais ainda, para reforçar preconceitos. Por exemplo, acerca da análise dos significados em formas de posicionamento e intensidade das mãos nos apertos de mãos, lemos, por exemplo:

Descobrimos também que algumas mulheres apertam frouxamente a mão dos homens em situações sociais para denotar submissão. É uma forma de assinalar a sua feminilidade ou indicar que é passível de dominação. Num contexto de negócios, porém, essa atitude pode ser desastrosa para a mulher: os homens só darão atenção aos seus atributos femininos e não a levarão a sério. (Pease&Pease, 2005, p. 42)

Como vemos, o universo no qual estes manuais estão inseridos é o da dominação, da submissão e da divisão e hierarquização de papéis, contribuindo para reforçar estereótipos para os homens, mas, sobretudo, para as mulheres.

Charles Darwin foi um dos primeiros a observar que os seres humanos, assim como os quadrúpedes – os cães em especial - , inclinam a cabeça para o lado quando se interessam por alguma coisa. As mulheres usam esse gesto para mostrar interesse pelos homens que lhes agradam, porque mulheres não-ameaçadoras e que demonstram submissão são atraentes para maioria dos homens. (Pease&Pease, 2005, p.156)

Abaixar as pálpebras, levantar as sobrancelhas e olhar para cima com os lábios levemente abertos é um grupo gestual usado há séculos pelas mulheres para mostrar submissão sexual – uma das marcas registradas dos símbolos sexuais. (Pease&Pease, 2005, p.109)

Depreende-se da leitura destes manuais, não apenas que eles se replicam e copiam muitas vezes manuais americanos ou são mesmo manuais americanos traduzidos, mas que eles fecham as possibilidades de múltiplas significações, normatizando, legislando, produzindo ou conservando valores que são ou passam a ser vistos como os padrões valorados dentro o ambiente empresarial. De modo geral, esses padrões vão estar ligados a hierarquias e cargos, tanto quanto ao sexo. Só que o caráter que isso toma, via de regra, não é de uma norma ou de organização de padrão de comportamento adotado explicitamente pela empresa. Não se assume uma escolha de significado sobre estas posturas com um direcionamento a comportamentos que devem ser adotados de forma a manter-se um certo

padrão já estabilizado nos ambientes empresariais e nas relações sociais. Isso seria alvo de críticas.

Contudo, como práticas ou entendimentos que “naturalmente” vão sendo adotados e transmitidos pelas pessoas, ideias assim se vão replicando e sedimentando, sendo, muitas vezes até, algumas destas imposturas de significado tratadas como inatas. Afirmar-se mesmo que o homem se comporta de um dado modo e a mulher de outro ou que o ser humano, desde seus ancestrais, tem uma determinada forma de expressão. Posto assim reforça modos de comportar-se nas interações. Neste sentido, natureza e cultura são uma dicotomia que serve muito bem a esse propósito, sendo algumas atribuições de sentido apresentadas como próprias da natureza humana e outras adquiridas culturalmente. Mas tudo que não há é o entendimento acerca de existir um trânsito entre as informações, muito menos acerca das transformações constantes que sofremos todo o tempo em contato com o meio. Até porque, quer-se crer que o meio é absolutamente estável e, especialmente em empresas, que há garantias que serão mantidas. Então, que se ache isso, ao menos nos padrões inatos de comportamento de homens e mulheres, já é reconfortante.

Na lógica da comunicação feita a priori, entende-se que as relações podem se dar através de códigos pré-estabelecidos, cujos significados fixos revelam o que assim é. Recorte sobre um grupo de gestos de um grupo de pessoas, numa dada época, tudo é tomado como sendo universal. Estamos diante das generalizações facilitadoras. Os universais linguísticos, que ainda são perseguidos pela linguística, também parecem inspirar esses “conhecimentos” acerca da linguagem corporal. A mediação desaparece e os autores dos manuais tratam expressões faciais, gestos e posturas mapeados como se fossem mesmo universais. Assim, reunidos em um número restrito, uma vez que são quase sempre os mesmos que se repetem, recaem os mapeamentos, sobretudo, em braços, mãos e sorriso. Vejamos alguns exemplos.

Os braços cruzados sobre o peito indicam o desejo de colocar uma barreira entre a pessoa e alguém ou alguma coisa de que ela não gosta. A posição de braços cruzados tem muitas variantes. Aqui falaremos das que se vêem com mais frequência. O gesto braços cruzados sobre o peito é universal – tem o mesmo significado negativo ou defensivo em toda parte, sendo comumente adotado nas reuniões públicas, filas, elevadores e outros lugares onde as pessoas se sintam em dúvida ou inseguras. (Pease & Pease, 2005, p. 72)

A mão aberta com a palma da mão voltada para cima indica recebimento doação, amistosidade, súplica. Com a palma voltada para baixo, significa rejeição,

repulsa. Ainda voltada para baixo, com pequenos movimentos, significa pedido de calma, paciência, espera, silêncio. (Polito, 2002, p. 75)

E, aparecem como estilo recorrente nos manuais também as apresentações de conteúdos em forma de listas como, por exemplo, esta de Pease & Pease: “Cinco tipos comuns de sorriso: 1. o sorriso de lábios serrados; 2. o sorriso torto; 3. o sorriso de queixo caído; 4. o sorriso de lado olhando para cima; 5. o risinho George W. Bush”. (Pease & Pease, 2005, p. 59)

A seguir, destacamos para exame os dois últimos da lista.

4. O sorriso de lado olhando para cima: Com a cabeça levemente abaixada e virada para o lado, a pessoa dirige o olhar para cima com um sorriso de lábios entreabertos. Todo este grupo gestual produz um ar juvenil, divertido e misterioso. Está provado que este sorriso esquivo, quando usado por uma mulher, é um dos favoritos dos homens de todas as partes, por suscitar neles sentimentos de proteção e cuidado. É um dos sorrisos que a princesa Diana costumava usar para cativar os corações das pessoas. O sorriso da princesa levava os homens a querer protegê-la e as mulheres a querer ser como ela. Não surpreende, pois, que seja uma peça básica do repertório de paquera feminino, pois os homens o consideram sedutor e o interpretam como um irresistível sinal de “venha”.

5. O risinho George W. Bush: O presidente George W. Bush tem sempre no rosto um sorrisinho afetado. Bush é texano, e os texanos sorriem mais do que a maioria dos americanos. É por isso que, no Texas, se um sujeito não sorri, podem perguntar-lhe se está “aborrecido com alguma coisa”, ao passo que em Nova York o sorridente pode ser interpelado com “qual é a graça?”. O presidente Jimmy Carter era outro sulista que sorria o tempo todo. Isto preocupava os nortistas, que temiam que ele soubesse de alguma coisa que eles não sabiam.

Vemos que, do mesmo modo que misturam o corpo a objetos, também misturam uma convenção social que pertence a um grupo maior a convenções particulares, cujos sentidos são atribuídos por um grupo em um lugar e, às vezes, com tempo determinado, bem como misturam inato e adquirido.

É importante observarmos que estes entendimentos não ficam restritos a um grupo que procura instruções sobre a fala em público. Os manuais, uma vez que pretendem solucionar medos e questões próprias dos seres humanos, se multiplicam e, em livrarias, muitas vezes são colocados entre os livros de auto-ajuda. Sobretudo os manuais de linguagem corporal, uma vez que são propostos de forma mais abrangente para solucionar questões de relacionamento das pessoas nas suas relações interpessoais em geral. Talvez, nos encantem as promessas de resultados rápidos, de instruções facilitadoras, de soluções que vindas de fora, de um outro que irá resolver por nós, assim como um milagre ou um

herói. Talvez, por isso, ao menos no Ocidente, gostamos de acreditar que é possível resolver um problema através de dicas rápidas, como “os 10 passos para”.

Proliferam-se, hoje, na nossa cultura os manuais de auto-ajuda, que trazem receitas prontas para serem aplicadas como remédios também para divergências, impasses ou questões nas relações interpessoais. O estilo desses manuais vem sendo cada vez mais disseminado e as instruções neles contidas acabam sendo prontamente adotadas, espalhando-se quase instantaneamente. Devemos lembrar que o conteúdo dos manuais vem assegurado por dados que dizem terem sido comprovados por pesquisas científicas. Esta referência faz os manuais parecerem mais verdadeiros, aumentando, assim, seu poder de crença.

Em relação à linguagem corporal, ela se propõe mesmo a ser um manual de auto-ajuda, na medida em que seu objetivo é mais abrangente, pretendendo solucionar dificuldades que as pessoas têm em se relacionar socialmente, inclusive decodificando “reais emoções ou intenções” dos indivíduos, consolidando-as numa gramática que se manifesta como pistas fáceis de assimilar que mais parecem um jogo, uma brincadeira de adivinhação. As justificativas científicas dos manuais de linguagem corporal, associadas à sua fórmula de dicas para pronto uso, fazem assim persistir o entendimento de corpo recipiente. Do mesmo modo, fazem imbricar convenções sociais a crenças ou significações desconectadas de fundamento, dado que propõem garantias de significado, que de fato não são possíveis no nível do estabelecimento da dinâmica das relações.

Assim, as convenções sobre o corpo construídas no formato desses manuais se multiplicam e vão determinando um certo sentido aos corpos e às emoções que estariam por trás, estabelecendo molduras fixas de como deve se dar a relação entre as pessoas, com base nesta “leitura” do corpo. De tal modo isto se espalha que os gestos e seus significados caem no senso comum e acabam tendo valor de verdade e se comportando como convenção. É bastante comum vermos as pessoas afirmarem que alguém que está com os braços cruzados não está disponível para uma conversa, por exemplo, ou que “o corpo fala”, uma referência a um manual publicado na década de [19]80, com este título que, muito provavelmente, não foi lido por tantos, mas vem deixando um enorme rastro de sentido. Este entendimento bastante reforçado pelos textos, treinamentos e manuais transparece de tal maneira no senso comum que a simples menção ao corpo na situação de

comunicação em público remete diretamente a uma associação à ideia de que “o corpo fala”. E “fala” a linguagem silenciosa que pode ser traduzida em palavras e frases precisas. A expressão “o corpo fala” comporta-se como uma metáfora acerca do entendimento de possibilidades de significação de partes do corpo e expressões faciais difundido pela fala em público e pela linguagem corporal, entendimento este que parece ter inaugurado e continua a reforçar, tanto através de suas reedições⁴¹ quanto da menção feita a ele em diversos manuais.

Mas em relação à fala em público, coloca-se uma questão de natureza um pouco diferente. Ainda que não se proponham a ser manuais de auto-ajuda, direcionando-se a um público mais específico e focado em questões de retórica, os manuais de fala em público acabam se comportando como se fossem, na medida em que pretendem resolver “um dos grandes medos da humanidade” – o medo de falar um público. E com isso acabam ajudando na persistência da mitificação deste medo, fazendo com que pareça ser quase inato. O historiador das religiões e mitólogo Mircea Eliade define assim mito:

O mito é pois a história do que se passou *in illo tempore*, a narração daquilo que os deuses ou os Seres divinos fizeram no começo do Tempo. Dizer um mito é proclamar o que se passou *ab origine*. Uma vez dito, quer dizer, revelado, o mito torna-se verdade apodítica: funda a verdade absoluta. ‘É assim por que foi dito que é assim’, declaram os esquimós netsilik a fim de justificar a verdade de sua história sagrada e suas tradições religiosas. (Eliade, 1992, p. 84) (Grifos do autor)

E, mesmo se considerarmos não o terreno do sagrado, mas o do profano, podemos observar que o mito continua a ter a característica de se fazer verdade absoluta. Lakoff e Johnson (2002), no momento em que analisam o ‘mito do objetivismo’, chegando mesmo a propor que este poderia ser suplementado não pelo mito do subjetivismo, mas pela proposta deles de um novo mito, o mito experientialista, vendo este como correspondendo melhor às realidades de nossa experiência, acabam por nos explicar também seu entendimento do sentido da existência dos mitos.

Os mitos oferecem-nos maneiras de compreendermos a experiência; eles organizam nossas vidas. Como as metáforas, os mitos são necessários para fazer sentido do que se passa ao nosso redor. Todas as culturas têm mitos e as pessoas não podem viver sem eles assim como não podem viver sem a metáfora. E assim como consideramos frequentemente as metáforas de nossa cultura como verdades, do mesmo modo também consideramos frequentemente os mitos de nossa cultura como verdades. (Lakoff e Johnson, 2002, p. 294)

⁴¹ *O Corpo Fala*, no Brasil, está na 68ª. edição.

Os contos de fada russos foram criados para ser um modo de aterrorizar as crianças com o propósito de que elas não saíssem sozinhas de suas casas e se perdessem nas florestas. Era assim não exatamente um mito, mas uma história com uma finalidade de conter determinados impulsos infantis, organizando sua conduta. De modo semelhante, ao ser constantemente repisado, o medo de falar em público parece se configurar em uma necessidade de se localizar um elemento de perigo a ser enfrentado e ultrapassado, para isso concorrendo os manuais de fala em público e de linguagem corporal. Ao fazer isso, eles acabam por sustentar o medo, dado que suas abordagens têm na base o direcionamento do confronto e da batalha no lugar do desenvolvimento do corpo para experienciar esse tipo de exposição. É comum também, não apenas nos manuais de fala em público, vemos tantas referências a este medo, de tal modo que podemos considerá-lo um mito.

Considerando que os mitos são parte do modo como organizamos nosso mundo, a questão é, em relação à fala em público, pensarmos em que medida este mito serve, de fato, para ajudar o sujeito expositor, visto que o modo de a fala em público propor lidar com ele é o enfrentamento do outro via elaboração de estratégias discursivas e não-verbais, incluindo-se a aquisição de padrões estáticos no corpo como um dos recursos. Acreditamos que ao ser enfatizado nesta direção, este mito é aproximado da metáfora da guerra. Com isso, reconhecida a sua existência quase como inerente à condição humana, o mito do medo de falar em público endossa e propaga este medo, predispondo o sujeito expositor para uma situação que parte em sua base da ideia de conflito.

Ou seja, ao mitificá-lo, a fala em público justifica o modo de lidar com a situação que se apresenta ao sujeito expositor pelo entendimento de que há partes ali postas numa situação assemelhada à de uma batalha. Isto faz com que o corpo se organize de um modo que é bastante diferente do sentido de experiência que estamos propondo. Acreditamos mesmo que o cérebro fica voltado a lidar com esta informação de que há uma situação de perigo que precisa ser enfrentada. Com isso, a possibilidade de que a ação no corpo do sujeito expositor se configure em atitude de presença mais tranquila e disponível para a troca, nem se coloca. A propósito da ação, Francisco Ortega diz o seguinte:

A ação precisa de confiança, como nos lembram Winnicott, Arendt e Foucault. A confiança possibilita a continuidade e a constância no ambiente, a formação de um 'ambiente suficientemente bom', condição necessária para que o novo e o imprevisto possam surgir. Sem essa confiança em mim, nos outros e no mundo, não há ação, só há reação, que é, no fundo, um sinônimo para o 'comportar-se'.

Nessas circunstâncias, a obediência, a adaptação e a submissão ao mundo ocupam o lugar do agir no mundo. (Ortega, 2008, p. 46)

O propósito de um comportamento voltado para a superação do medo via submissão do outro está longe de ir na direção de uma ação como a compreende Ortega. A confiança na força de guerrear, tendo palavras e gestos fixos como recurso, pode implicar em confiança no domínio destes recursos. Contudo, podemos questionar se isso vai aparecer no corpo como uma sensação de confiança e que se deixe ver como confiança, não como prepotência. Submeter e dominar são a antítese de gerar um ambiente onde a confiança em si, no outro e entre os sujeitos pode ocorrer, indicando apenas uma conformação à normatização de um padrão. Este é o proposto pela fala em público e pela linguagem corporal: um comportar-se com vistas a vencer o oponente.

Mas e se o sujeito não tem a possibilidade ou mesmo o interesse em agir assim? Se o sujeito não tem interesse em se constituir alguém com domínio discursivo a ponto de dominar o outro, constituindo-se, portanto, um líder, muito provavelmente virá a ser visto como alguém que tem uma vontade fraca – o que Ortega (2008: 47) chama de acrasia. Desse modo, ele não terá no seu corpo nem a atitude de dominação apregoada pela fala em público nem movimento ou uma dinâmica necessários ao agir, dado que o ambiente não se constitui como confiável. E do mesmo modo, se o que se apregoa é a existência de verdades absolutas e garantidoras de permanências, não se constituem sujeitos cujos corpos, sobretudo, são capazes de saídas diante do inesperado ou do imprevisto.

Se o ambiente não é pensado de forma a se tornar confiável e o que é proposto como superação do medo é a submissão do outro, tendo como solução atacar e subjugar o outro, fica fácil compreender porque tantos indivíduos se sentem desconfortáveis ou mesmo paralisados diante da necessidade que passam a ter, por obrigações profissionais, de falar em público. Neste entendimento de enfrentamento do medo e da exposição parece haver uma crença generalizada de que, uma vez dominada uma técnica, isto implicará na superação do medo. Vista como antídoto do medo, a técnica do enfrentamento pode ser responsável por desestabilizar as relações entre os sujeitos, por promover desconforto ou mesmo pode gerar indisposições e pré-disposições de um contra o outro. Como isto não se coloca como questão, igualmente não se pensa que pode haver alguém que não tenha possibilidade ou mesmo desejo de se colocar de modo a enfrentar ou dominar o outro.

Talvez esta não seja uma atitude compatível com quem quer vencer profissionalmente ou pretende ser um líder.

Dado, portanto, que a impossibilidade de agir será apenas do sujeito detentor de uma vontade fraca, portador de acrasia, a crença na fala em público como sendo uma situação amedrontadora jamais é questionada. E para sustentar esta ideia do medo de falar em público, não faltam informações difundidas, inclusive, para além do âmbito dos manuais. Em setembro de 2001, a revista VOCÊ S/A publicou um artigo com o título “Qual é o seu maior medo?” A matéria começava assim:

Confira o que responderam os 5.879 internautas que participaram da enquete no site de VOCÊ S/A. Nos últimos dois meses o site de VOCÊ S/A perguntou aos internautas do que eles têm medo. Você tem medo de que? Esta era a pergunta a ser respondida. A enquete foi visualizada 291.964 vezes. Ao todo, 5.879 usuários deram sua opinião sobre o que mais temiam. Contrair uma doença grave é disparado a maior fonte de medo, com 40% dos votos. Outra questão que perturba os internautas é o bolso, 24% disseram que sua maior fobia é contrair dívidas. Falar em público é o terceiro item de maior repulsa. Afirmaram ter medo de falar diante de uma plateia 1.235 pessoas. O medo é um sentimento natural e necessário. O problema é quando ele começa a causar sofrimento e a prejudicar sua vida e sua carreira.⁴²

Seguia explicando a fisiologia do medo, o que é uma fobia e dizia que “a melhor forma de superar o medo é enfrentá-lo, por pior que isso possa parecer. O tratamento de fobias geralmente é baseado na exposição da pessoa a situações ou objetivos que ela teme.” Ao final, a matéria trazia então dicas para “vencer o medo”.

Saiba como vencer o medo

Bastam alguns cuidados para não deixar o medo e a ansiedade prejudicarem seu desempenho numa reunião ou apresentação no trabalho.

- Prepare-se com antecedência: vá para o evento com o máximo de informações possíveis
- Cheque todos os dados quantas vezes achar necessário
- Faça um roteiro e procure segui-lo
- Se não se sentir seguro, simule uma apresentação para sua família ou fale diante do espelho observando seus gestos e entonação de voz
- Use e abuse de material e equipamentos de apoio para ajudá-lo a não perder o foco, como telões, gráficos, tabelas, projetores etc.
- Se possível, faça o reconhecimento do local um ou dois dias antes

⁴²http://vocesa.abril.com.br/aberto/voceemequilibrio/pgart_05_29072004_45037.shl - Data do acesso: 07.10.2008.

- Tenha consciência de que é impossível agradar a todos que irão ouvi-lo
- Antes de entrar em cena, procure relaxar. Você pode ouvir música, fazer exercícios respiratórios, rezar, meditar. Isso vai reduzir a ansiedade.
- E acima de tudo: enfrente o medo.⁴³

Em seu livro *Ser Criativo*, 1993, Stephen Nachmanovitch menciona que para os budistas haveria o que eles chamam de os Cinco Medos. São eles: o medo de perder a vida; o medo de perder os meios de sobrevivência; o medo de perder a reputação; o medo dos estados alterados de consciência e o medo de falar em público. Na análise deste autor, o medo de falar em público estaria “profundamente ligado ao medo do ridículo, que tem duas faces: o medo de ser julgado idiota (medo de perder a reputação) e o medo de realmente ser idiota (medos dos estados alterados de consciência). Existe mesmo a possibilidade numa apresentação, dependendo das regras estabelecidas ou até pela ausência delas, de o sujeito ter sua reputação abalada ou sua imagem desestabilizada, sobretudo em ambientes profissionais nos quais estão em jogo papéis e funções mais definidos e com hierarquias determinadas, podendo a situação vir a comprometer, inclusive, avaliações de desempenho e promoções. Mas talvez o temido seja mais a situação de exposição ao olhar do outro do que o medo de falar em público. Seja como for, por ora, interessa-nos que o mito pode ser questionado, tanto quanto o enfrentamento como solução. Mas precisamos compreender melhor o funcionamento do corpo para discutir estas questões. Voltaremos a elas no capítulo 2. Por ora, vamos nos concentrar em examinar o que diz respeito à relação entre o mito do medo de falar em público e a metáfora da guerra.

As estratégias discursivas tanto quanto as não-verbais, incluindo a leitura do corpo, uma vez que sejam apresentadas como formas de enfrentar o medo de falar em público ou de lidar com a desconfiança acerca das “verdadeiras intenções e emoções” do outro acabam por insistir na circunstância de medo. E ao reafirmá-lo, na medida em que se propõem a serem soluções estratégicas para ultrapassá-lo, o fazem dentro do universo da metáfora da guerra, dado que os interlocutores são apresentados e vistos como oponentes e a situação de comunicação como um lugar de medo que deve ser enfrentado e ultrapassado. Para entendermos como o mito do medo de falar em público se relaciona com a metáfora da

⁴³ Idem

guerra, precisamos adentrar o universo das metáforas do pensamento descobertas por George Lakoff e Mark Johnson (2002).

Como temos o propósito não apenas de compreender o entendimento de corpo, da fala em público e da linguagem corporal, como vimos fazendo, mas também apresentar teorias e explicações que nos ajudem a pensar uma outra abordagem de corpo, também por isso é preciso examinarmos as metáforas do pensamento. Conforme Greiner (2005), este estudo é fundamental para entendermos a relação que se dá entre corpo e mundo. Ao examinarmos como corpo e mundo se relacionam no entendimento de Lakoff e Johnson (2002), podemos compreender que a atribuição de definições fixas sobre os corpos não diz respeito à possibilidade de haver um significado fixo no corpo. Diz respeito apenas a convenções sociais que já estão estabilizadas ou que se pretendem impor, gerando uma normatização acerca do que significariam gestos e posturas. Em parte, esta fixação de significado acaba sendo legitimada pela menção a pesquisas científicas ou através de uma imbricação de conceitos advindos da retórica, do direito, da filosofia, da comunicação e da linguística, que se estabilizam e sustentam certas organizações retóricas.

Imediatamente, os estudos sobre a metáfora do pensamento vão nos ajudar a compreender a relação que se estabelece entre pensamento, conceituação e corpo. Também vão nos permitir contrapor estas ideias aos princípios que vêm norteando manuais e treinamentos da fala em público e de linguagem corporal no entendimento destes acerca da atitude do sujeito expositor ou do leitor do corpo. Tal entendimento tem se apoiado preponderantemente em conceitos há muito estabilizados, já que culturalmente estão inseridos dentro do universo mais amplo da linguagem, da linguística e da filosofia ocidentais, que têm sua origem na Grécia, estabelecendo, via retórica e algumas teorias como vimos, uma relação direta com a política, o direito e a medicina, comportando-se portanto como normatização.

Em seu estudo sobre as metáforas, George Lakoff e Mark Johnson (2002) chamaram atenção para o fato de que a maior parte das filosofias ocidentais via a metáfora apenas como linguagem figurada, o que a aproximava da poesia e não da ciência, sendo a ciência quem guardava relação com a razão. Esta é a visão que veio desde os pré-socráticos até hoje. Lakoff e Johnson (2002), procurando dar uma explicação adequada da compreensão humana, tinham a intuição de que a metáfora seria a chave para isto. Eles

propõem então que metáfora é não apenas uma figura de linguagem, mas, sobretudo, é um recurso do pensamento, estando nisso seu aspecto cognitivo. Sua pesquisa aponta então para o importante papel da metáfora para a nossa compreensão de nós mesmos e do mundo. Estes pesquisadores estabeleceram um outro paradigma ao mudar o lugar da metáfora, que de relevante para a linguagem figurada, passou a ser vista como determinante na linguagem cotidiana e no pensamento. Como grande parte do nosso pensamento é inconsciente, estes pesquisadores procuravam entender de que forma vamos conhecendo o mundo e estabelecendo conceitualizações.

E fazemos isto a partir do corpo. O que eles compreenderam então foi que a metáfora faz uma espécie de ponte, uma ligação mesmo que carrega os sentidos da nossa experiência mais física para uma menos física. Portanto, a metáfora é a base de nosso sistema conceitual. E esta compreensão de como operamos a construção de conceitos é fundamental para a nossa pesquisa. Sobretudo porque, como veremos, parte de nossas metáforas são construídas diretamente a partir de nossas experiências sensório-motoras. Isso ajuda a explicar porque eu identificava que os exercícios físicos que eu propunha aos sujeitos expositores nos treinamentos acabavam gerando novas conceitualizações. E, para sermos capazes de entender o que Lakoff e Johnson descobriram é fundamental o entendimento de que mente e corpo estão juntos na sua permanente troca com o ambiente.

Partindo das pesquisas realizadas por Reddy sobre a metáfora do canal, Lakoff e Johnson fizeram uma série de análises de enunciados da linguagem cotidiana, por entenderem que a linguagem era uma fonte de evidência de como esse sistema conceitual funciona, já que no nosso dia a dia agimos e pensamos de modo mais automático. A descoberta de Lakoff e Johnson foi que “a maior parte do nosso sistema conceitual é metaforicamente estruturado, isto é, os conceitos, na sua maioria, são parcialmente compreendidos em termos de outros conceitos”. (Lakoff e Johnson, 2002, p. 127)

Os conceitos que governam nosso pensamento não são meras questões do intelecto. Eles governam também a nossa atividade cotidiana até nos detalhes mais triviais. Eles estruturam o que percebemos, a maneira como nos comportamos no mundo e o modo como nos relacionamos com outras pessoas. Tal sistema conceptual desempenha, portanto, um papel central na definição de nossa realidade cotidiana. Se estivermos certos, ao sugerir que esse sistema conceptual é em grande parte metafórico, então o modo como pensamos, o que experienciamos e o que fazemos todos os dias são uma questão de metáfora. (Lakoff e Johnson, 2002, p. 45)

A importante questão que eles identificaram é que, ao nos comunicarmos, pensamos e agimos, ainda que sem termos consciência disso, com base nas metáforas que estão na nossa vida cotidiana.⁴⁴ Ou seja, fazemos operações para transportar sentido o tempo todo, e não apenas quando ilustramos uma ideia. Estes pesquisadores concluíram, portanto, que chegamos sempre aos conceitos por meio de um processo metafórico. Definiram então que este processo é feito com base em três tipos de metáforas, às quais nomearam de orientacionais, ontológicas e estruturais.

As metáforas orientacionais, como o nome indica, nos orientam espacialmente, uma vez que emergem de nossa experiência espacial. Como somos seres com corpos que se relacionam com um ambiente que é físico, uma vez que dispomos da linguagem como recurso, criamos categorias de modo a orientar nossos corpos no espaço, tais como: dentro-fora; em cima-embaixo; na frente-atrás; cento-periféria; fundo-raso; perto-longe etc.

Temos corpos e ficamos em pé. Quase todo movimento que fazemos envolve um programa motor que muda nossa orientação para cima-para baixo, preservando-a, pressupondo-a, ou, de alguma forma, levando-a em conta. Nossa constante atividade física no mundo, até mesmo enquanto dormimos, torna a orientação para cima-para baixo não apenas relevante à atividade física, mas centralmente relevante. (Lakoff e Johnson, 2002, p. 127)

Então, é importante compreendermos que na possibilidade de nossos corpos humanos, porque conseguimos nos organizar corporalmente de forma a assumirmos uma posição ereta em relação à gravidade, um conceito como, por exemplo, PARA CIMA é diretamente dependente das nossas funções motoras. Mas diz respeito também a “acontecer dentro de uma vasta bagagem de pressuposições culturais” (Lakoff e Johnson, 2002, p. 128). Para Lakoff e Johnson, inclusive, imaginar uma “experiência física direta” talvez nem seja possível, dado que as interpretamos com base em nosso sistema conceitual. Isto não diminui a relevância do corpo nem do aparelho sensório-motor na construção destas categorias, mas nos ajuda a compreender o corpo em relação com o ambiente, considerando inclusive a dimensão cultural. Não há como separarmos natureza e cultura. O corpo que temos é um corpo da experiência no mundo.

Suposições, valores e atitudes culturais não são conceitos que acrescentamos à experiência. Seria mais correto dizer que toda a nossa experiência é totalmente

⁴⁴ Na referência que faz à *Metaphors we live by*, Francisco Ortega (2008) traduz este título por “metáforas pelas quais vivemos”. Este título me parece auxiliar bastante na compreensão do que Lakoff e Johnson estão propondo.

cultural e que experienciamos o “mundo” de tal maneira que nossa cultura já está presente na experiência em si. (Lakoff e Johnson, 2002, p. 129)

Mas, mesmo que consideremos todo o tempo que as nossas experiências envolvem pressuposições culturais e que nossa experiência espacial e perceptiva nos possibilita definir de forma clara o que fazemos com nossos corpos, para Lakoff e Johnson (2002), ainda assim, é importante fazer uma distinção entre experiências que são “mais” físicas, tais como, ficar em pé, e aquelas que são “mais” culturais, tais como, participar de uma cerimônia de casamento.

Embora uma estrutura conceitual claramente delineada para o espaço venha do nosso funcionamento motor-perceptivo, nenhuma estrutura conceitual claramente delineada para as emoções vem exclusivamente do nosso funcionamento emocional. Uma vez que há correlações sistemáticas entre nossas emoções (tais como felicidade) e nossas experiências sensoriais e motoras (tais como postura ereta), elas formam a base dos conceitos metafóricos orientacionais (tais como FELIZ É PARA CIMA). Essas metáforas permitem-nos conceituar nossas emoções em termos mais exatos, mais claros e também relacioná-los com outros conceitos que dizem respeito a bem estar geral (por exemplo, SAÚDE, VIDA, CONTROLE etc.). (Lakoff e Johnson, 2002, p. 129)

Portanto, as nossas orientações metafóricas têm uma base na nossa experiência física e cultural, não sendo nem arbitrárias nem aleatórias, e a maior parte dos nossos conceitos fundamentais são organizados em termos de uma ou mais metáforas de espacialização. Assim, nas metáforas de espacialização estes autores fazem várias correspondências, das quais destacamos algumas:

FELIZ É PARA CIMA - conseqüentemente vamos nos expressar com “estou me sentindo *para cima* hoje.”; “meu astral *subiu*”;

TRISTE É PARA BAIXO – vamos dizer - “estou me sentindo *para baixo*”; “eu *caí* em depressão”;

TER CONTROLE ou FORÇA É PARA CIMA – vamos expressar “Tenho controle *sobre* ela; estou *por cima* nesta situação; ele está no *auge* do seu poder;

ESTAR SUJEITO A CONTROLE ou FORÇA É PARA BAIXO “ele é *inferior* a mim socialmente”; “ele está *sob* meu controle”.

É interessante observar que muitas das leituras que são feitas sobre as posturas ou gestos do corpo tanto na fala em público quanto na linguagem corporal trazem uma correspondência direta com as metáforas orientacionais.

Vejamos a metáfora “bom é para cima”. Em um dos manuais tem-se a explicação de que se ao término de uma apresentação o interlocutor estiver de braços cruzados com polegares para cima, isto indica que ele está aberto à proposta. Em relação às posturas do corpo, os manuais mostram sempre as figuras curvadas como uma forma de expressão que demonstra que o sujeito está cabisbaixo ou inseguro.

Ao contrário, a postura ereta demonstra uma atitude positiva e é indicada como a postura “correta”. Mas ainda que as categorias do tipo dentro-fora; em cima-embaixo; na frente-atrás; cento-periferia etc. sejam fundamentais no nosso sistema conceitual na medida em que não poderíamos viver sem elas no mundo que nos cerca, nem raciocinar, nem nos comunicar, segundo Lakoff e Johnson (2002), elas não são muito ricas em si mesmas. Com base, então, na possibilidade de organização de nossos corpos em relação ao espaço, conseguimos estabelecer algumas conceitualizações, mas não todas.

Além da orientação, compreendemos nossa experiência em termos de objetos e substâncias, o que nos possibilita também estabelecer categorias, agrupar ou quantificar nossas experiências como se elas fossem entidades ou substâncias. Com as metáforas ontológicas, somos então capazes de conceber eventos, atividades, emoções, ideias etc. como entidades e substâncias, de modo a conseguirmos raciocinar sobre as nossas experiências. Vários são os propósitos das metáforas ontológicas, havendo muitas diferenças entre elas. Um dos exemplos que Lakoff e Johnson (2002) dão deste tipo de metáforas é o do aumento de preços que pode ser visto metaforicamente como uma entidade por meio do substantivo inflação. A metáfora ontológica INFLAÇÃO É UMA ENTIDADE seria então um meio para podermos nos referir à experiência. Assim, dizemos “A inflação está abaixando o nosso padrão de vida.” ou “Precisamos combater a inflação.” como se a inflação fosse mesmo uma entidade. Isto vai nos permitir

[...] referir-nos a ela, quantificá-la, identificar um aspecto particular dela, vê-la como uma causa, agir em relação a ela, e talvez, até mesmo, acreditar que nós a compreendemos. As metáforas ontológicas como essa são necessárias pra tentar lidar racionalmente com nossas experiências. (Lakoff e Johnson, 2002, p. 77)

Ainda sobre as metáforas ontológicas, Lakoff e Johnson nos dizem que elas “são tão naturais e tão onipresentes em nosso pensamento que elas normalmente são consideradas como evidentes por si mesmas e descrições diretas de fenômenos mentais. O fato de serem metáforas nunca ocorre à maioria das pessoas” (Lakoff e Johnson, 2002, p. 80). O que

acontece com as metáforas ontológicas é que elas são tão presentes em nossa cultura que acabam por nos conferir muitos dos modelos em função dos quais agimos e pensamos. Um destes é o modelo que temos de mente, tida por nós como uma entidade. Daí podermos, por exemplo, conforme Lakoff e Johnson, dizer algo como “A minha mente simplesmente não está *funcionando* hoje.” ou “Estou um pouco *enferrujado* hoje.”, quando tomamos a mente por uma máquina. Muitas vezes também podemos ver a mente como um objeto quebradiço, e aí vamos nos expressar, por exemplo, com frases como “o seu ego é muito *frágil*.” ou “Eu estou aos *pedaços*” (Lakoff e Johnson, 2002). (Grifos dos autores).

Como nós humanos temos uma pele que recobre nossa superfície, de acordo com estes pesquisadores experienciamos a nós mesmos como entidades separadas do resto do mundo – como recipientes com um lado de dentro e um de fora.

Nós projetamos a nossa própria orientação dentro-fora sobre outros objetos físicos que são delimitados por superfícies. Dessa forma, concebemos também esses objetos como recipientes com um lado de dentro e outro de fora. Cômodos e casas são recipientes óbvios. (Lakoff e Johnson, 2002, p.81)

Portanto, com base na naturalidade com que lidamos com as metáforas ontológicas, parece bastante simples chegarmos à ideia de que nossos corpos são recipientes. E do mesmo modo que não costumamos perceber como metafórica a frase “não estou funcionando hoje”, querendo nos referir a uma lentidão no nosso pensamento, também não costumamos ver como metáfora todas as formas de nos referirmos aos nossos corpos. Daí ser tão fácil assumirmos que podemos pôr ou tirar deles gestos, posturas e expressões faciais.

No decorrer do seu estudo sobre as metáforas do pensamento, Lakoff e Johnson vão apresentando inúmeros exemplos que expressam desde as mais simples metáforas que aparecem como metáforas espaciais até as mais complexas, nas quais a experiência física direta já não está mais tão evidente. Contudo, eles explicam que essa gradação não quer dizer que a experiência física seja vista como mais básica que a experiência emocional, mental, cultural ou qualquer outra. Mas o mais importante a ressaltar é que uma coisa é uma experiência; outra é a maneira como a conceituamos. Sobre a fundamentação de conceitos, o que Lakoff e Johnson afirmam é que “nós habitualmente conceptualizamos experiências não físicas em termos de experiências físicas – ou seja, conceituamos algo que não é claramente delineado em termos de algo que é mais claramente delineado” (Lakoff e

Johnson, 2002, p. 131). De acordo com Lakoff e Johnson, “a maior parte do nosso sistema conceitual é metaforicamente estruturado, isto é, os conceitos, na sua maioria, são parcialmente compreendidos em termos de outros conceitos” (Lakoff e Johnson, 2002, p. 127).

Mesmo que categorizar seja algo feito por todos os animais, nossa condição de seres humanos, evolutivamente, nos possibilitou produzir categorias e conceitos que nos ajudam a lidar com o mundo e saber que fazemos isso. Segundo Mark Johnson (2007), o modo como os animais se relacionam com o ambiente implica na necessidade de categorizar, de estabelecer categorias para poder continuar vivendo. Isto ocorre desde o ser mais simples, a ameba, até os mais complexos, os humanos. Como explica Greiner, “a ação de categorizar é a ação que organiza o pensamento. Então é muito difícil abandonarmos determinadas categorias”.⁴⁵ Isto porque categorizar diz respeito exatamente ao que apontam Lakoff e Johnson que é o fato de sermos seres encorpados.

Nós humanos, por termos mente e corpo, interagimos no mundo apoiados em ambos. E não apenas por tê-los, mas porque a forma que têm nosso corpo e nossa mente é exatamente o que nos dá muitas possibilidades de conceituar e categorizar. E para esta pesquisa é importante termos atenção quando Johnson (2007) nos explica que categorizar para nós humanos não é tarefa apenas da nossa possibilidade neuronal e de racionalização, mas ocorre através da experiência. E a experiência, como a temos, é fruto das habilidades que têm nossos corpo, como veremos no capítulo 2. Assim, o que chamamos de conceitos são estruturas neurais que nos permitem caracterizar as nossas categorias mentais e raciocinar sobre elas. Nesse processo, uma das formas que a nossa experiência física ganha em termos de conceituação é a metáfora.

E quando um conceito é estruturado de forma mais elaborada, em que as bases físicas não estão assim tão claras, temos então a metáfora estrutural. Mesmo que não seja assim tão evidente, as metáforas estruturais também se relacionam com as nossas experiências de modo sistemático. As metáforas estruturais emergem da cultura, pois o que elas enfatizam corresponde de maneira muito próxima ao que experienciamos

⁴⁵ Esta frase foi proferida em aula por Christine Greiner em seu curso *Ambientes midiáticos e processos culturais: teorias críticas do corpo – fundamentos cognitivos da comunicação*, ministrado no primeiro semestre de 2010, no Programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP.

coletivamente, e ao mesmo tempo em que são fundamentadas em nossas experiências físicas e culturais, elas também fundamentam nossas experiências e ações (Lakoff e Johnson, 2002). Em seu estudo, eles apresentam algumas metáforas estruturais como TRABALHO É RECURSO e TEMPO É RECURSO e DISCUSSÃO RACIONAL É GUERRA, mas aqui vamos nos concentrar apenas nesta última, por ela ser extremamente relevante para esta pesquisa.

Lakoff e Johnson (2002) explicam que temos uma maneira convencional de falar sobre discussões, na qual está pressuposta a metáfora DISCUSSÃO RACIONAL É GUERRA. Aos poucos, no decorrer de nossa pesquisa, fomos percebendo não apenas que não temos consciência dela, com explicam Lakoff e Johnson, mas também que esta metáfora está na base dos entendimentos da fala em público e da linguagem corporal. Lakoff e Johnson (2002) veem na metáfora DISCUSSÃO É GUERRA a possibilidade de conceituarmos uma discussão racional “em termos de algo que compreendemos mais prontamente, a saber, um conflito físico” (Lakoff e Johnson, 2002, p. 134). Este conflito seria a luta, uma situação que é encontrada entre os animais, e da qual nós não ficamos fora.

Há uma situação comum aos animais que diz respeito a desejarem algo que outro também deseja e ser necessária uma ação de modo a impedir que o outro consiga o que quer, no que diz respeito a alimento, território, sexo, controle etc. Para Lakoff e Johnson (2002), nossa racionalidade nos permitiu desenvolver “técnicas mais sofisticadas para obter o que desejamos”, de modo que institucionalizamos várias maneira de lidar com a luta, e uma delas é a guerra. Contudo, ainda que nós tenhamos desenvolvido meios mais eficazes de lidar com o conflito físico,

[...] sua estrutura básica permanece, em essência, a mesma. Em lutas entre dois animais brutos, cientistas têm observado práticas de intimidação, de estabelecimento e de defesa de território, de ataque, de defesa, de contra-ataque, de recuo e de rendição. A luta humana envolve as mesmas práticas. (Lakoff e Johnson, 2002, p. 134)

Acerca do conflito físico, Lakoff e Johnson (2002) nos dizem que nossa competência racional nos permite evitar “o risco de um conflito físico real”, que é substituído por outras formas para lidar com ele. Uma destas formas seria, portanto, a “instituição da discussão verbal”. Usamos este recurso, uma vez que somos animais racionais, para conseguirmos o que desejamos, através de uma série de estratégias, de forma a organizarmos um modo de agir sem a violência física. Entretanto, muitas vezes as

próprias discussões acabam chegando ao conflito físico. Parece, portanto, que há algo em nós que guarda essa relação direta com o embate físico e que procuramos contornar através de palavras. Talvez haja mesmo um lado animal que continue presente em nós, de tal forma que nossos estados de raiva, medo, angústia, desejos não correspondidos nos levam diretamente para um impulso de solução através de ações físicas, mas que aprendemos a organizar através das construções verbais, apoiadas pelos recursos não-verbais.

Ainda que Lakoff e Johnson não enfatizem, é inegável que temos uma série de recursos extra-linguísticos como entonação de voz, trejeitos corporais, pausas, melodia das frases etc., que em circunstâncias interpessoais verbais se fazem presentes. E é claro que o contexto e as possibilidades argumentativas, e mesmo de acolhimento ou não do discurso do outro, vão variar de acordo com as possibilidades dos sujeitos e das situações. Mas as gradações e passagens podem ocorrer dentro de uma mesma situação, na medida em que as emoções vão ganhando mais espaço. É possível que uma relação que comece com base em um diálogo vá sendo transformada se o que se pretende não é atendido ou conquistado, ou se o propósito for de se impor ao outro e não se conseguir efetivar isso, podendo chegar às ações físicas. Sem falar que há também aqueles que, mesmo até dispendo de estratégias discursivas ou não verbais, preferem usar as estratégias discursivas de modo a provocar e chegar ao conflito físico.

Assim, no que diz respeito à força física, ainda que julguemos dispor de possibilidades discursivas todo tempo, ou acreditemos que nossa racionalidade domina e controla os estados do corpo, dado que nos inserimos dentro de uma cultura racional e discursiva, mesmo assim, em muitos momentos, vemos a força física se sobrepôr à racionalidade discursiva. É possível também, em outros momentos, vermos a força num lugar muito limítrofe, mesmo quando estamos usando como recurso as estratégias discursivas. Isto sem falar que há pessoas com mais domínio de estratégias de argumentação do que outras, e que são mais hábeis, por exemplo, em suavizar uma interação, às vezes até através de recursos não-verbais, como tons de voz, expressões faciais etc. de forma que, ainda quando suas sentenças contenham ameaças ou sejam opressoras, o fazem sem que o outro perceba, ou quase.

É interessante notar que nem sempre nas nossas interações de comunicação isso ocorre de forma tão compartimentada. Como poderemos prescindir de nossos corpos nas

interações segue sendo apenas um desejo de alguns radicais da inteligência artificial, ainda que sejamos orientados a realizar nossas interações comunicativas preponderantemente com base no discurso, o corpo continua existindo e é fundamental para nossa interação com o entorno. Usarmos nossa habilidade discursiva, ao menos em situações de comunicação presenciais, implica incluímos emoções, estados e qualidades do corpo. Como fica claro no modo como conceituamos, não jogamos fora o nosso corpo físico para fazer isso, do mesmo modo que não nos desfizemos das situações de enfrentamento físico, completamente.

Sujeitos encorpados que somos, exatamente porque temos corpo e mente é que usamos estes como recursos para experienciar as situações do mundo. Portanto, não há como jogar fora nossa dimensão física. E nem como insistirmos na ideia da tábula rasa, acreditando que nossa mente pode receber as informações sobre ela que desejarmos, inclusive de controle do corpo. Não temos, portanto, como permanecer na lógica da racionalidade discursiva apartados do corpo.

A tábula rasa não é um ideal que todos devemos desejar e rezar para que seja verdade. Não – ela é uma abstração teórica antivida e anti-humana que nega nossa humanidade comum, nossos interesses inerentes e nossas preferências individuais. Embora tenha pretensões de celebrar nosso potencial, faz o contrário, pois nosso potencial provém da interação combinatória de faculdades maravilhosamente complexas, e não da brancura passiva de uma tábula raspada. (Pinker, 2004, p. 569)

E como não temos mesmo como jogar fora a dimensão física, vez que ela nos constitui, o que fazemos é tomar uma coisa por outra. Assim, a importante descoberta de Lakoff e Johnson (2002), além das metáforas, para esta pesquisa é que as batalhas verbais são mesmo compreendidas em termos de batalhas físicas. Em *Metáforas da Vida Cotidiana*, eles trazem um exemplo que nos ajuda muito a compreender como isso ocorre. Este exemplo é o de uma discussão doméstica, na qual marido e mulher compreendem que têm um território para estabelecer e para defender, e que na tentativa de obter o que desejam há um entendimento de que têm algo a ganhar e algo a perder. Pelo que estes pesquisadores levantaram, haveria então sempre uma necessidade de um fazer o outro aceitar o seu ponto de vista, e os recursos verbais estariam servindo a esse propósito.

E ainda que não se utilize o confronto físico, o que está em jogo é defender e atacar, contra-atacar, estratégias que seriam as mesmas dos animais em seus confrontos físicos, e

que estão presentes nos modos de guerrear, inclusive entre os antigos gregos. Ou seja, a instituição da discussão pode ser vista como uma forma similar à da guerra, através da qual, como explicam Lakoff e Johnson, cada um, com os meios que possui, com maior ou menor recurso discursivo, intelectual etc., intimida, insulta, ameaça, subestima ou apela à autoridade, negocia, elogia, desafia a autoridade ou pode mesmo argumentar procurando “razões racionais”.

Contudo, as táticas usadas, no lugar de claramente serem postas assim, aparecem como razões. Melhor dizendo, não há táticas de domínio de território pela força física ou táticas de domínio do corpo físico do outro como práticas bem vistas nos jogos de interação comunicativa. Uma vez que nossa sociedade foi capaz de murar-se, produzir a escrita e organizar-se não mais com base no mito do herói, mas, sobretudo, no mito da razão, e na força agora da palavra, é possível até pretender submeter e dominar o outro, e mesmo propor este comportamento como fazem a fala em público e a linguagem corporal, desde que, no lugar da força física, encontremos argumentos racionais, elaborados através da lógica discursiva.

Nas práticas discursivas, Lakoff e Johnson (2002) argumentam que dentro da lógica da DISCUSSÃO É GUERRA dizer, por exemplo, “porque sou maior do que você” seria uma frase que intimida, “por que se você não..., eu vou...” seria uma ameaça, “porque você geralmente faz isso errado”, uma depreciação do outro, “porque se você quiser..., eu farei...”, uma negociação, “porque você é muito melhor nisso”, um elogio etc. Contudo, fica claro em todos esses exemplos que o recurso é não a força física, mas a racionalidade discursiva.

Em relação à pesquisa que fizeram, Lakoff e Johnson (2002) consideraram o uso destas táticas bastante comum na cultura deles, que é a do universo da língua inglesa. É possível que aqui em nossa cultura, junto com estas estratégias discursivas envolvidas na discussão das quais também dispomos, tenhamos outras formas estratégicas para lidar com conflitos. Talvez as mais encontradas em nosso dia a dia sejam a dissimulação, a ironia ou mesmo a sedução. No entanto, em relação ao objeto desta pesquisa, identificamos que não apenas o recurso discursivo que compreende discussão como guerra está presente, como ele é o direcionamento proposto tradicionalmente pela fala em público. E isto para nós é uma questão, na medida em que diferentemente de uma discussão entre marido e mulher ou

qualquer outra, o propósito de existir uma fala em público diz respeito a um modo presencial para se passar ao outro ideias, informações e por vezes fazer certas comunicações. E ainda quando se trate de cumprir uma norma, uma instrução, isto não precisaria implicar como padrão de comunicação em uma estratégia de dominação do outro, como se houvesse um território sempre a ser defendido. Mas talvez, em decorrência da ênfase do mito do medo de falar em público, o território que o sujeito expositor sente que precisa defender é o próprio corpo em exposição.

Podemos então considerar que a aproximação do mito do medo de falar em público à metáfora da guerra faz surgir uma confusão. E esta confusão está na base da fala em público, no modo como ela está posta ao tratar uma situação de informação na qual há exposição do corpo como uma discussão, que tem por base a metáfora da guerra. É provável que, para além do território das ideias ou ordens que poderiam ser simplesmente expostas, haja o entendimento de outro território que também precisa se impor: o da imagem e da força do sujeito expositor. E se consideramos o medo de falar em público como apontado, por exemplo, por Nachmanovitch, compreende-se que, por ligar-se à imagem do sujeito ao medo de ser julgado idiota (medo de perder a reputação) e o medo de realmente ser idiota (medos dos estados alterados de consciência), este medo tenha acabado por legitimar estratégias de ataque e defesa em situações de exposição.

Portanto, para esta pesquisa os entendimentos acerca da lógica de DISCUSSÃO É GUERRA como compreenderam Lakoff e Johnson (2002) são totalmente pertinentes e elucidativos. Para constatar isso, basta um olhar atento ao campo semântico dominante utilizado nos manuais em suas instruções aos sujeitos expositores. Todo o tempo é dito ao sujeito expositor que domine sua plateia, submeta seu adversário, enfrente o medo e vença a batalha. Sempre, claro, se utilizando do discurso persuasivo ou de gestos e posturas corporais tomadas por texto, conforme vimos. Assim, a visão tradicional da fala em público tanto quanto a linguagem corporal encontram-se organizadas completamente dentro da metáfora DISCUSSÃO É GUERRA. Sua escolha vocabular liga-se todo tempo a dominar, submeter, vencer, tendo este direcionamento aplicação em relação ao discurso e ao corpo próprio e do outro. Ambos – corpo e discurso - são utilizados como objetos, artefatos estratégicos para se lidar com uma batalha, que é a situação de enfrentamento do medo, da situação e do outro.

Em um exemplo de um manual de linguagem corporal, as posturas indicadas são apresentadas textualmente como “práticas de intimidação, de estabelecimento e de defesa de território, de ataque, de defesa, de contra-ataque”.

A técnica da mão por cima

Quando um adepto de jogos de poder se apresentar a você estendendo o braço com a mão espalmada para baixo, responda com a mão espalmada para cima, mas ponha sua mão esquerda sobre a direita dele, de modo a lhe dar um aperto com as duas mãos, e finalmente endireite a posição das mãos. Esse modo muito mais simples de lidar com a situação transfere para você o poder do seu oponente. (Pease & Pease, 2005, p. 47)

Vale notar que dado que o propósito das instruções é sempre vencer, ganhar, submeter o outro, jamais se render, não aparecem como estratégias nem o recuo e nem a rendição. Até porque as instruções encontram-se inscritas na lógica do sucesso da comunicação e suas garantias dadas pelas estratégias discursivas de persuasão e pelas formas fixadas ao corpo. E estas formas fixadas ao corpo contribuem para a construção e propagação de visões estereotipadas do outro. Uma vez que são passadas como garantidoras de certezas sobre os comportamentos, vão sendo tomadas pela “forma certa de fazer”. A verdade é vendida junto com a forma, passando a ser estas configurações de significado absolutamente úteis a quem quer soluções para pronto consumo.

Porque nos levam a crer que assim é “de verdade”, comportam-se como formas facilitadoras, apresentando-se como solução instantânea para se ter uma compreensão de alguém ou mesmo chegar-se à “verdade” do que está sendo dito pelo outro. E acabam por tornar insistentes alguns estereótipos. Pensarmos em tratar com certo cuidado o uso de estereótipos não parece algo tão simples. Segundo Pinker, “a capacidade das pessoas de deixar de lado os estereótipos ao julgar um indivíduo é exercida por intermédio de um raciocínio consciente e deliberado.” (Pinker, 2004, p. 284)

Contudo, dificilmente esse exercício será feito nos ambientes empresariais, dado que tanto a fala em público na sua visão tradicional quanto a linguagem corporal enfatizam esta noção através da cristalização de sentido nos gestos. Mas para chegarmos ao ponto de pensarmos em transformar este direcionamento, primeiro temos que rever visões como as de que mente e corpo estão separados, de que o interior do corpo pode ser conhecido com precisão pelo exterior e de que o medo de falar em público é um dos grandes medos da humanidade. E cabe também repensar o sentido de se direcionar os sujeitos para leituras

estereotipadas e de controle do outro nas suas interações comunicativas e para a submissão e dominação do outro.

E há ainda o fato de que “quando as pessoas estão perturbadas ou quando são pressionadas a reagir rapidamente” (Pinker, 2004, p. 284), têm mesmo uma maior probabilidade de julgar com base em características estereotipadas. Na medida em que a fala em público, e igualmente a linguagem corporal, propõe uma circunstância de enfrentamento, reforçando o mito do medo de falar em público, naturalmente faz existir todo o tempo a presença do estado de medo no corpo e de desconfiança do outro. Como o vocabulário empregado na fala em público e na linguagem corporal está dentro do campo semântico da metáfora da guerra, os entendimentos também vão nesta direção. Com isso, uma vez que o medo e o seu enfrentamento sejam situações que exercem pressão sobre o sujeito, acaba fazendo mesmo sentido lançar mão de significados fixos sobre o corpo, já que os sujeitos estão postos sob suspeita. Isto porque estes entendimentos não são apenas de conhecimento do sujeito expositor, mas são também compartilhados pela plateia.

Acerca, por exemplo, da convenção do aperto de mãos, somos informados por um manual de linguagem corporal que há uma forma específica de apertar a mão que é feita com a intenção de submeter o outro. Esta forma, diz o manual, é própria das pessoas autoritárias e dominadoras. Ela consiste em, no ato do cumprimento, pôr o braço estendido e cumprimentar com a mão espalmada para baixo. É proposta então pelo manual uma técnica para inverter esta condição apresentada pelo outro. A proposta tem o nome de “técnica do passo à direita”. Vejamos como é:

Quando você recebe um aperto de mão dominador de um adepto dos jogos de poder – geralmente são os homens que o fazem -, é difícil colocá-lo numa posição de igualdade virando-lhe a palma da mão para a posição vertical. Em vez disso, ao estender a mão para cumprimentar, primeiro dê um passo à frente com o pé esquerdo. Isto exige um pouco de prática, porque a atitude natural de 90% das pessoas que cumprimentam com a mão direita é dar o passo à frente com o pé direito. Em seguida, avance um passo com a perna direita, indo em direção ao espaço pessoal do outro. Por último, traga a perna esquerda para junto da direita e sacuda a mão da pessoa. Esta tática permite que você endireite o aperto de mão ou mesmo que coloque o seu oponente na posição submissa. Parece complicado, mas se você treinar com alguém conhecido logo incorporará o gesto. (Pease & Pease, 2005, p.46)

Mas o mesmo tipo de entendimento está presente na fala em público, por vezes até com os mesmos exemplos. Como dissemos, o tratamento dado ao corpo é o mesmo da linguagem corporal. O que há de diferença é a estratégia de dominação do outro que nesta

abordagem está mais centrada na elaboração do discurso persuasivo. Como está posta a fala em público, tradicionalmente, ela sustenta, portanto, uma prática de intimidação, de fato, na qual propõe usar as estratégias discursivas para, do mesmo modo como nas lutas entre os animais, estabelecer e defender território, atacar, defender e contra-atacar com base no discurso persuasivo. Ou seja, ela inscreve-se completamente na metáfora da guerra.

Para Lakoff e Johnson (2002), como algumas táticas discursivas seriam consideradas “irracionais” ou até mesmo “desleais”, estas táticas são proibidas, de forma que são estabelecidas premissas, menção a evidências que amparem estas premissas e estabelecimento de conclusões lógicas. Isto ocorreria em segmentos importantes e influentes da nossa cultura, como os mundos acadêmicos, legal, diplomático, eclesiástico e jornalístico, nos quais algumas normatizações da forma de organizar o discurso são previamente estabelecidas em padrões organizativos claros e precisos. Contudo, estes autores chamam a nossa atenção para o fato de que, mesmo assim,

[...] a DISCUSSÃO RACIONAL ainda é compreendida e desenvolvida ou defendida; você pode vencer ou perder; você tem um oponente cuja posição você ataca e tenta destruir e cujo argumento você tenta derrotar. Se você é bem sucedido, você o elimina. O problema é, pois, que não apenas nossa concepção de discussão, mas também a nossa maneira de desenvolvê-la fundamentam-se em nosso conhecimento e em nossa experiência de combate físico. (Lakoff e Johnson, 2002, p. 136)

É possível considerarmos que, na medida em que grande parte do que usamos em termos de estratégias discursivas numa discussão liga-se ao fato de termos adquirido a competência discursiva, via retórica, para argumentar, na origem da aquisição desta habilidade discursiva estavam mesmo as batalhas entre as tribos nômades. O conflito era físico, de fato. Na passagem para a tribuna muda o recurso, mas, muito provavelmente, não o propósito, que persiste sendo o de derrotar o oponente ou mesmo submeter ou eliminar o inimigo. E como já observamos a relação direta da fala em público com o direito e a política, suas instruções se encarregam de gerar padrões de organização tanto do discurso quanto do modo de agir diante do outro, padrões estes que terão força normativa, comportando-se como dispositivos de poder que continuam a sustentar o propósito de atacar e derrotar o outro. Isto segue influenciando as práticas discursivas de modo que, uma vez que tomamos este pelo modo de fazer, continuamos a nos comportar comunicativamente no campo da metáfora da guerra.

Mesmo que nós jamais tenhamos experienciado uma luta física ou mesmo uma guerra, ainda assim concebemos discussões e discutimos,

[...] de acordo com a metáfora DISCUSSÃO É GUERRA, porque tal metáfora faz parte do sistema conceitual da cultura na qual vivemos. Todas as discussões consideradas 'racional', aquelas que se enquadram no ideal de DISCUSSÃO RACIONAL, não são apenas concebidas em termos de guerra, mas quase todas contêm, de maneira subjacente, as táticas "irracional" e "desleais" que as discussões racionais, em sua forma ideal, não deveriam apresentar. (Lakoff e Johnson, 2002, p.136)

A origem da nossa discussão para Lakoff e Johnson está, assim, no combate físico.

As táticas de intimidação, de ameaça, de apelo à autoridade etc., embora embutidas, talvez, em frases mais refinadas, estão tão presentes na discussão racional, quanto na discussão cotidiana e na guerra. Quer estejamos em cenários científicos, acadêmicos ou legais, aspirando ao ideal da discussão racional, quer estejamos apenas resmungando durante nosso serviço doméstico, a maneira como concebemos, desenvolvemos e descrevemos nossos argumentos fundamenta-se na metáfora DISCUSSÃO É GUERRA. (Lakoff e Johnson, 2002, p.137)

Mas talvez a metáfora da guerra não seja própria da forma como está posta a visão tradicional de fala em público, apenas. Nela podemos vê-la claramente. Mas uma vez que a metáfora da guerra é uma metáfora estrutural, sendo a metáfora estrutural um conceito que sustenta outros conceitos, é possível considerarmos que a metáfora da guerra esteja tão fortemente arraigada à própria ideia de organização discursiva ligada à retórica ou mesmo ao discurso persuasivo que perpassa diversas instâncias discursivas, não apenas no senso comum em situações de fala informal, mas, também, as ligadas ao discurso formal.

Curiosamente, ainda que certos segmentos pretendam uma organização discursiva que, ao menos na teoria, evite o que seria tido por "irracional", fazendo parecer que se afastam da metáfora da guerra, ainda que não seja assim, na visão tradicional de fala em público a DISCUSSÃO RACIONAL é enfatizada, de modo que é o que está presente todo o tempo através da METÁFORA DA GUERRA. Neste sentido também, os manuais tradicionais de fala em público e os de linguagem corporal têm o mesmo entendimento de comunicação e o mesmo propósito em relação à construção de estratégias para ultrapassar o medo: o propósito de instrumentalizar os agentes para ganhar uma batalha, sendo que a linguagem corporal ainda toma para si a competência de desvendar pela leitura do corpo o que o interlocutor - chamado de oponente - procura esconder através do seu discurso verbal.

A linguagem corporal se pretende, portanto, capaz de revelar significados precisos que estão ocultos, dos quais muitas vezes nem o “dono” do gesto tem consciência, com vistas a munir o sujeito para o enfrentamento do outro, sendo assim um dispositivo de poder. O conhecimento do significado de gestos e posturas pretende dar poder ao “leitor do corpo”, que adquire uma competência para lidar com um universo desconhecido, “solucionando” enigmas para sempre. A tônica recai sempre sobre a noção de dominar ou não se submeter. É como se o enfrentamento fosse o *default* das relações interpessoais, e, sendo assim, o corpo serve para – através das posturas mapeadas que devem ser repetidas, assegurar território e garantir poder.

Já a visão tradicional de fala em público se concentra em, com o mesmo propósito, explicar formas de organização discursiva. Vale ressaltar que ela se utiliza do corpo na mesma linha da linguagem corporal, ainda que em alguns momentos proponha também gestos e posturas com o intuito de seduzir a plateia. Mas é seduzir, para conquistar, e conquistar para dominar. É curioso perceber que desconsideramos o espaço físico e a existência do corpo todo o tempo interagindo no e com o espaço físico dos ambientes. Entretanto, parece que nossa comunicação está diretamente vinculada ainda à demarcação de território. Fato é que nosso corpo é um corpo do movimento no e em relação ao espaço físico, e isto precisa ser levado em conta nos treinamentos, e não no sentido de preparar o corpo para o embate físico, mas no de disponibilizá-lo para reconhecer conscientemente o espaço e ter possibilidade de se deslocar nele.

No âmbito da estruturação do texto, seguramente temos uma tradição discursiva ocidental com tamanha força, sobretudo, nas sua modalidade escrita, que acabamos por nos capacitar no desenvolvimento deste recurso para realizações de fins sociais diversos. O que vai ocorrer na visão tradicional da fala em público é que, com vistas a enfrentar o medo e a plateia, o recurso do discurso persuasivo ganhará uma ênfase explícita no sentido de direcionar-se à construção de estratégias discursivas com o propósito de submeter e dominar o oponente, uma vez que a situação de interação é mesmo tomada por uma batalha. Considerando o discurso persuasivo, tão enfatizado pela fala em público em geral, é possível que através dele as táticas “irracionais” ou “desleais” venham a ser filtradas ou até mesmo afastadas como propósito, se o entendimento de discurso persuasivo não

contiver um campo semântico tão fortemente evidente dentro da metáfora da guerra. Este é entendimento de Blikstein (2006), acerca da persuasão:

[...] trata-se de uma operação estratégica que confere à comunicação suavidade, prazer, envolvimento e entusiasmo, a fim de que os ouvintes/clientes, a quem solicitamos a colaboração, sejam estimulados a produzir a resposta de que necessitamos. A persuasão é, pois, uma ferramenta necessária para o bom êxito de qualquer tipo de comunicação. (Blikstein, 2006, p. 61)

Percebemos todo o direcionamento para um ato que se pretende mais colaborativo pela escolha vocabular presente neste período de Blikstein. A questão é que, no seu entendimento de fala em público, a persuasão não é apenas necessária, ela é indispensável, “uma vez que a principal meta de um orador competente é persuadir seus ouvintes/clientes a aderirem às ideias da mensagem e, conseqüentemente, a “comprar” o produto apresentado.” Como estamos dentro de um campo mais amplo da metáfora da guerra é possível que mesmo dentro do propósito colaborativo perseguido por Blikstein, dependendo da necessidade de se “vender” o produto ou de convencer, a ênfase acabe por recair na direção de submeter o outro, convencendo-o a qualquer preço, valendo-se mesmo de táticas “desleais” para apoiar a venda ou o convencimento.

E é possível também que como o entendimento de colaboração é ainda tão distante do senso comum, inclusive no que diz respeito à fala em público, o próprio mito do medo de falar em público acabe sustentando esse entendimento de se usar o discurso persuasivo com vistas a submeter e dominar como recurso para enfrentar o medo. Posto assim, tanto a fala em público na sua visão tradicional quanto a linguagem corporal são ofertadas como instrumentos cujas técnicas se convertem em estratégias de dominação, tratando-se então ambas de dispositivos de poder que influenciam diretamente o modo como as relações interpessoais se dão em ambientes organizacionais. Desse modo, elas contribuem para fomentar uma cultura de preconceitos, estereótipos e dominação do outro via discurso e construção de imagens. E estes ambientes favorecem essa cultura, dado que já estão baseados na existência de funções e papéis, que se ligam diretamente às imagens das pessoas nos seus ambientes de trabalho.

Vemos assim que tanto a fala em público quanto a linguagem corporal vão além de serem apenas propostas para as pessoas resolverem situações de comunicação interpessoal. Elas implicam em uma visão de mundo, de comunicação e difundem padrões de comportamento, modos de agir, pretendendo uma atitude para o enfrentamento mais dos

que para a interação, não havendo espaço para se considerar a cooperação. Uma vez que nestas situações de comunicação há a presença, de fato, de corpos, há o risco real de o confronto poder chegar a ser físico. Mas como dificilmente este ocorrerá, o que intimida mesmo é a presença do outro, o olhar do outro e a possibilidade do seu julgamento. Mas o outro é uma presença necessária, e parte deste tipo de situação de comunicação.

Como o entendimento de corpo é o de que ele pode ser controlado, desde que se aprenda a usá-lo ou lê-lo, o medo precisa referir-se a um “perigo real e ameaçador”. Esse perigo é a plateia. O outro não é visto então como condição necessária para que a comunicação possa se dar, mas como o que se tem que enfrentar e dominar. Um interlocutor vivo, de carne, ossos, olhos e todo um conjunto de gestos, posturas e expressões que, de fato, intimidam o sujeito expositor que conta com o discurso persuasivo e posturas fixas impostas ao corpo para “enfrentar” o inimigo. Se o entendimento da visão tradicional da fala em público e da linguagem corporal é de que plateia ali está para intimidar o sujeito expositor e se o sujeito expositor em contrapartida deve adquirir técnicas para se capacitar a enfrentá-la, estão então postas as condições para que se dê a batalha.

Mas se há plateia estamos, portanto, diante de um contexto de interação no qual há a presença de corpos. Com isso, a dimensão física ganha relevância e a existência não apenas do sujeito expositor mas, também, a da plateia precisam ser consideradas, dado que há um nível presente todo o tempo que é o da exposição. A questão é como esta situação inevitável de exposição ao outro – já que há a presença de corpos – gera um incômodo que pode ser agravado, dados os entendimentos que estão postos na visão tradicional de fala em público e de linguagem corporal. Os entendimentos de uma exposição que, na verdade, não é pensada, uma vez que o corpo sendo objeto que carrega o discurso é coisa que ali está.

Com isso o sujeito não pode ter seu corpo considerado como um corpo que está vivo, tem emoções, sentimentos, possibilidade de ação, de percepção e que o tempo todo troca informação com o ambiente. Esse corpo no encontro com o outro precisa ter elementos para lidar com a situação de exposição que vem sendo desconsiderada no âmbito do mito do medo de falar em público, das verdades absolutas, da metáfora da guerra e de um entendimento de corpo objeto, que todo o tempo é fragmentado com vistas a garantir significados em uma situação de comunicação que acontece a priori.

Devemos considerar, então, que em situações de comunicação em que há a presença dos sujeitos, a exposição diante do outro se configura. Esta é mesmo a característica das comunicações presenciais. Contudo, é claro que em situações de fala em público, ou mesmo em apresentações em reuniões, no momento em que um sujeito é destacado para falar ou se coloca para falar ele atrai sobre si as atenções. O que ocorre é que, na nossa escolarização ou em outros ambientes, a aprendizagem, de modo geral, não privilegia desenvolver qualidades em seus corpos que lhes possibilitem interagir quando estão expostos ao olhar do outro de modo seguro, confortável e com uma atitude de presença. Especialmente, porque fazemos parte de uma cultura que separa mente de corpo, e que ou cultua o corpo físico ou o aprisiona em formas fixas. Nenhuma destas condutas ajuda os sujeitos a lidar com a exposição própria à fala em público. Para nós, então, a questão é como esta situação inevitável de exposição ao outro fica ainda mais agravada, dados os entendimentos sustentados e reforçados na visão tradicional de fala em público e de linguagem corporal, baseadas em mitos e estereótipos e num entendimento equivocado de corpo.

Nos dias de hoje, em que as intimidades estão expostas, a visualidade tem força e a aparência parece corresponder à essência, numa cultura de visibilidade total que Ortega (2008) nomeia de cultura somática, tudo está à mostra e os indivíduos não podem se esconder. Para alguns autores a somatização da subjetividade é a tônica da contemporaneidade, tendo a aparência do corpo se tornado central às noções de auto-identidade. “A somatização da subjetividade é um processo que vem sendo analisado por vários autores. Na cultura somática o corpo é reinventado como objeto de visão. Corpo e *self* tornam-se idênticos [...]” (Ortega, 2008. p. 42)

O corpo não seria mais então a base do cuidado de si, servindo o “eu” tão somente para cuidar do corpo. Na cultura somática o sujeito não estaria mais interessado em valores como prudência, bondade, sabedoria, coragem ou mesmo conhecimento de si. Teria substituído a introspecção pela fruição do prazer, voltando-se a uma busca incessante de sentir-se bem fisicamente, procurando sempre os máximos ganhos de prazer e interessado apenas em desafiar os limites da satisfação, da força e da potência física. E para Ortega (2008) este sujeito que faz do corpo um *alter ego* corre mesmo um risco enorme.

Na nossa cultura somática, a aparência virou essência e os ‘condenados da aparência’ são privados da capacidade de fingir, de dissimular, de esconder os

sentimentos, as intenções, os segredos, uma capacidade presente na cultura da intimidade que se tornou obsoleta. Hoje, sou o que aparento e estou, portanto, exposto ao olhar do outro, sem lugar para me esconder, me refugiar; estou totalmente a mercê do outro, já que o que existe (o corpo que é também o self) está à mostra. Somos vulneráveis ao olhar do outro, mas ao mesmo tempo precisamos de seu olhar, precisamos ser percebidos, senão não existimos. (Ortega, 2008, p. 43)

Mas mesmo que não tomemos esta vertente como a justificativa, não há como negar que, via de regra, os indivíduos experimentam um desconforto em situações nas quais se veem expostos ao olhar do outro, e muitas vezes têm questões e dúvidas sobre como agir em suas relações, inclusive profissionais. Uma ressalva a esta constatação deve ser feita a um tipo de exposição do corpo que vem sendo estimulado como prática social adequada que é o do culto à sua forma física desenvolvida, sobretudo, em academias. Este culto que está ligado diretamente a padrões estabelecidos de beleza, de feminino, de masculino etc. pode direcionar também para uma necessidade de exposição, de forma a ratificar a visão que o sujeito tem de si mesmo.

Por vezes, estes padrões também acabam por gerar estereótipos que, profissionalmente, podem não estar compatíveis com os que servem às imagens profissionais dos sujeitos. Independente deste ruído em relação ao valor atribuído a uma imagem, o tipo de exposição para a qual se prepara o sujeito que cultua deste modo o corpo é diferente do que vai se dar na fala em público. Além de se tratar de um lugar de destaque que se assemelha ao palco, conferindo normalmente uma circunstância em que o sujeito se vê sozinho em frente a um grupo, ele tem que permanecer ali e expor ideias. Isto é de natureza bastante distinta daquilo que ele experimenta na esfera privada. Nesta ele pretende ser visto e admirado por conhecidos e até desconhecidos. Os desempenhos propostos e esperados aos corpos variam de acordo com os contextos em que vão se colocando. Profissionalmente, as necessidades que se apresentam, na maior parte das situações, são diferentes das que se colocam na vida privada, ainda que muitos não saibam disso.

É possível considerarmos que há uma diferença importante entre o entendimento de o sujeito expor o seu corpo para a admiração por outros e de se ver exposto na fala em público. Não que esteja, mas entende o sujeito que cultua sua forma física que ele está no controle da situação no momento em que se coloca a exibi-la. Neste caso, não se está considerando outra possibilidade de leitura por parte do outro a não ser a confirmação do um valor positivo que se escolhe pôr à mostra. Isto porque só irá interessar a confirmação

deste valor. Seu propósito busca apenas a confirmação de uma admiração que ele já nutre por si próprio. Dificilmente ele se colocará em situações nas quais a possibilidade de um julgamento de outro modo venha a ocorrer, ao menos expressamente a ele. Fato é que não se considera, neste caso, o controle ou não da situação. Contudo, em situações de fala em público a possibilidade de o outro vir a ler o corpo do sujeito expositor de modo diferente da que ele gostaria sai do âmbito do seu controle. E esta consciência o sujeito expositor tem. Ele sabe que em situações de fala em público há, sim, a possibilidade de o outro ler de modo diferente da que ele gostaria o seu corpo.

Mais que isso, a permanência da exposição e a necessidade de passar também conteúdo implica em tempo para que o leitor, nesse caso a plateia, possa ter múltiplos julgamentos e avaliações. Não se trata tão somente de uma impressão sob um enfoque direcionado pelo próprio sujeito. Vai tratar-se de uma avaliação. Com isso, surge uma dimensão de descontrole, ou melhor, uma consciência maior da impossibilidade do controle. E imaginar que o outro possa ter o controle sobre nós é sempre uma situação ameaçadora. Podemos considerar então uma ambivalência, pois do mesmo modo em que se pretende ser bem visto pela plateia, há a possibilidade de alguns ou até mesmo de toda a plateia não se comportar assim. Nesse não controle há portanto um medo, um medo do sujeito talvez não exatamente da situação de fala em público, mas o de se sentir sem controle em um momento em que o corpo é dado à exposição.

O conceito de Panóptico desenvolvido por Foucault (1985) ajuda a esclarecer como se dá este tipo de controle. O estudo de Foucault trata de um tipo de controle sobre os corpos dos sujeitos, através de torres de observação que garantiam o patrulhamento dos indivíduos. Estas torres poderiam ser metafóricas ou reais, como as que havia muitas vezes em fábricas e complexos residenciais fabris. As sociedades que ele analisa inventavam ainda locais onde, por confinamento, o patrulhamento era facilitado, como manicômios e prisões, muitos dos quais também com o modelo das torres de observação. Metaforicamente ou não, o que Foucault identifica é a existência de um local de observação, cujo olhar privilegiado possibilita o controle dos demais. Contudo, o controle que claramente é posto nas torres físicas de observação vai sendo internalizado. A ideia de vigilância é tão poderosa que mesmo quando não existe o Panóptico, o observador externo privilegiado, o sujeito se sente como se existisse.

No caso da fala em público, talvez possamos pensar em um Panóptico invertido, uma vez que quem parece estar no controle ou ao menos em um lugar de observação privilegiada é o sujeito expositor, mas, na verdade, ele é o observado. Portanto, o poder de observação é da plateia. Todos os recursos postos à disposição do sujeito expositor pela fala em público são colocados com vistas a expandir e garantir formas de controle deste sobre a plateia. Este propósito não tem como estar apartado daquela ideia de que a mensagem será passada como pretendeu o seu construtor e a plateia irá recebê-la exatamente do modo pretendido. Vimos que estes entendimentos estão atrelados a uma noção de que a comunicação ocorre a priori. Contudo, considerando-se o entendimento de que a plateia não é uma massa amorfa, identificamos que ela tem também a possibilidade de olhar o sujeito expositor e, sobretudo, de cada um da plateia ter a sua própria leitura.

Sendo assim, o controle deixa de estar no olhar aparentemente privilegiado espacialmente do sujeito expositor. Sobretudo porque o que está em jogo não é uma única e rápida impressão do corpo, mas a realização de um ato comunicativo que envolve, inclusive, o papel do sujeito e o seu desempenho profissional. E considerando-se a dinâmica da comunicação, não há como se ter controle do que o outro vai eleger como significativo. E mesmo que o sujeito expositor esteja totalmente imerso na lógica de comunicação que entende que há de sua parte modos de exercer o controle de toda a plateia, na situação de comunicação ele sabe que vai se deparar com inúmeros olhos que irão vê-lo e julgá-lo, querendo ele ou não. Até porque, a mesma lógica que propõe o controle e a submissão da plateia é a que fomenta os estereótipos e sustenta inúmeras maneiras de julgar e punir. Assim, se como vimos o Panóptico para Foucault é um dispositivo, considerarmos a plateia como um panóptico invertido é ver nela também um poder de inibir, capturar e de algum modo controlar os gestos do sujeito expositor. Neste sentido, o entendimento do controle que será exercido pelo sujeito expositor, e que é garantido pela fala em público, é subtraído por esta inversão.

Esta vulnerabilidade é agravada pela circunstância que envolve um desempenho profissional, que requer noções esperadas de padrões de comportamento profissional, ocorrendo, portanto, uma sobreposição de exposição do sujeito que ali está também para desempenhar um papel na empresa. Nestes ambientes, não há como escapar ao olhar do outro, nem ao seu julgamento. E há pouca compreensão, de modo geral, do modo como

portar-se profissionalmente, fazendo com que muitas vezes práticas comuns e até bem vistas nos relacionamentos pessoais privados não sejam compatíveis com os comportamentos profissionais esperados.

Um diretor que fala, por exemplo, a seus gerentes tem que desempenhar com eficiência sua função ao comunicar o que é necessário para a empresa. Mas ao mesmo tempo em que olhos atentos analisam a propriedade do que está sendo colocado, analisam também sua fluência na fala ou não, se ele está vestido ou penteado de forma compatível com sua função, se está magro demais, gordo demais, se é simpático com a plateia, autoritário, arrogante etc. Assim, tanto elementos de sua aparência quanto de sua atitude são levados em conta durante a sua apresentação, querendo ele ou não.

E mesmo que se pretenda conferir e garantir um enquadre próprio aos ambientes profissionais, em especial os empresariais, que têm convenções às vezes até bem precisas, chegando a construir manuais de conduta nos quais podem ser estipulados, por exemplo, trajes apropriados para homens e mulheres na empresa, o sujeito expositor se vê exposto globalmente, o que significa dizer que há uma exposição também da sua figura. Todos temos consciência de que não é apenas para sobreviver que procuramos pistas que nos ajudem a nos localizar e saber como agir diante das situações. Isto porque parte do comportamento em sociedade diz respeito a identidades e a acordos em grupo, e tanto estereótipos quanto o julgamento e até a fofoca funcionam neste sentido, em alguns grupos mais, para certos indivíduos também mais do que para outros. Portanto, um comportamento esperado é o de que estaremos em julgamento diante do olhar da plateia, quando em situações de fala em público.

É possível que diante desta constatação a saída que tenha sido encontrada pela visão tradicional de fala em público em relação à exposição, seja não o seu reconhecimento e formas para lidar com esta situação, mas a afirmação do mito do medo de falar em público. E para ultrapassar o medo é proposta a imposição de um padrão de conduta com base em uma construção autoritária, na qual o sujeito expositor é treinado a ultrapassá-lo, submetendo e dominando sua audiência, propondo-se que nestas bases se estabeleçam as relações de comunicação que mais poderíamos chamar de dominação. Instruções desse tipo não faltam nos manuais, como, por exemplo:

A habilidade no sentido mais amplo é a capacidade que deve possuir o orador de dizer aquilo que as pessoas desejam ouvir, para que no final ajam de acordo com a sua vontade. Enquanto expõe as ideias, verificará quais as que produzem maior efeito; atacará com veemência em determinados momentos, quando as defesas dos ouvintes parecerem desguarnecidas e recuará em outros, quando sentir forte resistência por parte do auditório. Quando o comunicador se encontra diante do público, ele se transforma num guerreiro prestes a duelar com seu adversário. (Polito, 2002, p. 46)

Esta noção de subordinação e controle que acaba sendo normatizada pela fala em público está em consonância com a noção de corpo somático da qual nos fala Ortega (2008). Segundo ele nos explica, os românticos, na sua procura por autenticidade acabaram perdendo a aparência e ganhando a interioridade. Na sequência, nós, homens somáticos, “abolimos a interioridade sem recuperar o fingimento dos antigos”. Sem máscaras, com corpos que são a sua essência, o homem somático é o melindroso, é superficial e está em eterna desconfiança do outro (a paranóia). Para Ortega (2008), “trata-se de um indivíduo frágil, inseguro e insensível ao outro, e para quem o controle e a regulação relevam à reciprocidade e à transformação” (Ortega, 2008, p. 45). E ao sujeito de vontade fraca e sem conhecimento de si, nada mais adequado que apoiar-se na norma, em estereótipos facilitadores e instruções que pretendem garantir o controle da situação, com base na sustentação de mitos e verdades absolutas que asseguram que a melhor forma de fazer é subordinar, conter e controlar o outro visto como uma ameaça. Estes são os princípios da fala em público e da linguagem corporal.

Porém, mais do que seguirmos investigando se essência e aparência estão ou não juntos, ou se na contemporaneidade há ou não lugar para se esconder do olhar do outro, interessa-nos aqui compreender em que condições o corpo pode ser visto como o meio pelo qual o sujeito expositor troca com o ambiente. Nesse sentido, compreendermos como ele vem sendo tratado pelas abordagens tradicionais de fala em público e pela linguagem corporal é fundamental, na medida em que propomos uma abordagem da fala em público que pretende também uma revisão da relação entre sujeito expositor e plateia, que implica em rever esta postura de confronto ou de enfretamento ao olhar do outro, dando lugar à interação entre indivíduos. E na sequência compreendermos que o mito do medo de falar em público se presta a sustentar a visão tradicional de fala em público, não a gerar um lugar de conforto ao sujeito expositor.

Estamos propondo, portanto, um entendimento de corpo totalmente diferente do instrucional, como sobressai, por exemplo, neste comentário que destacamos: “Com o tempo, você estará tão acostumado a comandar seu corpo, que acabará agindo naturalmente, adquirindo e transmitindo sua confiança” (Polito, 2002, p.38). Instrumento de dominação do outro, o corpo, na visão tradicional da fala em público é passível de ser também domesticado por seu próprio “dono”, na medida em que, preso à dicotomia mente-corpo é todo o tempo tornado objeto e submetido às razões da mente. Encontramos uma oportunidade de compreensão acerca deste entendimento de corpo em Ortega (2008).

Em termos fenomenológicos, a redução da experiência do corpo subjetivo ao corpo objetivo, mensurável, quantificável e fragmentado, que desde a revolução vesaliana acompanha a história das práticas anatômicas e das tecnologias de visualização, corresponde a uma relação com o corpo como “algo que se tem” e “não como algo que se é”. (Ortega, 2008, p. 104)

Como está, a visão tradicional de fala em público, reforçada pelos entendimentos difundidos através dos manuais, contribui não apenas para sustentar um padrão de comportamento que endurece os corpos, na medida em que os aprisiona numa configuração que lhes é imposta previamente com vistas a servirem de recurso diante da batalha, como a própria ideia de confronto já é em si algo que causa tensão. Esta visão impede, portanto, que se integre corpo-fala-pensamento-conteúdo-movimento-respiração-olhar com vistas a estabelecer uma condição de presença e de interação com a plateia, levando a um entendimento da situação de fala em público como o palco permanente de confronto. Tudo se passa, portanto, na esfera do controle, do poder e daquilo que se pode construir exterior e previamente, inclusive a comunicação.

Assim sendo, não apenas o corpo é objeto passível de organização e construção baseadas em instruções disciplinadoras, como também é objeto de controle o alvo a ser dominado – plateia ou indivíduo – posto que num universo tomado como estático as garantias de sucesso estão dadas pela aquisição das técnicas. No universo da metáfora da guerra, a recorrência no tratamento da fala em público como uma situação que carrega em si os elementos de uma batalha transparece, inclusive, em menções a comportamentos humanos pré-dispostos ao confronto desde os primórdios até hoje, passando a visão de que é mesmo da natureza do humano guerrear através, também, de palavras.

Séculos atrás, os homens usavam escudos para se proteger das lanças e tacapes do inimigo. O homem civilizado de hoje em dia usa o que estiver à sua disposição para repetir esse comportamento autoprotetor quando sob ataque

físico ou verbal. Ele se refugia atrás de portões, portas, cercas, mesas, a porta aberta do seu carro e até cadeiras. (Pease & Pease, 2005, p. 163)

Vemos também em textos sobre fala em público menções aos medos que os atores sentem quando estão em cena. Recentemente, li num texto da internet sobre fala em público que “até a Fernanda Montenegro sente medo no início do espetáculo”. Nesta linha de raciocínio, a plateia aparece então como um grande monstro, repleto de olhos prontos a devorar o sujeito expositor, estando ali basicamente com o propósito de analisá-lo, julgá-lo e muito provavelmente condená-lo. Não há, portanto, como não temer esta situação que, vista pelos entendimentos tradicionais da fala em público e da linguagem corporal, só pode ser resolvida se o sujeito expositor se aparelhar para o enfrentamento. Este entendimento da plateia como ameaça é totalmente compatível com a ideia de que a plateia é aquela massa amorfa que irá receber a mensagem, por incrível que pareça. Mas devemos crer que ela seria amorfa só no que diz respeito a vir a ter o mesmo entendimento da mensagem. Sendo, entretanto, composta por corpos e olhos. E estes ali estão para investigar, checar e examinar o sujeito expositor, podendo, inclusive, se forem versados na linguagem corporal, decifrar intenções que não transparecem na fala, mas estão postas à mostra no corpo do sujeito expositor.

A ênfase no mito do medo de falar em público, somada a um direcionamento para o enfrentamento do medo e do outro, parece, pois, uma justificativa bastante plausível para o desconforto que muitos experimentam diante da exposição, ainda que se acredite que há modos de combater e dominar o monstro. Soma-se a tudo isso que o enfrentamento - modo proposto para lidar com o medo - é pensado com base em instruções normativas ao corpo. Outra possibilidade seria sair do universo do mito do medo de falar em público, buscando uma preparação para o corpo de modo a lidar com a exposição que é parte do formato de comunicação da fala em público, dado que envolve um anfiteatro e uma plateia. Não precisamos de grande esforço para identificar uma certa sobreposição de imagens entre o palco e o espaço de apresentação do sujeito expositor, tanto quanto é comum vermos a plateia esperando que o sujeito expositor dê um show. Mas na linha dos manuais de fala em público é proposto ao sujeito tornar-se um líder capaz de dominar seus interlocutores, ao mesmo tempo em que irá se desenvolver na “incrível arte de falar em público”. Nosso

entendimento é o de que através da experiência de seus corpos os sujeitos expositores podem vir a lidar com o espaço de exposição de forma a constituir o estado de presença.

Esta outra possibilidade que se vai construindo através da experiência e não da instrução somente, em conjunto também com outro entendimento do que seja a comunicação, permite ao sujeito expositor considerar a existência do espaço físico com o qual o corpo se relaciona todo o tempo, tanto quanto suportar no corpo ser olhado pela plateia. Estamos falando, então, do desenvolvimento de uma habilidade que possibilite ao sujeito expositor estar confortável na situação de exposição e de uma atitude de troca com a plateia.

Considerar a fala em público como um campo para o desenvolvimento de uma habilidade cognitiva do corpo, como propomos aqui, faculta ao sujeito expositor dar novas e constantes respostas às situações que se colocam no momento presente. E ao ressaltar a dimensão do ambiente, isto implica termos um novo posicionamento também em relação à plateia, cujos olhares, intenções e expectativas estão postos todo o tempo, sobretudo, em ambientes empresarias, nos quais estão em jogo não apenas a figura do sujeito expositor, mas, também, as funções e os papéis dos agentes, o que amplia a complexidade das relações. Estar diante do olhar da plateia implica não apenas na exposição do sujeito expositor frente a outros indivíduos, como na relação que o corpo estabelece continuamente com o ambiente, incluindo nele a plateia. E justamente por ser uma situação de fala na qual o corpo do sujeito expositor está presente e exposto ao olhar da plateia, o corpo precisa ganhar relevância e ser compreendido como aquele que estabelece uma relação com o ambiente no conhecimento do mundo, e é dinâmico no momento em que ocorre a situação de fala em público.

Pretender desenvolver no corpo a possibilidade de ter um estado de presença como condição de suportar e interagir na circunstância de exposição diante do olhar de outros guarda uma natureza muito distinta da proposta tradicional dos manuais e treinamentos de fala em público de submeter ou dominar a plateia através do discurso, tanto quanto só se torna possível dentro de um outro entendimento do que seja a fala em público e de uma outra visão acerca da comunicação, de significado e de significado do corpo.

As relações entre o corpo e o ambiente se dão por processos co-evolutivos que produzem uma rede de pré-disposições perceptuais, motoras, de aprendizado e emocionais. Embora o corpo e ambiente estejam envolvidos em fluxos permanentes de informação, há uma taxa de preservação que garante a unidade e

a sobrevivência dos organismos e de cada ser vivo em meio à transformação constante que caracteriza os sistemas vivos. Mas o que importa ressaltar é a implicação do corpo no ambiente, que cancela a possibilidade de entendimento do mundo como um objeto aguardando um observador. (Greiner, 2005, p. 130)

Não há, portanto, algo como um sujeito apartado do mundo, o que invalida a possibilidade do sujeito manipular completamente seu corpo ou a plateia. Todo o tempo há um fluxo de informação. Isto faz com que tenhamos que lidar com o fato de que a comunicação é complexa e dinâmica, tanto quanto o corpo. Compreendermos as complexidades nos permite também rever o modo como entendemos o que seja a plateia, que não terá um entendimento uníssono do que diz o sujeito expositor. Precisamos entender que as possibilidades de leitura são sempre múltiplas, dado que as informações usadas por cada um da plateia pertencem em parte a universo compartilhado e em parte ao universo próprio de cada um. Uma vez que a plateia deixa de ser a massa amorfa e que reconhecemos que cada um ali também tem corpo vivo, essas pessoas podem ser vistas também como possuidoras de questões e dificuldades que são enfrentadas cotidianamente pelos seres humanos. E uma atitude que se proponha à interação vai ser tranquilizadora também para a plateia.

No século XXI, questões de identidade e diferença ganharam a cena, sobretudo fazendo com que se repensassem muitas dicotomias que vinham informando o pensamento ocidental como passado e presente, tradição e modernidade. Vimos surgir assim novas conceituações, como, por exemplo, a de entre-lugar de Homi Bhabha (2003), possibilitando a categoria do “outro” ser vista também fora da polaridade. Mas mesmo que como propõe Bhabha pensemos num outro que emerge de nós mesmos, podendo ser visto então como “agente da articulação e da diversidade” (Greiner: 2010), na fala em público, e em especial na linguagem corporal, sustentado pela metáfora da guerra, o entendimento do outro continua a ser não apenas dicotômico como voltado ao enfrentamento, o que confere à comunicação uma dimensão de dominação.

Cada cultura deve propiciar uma forma mais ou menos bem sucedida de lidar com o seu ambiente, tanto adaptando-se a ele como o transformando. E mais, cada cultura deve definir uma realidade social na qual as pessoas tenham papéis que façam sentido para elas e em termos dos quais possam agir socialmente. Não seria surpreendente que a realidade social definida por uma cultura afetasse sua concepção de realidade física. O que é real para um indivíduo como membro de uma cultura é produto tanto de sua realidade social, como da maneira como ela molda a sua experiência do mundo físico. Já que a maior parte de nossa realidade social é entendida em termos metafóricos e já que nossa concepção de mundo físico é, em parte, metafórica, a metáfora desempenha um papel muito

significativo na determinação do que é real para nós. (Lakoff e Johnson, 2002, p. 244)

Portanto, compreendermos o papel da metáfora é fundamental para entendermos porque ainda consideramos o medo e o enfrentamento da situação de fala em público através de estratégias discursivas de persuasão como a prática dominante. E podemos pensar a cultura em diferentes níveis. Podemos pensar o entendimento geral do senso comum de linguagem no sentido restrito como explicamos aqui, que tem o entendimento de fala e público no âmbito da metáfora da guerra, até as culturas organizacionais, que também estarão refletindo estes mesmos entendimentos. É importante lembrar que uma empresa – se não tem conscientemente uma proposta de padrões de comportamento a serem adotados, tem nos hábitos instalados ainda assim a sua cultura organizacional. Esta cultura também funciona de modo a definir uma realidade social e papéis, e a empresa, na sua maioria, também está instalada em um ambiente físico. E o entendimento tradicional de fala em público contribui também, tanto quanto a linguagem corporal, para formar a cultura nas empresas.

Neste sentido, se pretendemos outro entendimento de corpo e outra prática nas relações interpessoais na fala em público em ambientes empresariais, é importante pensarmos outra cultura que compreenda em si não apenas estratégias de dominação, mas possibilidades de cooperação e de interação, que para se fazer precisará, antes de mais nada, compreender o importante papel das metáforas do pensamento na construção de realidades. E a metáfora ganha ainda mais relevância, se, como explicam Lakoff e Johnson (2002), entendemos que ela é “um meio de estruturar nosso sistema conceitual e os tipos de atividades diárias que desenvolvemos” do mesmo modo que também pode ser fator de mudança do nosso sistema conceitual. Estas seriam o que Lakoff e Johnson chamaram de metáforas novas. Segundo estes autores, estas são as metáforas que conseguem criar uma nova realidade.

Isso pode começar a acontecer quando começamos a entender nossa experiência em termos de uma metáfora e ela se torna uma realidade mais profunda quando começamos a agir em função dela. Se a metáfora nova entra no sistema conceitual em que baseamos nossas ações, ela alterará esse sistema conceitual e as percepções e ações a que esse sistema deu origem. Muitas mudanças culturais surgem da introdução de novos conceitos metafóricos e da perda de antigos. (Lakoff e Johnson, 2002, p. 242)

Como a linguagem é um dispositivo poderoso de poder, se pretendemos mudar o modo de pensar acerca da fala em público, precisamos considerar também a mudança da metáfora. Portanto, transformar a metáfora da guerra seria um princípio importante, além de mudarmos o entendimento de comunicação e de corpo. Isto porque “as mudanças no nosso sistema conceitual realmente alteram o que é real para nós e afetam nossa percepção de mundo, assim como as ações que realizamos em função dessa percepção” (Lakoff e Johnson, 2002, p. 243). Assim, para tornarmos a fala em público mais “comunicativa” e eficiente, é fundamental gerar condições para promover mudanças de hábitos cognitivos, como veremos no capítulo 2, bem como intervir no processo de organização das metáforas do pensamento.

Neste sentido, é importante, ainda, reconhecermos uma dimensão de normatização de atos e posturas com base não apenas na retórica e oratória e em modelos do século XIX, mas identificar que na tentativa de usar modelos e gerar padrões ideais de comportamento, os manuais de fala em público e de linguagem corporal muitas vezes comprometem seriamente os entendimentos, ao tomarem por referência certos modelos que precisam, no mínimo, serem questionados e repensados. Este é o caso de citarem Hitler como um grande orador, como vemos nos dois trechos a seguir.

Preocupados em fazer os eleitores acreditarem no que estão dizendo, muitos políticos se tornam peritos na simulação da linguagem corporal. Os que conseguem fazê-lo com sucesso – como John F. Kennedy e Adolf Hitler – são considerados “carismáticos”. (Pease & Pease, 2005, p. 32)

Hitler, criticado por quase todo o mundo pelas suas monstruosas decisões durante a Segunda Guerra Mundial, foi na verdade um orador admirável. O povo alemão estava humilhado, desesperado e tomado pelo histerismo, exigia naquele momento um líder que compartilhasse dos seus sentimentos, e Hitler demonstrou nas suas atitudes o que todos desejavam ver. (Polito, 2002, p. 61)

O fascínio pelo modelo e pelo convencimento é de tal ordem que, mesmo depois de tudo que já sabemos acerca do holocausto, ainda assim, como força de argumento são trazidos à cena modelos como este. É necessário repensarmos nossos critérios de avaliação e posituação de algo, pois *político e orador admirável e invejável* são adjetivações que não deveriam mais aparecer para qualificar alguém capaz de cometer atrocidades que transformaram completamente o mundo, como fez Hitler.

Há, no mínimo, uma responsabilidade política a ser considerada e não repisada nos próximos manuais, treinamentos, em especial ao se considerar a ênfase na categoria de

líder. Mesmo que não se vejam assim, os manuais de fala em público e de linguagem corporal dado seu fascínio por fórmulas, modelos e mitos acabam por construir, replicar e expor técnicas de dominação, travestidas de formas de se lidar com um dos grandes medos da humanidade, o de falar em público, reforçando o mito. E por não nos determos em observar menções como essas a Hitler, elas continuam sendo utilizadas como exemplos válidos, como pudemos ver recentemente no filme *O discurso do rei*, do diretor Tom Hooper, de 2011.

Se as metáforas usadas ou mesmo as palavras empregadas, valoradas positivamente e reempregadas não são vistas, examinadas e compreendidas na dimensão que têm de gerar padrões de comportamento ou mesmo entendimentos de mundo, ficamos impedidos de ver que estão suportando determinadas práticas nas relações. Elas são conceitos com os quais entendemos e nos relacionamos com o mundo, expressando, ainda que sem saber, visões e valores, tanto quanto, muitas vezes, normas e padrões de conduta. Quando a visão tradicional da fala em público e da linguagem corporal propõe a dominação de um “oponente” por outro “oponente”, ao contrário de se apoiarem como imaginava Reddy na comunicação com o propósito de levar os seres humanos a se aproximarem, geram resistência, angústia e servem para sustentar o incômodo diante da exposição inerente à fala em público.

Se compreendemos o importante papel das metáforas do pensamento na construção do significado, também poderemos conhecer que entendimentos de comunicação, instruções e normatizações estão contidos no modo como a fala em público está posta, tradicionalmente. Poderemos, por fim, reconhecer que a transposição dos elementos do texto, tais como palavras e frases, a noção de uma gramática, a intenção de dicionarização de gestos, posturas e expressões faciais ao corpo não é uma formulação possível para o corpo no âmbito da significação.

E, sobretudo, vamos compreender que não é mesmo possível atribuir ao corpo formas fixas que garantam a comunicação, a não ser normatizando e aprisionando corpo e significação. Entretanto, quando isso ocorre, a dinâmica da interação tanto entre corpo e ambiente quanto entre sujeitos fica obstruída na sua fluência, porque há múltiplas possibilidades no corpo, e um gesto vai sempre bem além de um único significado. Mais

que isso, a significação não é uma correspondência a gestos convencionados socialmente, ainda que muitos nos sejam extremamente úteis, como chamar um táxi, por exemplo.

Para se transformar efetivamente ações ou padrões estabilizados no corpo, precisamos tomar mente e corpo como estando juntos e em relação constante entre si e com o ambiente. E se queremos interferir em gestos e posturas ou outros padrões do corpo precisamos ter um novo entendimento de corpo e incluir experiências, movimentações, novas sensibilizações e dinâmicas nas nossas propostas de treinamento. Só depois poderemos seguir de modo a compreender a importância da percepção, do nosso aparelho sensório-motor, do corpo, da experiência na comunicação humana e da categorização, vindo a incluir a dimensão do sentimento.

Então seremos capazes de organizar uma nova noção da fala em público que não se sustenta mais pelo medo de falar em público ou pelo enfrentamento de uma batalha, mas que se estabelece como possibilidade de experimentar uma situação relacional de comunicação, que inclui o corpo e o ambiente, pois, como tão bem define Greiner (2010), “a vida humana poderia ser entendida como a arte de dar significado a nossas experiências corporais.”

Capítulo 2

A dinâmica da experiência: o movimento

Neste capítulo vamos continuar a apresentar modos de entendimento do corpomídia que fundamentam nossa hipótese. Para tanto, torna-se necessário propormos uma discussão sobre significado e significado do corpo. Ultrapassar a noção de que o significado⁴⁶ está nas palavras e sentenças e compreender que o corpo não é coisa na qual se colocam gestos e posturas com o propósito de fixar significados é entender e aceitar a ideia de que mente e corpo estão juntos e envolvem um processo bastante complexo na sua relação com o ambiente. “Portanto, parece mais apropriado, ao invés de discutirmos a dicotomia corpomente, usar o termo organismo ecológico, que já incluiria corpo, cérebro e ambiente” (Greiner, 2010, p. 92). A partir do entendimento de significado que apresentamos aqui, podemos pensar um tipo de treinamento para a fala em público que considere a questão da presença em vez de pretender submeter o outro. Construir no corpo um estado de presença e a possibilidade de suportar a situação de exposição guarda uma relação com o corpo de natureza muito distinta da que vemos nas abordagens tradicionais de fala em público, que se consolidam, sobretudo, como formas de superar a timidez e o medo. Dada a ênfase destas abordagens ao mito do medo de falar em público, vamos repensar esta questão, a partir da compreensão do papel dos sentimentos e das emoções para a construção de significado. E para podermos lidar também com uma outra noção de significado de corpo torna-se necessário considerarmos entendimentos sobre percepção, memória, linguagem e evolução, bem como precisarmos o conceito corpomídia.

⁴⁶ É importante lembrar que, como exposto no cap. 1, estamos entendendo significado como propõe Johnson (2007: p. 25), em um sentido mais amplo do que o usual da linguística e da filosofia.

Nessa linha de entendimento, cabe ainda compreender como o corpo conhece e como mente e cérebro funcionam. Estes conhecimentos vão nos permitir dialogar com um caminho no qual se torna possível oferecer novas proposições para a fala em público. Estas novas proposições dizem respeito a considerarmos todo o tempo a constante mudança do corpo e do ambiente. Com isso, temos a possibilidade de alterar padrões já estabilizados através da consciência acerca de novos entendimentos da comunicação e de exercícios propostos ao corpo, de modo a tornar algumas ações conscientes e a transformar outras ações em não-conscientes. É o que António Damásio nomeia educar o inconsciente cognitivo. Isto porque nem tudo que há em nós é consciente. Parte do trabalho que temos em conseguir modificar uma forma de ação liga-se a uma compreensão de complexidades que vão muito além dos entendimentos tradicionais de fala em público e de linguagem corporal e das abordagens por elas difundidas. O entendimento de corpo, de mundo e também da forma como transformamos as ações do corpo, como propomos para a fala em público, difere muito de instruções dadas com a expectativa de que o sujeito expositor as automatize imediatamente e as tenha prontas previamente para uso num momento futuro.

A comunicação não se estabelece a priori, pois o corpo não se porta com antecedência. Ele sempre acontece no momento presente. É no momento presente que tudo o que foi imaginado, planejado ou mesmo ensaiado irá se relacionar com as condições que se apresentarem no ambiente. É importante então compreendermos que uma metáfora muitas vezes pode dificultar um novo entendimento de corpo. Do mesmo modo, pretender dicionarizar gestos, posturas e expressões faciais, garantindo-lhes significado, cristaliza a noção de que há uma possibilidade de se dicionarizar o corpo e seu movimento. Mais do que inventar significados para o corpo, devemos procurar entender como o corpo significa (Johnson, 2007). O significado é fundamentado nas nossas interações corporais, nas qualidades e estruturas das situações objetivas e sempre é social porque não existiria na sua plenitude sem as interações comunicativas e compartilhadas também pela linguagem que nos dão os meios para explorar o significado das coisas.

Como pensamento e ação estão juntos, e como o corpo pode dar visibilidade ao pensamento, o que é bem diferente do propósito de ilustrar o discurso, o corpo na fala em público tem um papel muito mais relevante do que o que lhe é equivocadamente atribuído de recipiente. Tanto assim que para compreendermos significado, Johnson (2007) propõe

que é necessário “olharmos para qualidades, imagens, sentimentos e emoções nos quais se fundamentam nossas estruturas mais abstratas de significado”⁴⁷ (Johnson, 2007, p. 17). (Tradução da autora). Daí podermos vir a entender que o significado é corporal.

Considerarmos, portanto, para a fala em público o corpo implica incluir e compreender o papel de sentimentos e emoções para o entendimento de como o corpo significa. Ao contrário de tentarmos controlá-los ou até retirá-los de cena, como se fosse possível, emoções e sentimentos são parte fundamental e necessária ao estabelecimento da consciência e da nossa possibilidade de construir significados. E não temos como compreender emoções e sentimentos sem entendermos a relação do cérebro com o corpo e a importância da existência dos mapas mentais e dos estados corporais. Por tudo isso, temos que estar atentos ao modo como o corpo troca com o ambiente e ao que propomos ao sujeito expositor como possibilidade de expansão ou restrição da dinâmica do corpo.

Um viés facilitador para o entendimento de nossa pesquisa é a ideia de impermanência ou a de movimento constante, uma vez que no corpo é assim que funcionam as constituições das informações, das lembranças e até das construções de sentenças, que vamos elaborando numa dinâmica constante de escolha de palavras. Se consideramos o corpo vivo de seres como nós, tudo que ele faz todo o tempo diz respeito a comunicar informações e a partilhar significados, incessantemente. Diretamente relacionado com o mundo, aquilo com o que o corpo entra em contato possibilita a ele conectar as informações que já estão no corpo com as que virão. E é por isso que não se pode dizer que o corpo é apenas biológico. Sem a dimensão social o corpo não teria como partilhar significados nem como interagir, não sendo então este corpo que conhecemos e que implica na existência necessária da interação comunicativa para constituir e partilhar significado. “O que parece ser importante deixar claro é que o significado é sempre relacional. O que enfatizamos e o que ignoramos fará toda diferença para se perceber o que algo, alguém ou uma dada situação significa” (Greiner, 2010, p. 92). Por isso, na situação de fala em público é muito importante procurarmos expandir percepção e consciência, de modo a ganharmos outras possibilidades de interação, aumentando assim as possibilidades de significar.

⁴⁷ You must look at the qualities, images, feelings, and emotions that ground our more abstract structures of meaning. (Johnson, 2007, p. 17)

Precisamos compreender então que não apenas as instruções dadas, mas, também, o entendimento que se tem de corpo vão direcionar os tipos de práticas propostas aos sujeitos. Pensando diretamente nos treinamentos de fala em público, a maneira como se entende o corpo vai implicar no tipo de informações que serão propostas, influenciando o modo como o corpo irá trocar com o ambiente. Da mesma forma, o entendimento que se tem da atitude que deva ter o sujeito expositor irá determinar comportamentos e interações. Estas instâncias não estão separadas no corpo. Mais que isso, as afirmações sobre modos de fazer, assertivas a ponto de afirmarem garantir sucesso na comunicação e aferição segura de verdades e mentiras carregam não apenas um entendimento de corpo e de comunicação, mas uma visão de mundo que propõe padrões de comportamento que aí estão e seguem influenciando diretamente o entendimento de comunicação verbal, não verbal, de fala em público e, ainda, o modo como as pessoas se relacionam nos ambientes profissionais e também fora deles.

Para compreendermos os processos cognitivos do corpo é preciso reconhecer que as condições do ambiente vão sempre integrar os modos como o sujeito vai lidar com a informação. Portanto, pensar em uma troca dinâmica de informação e na nossa especial possibilidade de compartilhar é bem mais coerente com os modos como o corpo funciona. Mas, se a comunicação é entendida como ocorrendo a priori e se o propósito da técnica é garantir poder ao sujeito expositor, direcionado-o a dominar, a submeter o outro podem ficar diminuídas as condições do sujeito expositor perceber e lidar com o entorno no momento presente, uma vez que o seu corpo parece ser posto fora da dinâmica das relações. Do mesmo modo, fica comprometida a ideia de cooperação entre sujeito expositor e plateia. Como as emoções estão todo o tempo presentes, também ideias como as de repetir gestos fixos ou permanecer imóvel numa dada postura podem dificultar ao sujeito expositor o trânsito das informações no seu corpo. Instruções deste tipo são capazes de gerar um estado no qual o sujeito expositor fique tão ansioso para prestar atenção constante nas repetições que ensaiou ou pretendeu fazer, ou em permanecer estático sem saber o que fazer com o fluxo de emoções que continua a ocorrer todo o tempo, que a relação com a plateia ficará esmaecida.

Por seu turno, a plateia acostumada com o mesmo tipo de abordagem em relação ao modo como o sujeito expositor deve se portar estará pouco afeita a cooperar, já que está

pré-disposta a procurar mentiras e contradições entre verbal e não verbal. É mesmo possível que o desconforto do expositor gere movimentos e expressões faciais que acabem sendo lidas como contraditórias às suas afirmações. Pode ocorrer uma confusão, uma vez que a sua insegurança diante da situação de exposição pode parecer uma incerteza, um descrédito seu em suas próprias afirmações discursivas. Diante dessa dissonância, a plateia vai tender a duvidar mesmo das afirmações.

Outro aspecto bastante relevante é prestarmos atenção aos modelos, às formas que estamos propondo para os sujeitos se relacionarem e se colocarem, e às crenças e práticas que reforçamos e fazemos persistir nos ambientes e nas relações. Isto porque as crenças que temos vão influenciar o modo como lidamos com as informações, tanto quanto as metáforas que empregamos, porque as ações que promovemos estão carregadas de entendimentos de mundo, mesmo os que nem percebemos. A questão da crença não é só a crença em si, mas as narrativas sobre a crença. Como ensina Gazzaniga (2006), a crença é tão mais efetiva se existe uma eficiência na comunicação da crença. E a comunicação tanto da fala em público quanto da linguagem corporal tem sido bastante eficiente nas ideias que afirmam com o caráter de verdades absolutas.

Como explica Helena Katz, o valor social de algo vai variar de sociedade para sociedade. Aquilo que não for estimulado não terá como ser desenvolvido. “Não há uma coisa chamada inteligência genérica. Tudo é situado; tudo é cognitiva e motoramente construído em um ambiente.”⁴⁸ Levando-se em conta que o que uma cultura valoriza e reforça vai informar os sujeitos, pensando na fala em público, as metáforas usadas, os mitos repisados continuamente, o entendimento de corpo e mesmo o entendimento do que seja falar em público já estão informando um modo de estar aos sujeitos-expositores e aos ambientes nos quais estes se apresentam. E isto não diz só respeito aos tipos de treinamento ofertados, mas ao modo como se dão e se propõem as relações interpessoais. As crenças da fala em público e da linguagem corporal estão em sintonia com crenças e valores dos ambientes empresariais quando estes privilegiam a noção de liderança, de força de um indivíduo sobre os demais e, sobretudo, de gestão calcada na competição e valorização do

⁴⁸ Esta frase foi proferida em aula por Helena Katz em seu curso *Processos midiáticos e produção de conhecimento: corpo e cognição*, ministrado no segundo semestre de 2009, no Programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP.

indivíduo que se destaque, não importando o modo como este se relaciona com seus pares ou com aqueles que estão sob sua coordenação.

No que diz respeito a crenças, valores, normas e padrões de comportamentos instituídos ou tolerados, estes ambientes vão informar o sujeito expositor todo o tempo, e não apenas no momento de sua apresentação. Isto implica no que vai ser considerado pelo sujeito expositor como o que deve ou não ser desenvolvido e o modo como ele acredita que deva se portar, inclusive diante da plateia. Portanto, se usamos determinados modelos, estes modelos precisam ser todo o tempo repensados, considerando-se não apenas seus propósitos diretos, mas também as consequências no âmbito das relações. Considerarmos outros entendimentos, para a fala em público, de corpo da relação corpo-ambiente e mesmo de comunicação pode nos ajudar a compreender a relevância de uma atitude que vise à cooperação e um interesse maior no bem-estar social.

Propor ao sujeito expositor que submeta através de palavras e gestos a plateia diz respeito a um entendimento de mundo que compreende o poder como a forma de ter sucesso. Cada sujeito individual que domina um grupo pode vir a ser um “líder”. Podemos considerar este entendimento como ideológico e não como ligado à evolução da espécie. No senso comum, acredita-se que este é um ótimo resultado, tomando como relevante o sujeito individual no momento atual, valorando-se positivamente poder e dominação. Mas será que para a interação comunicativa entre as pessoas e para a relação do grupo, considerando-se o modo como as pessoas se tratam e se veem, inclusive fora dos ambientes profissionais, esta crença de fato produz “bons resultados”? E o que dizer quando à liderança associa-se o carisma?

Mas é preciso também distinguir objetos e objetivos na fala em público. Um vendedor de medicamentos, por exemplo, que precise fazer uma palestra a alguns médicos pode explicar os benefícios do novo medicamento. Não tem sentido usar uma técnica que pretenda submeter o médico, convencê-lo a toda prova. Do mesmo modo um executivo que precise apresentar estratégias para sua área. Ele terá que ter argumentos, dados, números, mas dificilmente estará diante de uma plateia interessada em ser submetida. Portanto, as situações comunicativas, os objetivos das comunicações, o público a quem se destinam, entre outras coisas, precisam ser considerados.

Do mesmo modo, é preciso estarmos atentos sobre o alcance das instruções dadas. Se entendemos como o corpo significa, somos capazes de compreender que os padrões do corpo não ficam presos às cadeiras de trabalho, mas continuam no corpo mesmo fora dos ambientes profissionais. Também os dispositivos não param de agir sobre o corpo. Diante dos recentes estudos de mente e corpo, não há como estabelecer modos de fixar o corpo nem como forma nem como significado. E também não há como as informações que chegam ao corpo ficarem restritas a um local, uma vez que ao entrar no corpo elas serão carregadas junto com outras informações do corpo para os diversos ambientes por onde o sujeito circule. Compreender, portanto, o corpo como parte de acordos mais amplos e dinâmicos, que se ligam às dimensões fundamentais da nossa existência e permanência como espécie, nos permite considerar modos de agir que visem ao compartilhamento de informações no lugar de técnicas para submeter o outro.

Do mesmo modo, parece bastante problemática a promoção da desconfiança e a insistência na dicotomia entre as intenções passadas pelo verbal e pelo não verbal. A ideia de desvendar mentiras através de uma competência adquirida de leitura do não verbal, que seria capaz de desvelar o que está oculto na fala, no lugar de promover uma interação ou uma melhor comunicação o que faz é gerar um estado permanente de desconfiança e descrença, que vemos instaurado no modo como estão postas as relações nos ambientes em geral. Se a suspeita de que o que o outro apresenta é uma mentira não é inaugurada pela fala em público e pela linguagem corporal é, ao menos, endossada e repisada pelo entendimento de que o que está no corpo ou mente ou revela a mentira por trás do discurso.

Tanto para o sujeito quanto para o grupo, formas de interação nas quais uma dinâmica e mesmo um entendimento de possibilidades de troca de informações nas relações se deem ficam dificultadas se o ponto de partida é a investigação, a suspeita, a desconfiança e a construção de significados precisos com vistas a desvendar mentiras. Este quadro de pré-disposição e base para construção de instruções, significados e modos de operar as relações leva a uma permanente construção de ambientes mais favoráveis a que situações hostis e adversas aos sujeitos espoquem frequentemente. E no momento em que o sujeito expositor precisa se expressar publicamente, o que está em cena é uma situação de exposição em um ambiente que já parte da hipótese de que o que é dito deverá ser contraposto aos gestos, expressões, posturas e movimentos do corpo.

Se associarmos a este direcionamento para desconfiança e descrença em relação ao propósito do outro o estado de medo de falar em público - tido como um dos maiores medos da humanidade - veremos que o constrangimento ao corpo é grande. Isto implica em reduzir a possibilidade de uma comunicação dinâmica a configurações pré-orquestradas, priorizando-se assim o desconforto do sujeito expositor, uma vez que seu corpo é posto em um estado permanente de tensão, próprio do medo, da desconfiança e da luta para submeter o outro. Mas este direcionamento para reforçar o estado de medo ao mesmo tempo em que se oferecem soluções a ele repletas de desconforto e constrangimento ao corpo não precisa ser assim. Não é o sentido da vida procurarmos situações que nos causem mal-estar. Muito pelo contrário.

O organismo, desde o mais simples até o mais complexo como o nosso, que possui uma também complexa consciência, tem o sentido da vida. O propósito do organismo é procurar condições que lhe garantam a sobrevivência. Todos os organismos vivos precisam todo o tempo,

[...] encontrar fontes de energia; incorporar e transformar energia; manter, no interior do organismo, um equilíbrio químico compatível com a vida; substituir os subcomponentes que envelhecem e morrem de forma a manter a estrutura do organismo; e defender o organismo de processos de doença e de lesão física. (Damásio, 2004, p. 37)

Mas nós humanos, do mesmo modo que estamos aparelhados de forma a procurar luz, abrigo, comida etc., como a maior parte dos seres vivos, estamos também em condições de ir além das soluções automáticas. Nosso processo de consciência nos permite procurar situações e modos de estar que nos gerem bem-estar. Em seu mais recente trabalho sobre a consciência, *O livro da consciência: a construção do cérebro consciente*, objetivando justamente entender a construção do cérebro consciente, o neurocientista António Damásio (2010) explica que “a mente consciente emerge na história da regulação da vida” (Damásio, 2010, p. 45). E a regulação da vida é um processo constante chamado de homeostase. E nossa homeostase depende fundamentalmente de nossos processos de percepção. O tipo de consciência que nós seres humanos temos hoje nos permite ir além da regulação automática, incluindo possibilidades de investigação, simulação, tomada de decisão e ação deliberada. O que quer dizer também possibilidade de fazer antecipações de situações futuras e escolhas. Nossa procura do bem-estar é portanto bastante complexa, própria da complexidade de um organismo como o nosso.

Procurar bem-estar nos garante sobrevida. Mas sobrevida e equilíbrio estão relacionados também a desequilíbrio e a falta. Esta dinâmica diz respeito a estarmos vivos e a precisarmos buscar constantemente formas de suprir nossas necessidades. Daí o sentido de Damásio (2004) evidenciar a relevância dos estados de desejo e ansiedade, que estariam na base de nossas possibilidades para representarmos a simulação. E precisamos tanto do desejo quanto da ansiedade para nos movermos em busca de algo. Para Damásio, o desejo é um sentimento consciente de um apetite que temos. A dinâmica da vida implica em termos apetite, o que Damásio define como o estado comportamental de um organismo afetado por uma pulsão. São pulsões e motivações, portanto, fundamentais para nos impulsionar. Do contrário, ficaríamos parados, sem interesse por nada, e com o tempo isto comprometeria nossa sobrevida.

Então, bem-estar é uma resultante de forças e não um sentido de estar cristalizado a um estado, padrão ou mesmo garantido por posturas e significados aprisionados. Bem-estar não quer dizer aprisionamento no mesmo. Não quer dizer imobilidade. Ainda que muitas vezes nosso entendimento seja no sentido de manter uma situação ou querer mais do mesmo, isto não representa a única possibilidade. Transformação constante é uma das características do vivo. É até possível que diante de uma única possibilidade que foi apresentada ao organismo, como tentativa de garantir a sobrevivência ele se apegue ao conhecido. Daí talvez a resistência que temos muitas vezes em sair de situações que não nos fazem bem, porque o organismo reconhece o conhecido como sendo o que lhe dá conforto. Então, o conforto diante de garantias de verdades absolutas, de significados precisos e fixados previamente e padrões enrijecidos, bem como uma comunicação entendida como ocorrendo a priori no lugar de ajudar realmente o sujeito expositor, como se colocam na contra-mão da dinâmica do corpo, acabam por dificultar uma abertura à experiência e ao movimento.

Mas é possível, em vez do medo de falar em público e da permanente situação de constrangimento ao corpo para conformar-se a padrões rígidos, buscarmos a partir do corpo uma atitude de confiança e um estado de presença em que o sujeito expositor se proponha, desde a sua primeira aparição à platéia, a uma interação e não à submissão do outro. Podemos usar corpo e mente consciente para buscar caminhos que nos levem a estados do corpo de mais abertura, gerando sentimentos de leveza e satisfação a médio prazo ainda que

imediatamente a ideia ou mesmo um início de execução dessa ideia possam nos gerar uma certa dificuldade ou angústia. Isto é, para os objetivos desta pesquisa, pretender para o sujeito expositor um caminho para chegar ao estado de presença, no lugar de insistir no medo de falar em público e em técnicas que reforçam a crença neste medo. Entendemos que as soluções propostas pelos treinamentos de fala em público no lugar de levar ao bem-estar do corpo, ao propor soluções para ultrapassar o medo com base no enfrentamento, o que fazem de fato é levar o corpo do sujeito expositor a um aprisionamento.

E ser constrangido e temer, sobretudo acreditando-se que o medo de falar em público seja uma emoção tão inata quanto a própria emoção de medo, é o sentido oposto ao do direcionamento para o bem-estar, que é o próprio sentido da busca pela vida para nós seres humanos. Mais do que um medo inato, podemos crer que seja um mito o medo de falar em público. Um mito reforçado a cada vez que se propõe como modo de lidar com o estado de ansiedade diante de uma situação que está por vir, desconsiderando-se a dinâmica do corpo. Neste sentido, continuar a aprender a ter este medo e a encontrar técnicas para superá-lo não faz sentido para nós. Tratar o medo de falar um público quase como inato em nada pode nos ajudar diante desta situação de comunicação.

É importante começar a desmistificá-lo e compreender que não precisamos temer falar em público, se encontramos modos no corpo para lidar com esta situação de exposição. Daí a relevância de encontrarmos modos de tratar o corpo que o coloquem em estado de presença. E tomando como muito relevante a proposta recente de António Damásio de homeostase sociocultural, é importante começarmos a pensar que a cooperação pode nos auxiliar na nossa sobrevivência como espécie, o que decorre diretamente de ambientes onde a harmonia e o equilíbrio sejam estados facilitadores ao corpo no lugar da promoção do constrangimento e da opressão. E isto não diz respeito só aos ambientes profissionais, mas também ao ambiente do próprio treinamento, que precisa gerar condições para que o sujeito expositor sinta-se seguro em experimentar novas possibilidades motoras e expressivas, tanto quanto colocar suas questões diante da situação de fala em público e do conteúdo que pretende expor. O acompanhamento tem que ser capaz de englobar tudo isso e promover condições também para expandir a deliberação consciente, como veremos.

Mas ainda que o próprio Damásio (2010) diga que passamos de um poder coercitivo a um poder de persuasão, e que veja um valor positivo nisto, isso não quer dizer que

determinados modos de enfatizar a persuasão sejam os que nos trazem mais benefícios. O próprio Damásio fala do fracasso parcial dos sistemas sociais, o que não quer dizer que não devemos continuar procurando modos de alcançar um maior equilíbrio nas nossas interações utilizando-nos da persuasão. A questão é como. Parece-nos que um caminho para isso pode ser pensarmos em agir cooperativamente mais do que competitivamente, relativizando as situações e o nosso modo de estar nelas. Então o próprio modo de tratar o discurso persuasivo precisa ser visto, tanto quanto é fundamental repensarmos a questão do que seja a aprendizagem. Hoje, na fala em público vemos grande parte dos manuais com uma ênfase em técnicas para tornar o discurso o mais persuasivo possível, ao mesmo tempo em que os treinamentos reforçam situações nas quais parte-se da noção de corrigir o que está errado no corpo do sujeito. Um valor que se considera, inclusive, agregado aos treinamentos é o fato de contemplarem filmagens e análises destas filmagens.

Parece-nos que, como está posta, a fala em público encontra-se ainda nos moldes de disciplinarização do corpo, que tem início no século XVII, e que se compõe bastante bem no século XIX com as noções de fisionomia e frenologia. Vemos, portanto, que a ideia de poder de submeter o outro está presente também no poder do instrutor sobre o sujeito expositor, uma vez que ele tem os instrumentos para apontar e corrigir erros, com base na imposição de um constrangimento e um desvalor daquilo que é próprio do sujeito. Em seguida à repreensão que pode ser comprovada pelo próprio sujeito ao se ver no que foi filmado, dada a constatação do erro, inclusive, vem o poder de dizer para tirar e pôr gestos através de imposições ao corpo do outro. Pretender colocar no corpo do outro um gesto, uma postura, uma expressão facial é impor algo que não está na dinâmica daquele corpo naquele momento. Trata-se de “imposições postiças”⁴⁹ de gestos e expressões ao corpo, no lugar de auxiliar o corpo a se expressar partindo de sua própria dinâmica. A certeza de que se pode fazer isso com o corpo do outro vem desse lugar de poder, de acreditar-se saber sobre o corpo do outro a partir de uma externalidade, de um padrão que se considera o correto, e que acaba tendo força de normatização.

⁴⁹ Este termo foi apropriado por nós de um comentário do Prof. Dr. José Amácio Pinheiro na defesa de tese de José Maurício Conrado Moreira da Silva, em 14 de dezembro de 2011, na PUC/SP, na qual foi um dos participantes da banca. O termo foi empregado a propósito de uma tentativa de se fazer cópia de gestos de corpos que desfilam em nossos carnavais nos desfiles de carnavais de Portugal.

A separação entre ação do corpo e pensamento, que está presente nos treinamentos tradicionais de fala em público, acaba por gerar dificuldades ao sujeito expositor, ao direcioná-lo a introjetar os gestos propostos de forma a serem encaixados em lugares específicos do discurso. Pode, muitas vezes, parecer falso, artificial. É mesmo um artifício para “organizar” forças que continuam existindo. As emoções estão presentes no corpo e a ansiedade, por exemplo, não desaparece como consequência de uma instrução para que o sujeito expositor não fique nervoso. O corpo não se relaciona com o mundo desta maneira. Não há como dar apenas instruções deste tipo ao corpo e, muito menos, garantir sucesso na comunicação. Impor ao corpo algo que é antagônico ao modo como ele opera no mundo causa estranhamentos ao corpo, impossibilidades, e pode gerar não apenas ruídos nas informações, como paralisia. Por tudo isso, conforme Katz, “se torna indispensável saber como o corpo funciona”.^[1]

Mas, para conseguirmos compreender como o corpo funciona, temos que ter em mente que estamos considerando aqui o corpo vivo, como propõe Johnson, nos seus aspectos biológico, ecológico, social, fenomenológico e cultural. Reconhecidos os seus aspectos, podemos também aceitar a ideia de que sua natureza não é apenas instrucional, como tratada pela fala em público, mas, sim, cognitiva. Isto porque, “pensamento e mente podem ser entendidos como atados inextricavelmente ao corpo”⁵⁰ (Johnson, 2007, p. 275). (Tradução da autora). E para adquirir, armazenar e transmitir conhecimento precisamos tanto da mente quanto do corpo e do ambiente. Como enfatiza Mark Johnson, “a mente humana não está contida no corpo, mas emerge do e co-evolui com o corpo”⁵¹ (Johnson, 2007, p. 279). (Tradução da autora). E é fundamental que os estados que se apresentam no corpo possam ser compreendidos como parte da sua dinâmica, vindo a ser trabalhados, não negados. Por mais que se deseje, não temos como deixar de lado nossas emoções. Como veremos, elas estão todo o tempo presentes por serem fundamentais ao modo como o corpo que temos se relaciona com o mundo. A questão é sabermos como lidar com elas, não jogá-las fora.

[1] Este trecho está no artigo *O papel do corpo na transformação da política em biopolítica*, que se encontra em Greiner, 2010, pp. 122-132.

⁵⁰ [...] meaning, thought, and mind can be understood as inextricably tied to our bodies. (Johnson, 2007, p. 275)

⁵¹ The human mind is not contained in the body, but emerges from and co-evolves with the body. (Johnson, 2007, p. 279)

Assim, ao considerarmos os novos entendimentos de significado e de corpo como os que estamos aqui propondo, pretendemos também um novo lugar para o sujeito expositor. Consideramos que o relevante no treinamento é contribuir para que o sujeito expositor possa estar presente no momento presente, agindo na dinâmica do fluxo dos estados do corpo e mentais nas relações com o ambiente. E para isso precisamos também ter ambientes que considerem novas formas de compreender e lidar com significado, informação e comunicação. Procurar modos de incluir o corpo e sua dinâmica na fala em público diz respeito ainda a considerarmos outro entendimento do que seja aprendizagem, permitindo-nos reconhecer que o corpo no modo como ele se encontra no momento atual é resultante de caminhos percorridos. Isto quer dizer, por exemplo, que identificar uma técnica corporal que já foi experimentada pelo sujeito, mesmo que na infância, é parte do corpo do sujeito, e pode ajudar na elaboração de novas configurações se for recordada, mesmo que numa simples conversa.

Por tudo isso, no lugar de repreensões ao sujeito expositor e de “imposições postizas” ao seu corpo, estamos propondo que a aprendizagem leve em conta a experimentação de movimentos, formas, gestos e dinâmicas espaciais com o objetivo de expandir a consciência do corpo e da sua relação com o ambiente. Ao mesmo tempo, o conteúdo a ser apresentado passará a ser visto como algo que ocorre em consonância com a dinâmica do corpo, ainda que o conteúdo possa até ser memorizado. Isto porque estamos propondo mudanças de hábitos cognitivos. E para que isso possa ocorrer é necessário criar novas conexões. E estas, ao menos em parte, precisam ser buscadas conscientemente, considerando-se os processos cognitivos do corpo.

Imediatamente, pensar a aprendizagem é ter presente a relação corpo, mente e ambiente. Além disso, aprendizagem diz respeito a tempo para adquirir ou transformar padrões e a um ambiente favorável a que isto ocorra. E liga-se também à existência de uma condição prévia para a imitação, os neurônios espelho como veremos mais adiante, mas não à mimetização tal e qual o proposto pelo instrutor tradicional e aceito no senso comum. Considerar o tempo para a aprendizagem, especialmente quando ligada à transformação de padrões e à aquisição de novos padrões como estamos propondo, problematiza bastante a ideia de soluções instantâneas ou de receitas prontas e “imposições postizas” ao corpo do outro como o modo de fazer. O próprio sentido do tempo que leva a aprendizagem por

crianças e jovens, como entende Damásio (2010), diz respeito à necessidade de tempo para que se transformem processos conscientes em não-conscientes.

A infância e adolescência humanas são extremamente longas porque é preciso muito, muito tempo para educar os processos não-conscientes do nosso cérebro e para criar, nesse espaço cerebral não-consciente, uma forma de controle que possa funcionar, de modo mais ou menos fiável, de acordo com intenções e objetivos conscientes. (Damásio, 2010, p. 332)

Não quer dizer que devemos levar tanto tempo, mas também não podemos fazer isso em horas ou dias. São necessários, ao menos, alguns meses. Ter o propósito de trabalhar o corpo com vistas a desenvolver uma condição de evoluir no espaço em consonância com emoções, sentimentos, objetivos, conteúdo, fala etc. ao mesmo tempo em que o sujeito se percebe, percebe o entorno e suporta no corpo o olhar da plateia, olhando e se deixando ver não é tarefa simples. Muito menos rápida. Isto requer, inclusive, que o treinamento contemple uma atenção especial ao foco, ao desenvolvimento da possibilidade de olhar para fora e continuar presente, tendo ao mesmo tempo fluência nos objetivos a serem alcançados. E é bastante demorado conseguirmos integrar estados do corpo e olhar para fora. Uma instrução como “olhe para a plateia” não quer dizer que o sujeito expositor tenha essa possibilidade. Olhar diretamente e sustentar o olhar é distinto de olhar rapidamente, olhar para o alto ou não olhar para lugar algum, dada a perturbação interna dos estados do corpo.

Para que através do nosso olhar consigamos nos deixar ver, é necessário desenvolver esta possibilidade. Claro que algumas pessoas fazem isso na vida e têm esta possibilidade à sua disposição. Mas a maioria não, uma vez que ela está ligada à pouca condição de olhar para fora. Esta condição se liga diretamente às nossas emoções e à imagem que acreditamos que o outro possa ter de nós. O que quer dizer que se liga à nossa segurança e auto-confiança diante do outro. Por tudo isso, o entendimento que temos de aprendizagem vai dizer respeito à construção de um estado de presença e de uma consciência mais expandida, uma vez que a aprendizagem não ocorre apartada de processos bastante complexos do corpo, que envolvem corpo, cérebro, percepção e memória, e mesmo o modo como adquirimos novas competências motoras com base na imitação. E estas aquisições são de natureza bastante distinta da de se tentar copiar fielmente o gesto do outro, e envolvem a dinâmica entre os processos não-conscientes e conscientes do corpo.

Para António Damásio (2010), o fato de termos uma parte do cérebro que é consciente e uma parte que é não consciente nos permite um movimento de modo a transformarmos certas ações conscientes em não-conscientes. Mas como ele mesmo adverte, transformar padrões conscientes em não conscientes não diz respeito a começarmos a agir inconscientemente ou inconsequentemente. Quanto a isso, podemos nos tranquilizar na medida em que “os processos não-conscientes estão, substancialmente e de várias formas, sob uma orientação *consciente*” (Damásio, 2010, p. 332). (Grifo do próprio autor). Isto porque “existem dois tipos de controlo das acções, consciente e não-consciente, mas o controlo não-consciente pode ser moldado em parte pelo controlo consciente” (Damásio, 2010, p. 332).

Em Damásio (2010), podemos compreender que de forma co-evolutiva foi se estabelecendo uma relação entre os processos conscientes e não-conscientes do cérebro. Evolutivamente, os processos não-conscientes surgiram antes. Foi necessário ainda um bom tempo até que a consciência pudesse ganhar um lugar de relevância a ponto de poder se ocupar da análise e do planejamento do futuro, na medida em que parte dos processos de gerir a vida pode ficar a cargo da não-consciência. Ocupar-se da análise e do planejamento futuro é para Damásio (2010) o principal sentido da consciência.

Podemos descrever esta educação lenta como um processo de transferência de parte do controlo consciente para um <server> não-consciente, e não a cedência do controlo consciente às forças inconscientes que podem provocar o caos no comportamento humano.” (Damásio, 2010, p. 332)

Estes novos entendimentos de Damásio (2010) acerca dos processos da consciência e da não consciência são extremamente relevantes para o entendimento e propósito da fala em público como estamos propondo. Pensamos o treinamento da fala em público como um processo de aprendizagem que envolve consciência, não-consciência e mudanças de padrões, considerando-se os processos cognitivos do corpo. E tudo isso requer, como dissemos, tempo. Transformar padrões cognitivos do corpo não é algo que se possa fazer com dicas rápidas, com uma palestra de uma hora ou com instruções normatizadoras ao corpo e ao comportamento do sujeito expositor. As “imposições postizas” de gestos e expressões ao corpo, que pretensamente garantem o sucesso da comunicação, podem surtir até algum efeito, mas por pouco tempo. Mudanças no corpo são conquistadas com tempo para experimentar antigas e novas possibilidades, compreendendo-se os modos como o

corpo funciona. Daí a necessidade de entendermos como mente e corpo se relacionam. E para isso vamos recorrer a alguns recentes entendimentos acerca do corpo e do cérebro.

Por muito tempo se imaginou que havia um homenzinho dentro do cérebro – um homúnculo – que interpretava as informações do mundo. Esta ideia é recorrentemente lembrada em livros sobre mente, cérebro, percepção, consciência, visando abandonar uma antiga noção de que um homenzinho minúsculo, que tudo conhece e tudo sabe, estaria de plantão em nosso cérebro para observar e decodificar para nós o que se passa na mente, conseguindo assim interpretar e conhecer por nós. E dentro do cérebro desse homenzinho haveria outro e, neste, outro e, assim, infinitamente. Com os avanços dos estudos de mente e corpo foi-se constatando que cognição, percepção e interpretação são atividades muito mais complexas, o que nada tem a ver com a noção do homúnculo.

Evolutivamente, o cérebro do ser humano, que não é assim tão recente, foi sendo modificado em termos de tamanho e do número de neurônios. As trocas com os ambientes por onde o ser humano foi passando lhe permitiram ajustes no corpo de maneira a se adaptar melhor aos locais e aos modos que foi encontrando para sua sobrevivência.

Quando nossos ancestrais do pleistoceno vagueavam pelas antigas savanas em pequenos bandos, seus cérebros desenvolveram soluções para os problemas do dia-a-dia – coisas como reconhecer parentes, buscar parceiros sexuais saudáveis ou abster-se de comida com cheiro podre. (Ramachandran e Blakeslee, 2004, p. 256)

Assim, não apenas termos ficado em pé, com uma coluna que nos dá sustentação na vertical e que nos possibilita toda uma forma de distribuição de peso e locomoção diferente da dos quadrúpedes, ter conquistado o refinamento das habilidades de nossas mãos, adquirido o tamanho de braços que temos, mas também os modos como o cérebro foi se transformando nos conferem anatômica e neuroanatomicamente a forma que temos e conhecemos de nós, hoje. O modo como operamos nosso corpo é compatível com o que ele é hoje. E algumas teorias recentes nos ajudam a entender que o corpo não é nem recipiente em que se põem e de que se tiram coisas, nem objeto transmissor de informação.

A Teoria Corpomídia, que há alguns anos vem sendo proposta por Katz e Greiner (2011, 2005, 2003, 1998), propõe o entendimento de que corpo e mente estão em permanente troca com o ambiente e co-evoluem no exercício desta troca. De imediato, a menção ao termo mídia aliado ao corpo pode nos dar a impressão de o corpo se prestar a ser um transmissor de mensagens, de conteúdos. A ideia de um processador que leva a

mensagem pode nos remeter novamente à teoria do emissor-receptor-mensagem e à ideia de corpo recipiente. Estamos muito acostumados com veículos de comunicação, o que faz com que este entendimento de veículo como transmissor de mensagem nos ocorra quase instantaneamente. A televisão, o rádio, a internet, o jornal, o tweeter, ou mesmo as mídias internas utilizadas em empresas têm a característica de conterem em si informação e servir, sim, de suporte para levar o conteúdo adiante. Percebemos claramente que uma notícia, por exemplo, que é posta em um jornal em um dia pode ser diferente da de outro dia, e isto não muda a forma jornal. O mesmo ocorre com qualquer outra mídia. Como observa Helena Katz acerca das mídias, “a qualidade da informação não modifica o meio. Uma TV, por exemplo, não aumenta ou diminui de tamanho durante a transmissão de um programa”⁵². Ao menos, não na vida real, embora estejamos acostumados com TVs animadas nos desenhos infantis.

Entretanto, pensarmos o corpo como mídia, como propõem Katz e Greiner, é compreender que, neste caso, a qualidade da informação modifica o corpo imediatamente. Então o corpo não pode ser tomado nem por recipiente nem por suporte de informação. É importante nos determos um pouco diante desta noção porque ela é fundamental para entendermos a Teoria Corpomídia. Deixar de lado a paridade entre corpo e veículos transmissores de informação nos faculta compreender que o corpo está em permanente troca com o ambiente. O trânsito entre o que está dentro e o que está fora é constante. Ou seja, o corpo é todo o tempo modificado pelas informações que o fazem ser corpo. Como as TVs e outros objetos nos desenhos animados, o corpo tem movimento e estabelece uma relação de troca constante com o seu entorno. Por isso a Teoria Corpomídia pode propor o corpo como mídia de si mesmo. “A mídia à qual o corpomídia se refere diz respeito ao processo evolutivo de selecionar informações que vão constituindo o corpo. A informação se transmite em processo de contaminação” (Greiner, 2005, p. 131). Isto porque no processo de transmissão entre corpo e ambiente, tudo com que o corpo entra em contato vira corpo. “Capturadas pelo nosso processo perceptivo, que as reconstrói com as perdas habituais a qualquer processo de transmissão, tais informações passam a fazer parte do

⁵² Esta frase foi proferida em aula por Helena Katz em seu curso *Processos midiáticos e produção de conhecimento: corpo e cognição*, ministrado no segundo semestre de 2009, no Programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP.

corpo de uma maneira bastante singular: são transformadas em corpo.” (Greiner, 2005: p. 130).

A ideia de contaminação é uma boa porta de entrada para compreendermos como é que o corpo funciona. Não há como apartá-lo do mundo e nem como negar sua dinâmica. E se estamos dispostos a ver o corpo como mídia de si mesmo é porque este entendimento nos auxilia a reposicioná-lo na comunicação. Isto porque compreender a complexidade envolvida na comunicação diz respeito a entender também a complexidade na relação que o corpo estabelece com o ambiente. O pensamento dualista que separa mente de corpo, e que ainda identifica mensagem e texto, vendo também a cultura como responsável por inscrever no corpo biológico os seus traços, tem a compreensão de tábula rasa na qual se inscreve o que está lá fora na mente do sujeito, sempre sustentando a noção de cultura separada de natureza e do sujeito como observador passivo. Bem distante destes entendimentos, como teoria evolucionista que é, a Teoria Corpomídia vai ter o entendimento de corpo como “sendo o resultado provisório de acordos contínuos entre mecanismo de produção, armazenamento, transformação e distribuição da informação.” (Katz e Greiner, 1998, p. 97)

Considerando a Teoria da Evolução proposta por Darwin em 1859, o entendimento de evolução não está vinculado à ideia de progresso. Diz respeito a uma capacidade para se manter vivo, para procurar sempre novas condições de modo que o ser humano permaneça como espécie. Nesse sentido, a Teoria Geral dos Sistemas nos ajuda a compreender que a troca que os sistemas estabelecem entre eles pode favorecer ou não a sua permanência. No caso dos seres vivos, liga-se a uma competência para sobreviver, garantir sua reprodução e a transmissão de informações necessárias à permanência de seus descendentes. Ou seja, evolução diz respeito à transmissão de características hereditárias e de cultura, o que implica em possibilidade do organismo de armazenar, transmitir e interpretar informação.

Para que a vida fosse se tornando mais complexa, os modos de armazenar, transmitir e interpretar informação precisaram ir se transformando. Quando se olha para o corpo humano, percebe-se que se trata de um exemplo privilegiado para deixar explícito o tipo de relacionamento existente entre natureza e cultura. Não há outro tão apto a demonstrar-se como um meio para que a evolução ocorra. O objetivo de apresentar o corpo como mídia passa pelo entendimento dele como sendo o resultado provisório de acordos contínuos entre mecanismo de produção, armazenamento, transformação e distribuição de informação. (Katz e Greiner, 2001, p 73)

A Teoria Corpomídia, na linha da noção de evolução, adota o entendimento de que os seres humanos foram permanentemente dando respostas às situações que foram encontrando no mundo, e neste processo de interação corpo e mundo se foram transformando e se adaptando. E é também assim que se deve olhar a cultura. Então, do mesmo modo que Johnson (2002) diz que não temos como separar no corpo as instâncias do biológico, do fenomenológico, do ecológico, do social e do cultural, a Teoria Corpomídia também propõe “a inexistência do corpo fora da cultura, uma vez que corpo e ambiente se co-determinam”. (Katz e Greiner, 2010, p.127)

Neste sentido, compreender o corpo no seu aspecto cognitivo nos permite vê-lo o corpo numa troca permanente com o mundo, no lugar de tratá-lo como um receptáculo de informações ou portador de sentidos prontos. E os processos cognitivo, perceptivo e comunicativo ocorrem juntos. Não há como separá-los. O que há de semelhante entre eles é exatamente a sua natureza processual. Portanto, levando-se em conta a teoria da comunicação corpomídia e algumas das recentes teorias da neurociência e da cognição, não há mais como considerarmos que o processo comunicativo diga respeito à emissão e decodificação da mensagem. Estas teorias atuais nos facultam enxergar que o processo comunicativo começa na cognição, portanto, no corpo. E é no modo como o corpo troca com o ambiente que podemos compreender natureza e cultura juntos. Nesta linha de entendimento não há como se considerar noções de dentro e fora, mas, sim, de trânsito, de intercâmbio constante de informação.

As informações do meio se instalam no corpo; o corpo, alterado por elas, continua a se relacionar com o meio, mas agora de outra maneira, o que o leva a propor novas formas de troca. Meio e corpo se ajustam permanentemente num fluxo inestancável de transformações e mudanças. (Katz e Greiner, 1998, p.90)

E mente e corpo co-evoluem no ambiente. Vale ressaltar que co-evolução não é sinônimo de interação. É, sim, a ideia de uma mudança evolutiva recíproca. Assim, se queremos encontrar uma outra condição para o sujeito expositor que lhe permita passar a lidar com múltiplas possibilidades que vão se construindo na situação de comunicação presencial, vindo a ter consciência da sua gestualidade e a poder lidar com a presença do outro como parte importante do ato comunicativo, no lugar de temer o outro ou pretender submetê-lo, precisamos entender o aspecto cognitivo do corpo. E precisamos também compreender que instruções podem ser dadas, desde que não se trate o corpo como

recipiente ou objeto e nem se pretenda, através das instruções, construir uma comunicação que se dê a priori ou uma atitude no sujeito expositor que busque submeter a plateia. A Teoria Corpomídia nos auxilia, e muito, a compreender que o corpo não pode ser visto apenas como um objeto reprodutor de instruções ou como um transmissor de mensagens.

É importante observar que quando a fala em público e a linguagem corporal veem o corpo como coisa, como objeto, fazem dele puro transmissor de informações, independentemente de considerar as informações na forma de discurso, gestos, posturas ou expressões faciais. Mas, no modo como a informação é entendida pela Teoria Corpomídia, o corpo não tem como ser transmissor de informação. E com o entendimento de razão incorporada, como propõem Lakoff e Johnson (1999, 2002), não temos mais como acreditar que nossa compreensão é de uma informação que está no conteúdo das palavras apenas. Não podemos lidar com significado como sendo um fenômeno linguístico. Palavras e imagens não se organizam exclusivamente a partir de inputs cerebrais. O pensamento se organiza a partir das mediações com o corpo. E exatamente por isso a percepção é o que nos possibilita imediatamente entrar em contato com a informação, mesmo considerando-se que ela será mapeada no cérebro. As atuais teorias de corpo e mente nos permitem considerar então pensamento de um novo modo.

O pensamento é um processo dinâmico e estruturado da mente humana, que nasce geralmente de sensações, de percepções sensoriais ou sensitivas, de lembranças, de afetos e de emoções complexas, de conceitos ou de deduções anteriores. Pode também nascer de aparentemente nada, ou seja, talvez de um inconsciente. A seqüência é caprichosa, detendo-se indefinidamente, gerando um novo pensamento ou enveredando por um arquivo mnêmico. O pensamento excita o hemisfério cerebral esquerdo na pessoa destra e induz a linguagem, embora possa existir um pensamento sem linguagem. (Meyer, 2002, p.16)

Contudo, nem tudo que percebemos chega a ser completamente consciente e nem estamos aptos a lidar com todas as informações do mundo. Só entramos em contato com as informações para as quais estamos aptos a entrar, só percebemos o que podemos perceber. Há nesta trajetória que se considerar as possibilidades da espécie humana, sim, e também das diferentes culturas e as próprias a cada um de nós, de modo que o fato de existirem diversas informações no mundo não implica em que elas serão percebidas por nós. E este aspecto nos permite lidar também com uma noção de que somos sempre dependentes de mediações – não havendo nada que ocorra diretamente, ainda que as mediações requeiram

signos que possam configurar entendimentos para as percepções. O que percebemos é uma possibilidade da coisa, não a coisa em si.

Compreendermos a troca de informação constante entre natureza e cultura, entre corpo e ambiente é possível também ao considerarmos os entendimentos da Teoria Geral dos Sistemas que propõe que no contexto de uma ontologia científica uma coisa componente do Universo é um sistema. E a grande maioria dos sistemas que compõem o Universo é aberta, o que significa que podem relacionar coisas entre si e partilhar propriedades comuns, como matéria e/ou energia, isto é, partilhar informação (Vieira, 2007, p. 50). Assim, no entendimento que compreende o trânsito de informações, com base na Teoria Geral dos Sistemas, podemos ver a cultura como um sistema aberto e o corpo também. E uma característica importante dos sistemas abertos é que na troca de informação eles vão se transformando no tempo por conta de suas dinâmicas. Nesse sentido, podemos dizer que as informações do meio e as do corpo estão em permanente processo de comunicação, transformando constantemente tanto o meio quanto o corpo. E podemos falar de trânsito de informações entre natureza e cultura, levando-se em conta o tempo em que os seres humanos têm vivido neste planeta, conseguindo gerar condições de se adaptar constantemente.

Como há sempre movimento, para que nós consigamos, mesmo que com mudanças, identificar que um determinado sistema continua ainda a ser ele precisamos ter em mente a noção de traço. São os traços que vão nos permitir, com o passar do tempo, identificarmos um sistema ainda como o mesmo. Isto é simples de ser notado, por exemplo, no reconhecimento que fazemos de uma pessoa que voltamos a ver, passados vários anos. Alguns traços são o que nos permitem reconhecer aquela pessoa como sendo a que conhecemos tempos atrás, ainda que muita coisa tenha se transformado. Podemos dizer então que o que evolui são os traços. E esta é mesmo a noção de evolução para Darwin.

O final do século XX deu a Darwin um tratamento semelhante ao que já havia dado a Freud: popularizou-o a ponto do conceito de evolução haver perdido a extraordinária originalidade de seu sentido. Trata-se de uma ideia que pode ser resumida no fato de que os mais capazes de sobreviver e reproduzir transmitem as características que permitem assim funcionar a seus descendentes, e isso provoca a evolução dos traços (e não dos seres, como muitos pensam) que mais beneficiam o organismo a poder continuar operando dessa maneira. (Katz e Greiner, 2001, p. 73)

Esta linha de pensamento sobre evolução diz respeito assim a uma transformação que ocorre no tempo e que se liga a processos adaptativos. Os seres humanos, no modo em que foram encontrando para se adaptar e garantir a sobrevivência da espécie, foram elaborando cultura ao mesmo tempo em que a cultura foi também garantindo elementos de modo que as crianças tenham acesso a informações que as auxiliam na sua sobrevivência. Portanto, estabelecer formas de reconhecimento é fundamental para que possa haver continuidades na cultura. Mas isso é bastante diferente de se pretender fixar significados em gestos e posturas na dinâmica da comunicação como garantidores de sucesso ou identificadores de verdades e mentiras, desconsiderando-se o contexto e as múltiplas possibilidades significativas do corpo na comunicação.

Em relação ao significado, estamos acostumados a tomar pelo mesmo significado, sentido e referente. Lidar com a noção de traço nos permite, por exemplo, compreender que na tentativa de mapear gestos e posturas do corpo o que os manuais fazem é eleger um traço como o significado. Vejamos, por exemplo, a conhecida correspondência que se pretende atribuir entre braços cruzados e uma demonstração de insatisfação ao que se vê ou se ouve na situação de comunicação, ou mesmo como demonstrativo de uma indisponibilidade para a interação. Toma-se uma possibilidade, um traço por toda a possibilidade de significação. Um braço cruzado pode assim estar porque o sujeito não está gostando do que está ouvindo ou por não estar gostando de estar numa dada situação de interação. São possibilidades, sim. Mas podemos considerar que estas seriam possibilidades de tradução daquela figura, que também pode ter outras traduções no mesmo contexto. E se quisermos ter uma maior precisão acerca do propósito dos braços cruzados, vamos ter que expandir nossa possibilidade de ler o que ali está ou até mesmo ter que perguntar ao próprio sujeito. E este pode saber ou não porque está ou estava de braços cruzados, pode querer dizer ou não o porquê ou até não dizer “a verdade”.

A questão é que temos sido instruídos a buscar o sentido e a explicação, considerando a existência não de possibilidades de significar, mas de um único significado. Fato é que, por mais angústia que isso possa nos causar, uma vez que há sempre múltiplas possibilidades de significar, que decorrem de uma relação de comunicação muito mais complexa do que a tentativa de atribuição da possibilidade de apenas um significado, esse é o exercício da comunicação e da nossa possibilidade de interagir e agir no mundo. Podemos

escolher interagir cooperativamente ou não. Ao se fixar um único significado e tomar muitas possibilidades por apenas uma, no lugar de permitir a existência da dinâmica da comunicação afirma-se a possibilidade eleita, carregando a ela a condição de verdade ou mentira, direcionando assim os sujeitos para uma pré-disposição, ou mesmo indisposição. O direcionamento para um estado de alerta constante, com foco permanente no objetivo de procurar verdades e mentiras, que coloca em cena constante a intenção de suspeitar e investigar, provoca entraves na comunicação, ao mesmo tempo em que coloca problemas ao corpo do sujeito expositor, uma vez que a desconfiança e o medo são a tônica que precede e permeia a interação.

O ato comunicativo implica em procurarmos agir colaborativamente. Para isso, em situações presenciais, procuramos pistas que nos ajudem a caminhar diante do que o outro apresenta. Buscamos todo tempo um nexos no que está sendo dito, e o verbal aliado ao que há de não verbal, incluindo tons de voz, melodias, cadência da fala, silêncios e gestos, movimentos e estados do corpo, incluindo também expressões faciais, posturas são um conjunto de pistas de que dispomos em situações de comunicação face a face para buscar significado. E há também as informações a serem checadas no que diz respeito a dados apresentados e até em relação às próprias referências que cada um de nós tem. De fato, o modo como interagimos vai muito além de apenas as informações que se colocam em jogo numa dada situação de fala em público.

A forma como interagimos com os outros é influenciada por uma vasta legião de predisposições que têm a ver com sexo, raça, gestos, indiossincrasias e traje. O cenário da interação acarreta o seu próprio conjunto de predisposições ligadas à familiaridade e aos planos. (Damásio, 2010, p. 340)

Mas, ainda assim, podemos nos colocar pré-dispostos a ver e ouvir mais do que a suspeitar e duvidar de antemão. É uma escolha e uma possibilidade de cada um. E estas podem ser desenvolvidas conscientemente.

Parte do que usamos para nos comunicar diz respeito a codificações verbais. E também utilizamos algumas codificações não-verbais. Temos como recurso tanto alguns gestos codificados quanto posturas, e ainda expressões faciais com as quais estamos mais familiarizados e que expressam mais claramente emoções e estados corporais. Mas isto é parte de vários elementos que se colocam compondo a cena comunicativa. Fica bem diferente o propósito comunicativo quando passamos a procurar códigos fixos como a

tônica da informação. Até porque, o exercício da comunicação é testar a percepção e o ajuste de vários elementos com vistas a chegar a um entendimento do que o outro está apresentando e do que nós estamos propondo ao outro. Será sempre uma compreensão parcial e comprometida com as nossas possibilidades de significar e de atribuir significado. Não há uma informação precisa e isenta de contaminação. O mesmo ocorre com o outro no seu processo de significar e atribuir significado.

E é sempre bom lembrar que os gestos codificados estão vinculados ao tempo e ao espaço. Há gestos que encontramos em diversos lugares com o mesmo significado, do mesmo modo que podemos encontrar o mesmo gesto com significado diferente em culturas diferentes. Existem também codificações feitas por pequenos grupos. É mesmo possível que um gesto com um significado determinado em uma dada época simplesmente desapareça daquele local ou grupo, anos depois. A tentativa de atribuir significado a gestos feita pela fala em público e pela linguagem corporal pode ser encaixada nas codificações criadas por um determinado grupo. Adolescentes, por exemplo, costumam criar gestos e palavras próprias ao seu grupo. Isto faz parte do movimento que há nos modos como os expressamos. E, como alguns estudos têm mostrado, podem existir diferentes caminhos neurais para se chegar a um gesto ou a certo estado corporal, como, por exemplo, o que ocorre com o ato de sorrir. A questão é sabermos diferenciar estas existências das advindas de uma fabricação com um propósito doutrinador, que se pretende capaz de aferir a verdade e a mentira na dinâmica da comunicação. É esta tentativa de aprisionamento e facilitação que deve ser posta sob suspeita, tanto quanto a insistência na desconfiança e na perícia para reconhecer falácias enfatizadas pela linguagem corporal e pela fala em público. E, sobretudo, é preciso termos clareza de que não há como dicionarizar os gestos.

Consideramos o sorriso um caminho interessante para identificar modos diferentes de abordar um fenômeno, cujos objetivos são imensamente distintos. Este exemplo do sorriso pode nos auxiliar a imaginar como algumas codificações de gestos e expressões faciais podem ser construídas. As pesquisas dos neurocientistas Vilayanur S. Ramachandran e Sandra Blakeslee (2004) mostraram que há dois tipos de sorriso diferentes. Um é o que surge espontaneamente numa situação que nos alegra, como quando encontramos alguém de quem gostamos. Outro é o que executamos quando nos pedem para fazê-lo para uma máquina fotográfica, por exemplo. Segundo estes pesquisadores, o motivo

seria haver diferentes regiões do cérebro que controlam esses dois tipos de sorriso, sendo que apenas uma delas contém um ‘circuito especializado em sorriso’. Vejamos a explicação de como se dá o sorriso espontâneo.

Um sorriso espontâneo é produzido pelos gânglios basais, aglomerados de células encontrados entre o córtex superior do cérebro (onde se realizam pensamento e planejamento) e o tálamo, evolutivamente mais antigo. Quando você encontra um rosto amigável, a mensagem visual procedente desse rosto atinge posteriormente o centro emocional do cérebro, ou sistema límbico, e é subseqüentemente retransmitida aos gânglios basais, que orquestram as seqüências de atividade do músculo facial necessárias para produzir um sorriso natural. Quando este circuito é ativado, seu sorriso é sincero. Uma vez posta em movimento, toda a cascata de eventos acontece numa fração de segundos sem que as partes pensantes do seu córtex jamais sejam envolvidas. (Ramachandran e Blakeslee, 2004, p. 37)

Precisamos observar que o vocábulo ‘sincero’ que aparece no trecho acima está dentro de uma fundamentação neurofisiológica. Ou seja, sincero tem um significado próprio ao contexto no qual está inserido. No momento em que o senso comum tem acesso, por exemplo, a essa informação, e passa a utilizá-la, o termo sincero fica carregado de juízo de valor do senso comum. No trecho que destacamos acima, Ramachandran e Blakeslee estão considerando sincero em oposição a algo que seria encenado, como o sorriso dado a partir de uma instrução para uma fotografia. Então é a não encenação que é nomeada com o vocábulo sincero. Não há uma conotação semântica com uma valoração de bom ou ruim. É tão somente um vocábulo usado para apresentar o resultado de anos de pesquisa para se compreender processos cerebrais em pessoas que sofrem comprometimentos neurológicos, neste caso o derrame.

Em relação ao segundo tipo de sorriso, o que forçamos mecanicamente a partir de uma instrução para sorrir para uma foto, estes pesquisadores dizem o seguinte:

A instrução verbal do fotógrafo é recebida e entendida pelos centros superiores de pensamento no cérebro, inclusive o córtex auditivo e os centros de linguagem. Daí é retransmitida para o córtex motor na frente do cérebro, que é especializado em produzir movimentos voluntários treinados, como tocar piano e pentear o cabelo. Apesar de sua aparente simplicidade, o ato de sorrir envolve a cuidadosa orquestração de dezenas de diminutos músculos na seqüência apropriada. No que concerne ao córtex motor (não especializado para gerar sorrisos naturais), este é um feito tão complexo quanto tocar Rachmaninoff sem nunca ter tido aulas de piano, e portanto falha completamente. Seu sorriso sai forçado, tenso, artificial. (Ramachandran e Blakeslee, 2004, p. 37)

Como podemos ver através da complexidade envolvida no cérebro para realizarmos os dois tipos de sorriso de que tratam Ramachandran e Blakeslee (2004), há circuitos de

ativação de sorrisos espontâneos diferentes dos de ativação via instrução para sorrir, o que apresenta formas evidentes diferenciadas de sorriso. O modo como estes pesquisadores chegam a esta conclusão decorre do estudo de diversos pacientes com lesões cerebrais. Eles identificaram que pessoas que sofrem derrame no córtex motor direito⁵³ passam a ter problemas no córtex esquerdo. Exemplificam com casos de pacientes cujos gânglios basais necessários para dar sorrisos espontâneos não foram afetados pelo derrame, sendo capazes, ao ver um amigo querido, de sorrir com os dois lados da boca e da face. Esta simetria é explicada por Ramachandran e Blakeslee (2004) como sendo correspondente à espontaneidade própria ao sorriso natural.

Contudo, se ao paciente que sofreu derrame for solicitado sorrir, o sorriso aparecerá apenas do lado direito, dado que o paciente tem impossibilidade de mover o lado esquerdo da boca. O que estes pesquisadores identificaram, portanto, é que há acionamentos neurais diferentes. Quando este nível de descrição do fenômeno é levado para um discurso que tem outro tipo de argumentação ele vira ideológico e valorativo, isto é, fica carregado de juízo de valor. O passo seguinte é ser normatizado com uma rotulação, uma legenda atrelada ao gesto cuja significação “precisa” é atribuída como garantia de significado na comunicação entre os indivíduos.

Diante de alguns manuais de linguagem corporal, de fala em público e em certas propostas de treinamentos especializados em ensinar a descobrir mentiras na linguagem não verbal, que pretendem ensinar a identificar mentiras do comunicador, são atribuídas verdades e mentiras a gestos, posturas e expressões faciais, como em sorrisos, por exemplo. Vemos menções a expressões de sorriso aparecer em manuais e treinamentos, inclusive considerando-se lateralidade da boca, sendo elas apresentadas de forma a se comprovarem verdades e mentiras na comunicação. No decorrer de nossa pesquisa, encontramos em manuais e vídeos de internet análises explicativas no sentido de que se o comunicador mexer o canto da boca enquanto responde a uma pergunta ou enquanto afirma algo isto é a comprovação de que ele está mentido. Com a repetição da mesma informação do que parecem ser réplicas insistentes, passa-se a estabelecer uma crença na aura de “certeza” de que há um tipo de sorriso falso, passível de identificação precisa.

⁵³ Como explicam Ramachandran e Blakeslee (1998: p. 38), o córtex motor direito é a região especializada do cérebro que ajuda a orquestrar movimentos complexos no lado esquerdo do corpo.

Não temos como comprovar que essas análises e afirmações decorram de pesquisas como as de Ramachandran e Blakeslee. Mas podemos observar a semelhança. Isso não teria grandes consequências, não fosse o fato de que as afirmações são postas com tal grau de certeza, muitas vezes até alegando-se que são resultados de pesquisas científicas, que se somando a isso a difusão dos manuais de linguagem corporal, linguagem não verbal e fala em público rapidamente se instala no senso comum um entendimento como sendo uma verdade absoluta, uma vez que o contexto é o do mito do objetivismo. Como o senso comum parece gostar de soluções rápidas e facilitadoras, comprado como vendido, rapidamente passa a ser utilizado nas situações de comunicação como informação “segura”, garantidora de significado. E o propósito é este mesmo, o de ser usado como uma solução instantânea e facilitadora em interações presenciais. Nesta linha de serem soluções para questões enfrentadas em situações de comunicação face a face, parece que, de algum modo, resultados de pesquisas científicas vêm sendo apropriados no processo de comunicação, passando a ter um uso bastante distinto dos objetivos para os quais foram realizadas as pesquisas.

Obviamente, não se trata aqui de questionar a propriedade dos estudos de pesquisadores renomados sobre o cérebro, mas, sim, de suspeitar que apropriações simplificadoras desses estudos vêm sendo feitas, de modo a se constituir em um enorme volume de cópias e cópias de cópias de livros de auto-ajuda e instruções e treinamentos oferecidos, inclusive, em centros de treinamento, o que amplia a validade da pretensão. E na sequência, passa-se a doutrinar também o caminho inverso: modos de se estabelecerem sorrisos diante da plateia com vistas a passar uma imagem de verdade. O mesmo é feito em relação a outras expressões faciais, bem como a gestos e posturas. Considerando-se as reais angústias que muitos indivíduos experimentam diante de situações novas, de exposição ou mesmo de interação no seu dia a dia, não apenas em situações de fala em público, devemos questionar este tipo de propósito e de venda de facilidades e simplificações, quer tenham sido apropriações de pesquisas científicas ou apenas do que se ouviu falar ou leu em algum lugar ou mesmo repetidamente em vários lugares.

Suspeitar deste modo de tratar o corpo não significa ignorar que temos, sim, a possibilidade de colocar no rosto expressões dissociadas do que estamos sentindo. Algumas pesquisas têm sido feitas, como expõe Damásio (2004), inclusive no sentido de comprovar

que expressões de algumas emoções podem ser “postas” no rosto, ainda que o sujeito não esteja sentindo emoção equivalente. Contudo, considerando-se a interação comunicativa e um ambiente de conforto que pode vir a ser pretendido para a fala em público, é possível minimizar certos padrões e transformar outros. E é possível também desconstruirmos o sentido da ênfase ao mito do medo de falar em público. E para isto é necessário interrompermos este tipo de “doutrinação” e “crença”, que acaba por gerar uma série de equívocos na comunicação entre as pessoas, ao mesmo tempo em que insufla a cultura da desconfiança e da assertividade acerca da intenção que é do outro, não nossa.

Com significados pré-fixados de gestos e expressões faciais, que se pretendem facilitadores, o exercício da interação e da negociação na situação comunicativa fica em segundo plano. De fato nem é este o direcionamento dado pela fala em público e pela linguagem corporal. O grande foco recai sobre a procura de referências imediatas, garantidoras de verdade no corpo, para checá-las com o que está sendo dito, tanto quanto colocar no corpo o que se supõe ser a atitude que irá convencer a plateia. Contudo, é bastante provável que o permanente fantasma da desconfiança que se instaura e propaga, trazendo junto pretensas soluções para as situações de comunicação, de forma alguma auxilie as pessoas a se entenderem melhor. Seguramente não é o caminho que propomos para orientar o sujeito expositor nas suas apresentações, uma vez que entendemos a fala em público como um modo de se dar uma cooperação comunicativa entre sujeito expositor e plateia, tanto quanto como um modo para gerar ambientes mais favoráveis à aprendizagem e à interação.

Na Teoria Geral dos Sistemas, a possibilidade que adquirimos de funcionar coletivamente pode ser vista como advinda de uma maior taxa de complexidade que os seres humanos foram apresentando na troca com o ambiente. Ou seja, a antiga visão de que o homem estava fora do mundo e o mundo agia sobre ele não tem mais lugar. No seu modo de procurar e encontrar respostas para lidar com o mundo, o homem foi sendo capaz de simbolizar e compartilhar culturalmente. E isto porque a taxa de complexidade que nossos corpos foram conquistando foi aumentando. Não se trata então de simbolizar o que está fora do corpo, mas trata-se de reconhecer que o trânsito no corpo das informações dentro e fora é permanente. Nas palavras de Helena Katz:

Nós humanos estamos implicados nos fenômenos que nós observamos porque o nosso corpo é que nos faz ficar implicados. O jeito como ele funciona nos faz estar implicado no mundo. O nosso modo de observar não é de fora, ele é junto, implicadamente falando, porque todo o entorno, todas as condições da observação, todo o ambiente modificam a observação.⁵⁴

Na linha das visões dicotômicas que separam mente e corpo, dentro e fora, a cultura também é vista apartada dos seres humanos. Durante bastante tempo acreditou-se que primeiro teria que se desenvolver a cognição e que só depois poderíamos adquirir cultura. O indivíduo separado da sociedade seria apenas um reflexo da cultura. A cultura era estudada considerando-se seus artefatos e a cognição era estudada em laboratório (Katz e Greiner, 1998, p. 94). Edwin Hutchins (1995) vai trazer outra possibilidade para os estudos da cultura e da cognição, quando propõe que para se entender a cognição é preciso estudá-la no ambiente onde ela ocorre. A proposta de Hutchins será a de tratar a cognição como uma etnografia. Para ele só faz sentido estudarmos a cognição no local onde ela acontece. Assim, a sua proposta de “cognition in the wild” vai implicar ver a cognição humana em seu habitat natural, uma vez que para Hutchins (1995) muito dos problemas fundacionais das ciências cognitivas diz respeito à cognição ter sido sempre estudada em experimentos de laboratório.

Como durante muito tempo o entendimento do funcionamento da mente humana era equiparado ao funcionamento do computador, o entendimento de cognição seguia o modelo de processamento de símbolos internos de algo que está fora. E este entendimento de cognição era possível porque estava ancorado na separação entre corpo e ambiente e entre o que está fora e o que está dentro do corpo. Desse modo, era como se dentro da mente, como no computador, o cérebro simbolizasse o que se passava lá fora. Não é o homúnculo, mas a ideia do cérebro se comportar como um operador de dados. Os novos estudos de mente e corpo nos dizem que dentro e fora não estão separados, levando-se em conta como o corpo troca com o ambiente.

Nós, seres humanos, somos resultado de 0,6 a 1,2 bilhões de anos de evolução metazoária (organismos unicelulares não estão sendo contabilizados nessas cifras, apesar de sua singular rede química). Evidentemente, um tempo tão longo produz um sem número de adaptações, isto é, de negociações entre corpos e ambientes. Se o sopro entorno também compõe a coisa, a cultura (entendida como produto

⁵⁴ Esta frase foi proferida em aula por Helena Katz em seu curso *Processos midiáticos e produção de conhecimento: corpo e cognição*, ministrado no segundo semestre de 2009, no Programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP.

do meio, do entorno) encarna no corpo. O que está fora adentra e as noções de dentro e fora deixam de designar espaços não conectos para identificar situações geográficas propícias ao intercâmbio de informação. As informações do meio se instalam no corpo; o corpo, alterado por elas, continua a se relacionar com o meio, mas agora de outra maneira, o que o leva a propor novas formas de troca. Meio e corpo se ajustam permanentemente num fluxo inestancável de transformações e mudanças. (Greiner e Katz , 2001, p. 7)

Considerando o trânsito permanente de informação, entre outras coisas, Hutchins (1995), vai propor que a antiga ideia de que nosso processamento mental poderia ser equiparado ao modo como funciona o computador não expressa o modo como é a nossa cognição. Nós não somos processadores que manipulam símbolos automatizados. Nem tão pouco nosso cérebro é um operador de traduções do que está no mundo. Isto nos leva à questão da representação. Ter este entendimento de símbolo que está no mundo e vai para dentro da cabeça é ter o entendimento de que a cognição é tão somente uma tradução. Para Hutchins (1995), o entendimento da ciência cognitiva de que os símbolos estão dentro da cabeça é um erro.

Eu acredito que os humanos têm processos de representação interna de símbolos. O que eu não acredito é que a manipulação simbólica seja a arquitetura da cognição. Historicamente, nós simplesmente assumimos que o processamento de símbolos estava dentro porque tomamos o computador como nosso modelo de mentalidade. (Hutchins, 1995, p. 370)⁵⁵ (Tradução da autora)

Hutchins (1995) vai discordar diretamente do entendimento de cultura que durante muito tempo foi o da antropologia como sendo uma coleção de coisas, e vai propor que a cognição é o maior componente da cultura.

A cultura não é uma coleção de coisas, quer sejam elas tangíveis ou abstratas. Mais que isso, é um processo. É um processo cognitivo humano que tem lugar dentro e fora da mente das pessoas. É o processo no qual nossas práticas culturais cotidianas são feitas. Eu estou propondo uma visão integrada da cognição humana na qual o maior componente da cultura é o processo cognitivo (também é um processo energético, mas eu não estou lidando com isso) e cognição é um processo cultural. (Hutchins, 1995, p. 354)⁵⁶ (Tradução da autora)

⁵⁵ I believe that humans actually process internal representations of symbols. But I don't believe that symbol manipulation is the architecture of cognition. Historically, we simply assumed that symbol processing was inside because we took the computer as our model of mentality. (Hutchins, 1995, p. 370)

⁵⁶ Culture is not any collection of things, whether tangible or abstract. Rather, it is a process. It is a human cognitive process that takes place both inside and outside the minds of people. It is the process in which our everyday cultural practices are enacted. I am proposing an integrated view of human cognition in which a major component of culture is a cognitive process (it is also an energy process, but I'm not dealing with that) and cognition is a cultural process. (Hutchins, 1995, p. 354)

Ao ver a cultura como um processo adaptativo, Hutchins (1995) vai ver também a questão da simbolização como impossível de ocorrer individualmente. Para ele, buscamos solução aos problemas que vamos encontrando com mais frequência coletivamente e a lista de coisas definidas como cultura é apenas resíduo desse processo (Hutchins, 1995, p. 354).

Em relação ao fato da percepção ser ou não singular, Helena Katz explica que “a cognição é sim uma atividade da percepção de cada um, é singularizada em cada corpo, mas não é propriedade privada só daquele corpo”⁵⁷. Hutchins acredita que nós humanos temos uma aptidão para reconhecer regularidades no ambiente e construir processos internos de modo a coordenar essas regularidades. Ou seja, estar na mesma etnografia, como propõe Hutchins, nos permite ter uma percepção que é própria a cada um de nós, ao mesmo tempo em que os processos cognitivos são culturais. Se o corpo tem uma natureza que é cultural, só faz sentido pensar a nossa cognição junto com a nossa ação coletiva no mundo. “A chave estaria, portanto, no estudo de como se dá o fluxo de informações. O processo cultural tornar-se-ia sempre do tipo adaptativo, abrigando soluções parciais para os frequentes problemas encontrados.” (Greiner, 2005, p. 103)

Um modo também interessante de pensar esta relação entre os seres humanos e a cultura, considerando que o corpo está na cultura, é o proposto por Michael Tomasello (1999). Para este pesquisador o processo evolutivo dos seres vivos sempre se relaciona à sua adaptabilidade ao ambiente. Como estudioso dos primatas, ele identifica que todas as espécies de primatas, inclusive nós, usam suas habilidades e conhecimento para formular respostas criativas e estratégias perspicazes quando diante de problemas tanto físicos quanto sociais. No caso dos seres humanos, estes foram se adaptando a um número maior de condições, ao mesmo tempo em que foram criando também novas condições de sobrevivência para a espécie.

A hipótese de Tomasello (1999) é a de que os seres humanos possuem uma espécie única de adaptação cognitiva, sendo esta, de vários modos, poderosa porque muda de maneira fundamental os processos de evolução cognitiva. O entendimento deste pesquisador é o de que o ser humano tem a característica única de entender o outro como agente intencional. Nós somos capazes de saber que podemos chamar a atenção de um

⁵⁷ Esta frase foi proferida em aula por Helena Katz em seu curso *Processos midiáticos e produção de conhecimento: corpo e cognição*, ministrado no segundo semestre de 2009, no Programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP.

outro ser humano de modo a olhar para um alvo para o qual estamos olhando. Sabemos que o outro é capaz de considerar formas de agir, de pensar a respeito e de dar respostas a questões tanto quanto nós. E isto nos permite termos objetivos comuns, fazermos juntos. Tomasello (1999) considera de extrema relevância essa condição que temos de chamar a atenção de um outro como nós para algo que é do nosso interesse.

[...] o esmagador peso das evidências empíricas sugere que só os seres humanos entendem seus iguais (conspecifics) como agentes de intencionalidade como eles mesmos e só os seres humanos são capazes de se engajar em aprendizado cultural.⁵⁸ (Tomasello, 1999, p. 6) (Tradução da autora)

Esta nossa possibilidade seria uma forma mais recente na evolução humana (Tomasello, 1999). Para este pesquisador, a cultura é um produto muito recente na nossa evolução, existindo em toda sua possibilidade há apenas alguns cem mil anos. Particularmente, interessa-nos o modo como Tomasello (1999) identifica o que teria permitido tamanha evolução na nossa adaptabilidade ao mundo. Nós seres humanos passamos a ter a habilidade de identificar que outros como nós possuem suas próprias intenções e atenções, o que significa que possuem também desejos e crenças. “E este novo modo de entender as pessoas mudou radicalmente todo tipo de interação social, incluindo o aprendizado social”⁵⁹ (Tomasello, 1999, p. 202). (Tradução da autora).

Saberemos que o outro é também um agente de intenções coloca-nos diante de muitas questões. E talvez, em parte, a questão que aflija a tantos é a de assegurar que as intenções do outro sejam iguais as suas ou a de ter garantias de que não serão contra as suas. Procurar saber porque algo acontece ou o que causou uma dada situação é um tipo de atitude que apenas nós humanos somos capazes de ter. Portanto, somos capazes de buscar causas e consequências, ou seja, explorar, indagar, averiguar, estudar, analisar etc. Parte de nossa atividade comunicativa diz respeito a procurar significados em ações, uma vez que sabemos que o outro é agente de intenções tanto quanto nós somos. Nas situações comunicativas presenciais há muitos elementos a serem considerados. Não apenas fala, gestos, expressões faciais, estados do corpo e ainda o que, de fato, são objetos postos no

⁵⁸ [...] the overwhelming weight of the empirical evidence suggests that only human beings understand conspecifics as intentional agents like the self and so only human beings engage in cultural learning. (Tomasello, 1999, p. 6)

⁵⁹ This new mode of understanding other persons radically changed the nature of all types of social interactions, including social learning [...]. (Tomasello, 1999, p. 202)

corpo como vestimentas, adereços etc., bem como o contexto e os objetivos dos sujeitos. Enfim, cognitivamente temos condições para encontrar modos para estar nas situações de comunicação mais voltados a experienciá-las, mesmo considerando que ambiguidades, sobreposições de sentidos e a real necessidade de termos que procurar pistas e construir sentido são parte do agir comunicativamente. E este agir diz respeito ao próprio modo como o corpo percebe e conhece o mundo. Inferir verdades e mentiras com base em significados pré-fixados em gestos e posturas preponderantemente é muito limitador às possibilidades combinatórias que o corpo pode realizar, e é pouco compatível com o nosso modo de estar no mundo e que conquistamos evolutivamente.

Os estudos das ciências cognitivas e da neurociência podem nos ajudar a pensar as nossas práticas sociais e a buscar formas através das quais tenhamos mais interesse em compartilhar do que em ficar assustados e em estado de suspeita constante acerca das intenções do outro. É interessante notar que a hipótese de Tomasello (1999) considera que para que nós continuássemos a existir como espécie foi necessário aprendermos a cooperar. Mesmo que saber que o outro é um agente de intenções nos inquiete, é possível termos uma intenção comunicativa de cooperação no lugar do reforço a uma postura de desconfiança, dado que há uma gama enorme de recursos que se colocam disponíveis. Em relação ao sujeito expositor esta intenção de cooperação pode ser desenvolvida como parte do desenvolvimento da habilidade comunicativa no treinamento da fala em público. Em especial, porque é mais compatível com o modo como o corpo significa.

A nossa cognição é social e nós evoluímos junto com o ambiente, que é o tempo todo transformado enquanto nos transforma, possibilitando a continuidade da nossa espécie, via aprendizado das crianças. (Tomasello, 1999). E a qualidade única da cognição da espécie humana, como é a hipótese de Tomasello, foi possível por questões de filogenia, história e ontogenia. Tomasello (1999) vai usar o termo “conspécifics” que poderíamos pensar como sendo aquilo que é próprio aos que têm a mesma especificidade. Nós seres humanos tivemos a necessidade de viver juntos de modo a persistir como espécie. E ao aprendermos a viver com nossos iguais, aprendemos também a compartilhar de modo semelhante com os que têm traços semelhantes. A filogenia pode ser então entendida como promotora dos acordos sociais.

Em termos de filogenia, Tomasello (1999) propõe pensarmos acordos como acordos para a sobrevivência da espécie. No que diz respeito à história, isto se liga a considerarmos o tempo histórico. O modo como somos hoje, as condições das quais dispomos para nossa sobrevivência enquanto espécie, é resultado de milhões de anos de acordos, que foram ocorrendo ao longo do tempo. Toda a cultura que compartilhamos foi sendo feita por construções simbólicas que se foram também transformando ao longo do tempo. Não há, pois, no entendimento de Tomasello (1999), como considerar o que aprendemos, o modo como armazenamos conhecimento e as formas que temos para transmitir informação sem considerarmos as transformações que foram ocorrendo no decorrer do tempo em que a espécie humana habita este planeta.

Já a ontogenia vai estar ligada justamente a uma possibilidade de continuidade que ocorre no tempo, de modo a fazer com que vários processos de natureza distinta possibilitem que nossas crianças sejam capazes de se adaptar ao ambiente ao qual chegam, ao nascer. Como nós, as crianças também precisam funcionar no mundo, considerando o tempo histórico e o viver junto na sociedade que se estabeleceu antes de seu nascimento. E para que nós continuemos a existir como espécie precisamos ser capazes de garantir que as nossas crianças continuem a desenvolver as habilidades que já adquirimos. É a continuidade dos processos que permite que as crianças humanas funcionem na cultura e na sociedade (Tomasello, 1999). Tanto as habilidades que elas portam geneticamente quanto as que irão adquirir culturalmente precisam ser garantidas continuamente. Ontogenia diz respeito, então, a uma competência que precisamos ter para oferecer e garantir que as nossas crianças continuem as habilidades que conquistamos.

A proposta de entendimento dos seres humanos como sendo seres que precisam compartilhar e gerar formas de manter as condições que vão criando de modo a fazer a nossa espécie continuar existindo nos faz pensar em práticas sociais que podem ser mais eficazes neste sentido. A pesquisa de Tomasello (1999) diz respeito a práticas amplas e complexas como, por exemplo, habilidades que vamos adquirindo como jogar xadrez ou operar linguagem, uma vez que estas habilidades promovem novos e constantes acordos no corpo que podem vir a fazer transformações em nós como espécie humana. Se entendemos, como propõe Tomasello (1999), que a cognição é cultural⁶⁰ e que as crianças têm uma

⁶⁰ Isso não significa que não exista uma aliança entre natureza e cultura nos processos cognitivos.

condição de manter a espécie, estando o corpo implicado no mundo, estes entendimentos podem nos ajudar a considerar que as práticas sociais vão também implicando em formas que vão sendo propostas ao corpo.

E se entendemos que o mundo biológico não está apartado do cultural, podemos compreender que o corpo tem um papel no mundo, uma vez que os processos de cognição do corpo estão todo o tempo no cultural, no social, no tempo histórico e na sua continuidade. Portanto, propomos que a fala em público seja tratada como um modo de agir cooperativo, procurando compartilhar informação no lugar de submeter o outro. E o modo de transformar as dificuldades de se falar em público é adquirir o estado de presença no corpo, ao invés de sustentar a condição de medo e enfrentamento do outro como forma de superar o medo. Mais que isso, estar no próprio corpo é poder trocar a todo instante com o entorno. Então, olhar para a fala em público como um lugar a temer não faz qualquer sentido para uma proposta de cooperação entre os sujeitos. Tudo isso diz respeito a termos um outro entendimento de significado e de como o corpo significa, tanto quanto de comunicação.

Durante toda nossa vida, por conta do modo como nos constituímos e nos relacionamos com o mundo, todo o tempo estamos diante da tarefa de descobrir, produzir e comunicar significados. Grande parte desta tarefa é feita de maneira inconsciente. (Johnson, 2007, p.18). Assim sendo, ainda que se insista em buscar significado no nível da linguagem discursiva, não é apenas neste nível que ele deve ser procurado. A complexidade em relação ao significado vai bastante além de palavras ou mesmo de gestos aos quais se atribui sentido fixo, quer sejam os pretensamente dicionarizados ou os que tratamos como convenções culturais de forma mais abrangente, como apertos de mão, abraços, sinais para se pegar um ônibus etc. Para Johnson (2007), significado, pensamento e linguagem estão ligados sempre e diretamente ao corpo e emergem das dimensões estéticas, dos padrões de processos sensoriomotores e das emoções.

O reconhecimento de que o significado está enraizado na experiência corporal implica ainda reconhecer que tanto a capacidade imaginativa como a conceitual são dependentes dos processos sensoriomotores. Por isso o que se costuma chamar de razão não é nem uma coisa concreta nem abstrata, mas processos encarnados através dos quais nossas experiências são exploradas, criticadas e transformadas em questões. (Greiner, 2010, p. 90)

A razão, portanto, não é um processo exclusivamente mental ou algo que ocorre para os fins de processarmos linguagem como pensam alguns. O que chamamos de razão é fruto de processos que estão relacionados com o corpo. E para que a gente consiga ter uma compreensão mais estendida de significado, precisamos examinar, ainda que não profundamente, como a cognição acontece neuroanatomicamente. Isto vai implicar conhecermos um pouco o funcionamento do cérebro, da mente, da percepção, da memória e de como se dá o processo de transmissão de informação, bem como o processo de comunicação. Vamos assim entender que não pensamos “racionalmente” de forma apartada de sentimentos e emoções. E mesmo que a consciência seja uma enorme possibilidade para nós seres humanos, isso não significa dizer que ao sermos instruídos sobre ações a serem realizadas, ou mesmo quando nos determinamos a fazer uma ação, as colocamos no corpo instantaneamente, passando o corpo imediatamente a estar apto a realizá-las.

O processo de aprendizagem de informação nova e a transformação de padrões estabilizados requerem tempo, trabalho e treino. Muito treino. Uma instrução não é a mesma coisa que sua possibilidade de realização. Por exemplo, não basta dizer ‘respire fundo e fique tranquilo diante da plateia’. Uma ação como essa é bastante difícil, mesmo fora da situação de fala em público. Temos identificado em nossos treinamentos que as pessoas, em sua maioria, respiram de modo curto, pouco profundo e rápido. Demoram bastante tempo até conseguir perceber como respiram e mais ainda para tornar sua respiração mais longa e tranquila. Uma respiração curta e acelerada vai implicar em pouca possibilidade de considerar um tempo tranquilo para sua fala e uma grande dificuldade em respirar para incluir uma pausa, por exemplo. E envolve estados do corpo, claro. Em estados de ansiedade ou medo percebemos que nossa respiração fica diferente, bem diferente da normal. Portanto, são estados que precisam ser trabalhados de modo a não ficar preponderantemente enfatizados.

E estar diante da plateia tem toda uma rede de relações que não se resolve apenas em pretender e tentar respirar fundo e ficar tranquilo. Portanto, agir ou transformar um modo de estar é muito mais complexo, não se resumindo sua solução a uma análise de um terceiro, cujas observações transitam em torno do que está “certo” e “errado”, seguidas de instruções dadas de modos corretos de fazer. Receitas são boas para bolos. Mesmo assim, muitas vezes não dão certo na hora da execução. Se entendermos o papel do corpo na fala

em público, poderemos compreender que as mudanças, para ocorrer, irão requerer processos de treinamento bem mais complexos do que os que envolvem atitudes disciplinadoras e instruções normatizadoras.

Em relação à informação, não temos também como vê-la como algo que pode ser transmitido ao corpo ou pelo corpo, por ser este um entendimento estático de corpo e que o vê separado do mundo. Isto é oposto ao que ocorre na dinâmica dos estados corporais e dos mapas mentais, como veremos. Sendo assim, para lidarmos com a noção de informação, precisamos ter em mente a ideia de trânsito constante entre corpo e ambiente. Para isso, temos que romper com a dicotomia dentro-fora.

[...] no momento em que a informação vem de fora, as sensações se colocam sempre 'em relação a', criando conexões. É assim que o processo imaginativo se organiza e quando começa não distingue mais o que vem de dentro e o que vem de fora. (Greiner, 2010, p. 96)

Nesse processo que é contínuo, as informações vindas de fora se misturam às que já estão no corpo e o corpo continua a trocar com o ambiente. E é neste fluxo constante que produzimos significado. Na construção de significado há, portanto, dimensões mais profundas e complexas, das quais não se aparta o contexto.

O ambiente no qual uma informação é produzida, transmitida e interpretada nunca é estático, mas uma espécie de contexto-sensitivo – por isso, as trocas entre corpos e ambientes são possíveis, e o corpo, que está sempre transitando por vários ambientes/contextos, vai trocando informações que tanto o modificam como modificam os ambientes. (Greiner, 2010, p. 96)

Durante muito tempo não se levou em conta o contexto e, em parte, a semiologia de Saussure (1916⁶¹) contribuiu para separar a palavra do contexto na qual era empregada. Como a base de onde parte Saussure é a palavra, a relação significante/significado era o que lhe interessava. A noção de referência prendia-se, então, a uma ideia de que para cada signo posto no mundo corresponderia uma palavra, e para cada palavra uma imagem referente. Este entendimento se liga à uma idéia, na qual por muito tempo se acreditou, de que dentro do cérebro produziríamos imagens da realidade tal e qual. Sabe-se hoje que a imagem externa chega apenas até a retina. Depois, diversas regiões do cérebro farão o processo ocorrer em mapas neurais. Como veremos mais adiante, os processos mentais são

⁶¹ *Cours de linguistique générale* é uma obra publicada postumamente, em 1916. Foi editada por Charles Bally e Albert Sechehaye a partir de aulas que assistiram e de anotações de cadernos de outros alunos em três cursos dados por Saussure no período de 1906 a 1911, na Universidade de Genebra.

dinâmicos e a complexidade de seus processos é de natureza bastante distinta da ideia de uma imagem fotográfica.

Assim, para podermos compreender a proposta de Mark Johnson (2007) acerca do significado é necessário deixarmos de lado mais esta relação dual de correspondência direta entre palavra e imagem, como se pudéssemos representar na mente algo que está fora como se fosse uma legenda de uma fotografia ou mesmo a fotografia. Estabelecer uma imagem para cada palavra gastaria um tempo enorme e é uma tarefa desnecessária. E não é assim que nosso cérebro opera. Ele é muito mais econômico e rápido. Também não é possível considerar compreendermos uma referência apartada das circunstâncias sociais. Por tudo isso, o entendimento de referência linguística proposto por Michael Tomasello (1999) interessa-nos mais. Para este pesquisador a referência linguística é um ato social em que uma pessoa tenta conseguir que outra pessoa preste atenção em algo no mundo. E a referência linguística para ser entendida precisa do contexto de certos tipos de interações sociais, às quais ele nomeia cenas de atenção conjunta.

[...] referência linguística é um ato *social* no qual uma pessoa procura conseguir a atenção de outra pessoa para alguma coisa no mundo. E temos também de reconhecer que o fato empírico da referência linguística só pode ser compreendido no contexto de certos tipos de interações sociais que chamarei cenas de atenção conjunta.⁶² (Tomasello, 1999, p. 97) (Grifo do autor) (Tradução da autora)

O contexto, portanto, não pode ser tido por um lugar estático repleto de coisas também estáticas; “o contexto está sempre mudando porque o conjunto de coisas que o forma também se transforma”. (Greiner, 2010, p. 124)

A ideia de referência apartada de um contexto está ligada a entendimentos que separam o que acontece no mundo do sujeito que nele está. Nessa linha de raciocínio, do mesmo modo é possível achar que a informação é algo que vem de fora e entra no cérebro que o processa. Este entendimento do processamento de dados, possibilitado pela dicotomia dentro-fora, diz respeito à uma noção de *in put/out put*, que durante algum tempo foi difundida e que ajudava a estabelecer uma paridade entre o cérebro e o computador. Nesta tentativa de explicar como o cérebro funcionava, no que diz respeito às informações,

⁶² [...] linguistic reference is a *social* act in which one person attempts to get another person to focus her attention on something in the world. And we must also acknowledge the empirical fact that linguistic reference can only be understood within the context of certain kinds of social interactions that I will call joint attentional scenes. (Tomasello, 1999, p. 97)

acreditou-se que as informações estariam disponíveis no mundo, prontas para seres postas no cérebro. Diante desta forma de ver, tomava-se a informação como estando fora e tendo um sentido nela mesma, passível portanto de ser inserida no cérebro, também este tido por um objeto. Considerando a noção de *in put/out put* e do cérebro também como coisa, parece lógico pensar que a comunicação opera com formas e significados fixos que podem ser depositados no corpo. E é tão somente dentro de uma linha de entendimento que separa tudo todo o tempo, que o verbal e o não verbal podem ser vistos como dimensões estanques, e até contrapostas, de modo que se acredita ser possível desvendar “sua dissonância” para se chegar a uma verdade não revelada pelo sujeito.

Para António Damásio (2010), a metáfora do computador chega à era digital, equiparando a mente a um software e o cérebro ao computador, de modo que o cérebro pode ler a mente. Para este pesquisador, o grande problema desta e outras metáforas que relacionam em mão dupla máquinas e seres vivos é que elas ignoram uma diferença fundamental: os componentes materiais dos seres vivos são também eles vivos, são células vivas de organismos vivos. Como os organismos vivos possuem regras e dispositivos de modo a manter seu equilíbrio homeostático, um problema em um de seus componentes faz perecer o corpo do organismo vivo, comprometendo imediatamente sua homeostase. Isto é totalmente diferente com as máquinas, cujas peças podem ser apenas substituídas sem comprometimento geral. (Damásio, 2010, p. 68)

Diante de novos conhecimentos acerca dos processos do corpo, inclusive de como o cérebro opera, podemos compreender que o computador não serve mais de modelo acerca do funcionamento do cérebro. Logo, conseguimos compreender que essa metáfora também não pode ser estendida ao corpo, que do mesmo modo que o cérebro não é coisa passiva à espera de receber informação. E se afastamos a dicotomia dentro-fora, podemos pensar no verbal e no não verbal imbricados. Assim, ao invés de separá-los para contrapô-los, é possível termos o entendimento de que a nossa possibilidade como seres humanos de significar diz respeito a termos conquistado uma competência verbal em um corpo cuja expressividade não ocorre apartada dos seus processos.

No filme *Comer Rezar Amar*⁶³, há uma cena em que a protagonista, que é americana e mora nos EUA, está em Roma para aprender italiano. Seus recentes amigos lhe explicam

⁶³ *Comer Rezar Amar* é um filme de 2010, estrelado por Julia Roberts e dirigido por Ryan Murphy.

que o italiano fala com o gesto. Na sequência, são mostradas várias situações de rua em que vemos os italianos movimentando braços, mãos e corpo enquanto falam e alguns destes movimentos apresentam, inclusive, gestos com informação codificada pelos nativos. Fato é que ali fica muito marcada uma característica que não parece ser exclusiva aos italianos, mas apenas mais evidente e reforçada em sua cultura como sendo uma característica do “povo italiano”, mas nos parece ser mesmo da espécie humana. Temos movimentos no corpo e movimentos e micromovimentos no rosto quando falamos. Nossa expressividade verbal ocorre em consonância com expressões faciais, gestos, posturas e movimentos do corpo. E, se estamos presentes na nossa situação de comunicação, a intensidade de sentimentos e emoções nos faz usar os recursos verbais e não verbais de que dispomos para nos fazermos entender. Portanto, o corpo tem uma dinâmica que precisa ser reconhecida e entendida, considerando-se os processos do corpo e da fala integrados. A questão que a expressão “o corpo fala” expõe é que os processos do corpo em situações de comunicação são reduzidos à visão apenas do produto final.

Se conseguimos reconhecer que o corpo não é apenas um carregador do discurso, passamos a ter outra abordagem diante da nossa possibilidade expressiva e também de como significamos. Como espécie humana, conquistamos a linguagem verbal, sim. Mas podemos pensar que na oralidade, a fala ocorre integrada ao corpo. Assim é quando no nosso dia a dia encontramos um amigo ou nos vemos envolvidos em uma discussão amorosa, por exemplo. Não nos comunicamos usando o recurso linguístico sem que o corpo se expresse junto, com toda sua dinâmica, que inclui movimento, expressões faciais, gestos, posturas, estados do corpo e que pode apresentar certos gestos convencionados ou não e expressões faciais mais ou menos reconhecíveis pelo interlocutor⁶⁴. Não há porque ser diferente na fala em público, ainda que ela guarde suas especificidades em relação à fala cotidiana, sobretudo por se tratar de uma fala formal e, normalmente, por haver um destaque espacial que coloca em evidência o corpo do sujeito expositor, dentre outros elementos próprios a esta situação de comunicação.

Em outro filme *A Proposta*⁶⁵ há uma cena em que os dois protagonistas conversam sem se ver. Deitados no mesmo quarto, mas em lugares separados, não estão vendo um ao

⁶⁴ Damásio (2004) vai se referir a uma habilidade de certos leitores de emoções de fundo para reconhecerem mais ou menos aquilo que não é verbal. Veremos mais demoradamente isto ao tratar das emoções.

⁶⁵ Filme dirigido por Anne Fletcher, em 2009, com Sandra Bullock e Ryan Reynolds.

outro. Mesmo assim, ainda que não se vejam, movimentam as mãos todo o tempo em que conversam, aliando mãos, expressões faciais e fala. Ou seja, aquilo que tentam dizer, mesmo não sendo vistos um pelo outro, não exclui uma dinâmica em seus corpos que é exteriorizada em movimentos de braços e mãos e expressões faciais. Esses exemplos em que vemos verbal e não verbal juntos nos ajudam a pensar em por que no momento em que vamos para uma fala formal que envolve plateia desconsideramos o modo como o corpo opera.

É claro que nos dois filmes estamos diante de cenas do cotidiano e não de uma situação de fala formal que envolve plateia e objetivos mais amplos do que apenas estabelecer uma comunicação imediata. Mas talvez a formalidade entendida como oposta a uma “espontaneidade” da fala cotidiana tenha colaborado para a fala em público tratar o corpo com imposturas de gestos. E no lugar de procurar um modo para que o sujeito expositor tivesse no corpo condições de lidar com uma fala que é formal, ao mesmo tempo em que implica sustentar a exposição de sua figura em destaque, relacionada à exposição ainda a resultados a serem obtidos no seu ambiente profissional, acabou-se por insistir em técnicas que aplicam instruções normatizadoras ao corpo, e que contrapõem gesto e fala com o propósito de “clarear” a comunicação ou de garantir verdades. Na comunicação face a face, em especial na fala em público como a entendemos aqui, verbal e não verbal (fala, gesto, expressão facial, postura, movimento) ocorrem juntos. Por isso, é importante que seja facilitado o fluxo constante entre eles. E este é o trabalho a ser feito com o sujeito expositor. É necessário que, no decorrer do treinamento, ele desenvolva estados no corpo de modo a permitir que o fluxo entre verbal e não verbal ocorra todo o tempo, tanto quanto a permitir que seu corpo sustente a situação de se ver exposto aos olhos da plateia, sem perder a dinâmica do movimento, ainda que sua fala seja formal, e em consonância com emoções e sentimentos no trânsito com o ambiente.

A respeito da separação entre corpo e mente, Ramachandran e Blakeslee (1998) propõem que já é tempo de deixar esta separação apenas como um recurso pedagógico para as instruções aos estudantes de medicina, pois esta construção não nos ajuda a compreender o comportamento humano (Ramachandran e Blakeslee, 1998, p. 279). Propomos aqui então tomar verbal e não verbal na fala em público também de um modo que não os separe. Os recursos de que dispomos para nos comunicar, e que fomos desenvolvendo na nossa

evolução como espécie, nos possibilitam a relação de comunicação entre nós exatamente porque dispomos do verbal e do não verbal, que em situações de comunicação face a face, sobretudo em situações de fala cotidiana, costumam ocorrer juntos e são expressivamente complementares.

Numa análise em que Steven Pinker (2004) apresenta argumentos para o instinto da linguagem, na qual está considerando a relação fala-audição, apresenta a condição que a fala e a escuta têm de poder acontecer independentemente de condições de visibilidade.

A percepção da fala é outro dos milagres biológicos que compõem o instinto da língua. As vantagens de usar a boca e o ouvido como canais de comunicação são evidentes, e não encontramos nenhuma comunidade ouvinte que opte pela língua de sinais, embora ela seja igualmente expressiva. A fala não exige boa iluminação, contato frente a frente ou entrega total de mãos e olhos, e pode ser bradada a longas distâncias ou sussurrada para ocultar a mensagem. (Pinker, 2004, p. 199)

Contudo, o fato de poderem prescindir de visibilidade não quer dizer que em condições nas quais a presença dos agentes é determinante para que a comunicação ocorra, como é o caso da fala em público, devamos retirar o corpo de cena. Do mesmo modo, em situações como a apresentada no filme *A Proposta*, o fato de não haver necessidade de visibilidade entre os agentes para que fala e escuta pudessem ocorrer não implicou deixar de ocorrerem movimentos expressivos em seus corpos. É bastante provável que estas separações metodológicas para explicar uma questão levem a generalizações em outras circunstâncias. Claro que posso pedir, por exemplo, a alguém que esteja na cozinha para trazer um copo d'água até a sala onde me encontro. Não preciso ir até lá para fazer o pedido e nem que o outro venha até mim para que eu possa apontar para uma jarra ou para um corpo, chamando a atenção do outro para o objeto do meu desejo. Mas considerando minha expressividade, ainda que o outro esteja num ambiente distinto, isso não quer dizer que minha fala ocorreu separadamente do meu corpo ou que não houve movimento no meu corpo, gestos de cabeça, mãos, olhos etc.

A questão, portanto, diz respeito à necessidade de se atribuir ou não formas fixas de tradução e uma ênfase na separação entre verbal e não verbal quando a comunicação é face a face. O reconhecimento de que se o corpo está presente ele conta significativamente é determinante para transformarmos antigos entendimentos de corpo. É preciso, portanto, considerar a dinâmica do corpo ocorrendo junto com a linguagem discursiva. Assim sendo, não há sentido em discutirmos qual das linguagens é mais relevante para nossa

expressividade. Relevante é que verbal e não verbal possam ocorrer dinamicamente juntos, no fluxo dos processos do corpo e da situação de comunicação, com as possibilidades que lhes forem próprias. Não vemos portanto sentido em separar verbal e não verbal na fala em público. Muito menos contrapô-los e passar todo o tempo suspeitando ora de um ora de outro. Em situações de comunicação em que há a presença do corpo, os seus processos ali estão e perceber o mundo é uma possibilidade imediata do corpo, tanto quanto se comunicar. E se pensamos em propor transformações ao corpo, isto diz respeito a reconhecer os seus processos e ir além de frases instrucionais acerca do que fazer. O como fazer é que irá possibilitar o estado de presença, que não se viabiliza apartado da experiência.

Assim, para que o sujeito expositor venha a lidar melhor com a situação de comunicação que se coloca na fala em público, que envolve exposição diante da plateia e relação com o espaço físico, há a necessidade de trabalharmos a expansão da sua percepção e da possibilidade de experienciar o próprio corpo na relação com o entorno. Isto porque, como explica Helena Katz^[2],

As experiências são fruto de nossos corpos (aparato motor e perceptual, capacidades mentais, fluxo emocional etc.), de nossas interações com os ambientes através das ações de se mover, manipular objetos, comer, e de nossas interações com outras pessoas, em termos sociais, políticos, psicológicos, econômicos, religiosos etc.

Mente, corpo e ambiente estão, portanto, juntos todo o tempo, e o trânsito de informações é o modo como se dá a comunicação. E uma vez que estamos entendendo que Comunicação quer dizer novas possibilidades de criar novas conexões, as compreensões aqui propostas irão nos ajudar a considerar também a noção de experiência. Esta noção para nós é fundamental. Estamos considerando aqui que a experiência liga-se diretamente às possibilidades do corpo, aos hábitos e, por conseguinte, às maiores ou menores condições para lidar com um fenômeno. Os entendimentos que vamos constituindo são sempre relativos aos objetos⁶⁶ com os quais entramos em contato. Se entramos em contato sempre

^[2] Este trecho está no artigo *O papel do corpo na transformação da política em biopolítica*, que se encontra em Greiner, 2010, pp. 122-132.

⁶⁶ O termo objeto é entendido aqui conforme propõe Damásio (2010: p. 90), como sendo aquilo com que interagimos na construção de mapas mentais, como, por exemplo, pessoas, locais, máquinas etc., e que se encontram no exterior do cérebro.

com os mesmos objetos⁶⁷, por exemplo, se assistimos o mesmo estilo de filme ou comemos sempre o mesmo tipo de comida, se convivemos com o mesmo e restrito grupo de pessoas etc. as informações serão sempre do mesmo tipo. Expandir nossas possibilidades de entrar em contato com diferentes tipos de objetos pode nos ajudar a expandir nossa percepção e a ampliar o modo como compreendemos o mundo e como nos relacionamos com ele. Isto porque gerar múltiplas possibilidades pode expandir as combinações de informações em nossos mapas neurais e relacionar emoções e sentimentos nos facultando mais respostas no lugar de sempre a mesma. Mais adiante voltaremos a estas questões quando tratarmos de percepção, mapas neurais, emoções e sentimentos.

Considerar a experiência vai dizer respeito então a expandir a percepção, a consciência e a trabalhar o movimento do corpo, sua organização, respiração e foco na sua relação com o espaço. Isto diz respeito também a trabalhar no treinamento diversas possibilidades do corpo trocar no ambiente, inclusive considerando-se respiração e formas de deslocamento. Na medicina tradicional chinesa, a ideia de saúde está ligada à possibilidade de livre trânsito da energia pelo corpo. E um dos modos de abrir espaços no corpo é através da respiração. Podemos pensar então que a respiração, além de garantir a vida e facultar a cura, pode ser entendida como diretamente ligada aos estados do corpo de modo mais profundo e constante do que a consideramos normalmente no Ocidente. Indispensável à vida, a respiração liga-se diretamente aos estados do corpo. Por isso, não por acaso, se tomamos um susto ou se ficamos alegres nossa respiração muda visivelmente. E do mesmo modo que precisamos reconhecer o movimento como um dos sentidos do corpo, também a respiração precisa ser vista como elemento ligado ao corpo e suas emoções. Sendo assim, a respiração precisa ser considerada e trabalhada tanto quanto o foco se pretendemos buscar um estado de presença. Voltaremos a este ponto no capítulo 3.

Deixar que flua todo o trânsito de informação necessário entre dentro e fora do corpo, incluindo-se sentimentos, emoções, o que está sendo dito etc., diz respeito portanto a facultar ao sujeito expositor o desenvolvimento de um estado de presença. Pretender o estado de presença é possibilitar que sua expressividade transcorra na fluência de seus sentimentos, emoções, percepções e ações, não perdendo de vista seus objetivos. A expressividade do sujeito expositor vai estar diretamente ligada à possibilidade de

⁶⁷ Idem

experienciar o momento presente, ao mesmo tempo em que é capaz de lidar com um conteúdo que pretendeu passar e com objetivos e expectativas suas e de outros, considerando-se que corpo, mente e ambiente estão em troca constante. Não faz sentido, portanto, continuar a contrapor não verbal e verbal, uma vez que esta visão aprisiona significados, aprisiona o corpo do sujeito expositor e compromete fortemente a interação comunicativa. Então, para ser possível desenvolver o estado de presença como propomos, é necessário mudarmos o entendimento de corpo e de significado, tanto quanto de informação e de comunicação.

Até porque, ao contrário do que ainda se imagina no senso comum, nunca compreendemos algo diretamente. Há sempre um processo de tradução, ou seja, uma espécie de interpretação própria daquilo com o que entramos em contato. E isto se liga diretamente às possibilidades que cada um tem. Se o corpo é um corpo mais preparado para lidar com situações de exposição a plateias, se as possibilidades construídas durante a vida de olhar para as situações são mais amplas, com múltiplas entradas diante de um fenômeno, também as possibilidades de dar respostas imediatamente às situações tendem a aumentar. É claro que os recursos verbais do sujeito expositor também são importantes. Uma pessoa que possui uma boa organização discursiva terá este recurso a seu favor. Isso não quer dizer que seja suficiente. A situação de fala em público pode apresentar dificuldades mesmo se este recurso está disponível. Por tudo isso, estamos considerando no nosso entendimento de fala em público e no tipo de treinamento que propomos a importância de expandir a percepção, a consciência do corpo acerca do entorno e de disponibilizar o corpo para a experiência, objetivando-se a constituição de um estado de presença.

Há bastante tempo o corpo e a presença do corpo vêm sendo uma questão de interesse entre os pesquisadores (Greiner, 2010). Aqui importa-nos, sobretudo, que a presença do corpo esteja relacionada não a um corpo objeto ou recipiente, mas a um corpo que conhece. Nesse sentido, entendemos cognição não apenas como conhecimento, mas como propõe Luís Quintais como sendo “modos de aquisição, armazenamento e transmissão de conhecimento” (Quintais, 2009, p. 112). E a forma como nós seres humanos adquirimos, armazenamos e transmitimos conhecimento implica necessariamente no modo como o tipo de organismo ecológico que temos se relaciona com o mundo. Interessa-nos, por isto, pensar nas ações cognitivas encarnadas.

Trabalhar o corpo do sujeito expositor de forma a torná-lo mais disponível e disposto à exposição implica em considerar que este corpo não é um corpo com o propósito de ser treinado para superar uma condição de resistência física ou para construir um padrão pré-fixado de gestos e posturas. O que o corpo faz todo o tempo no trânsito com o ambiente diz respeito a adquirir e transmitir informação. E não seria diferente na fala em público, mesmo com as especificidades próprias a este tipo de situação de comunicação. Sendo assim, o que lhe for apresentado como possibilidade de movimento e ação também durante o treinamento, aquilo que lhe for oferecido como passível de experiência poderá auxiliá-lo na constituição do estado de presença e em suas disponibilidades para lidar com a situação de interação. Ao menos precisa ser este o direcionamento do treinamento.

Em relação à presença, algumas considerações se tornaram possíveis a partir da relação que Rodolfo Llinás (2001) propôs entre movimento, neurônios e atividade sensoriomotora. Foi ele

[...] quem evidenciou que o movimento é sempre criado a partir de uma oscilação, um evento rítmico (como o do pêndulo ou do metrônomo) que se processa em um neurônio como atividade elétrica e se manifesta no momento preciso em que a voltagem atravessa a membrana que envelopa a célula. As ações potenciais são as mensagens que viajam pelos axônios (o prolongamento da célula nervosa) tecendo a relação entre a informação do cérebro e os nervos periféricos do corpo. (Greiner, 2010, p. 96)

A principal hipótese de Llinás é a de que “o pensamento é a internalização evolutiva do movimento” (Greiner, 2010, p. 97). O movimento está relacionado à própria busca do ser movente por condições de sobrevivência. E todo o processo começa sempre por uma transformação sensoriomotora. Então, o que Llinás chama de “si-mesmo”

[...] seria compreendido, neste sentido, como a centralização da predição, uma espécie de estado interno que antecipa a possibilidade futura. Esta possibilidade já é movimento e nunca aparece fora da consciência, mas pode ser organizada quando um corpo está apenas em estado de alerta (nível baixo de consciência). (Greiner, 2010, p. 97)

Uma forma interessante e importante de considerar a presença é como o faz Greiner (2010), que vê a presença do corpo como o que dá visibilidade ao pensamento. Este seria o motivo pelo qual a presença do corpo é, inclusive, “cada vez mais valorizada nas experiências de arte contemporânea”, que tem privilegiado “expor pensamentos e não produtos ou resultados estéticos” de fácil consumo (Greiner, 2010, p. 93). É possível que considerar a visibilidade de um pensamento dada pela presença do corpo soe estranho para

alguns, na medida em que estamos habituados a juntar pensamento à razão e razão a palavras como sua forma de expressão. Acerca do pensamento, imagina-se que pensamos porque temos as palavras e que são elas quem têm a capacidade da materialidade, por serem elas quem comunicam significados. Tanto assim que grande parte dos treinamentos de fala em público se concentra na elaboração do discurso persuasivo, sendo o corpo visto como o objeto portador do discurso. Na lógica dicotômica de corpo e mente, a ideia é a de que tornar presente o pensamento é elaborá-lo discursivamente. O corpo serve apenas para “carregar” o discurso. O que está neste entendimento é a separação que se acredita ser possível entre pensamento e ação do corpo. Daí a possibilidade de propor as “imposições postiças” ao corpo do sujeito expositor.

O semioticista Eric Landowski (2002), na sua busca por entender a presença, vai propor considerarmos a presença para si e a presença para o mundo, e vai considerar a questão da espacialidade. Seja em que área for, no momento em que pensamos o ser humano, ao menos do modo como ele está até agora, sempre precisamos considerar que ele não está só. E mesmo a sua sobrevivência e a garantia de permanência implicam em reconhecer a existência do outro e em aprender a interagir com o outro. Se o outro é o que permite ao sujeito se constituir como sujeito, pode ser uma discussão (Landowski, 2002, p. 70). A nós interessa reconhecer que na fala em público o outro ali está para que algum objetivo se concretize. Se não houver plateia, se não houver alguém a quem o sujeito expositor se apresente, não haverá a fala em público.

Então, o que propõe Landowski interessa na medida em que, além da presença do outro, ele reconhece a presença no mundo como uma forma única de atenção sensível. Haveria nesta atenção, que é sensível, uma disponibilidade total, um acordo imediato com as coisas e as pessoas que ali estão. Talvez possamos pensar este acordo não como uma concordância racional, uma anuência entre as partes acerca de um assunto, mas, sim, como a possibilidade que os corpos têm de se fazerem vistos quando em contato uns diante dos outros e terem uma troca imediatamente perceptiva. Landowski (2002) também fala sobre um acordo imediato com os pequenos acontecimentos que se encadeiam uns aos outros e isto pode fazer parte do contexto.

Diz Landowski ainda que tudo isso encadeia-se de um modo que se constitui não em um discurso previamente construído, mas numa narrativa sem outra preocupação a não

ser aquela do instante que estaria por vir. Então podemos pensar que a presença precisa ser compreendida como uma relação do corpo que está posto no espaço diante de outro(s) corpo(s), e que é nesta circunstância do estar face a face que se torna possível existir algo. De que forma o que acontecerá vai se dar irá depender das condições do contexto lá no momento presente. Por mais antecipações que se façam, é no momento da apresentação que se dá a comunicação. O que o sujeito expositor pode fazer antes é trabalhar para constituir uma possibilidade de presença, de forma que esta se coloque disponível também a cada vez que o sujeito expositor tiver que se apresentar publicamente. Para Landowski (2002), descobrir a presença do outro permite ao sujeito se revelar a si mesmo, e o espaço só pode surgir a partir do próprio sujeito. Fato é que para a fala em público, como a vemos, considerar a existência do espaço, e trabalhar o corpo de forma a desenvolver ainda mais sua condição de se mover pelo espaço diante do olhar do outro, é uma das bases para se constituir um estado consciente de presença, reconhecendo, claro, a presença do outro como condição para que venha a se dar a interação e a comunicação.

Mas reconhecer a existência do outro, do espaço e do estado de presença implica em pensar também no modo como o sujeito expositor vai ser visto pela plateia. Como esta, via de regra, não tem o entendimento de significado que estamos propondo aqui, provavelmente tenderá a buscar significados nas palavras e em gestos convencionados, preponderantemente, ainda que não seja assim que ela, de fato, construa significados. Mas, com base no que está difundido no senso comum, há uma grande chance de a plateia procurar “ler” no corpo do sujeito expositor formas de significação pré-fixadas, acreditando estar nelas uma possibilidade de decodificação rápida de suas “reais” intenções. Isto porque o direcionamento vem sendo o de se apoiar nestes gestos e posturas, de forma a checar “a verdade” do que ele diz. Contudo, ainda que o sujeito expositor não tenha um modo de problematizar este entendimento da plateia e nem seja, claro, esta discussão o propósito de sua comunicação, uma vez que trabalhe sua presença e desenvolva possibilidades de interagir com o ambiente, através de um entendimento de que a experiência é constante, esta sua condição poderá favorecer uma troca mais fluente entre sujeito expositor e plateia.

A fluência que o sujeito expositor pode adquirir na situação comunicativa pode gerar uma dinâmica de modo que suavize o propósito da plateia de se concentrar na procura de gestos dicionarizados ou de pretender pôr em cheque suas informações discursivas, no

que diz respeito ao corpo. Este pode passar a ser um propósito secundário. Isto porque, dado o mito do medo de falar em público, ver alguém se comportando de modo confortável e fluente em situação de fala em público é surpreendente e tranquilizador. Ao atrair o interesse da plateia, ao mesmo tempo em que seu objetivo é interagir e não o de submeter, a situação comunicativa ganha outros contornos. Então, o sujeito expositor pode ser o agente que irá propor o seu estado de presença como o modo de iniciar e manter uma troca consciente e o mais constante possível com a plateia. E parte disto é o desenvolvimento da condição de enxergar a existência do outro e de incluí-lo positivamente na situação comunicativa, ao invés de ter o desejo de que ele não exista ou pretender submetê-lo.

Como dissemos, o corpo é o corpo da performatividade. Como a comunicação não tem como ser feita a priori, serão as condições do sujeito expositor para encenar no momento presente que lhe possibilitarão interagir com a plateia. E sua performatividade diz respeito a permitir que o movimento ocorra, uma vez que o corpo só se apronta no ato da encenação. E se entendemos o corpo na sua dinâmica, cai por terra a ideia de que é possível repetir um gesto no corpo com fidelidade de cópia. O corpo não tem a capacidade de ser fiel a uma cópia porque no corpo não há como fazer exatamente a mesma coisa. Ainda que assim pareça, o tônus muscular sempre será diferente a cada repetição, do mesmo modo que o desenho de um gesto pelo espaço jamais passará na mesma trajetória exatamente. Como nos ensina Helena Katz, “o corpo não repete. O corpo encena porque ele está sempre propondo os seus cenários, as suas cenas; ele está sempre fazendo as suas proposições”.⁶⁸

Mas vale lembrar que as proposições que o corpo faz em nada se parecem com as proposições contra as quais Austin interpôs os seus Atos de Fala. Mesmo assim, a Teoria dos Atos de Fala acabou, em sua performatividade, por trazer a presença do corpo à cena. E por um caminho sinuoso através da própria linguagem surge uma janela para escapar da tirania do discurso e fazer reconhecer a presença do corpo.

A noção de presença do corpo seria um dos momentos desta tradução-deslocamento, em que algo se presentifica (uma ação, uma ideia, uma imagem) e ganha visibilidade, estabelecendo um novo processo de comunicação com o seu entorno (plateia e contexto). (Greiner, 2010, p. 95)

⁶⁸ Anotação de fala da professora Helena Katz durante a disciplina *Processos midiáticos e produção de conhecimento: corpo e cognição*, oferecida no Programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP, no segundo semestre de 2009.

Considerando os conhecimentos aqui apresentados, estamos propondo trabalhar com o sujeito expositor de maneira a se tornar mais consciente acerca, por exemplo, do posicionamento do seu corpo, de suas posturas, gestos e até expressões faciais com vistas a estabelecermos uma melhor comunicação com o outro. Este trabalho baseado na expansão da percepção e da consciência é um direcionamento possível, uma vez que o sujeito expositor também passe a ter um novo entendimento de significado, de significado do corpo e de comunicação. Mas talvez, como a hipótese de Damásio seja a de que a consciência tem uma relevância maior ainda para nós por permitir que façamos antecipações de situações, planejamentos e pela possibilidade que temos de tomar decisões, possamos considerar que parte do treinamento se concentra em desenvolver a atenção ao momento presente, de modo a constituir o estado de presença. Com base no modo como corpo e cérebro funcionam, podemos também trabalhar certos padrões corporais de modo a tê-los mais disponíveis, vindo a reforçar alguns e a torná-los não-conscientes, ao mesmo tempo em que vamos propondo novas conexões.

Por tudo isso, a presença não pode ser pensada apartada nem da percepção, nem da cognição e nem do movimento. Até porque, é o próprio movimento do corpo quem dá início ao processo de comunicação, ainda que ele não seja entendido como parte determinante desse processo.

A questão do movimento se mostra crucial quando o assunto é corpo. Todavia, estivemos sempre tão absorvidos pela aceitação dos cinco sentidos como o teste central do que nos cerca que não nos demos conta de que faltava arrolar o movimento nesse mesmo conjunto de características do corpo humano. (Katz e Greiner, 2004, p.11-19)

Para Mark Johnson (2007), movimento é vida, e desde que nascemos estamos em permanente movimento no mundo. É o movimento uma das condições para que a gente possa sentir como o mundo é e como somos nós. Grande parte do nosso conhecimento vem do movimento e da nossa interação com objetos moventes. Johnson propõe que uma das chaves para compreendermos como coisas e experiências ganham sentido para seres como nós é o movimento, através de nossas capacidades sensoriomotoras. “O movimento nos dá

conhecimento acerca do mundo e, ao mesmo tempo, revela importantes insights sobre nossa natureza, capacidades e limitações”⁶⁹ (Johnson, 2007, p.20). (Tradução da autora).

Para que haja significado, portanto, precisamos considerar que mente, corpo e ambiente são dimensões dinâmicas que devem existir em contato sempre. Do contrário, nós humanos perdemos a possibilidade de significar. Mas ainda segundo Johnson (2007, p.27), o significado não pode ser reduzido a qualidades sentidas ou a processos conscientes. Para ele, parte do significado está relacionada às metáforas do pensamento, cujas bases se encontram no corpo, como já vimos. Voltamos, assim, ao entendimento de que conceitos incorporados e razão ligam-se à dinâmica corpo-ambiente e às ações do corpo. Como explica Greiner, “tanto as ações visíveis como as invisíveis dizem respeito aos processos perceptivos e sensoriomotores” (Greiner, 2010, p. 51). Como movimento e pensamento ocorrem juntos, não existe no pensamento nada que não tenha estado antes no sistema sensoriomotor. O corpo vivo é o corpo do movimento, que todo o tempo troca informação com o ambiente.

Tendo a estrutura de fluxo, o movimento irriga para frente e para trás plugando o corpo a cadeias cada vez mais gerais. Nesse aspecto, vê-se instalada no corpo a própria condição de estar vivo e ela se apóia basicamente no sucesso da transferência permanente de informação. (Katz e Greiner, 2001, p. 73)

O significado, para Johnson (2007), é possibilitado pelo que aconteceu antes, pelo que pode vir a acontecer e pela forma como as conexões ocorrem. Não temos como pensá-lo, portanto, restritivamente em um sentido fixo. Como todo o tempo o corpo troca com o ambiente, sentimentos e emoções estão sempre implicados no modo como o corpo significa. Compreender como a nossa mente constroi dinamicamente mapas, como explica Damásio (2010), e como esses mapas vão se formando com base em sentimentos e emoções vai nos permitir enxergar um pouco mais este corpo vivo, dinâmico e que todo tempo troca informação com o ambiente, relacionando presente, passado e futuro. A partir, portanto, das recentes pesquisas sobre movimento “não se pode mais restringir a comunicação aos cinco sentidos relacionados aos nossos órgãos do sentido. O movimento e o sistema sensoriomotor mostram-se fundamentais para a comunicação”. (Greiner, 2010, p. 97)

⁶⁹ Movement thus gives us knowledge of our world and, at the same time, reveals important insights about our own nature, capacities, and limitations. (Johnson, 2007, p. 20)

O movimento, portanto, é essencial ao processo cognitivo, sendo determinante ao treinamento da fala em público como propomos. A cognição implica necessariamente em movimento. Ao entendermos como mente e corpo se relacionam, vemos ser incompatível com a sua dinâmica impor ao corpo do sujeito expositor formas pré-concebidas, pedir a ele que permaneça imóvel por um tempo numa dada postura, ou instruir o tipo de movimento que ele deverá fazer com o propósito de uma significação aprisionada. Esta ideia de uma preparação de tal modo forjada problematiza, inclusive, a condição que o corpo tem de fazer antecipações e até mesmo simulações e testá-las na situação que se apresenta. E não temos porque jogar fora recursos tão preciosos adquiridos evolutivamente.

Segundo António Damásio (2010), o movimento foi exatamente o que possibilitou a existência de seres tão complexos quanto nós humanos. Os organismos simples precisaram ser capazes de estabelecer um programa de resposta e movimento que lhes permitisse ter sensação do interior e do exterior ao próprio organismo. “A mente consciente emerge na história da regulação da vida” (Damásio, 2010, p. 45). O ser humano, com o tempo, foi sendo capaz de ter um programa de respostas cada vez mais complexo, de modo que nos tornamos seres de consciência.⁷⁰ E somos conscientes de nossas ações, tanto quanto temos consciência de termos consciência. Para Damásio (2010), a “consciência é *um estado mental em que temos conhecimento da nossa própria existência e da existência daquilo que nos rodeia*”. (Damásio, 2010, p. 199) (Grifos do autor)

Como é possível que a consciência desapareça ainda que continue a existir mente, como ocorre sob certas condições neurológicas, Damásio (2004) vai associar a consciência a uma possibilidade de gestão eficiente da vida. Para ele, “a suspensão da consciência, mesmo que temporária, acarreta uma gestão ineficiente da vida” (Damásio 2004, p. 219). Assim, considerando sinônimos apenas consciência e mente consciente, e não simplesmente consciência e mente, para este pesquisador “a mente consciente é uma necessidade para a nossa sobrevivência”. Nós seres humanos, dada a nossa complexidade e a dos ambientes que fomos construindo, precisamos da mente consciente, não nos bastando

⁷⁰ Contudo, não somos os únicos seres a ter consciência. “Há uma profusão de comportamentos conscientes e bastante bem-sucedidos em muitas espécies não-humanas dotadas de um cérebro suficientemente complexo; os exemplos estão patentes à nossa volta, e de forma mais espectacular nos mamíferos. Nos seres humanos, contudo, a consciência alcançou o seu actual apogeu graças à expansão da memória, raciocínio e linguagem.” (Damásio, 2010, p. 330)

apenas as respostas automáticas. Mas isto não quer dizer que os processos não-conscientes responsáveis pelas respostas automáticas tenham deixado de ter relevância. Continuamos a contar com uma parte não-consciente como determinante também para nos ajudar a gerir a vida.

Quando vamos a pé para casa a pensar na solução de um problema e não no caminho que estamos a seguir, e mesmo assim chegamos a casa sãos e salvos, isso significa que aceitámos os benefícios de uma competência não-consciente adquirida graças a inúmeros exercícios conscientes anteriores, ao longo de uma curva de aprendizagem. Enquanto caminhávamos em direção a nossa casa, a nossa consciência precisou apenas de controlar o objetivo geral da viagem. O remanescente dos nossos processos conscientes estava disponível para um uso criativo. (Damásio, 2010, p. 333)

Já que contamos com a consciência, podemos usá-la também para lidar com parte dos processos não-conscientes, transformando certas ações conscientes em ações não-conscientes. É possível exercitarmos ações, repetidamente, de modo que, através da prática, elas se tornem disponíveis aos processos não-conscientes, ao mesmo tempo em que a consciência está liberada para se ocupar de análises das situações e planeamento futuros. Este é um dos propósitos de Damásio em seus estudos sobre a consciência (2010). Mas mesmo que não estejamos falando de ações tão complexas da consciência como estas, dependemos sempre do movimento para que os nossos dispositivos de percepção possam fazer a sua função de “espiar” a informação que será usada pelo cérebro. Isto porque a nossa possibilidade de trocar com o mundo, quer de modo não-consciente quer de modo consciente, está diretamente relacionada à nossa capacidade perceptiva. Nossa relação com o mundo está implicada nas percepções que temos dos objetos⁷¹ com os quais interagimos e na competência do cérebro de mapear as percepções.

Tendo a estrutura do fluxo, o movimento irriga para frente e para trás plugando o corpo a cadeias cada vez mais gerais. Nesse aspecto, vê-se instalada no corpo a própria condição de estar vivo e ela se apóia basicamente no sucesso da transferência permanente de informação. (Greiner e Katz, 2001: p. 73 – Revista fronteiras)

Referenciados pela dicotomia dentro-fora, estamos acostumados a achar que a percepção é algo que está fora e chega ao corpo, algo que entra no corpo. Contudo, é importante termos a compreensão de que

⁷¹ Objeto conforme propõe Damásio (2010: p. 90).

[...] em termos de percepção (e especificamente da percepção do “outro”), no momento em que a informação vem de fora, as sensações se colocam sempre “em relação a”, criando conexões. É assim que o processo imaginativo se organiza e quando começa não distingue mais o que vem de dentro e o que vem de fora. A história do corpo em movimento é também a história do movimento imaginado que se corporifica em ação. (Greiner, 2010, p. 96)

Comprendermos também a percepção como encarnada nos ajuda a entender que ela é um tipo de ação no corpo. A professora Helena Katz⁷² sugere que deveríamos dizer ‘eu fiz uma percepção’ no lugar de ‘eu tive uma percepção’. Essa construção facilitaria ligarmos percepção e ação. A percepção é um modo que temos de fazer uma aproximação ao mundo; um recurso de que dispomos para nos aproximar de algo que está no mundo. Ela ocorre na forma como o corpo conhece o mundo. O que quer dizer que cognição e percepção ocorrem juntas. A percepção não é, pois, o que queremos perceber, mas o que podemos perceber. Todos os corpos vivos têm a aptidão para ir se relacionando com o ambiente, traduzindo o ambiente no corpo. Nós temos a possibilidade de traduzir o ambiente no corpo e termos consciência desta tradução, ao menos em parte.

Da forma como as teorias que suportam este trabalho entendem a percepção, portanto, percepção, cognição e movimento estão juntos. Tanto a percepção é necessária para controlar o movimento quanto o movimento é necessário para se obter a informação perceptual. Percepção e movimento estão inescapavelmente juntos no ser vivo e compõem um círculo que é a ação. Uma interessante maneira de compreendermos a percepção é a proposta por Alva Nöe (2004). Para este autor, a percepção é uma habilidade do corpo, e já é uma forma de ação. Não é, como pensam alguns, então, um processo do cérebro por meio do qual o sistema perceptual constroi uma representação interna do mundo que fica armazenada, fixada em algum lugar do cérebro como uma imagem fotográfica. Novamente não temos como lidar com a noção dentro-fora a não ser por contaminação. Uma abordagem que parece facilitadora diante desse novo entendimento de percepção é a relação que Nöe (2004) propõe que se faça da percepção com o tato, e não com a visão.

⁷² Anotações de fala da professora Helena Katz na disciplina *Processos midiáticos e produção de conhecimento: corpo e cognição*, oferecida no Programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP, no segundo semestre de 2009.

Segundo Nöe, parte da dificuldade de entendermos a percepção deve-se a tomarmos como paradigma para a percepção a visão⁷³, e no seu modelo fotográfico.

A experiência perceptual adquire conteúdo como resultado do conhecimento sensoriomotor (Nöe, 2004). Por isso, nossas habilidades corporais sensoriomotoras são condição necessária para que possamos perceber. Desse modo, ter entendimento é uma ação que começa no acionamento do sistema sensoriomotor. O que é bem diferente de compreender o entendimento como um processo exclusivo do cérebro. Por isso, Alva Nöe (2004) entende que ter uma experiência é ser confrontado com um modo possível de como o mundo é. Uma experiência para ter valor tem que dizer respeito a, pelo menos, uma forma possível de como as coisas poderiam ser. A experiência é do corpo de cada um, com as inter-relações que cada um pode fazer. Nöe explica que os “julgamentos e experiências podem divergir e até contradizer um ao outro”⁷⁴ (Nöe, 2004, p. 189). Precisamos, por isso, por vezes, conferir uma impressão que tivemos, por exemplo, de terem nos chamado ou haver alguém atrás de nós. Precisamos, por vezes, verificar nossa percepção.

Em minha dissertação de mestrado examinei histórias curtas (contos) que pareciam ir numa direção e, no final, surpreendentemente, iam em outra. O desfecho final para elas não era o fantástico ou o maravilhoso⁷⁵, o que seria a primeira hipótese. Como expliquei na ocasião, o fato de nos surpreendermos ao final de certos tipos de histórias pode dever-se à habilidade de alguns escritores em construir caminhos possíveis discursivamente e não explicações finais fantasmáticas. Pistas falsas, sentidos dúbios, possibilitados por vezes pelo modo como uma palavra aparece na sentença também nos levam a verificar o que lemos. É o modo como certos escritores combinam as palavras que nos abrem mais de uma possibilidade e escolhemos um caminho, e não outro. Não havia nada sobrenatural alterando os fatos nas histórias examinadas para não termos visto as possibilidades, como teria sido no caso do desfecho no fantástico ou no maravilhoso. Apenas deu-se uma enorme competência combinatória com as palavras. Assim também podemos olhar para a percepção, como uma possibilidade de abrir para nós caminhos para atribuímos sentido ao

⁷³ Talvez parte deste entendimento decorra da “tendência dominante de redução dos processos da percepção exclusivamente à visualidade” por parte das teorias da percepção, talvez porque as pesquisas empíricas relacionadas a essas teorias apresentam o percentual de 75% da percepção humana, no atual estágio da evolução, como sendo visual. (Santaella, 1998, p.11).

⁷⁴ [...] judgments and experiences can diverge and even contradict one another. (Nöe, 2004, p. 189)

⁷⁵ O fantástico e o maravilhoso são gêneros literários.

que percebemos. E é isso que buscamos quando conferimos ou julgamos. Os processos de consciência nos ajudam a estabelecer sentido para nós. Por vezes, o sentido ao qual chegamos pode ser compartilhado com outros. Mas às vezes, não.

Em termos de compartilhamento, e a propósito ainda de caminhos dúbios, Ramachandran (2004) faz uma análise sobre o mecanismo da piada, que muito se assemelha a esse que pesquisei em minha dissertação. E isto interessa, sobretudo por nos fazer refletir sobre o riso e, a partir de suas considerações, pensar sobre o medo de falar em público. Em relação ao riso, o caminho perseguido pela piada é o de nos levar a uma ilusão, tendo em vista expectativas com um aumento gradual de tensão. Justamente no fim há uma reviravolta inesperada, que leva a uma reinterpretação completa de tudo que se havia imaginado até então. Mas, claro, a nova interpretação precisa ter “tanto ‘sentido’ no conjunto inteiro dos fatos quanto tinha a interpretação originalmente ‘esperada’”. Mas o desfecho advindo da reviravolta final precisa contemplar implicações tão banais quanto se pressupunha que seriam, mesmo que tenha havido a necessidade da reinterpretação. Daí a possibilidade de vir o riso.

As análises para um etologista, explica Ramachandran (2004), levam sempre em consideração que uma vocalização ainda que estereotipada diz respeito a um organismo estar tentando *comunicar* algo ao grupo social. Sua sugestão então para compreendermos o objetivo da risada, e a piada é um vasto campo para se dar este fenômeno, seria que o sentido da risada

[...] pode ser permitir que o indivíduo alerte outros do grupo social (geralmente parentes) de que a anomalia detectada é insignificante, nada que preocupe. A pessoa que está rindo praticamente anuncia sua descoberta de que houve um alarme falso; de que vocês, companheiros, não precisam desperdiçar sua preciosa energia e recursos, reagindo a uma falsa ameaça. (Ramachandran e Blakeslee, 2004, p. 261)

Isto explicaria também porque o riso é algo que se espalha tão facilmente, um contágio mesmo pelo grupo, o que faz com que ele tenha ainda mais valor, já que não fica restrito apenas a alguns. Do mesmo modo o sorriso pode ter também uma origem semelhante. Ramachandran (2004) apresenta uma hipótese de que, à distância, os nossos ancestrais primatas não teriam como saber se um indivíduo que vinha em sua direção seria uma ameaça ou não. Como estranhos são inimigos em potencial, uma careta possível seria a de ameaça com caninos à mostra. Uma vez conhecido o indivíduo, um sorriso ganharia

lugar à careta, minimizando assim a ameaça. Propõe Ramachandran então que tanto quanto o riso, “o sorriso é uma resposta de orientação *abortada*”. (Ramachandran, 2004, p. 262) (Grifo do autor)

O sistema límbico está envolvido na produção de resposta de orientação a uma possível ameaça ou alarme e Ramachandran (2004) sugere que ele esteja envolvido também com a orientação abortada em resposta a um alarme falso, como ocorre com o riso. E sugere ainda que os estudos acerca do riso deveriam envolver também explicações sobre movimentos rítmicos da cabeça e do corpo e dos sons que acontecem na risada. Indaga então se seria uma coincidência que “tantas outras atividades agradáveis, como dança, sexo e música, também envolvam movimentos rítmicos”. Especula-se também se a risada ativaria o sistema serotoninérgico da rafe, que libera a serotonina, conhecida com transmissora de recompensa (Ramachandran, 2004, p. 367). Diante das hipóteses apontadas por Ramachandran, podemos considerar imediatamente que um corpo tenso e sem ritmo, por conta do aprisionamento do fluxo de energia, dificilmente será um corpo que irá passar uma imagem de bem estar, vindo a ser, ao contrário, um elemento possível para acionar o sistema de alerta do outro. Mais ainda, se for um corpo com uma atitude impositiva, imperativa diante da plateia.

Se uma situação carregada de ameaça pode ser aliviada pelo riso, uma situação que já se propõe a um enfrentamento, dificilmente o será. E como, “ao contrário dos outros animais, os seres humanos têm aguda consciência de sua própria mortalidade e pavor da morte” (Ramachandran, 2004, p. 203), situações que geram angústia e medo são potencialmente danosas ao corpo, colocando-nos em estado de alerta. O propósito imediato tende a ser fugir. Do mesmo modo que o riso, é possível imaginarmos que um corpo tenso irá nos transmitir uma sensação de que não temos como relaxar. E é mesmo bastante difícil se colocar diante do olhar do outro. O olhar guarda esta ligação direta com um julgamento que o outro pode fazer a nosso respeito. Estar exposto, portanto, ao olhar do outro sem que o corpo tenha sido preparado para esta situação, associado ainda à intenção de dominar a plateia tem grandes possibilidades de levar a um ambiente no qual o grupo dificilmente veja saída para se desarmar do estado de alerta.

Outra possibilidade corporal é a de disponibilidade para a experiência e a interação. Isto não quer dizer que os ambientes serão transformados em ambientes sem ameaça. Não

há como fazer isso. Contudo, há a possibilidade de se olhar para a situação de fala em público como uma situação de interação comunicativa. E, neste sentido, pretender oferecer ao corpo do sujeito expositor possibilidades que não vão de antemão na linha do enfrentamento. Há a possibilidade de se construir um lugar, no corpo, de conforto para sustentar a situação de exposição ao olhar da plateia. E isto diz respeito a propor que a plateia se torne mais receptiva ao jogo da interação já no modo como o corpo chega e se apresenta a ela. Se um sorriso pode significar uma possibilidade de suspender uma ameaça, também um corpo cuja atitude não é de enfrentamento pode expressar que a intenção ali não é de dominação do outro. Mas é bom que fique claro que não é colocar gestos no corpo que pareçam não ser ameaçadores ou sorrisos no rosto para parecer amigável. Não. Trata-se de construir no corpo condições de suportar o olhar da plateia e de suportar estar exposto e em destaque.

O medo, como toda emoção, interfere diretamente no estado corporal do sujeito expositor, e conseqüentemente em suas possibilidades e escolhas no ato da comunicação. Sabemos de todo o desconforto que é estarmos numa situação que nos causa medo. Por isso é tão importante ser possível uma alternativa que não coloque ênfase sobre o medo, enxergando outro modo de lidar com o desconforto que temos diante de situações novas ou não para as quais não estamos adequadamente preparados. O que estamos propondo - dado tudo o que estamos expondo aqui acerca de corpo, significado e comunicação - é que um treinamento que diga respeito a ampliar nossa possibilidade de experienciar o momento presente é capaz de preparar o corpo para a situação de exposição própria da fala em público. Uma vez que tenhamos desenvolvido mais possibilidades do que apenas as habilidades discursivas, muda a nossa possibilidade de nos relacionarmos com a situação de fala em público.

E, sobretudo, há a necessidade de desmistificar o entendimento de que o medo de falar em público é um dos maiores medos da humanidade. Também seria o de simplesmente escrever um texto ou preparar o discurso se não tivéssemos, ao longo da vida, tido uma escolaridade que nos preparasse para o desempenho diante do discurso formal. A não ser, claro, no caso de algumas raras exceções abertas a uns poucos em que, ainda que reze o uso do discurso formal, o informal é aceito. Infelizmente, nossa escolarização não reconhece o papel do corpo, e quando há situações de exposição de trabalhos, ainda nas

escolas, isto é feito considerando-se apenas a preparação do conteúdo. Sem um trabalho enfático ao corpo, a menos que por questões profissionais ou por termos vindo de experiências em que nos colocaram muito em evidência ou possibilitaram nos colocarmos em evidência, e aprendemos a gostar disso, não dispomos de recursos para estar à vontade diante do olhar de muitos. E para que tudo isso que estamos propondo possa ser eficaz, há a necessidade de termos também novos entendimentos acerca de conceitos fundamentais ao corpo, como é a percepção.

Temos no corpo possibilidades de lidar com situações de mais estabilidade e de instabilidade. Temos possibilidade de expandir nossa percepção, nossa experiência e de ampliar os lugares onde nos sustentamos na própria estrutura do corpo, não precisando apenas fazer uso do discurso ou de formas impostas ao corpo. E por isso é bastante importante contarmos com treinamentos que facultem a ampliação das possibilidades expressivas do corpo. Até porque, se saímos de nosso enrijecimento e nos permitimos viver a experiência, ao menos a dúvida sobre nossos julgamentos e verdades estagnadas já pode entrar. Por esta razão, as experiências em si, apesar de não serem julgamentos, são pensáveis. Percepção é uma forma de pensamento sobre o mundo. E na medida em que a experiência perceptiva é intencional, a experiência parece estar ligada à nossa capacidade mais ampla de pensar e compreender o mundo. Assim, “ter uma experiência e atribuir-lhe valor é ser confrontado com uma possibilidade de como as coisas podem ser”⁷⁶ (Nöe, 2004, p. 189). O que nos aponta também para a ideia de que há múltiplas possibilidades combinatórias e de sentido. Pensar nisso pode expandir nosso olhar diante do mundo e das relações, o que parece ser bem mais interessante do que procurar fixar sentidos e investigar “verdades” e “mentiras”.

Todo o tempo, nossos processos do corpo permitem irmos nos adaptando à medida em que entramos em contato com as informações no mundo e no nosso corpo. E mesmo que haja movimento constante, isto não invalida o fato de haver condições estáveis no mundo com as quais a percepção lida. Expandirmos as possibilidades não significa mudar tudo radicalmente ou retirar todos os sentidos possíveis do mundo. Não é tanto assim. Equilíbrio e desequilíbrio fazem parte do movimento constante, mas nossa percepção lida

⁷⁶ To have an experience, and to take it at value, is to be presented with a possible way things might be. (Nöe, 2004, p. 189)

também com a possibilidade de identificar propriedades estáveis no mundo e estas estabilidades ligam-se aos nossos julgamentos perceptivos. Como explica Ramachandran (2004), as próprias crenças e imagens internas precisam ser experimentais e revogáveis. Mas também há que ter uma certa estabilidade porque de outro modo jamais seríamos capazes de partir para a ação.

O sistema perceptivo segue uma linha de raciocínio mais ou menos assim: dada a informação disponível, é 90% certo que o que você está vendo é amarelo (ou cachorro ou dor ou qualquer outra coisa). Portanto, a bem da discussão, vou admitir que é amarelo, porque, se continuar dizendo “Talvez não seja amarelo”, não serei capaz de dar o próximo passo de escolher um rumo adequado de ação ou pensamento. Em outras palavras, se eu tratasse percepções como crenças, estaria cego (assim como paralisado pela indecisão). (Ramachandran e Blakeslee, 2004, p. 303)

Em nossas decisões dependemos muito dos juízos perceptivos⁷⁷. Os juízos perceptivos são juízos de valor. Como propõem Ramachandran e Blakeslee (2004) “todo ato de percepção, mesmo algo tão simples quanto ver o desenho de um cubo, envolve um ato de julgamento pelo cérebro”. (Ramachandran e Blakeslee, 2004, p. 102).” E este modo de operar é possível porque

Ao fazer esses julgamentos, o cérebro tira vantagem do fato de que o mundo em que vivemos não é caótico e amorfo; tem propriedades físicas estáveis. Durante a evolução – e em parte durante a infância, como resultado da aprendizagem -, estas propriedades estáveis se tornaram incorporadas às áreas visuais do cérebro como suposições “certas” ou conhecimento oculto sobre o mundo que pode ser usado para eliminar ambigüidade na percepção.” (Ramachandran e Blakeslee, 2004, p.102)

Esse julgamento vem carregado pelas possibilidades identificatórias e combinatórias que cada um tem. Cada um de nós tem um corpo próprio e processos possíveis a partir do seu corpo e não do de outrem, ao que Damásio (2010) associa a categoria ‘valor’, como veremos. Isto é importante não apenas para compreendermos a percepção, mas também para entendermos a sua relevância nos processos de aprendizagem. É comum vermos um instrutor dizer com base nas suas possibilidades corporais como o outro deve executar uma ação. Podemos pensar em similaridade de movimento ou semelhança, mas não em cópia fiel, como às vezes se insiste. Aprendemos por imitação, mas com base em nossos percursos e possibilidades próprios. Assim, parte da nossa condição de compor noções de

⁷⁷ Juízo perceptivo é um termo usado por Charles Sanders Peirce em sua Semiótica. Embora possa ser traçada uma correlação ao uso do termo por Ramachandran, isto foge ao intuito desta tese. Mas há, no entanto, autores que se dedicam a criar a ponte entre semiótica peirceana e ciências cognitivas.

regularidades liga-se à possibilidade da nossa percepção, o que vai implicar também nas nossas próprias possibilidades de executar ações na vida, inclusive gestos e movimentos corporais, além das condições de nossos corpos para realizá-los.

Como diz Helena Katz, “O mundo que a gente constroi é o mundo no qual a gente pode estar”⁷⁸. E só podemos estar no nosso corpo, não no do outro e só podemos ter as nossas percepções, não as do outro. Mas é possível, em condições normais, trabalharmos para expandir nossas percepções, nossos sentidos, nossa consciência, enfim, sensibilizarmo-nos e treinarmos de modo a encontrar novos padrões. Durante toda nossa vida, vamos adquirindo hábitos. E podemos transformar justamente estes hábitos. E adquirir um estado de presença implica, sim, expandirmos a consciência acerca da complexidade do corpo e suas relações, e procurarmos transformar os hábitos perceptivos. Não os hábitos de comportamento. Daí a importância de ampliar o leque de objetos⁷⁹ com os quais se entra em contato. Isto porque expandir as possibilidades de percepção diz respeito a expandir as conexões possíveis ao corpo. Isto é de natureza bastante distinta de pretender interferir na forma do corpo, impondo-lhe significados fixos.

Deixar, por exemplo, de colocar as mãos nos bolsos não diz respeito só a ter consciência de que se faz isso. É necessário ter um fluxo no corpo que permite que braços e mãos estejam integrados à situação de comunicação. É necessário ter um corpo organizado como possibilidade de estar presente na cena. Do contrário, fica impossível saber o que fazer com a energia de braços e mãos. Neste caso, a instrução para retirar ou não colocar as mãos nos bolsos será dada várias vezes, e o sujeito expositor vai se ver, seguidas vezes, constrangido por sua impossibilidade de executar o que parece ser tão simples: apenas deixar de fazer a ação de colocar as mãos nos bolsos. É que este tipo de ação, quando está inserida no contexto da fala em público, tem uma rede de complexidades que a faz ser bastante diferente de uma ação, por exemplo, para pegar um copo d’água em casa. Se pegar o copo d’água estiver dentro de uma seqüência de fala em público, também essa ação poderá parecer complexa. Iremos considerar se é o momento adequado, se não vamos engasgar, se vamos interromper um pensamento etc.

⁷⁸ Esta frase foi proferida em aula por Helena Katz em seu curso *Processos midiáticos e produção de conhecimento: corpo e cognição*, ministrado no segundo semestre de 2009, no Programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP.

⁷⁹ Objetos conforme propõe Damásio (2010).

Na fala em público todo o tempo tem-se que levar em conta também o que está sendo apresentado como conteúdo e a existência das expectativas da plateia, ou de outras esferas da empresa, tanto quanto as do próprio sujeito expositor. Há em jogo responsabilidades e papéis sociais, cuja complexidade vai muito além de uma ação pontual de pegar um copo d'água em nossa própria casa. Portanto, precisamos olhar movimento, expressões faciais, gestos na fala em público compreendendo que eles são parte da dinâmica do corpo nesta situação de comunicação, e de um corpo que está envolto por questões profissionais. É preciso estarmos atentos, portanto, a que observações externas e instruções com intuito de transformar gestos pontualmente não irão transformar hábitos perceptivos, e em alguns casos nem os hábitos de comportamento, uma vez que o corpo tem uma complexidade que não lhe permite executar a ação pontual se há uma complexidade advinda da própria situação de comunicação.

Curiosamente, somos instruídos a adequar nossa escrita ao veículo. Devemos escrever considerando se é uma carta, uma petição, um texto na internet, uma monografia com as regras próprias a cada formato, o que nos informa que são situações comunicativas de naturezas distintas. Contudo, em relação às situações de comunicação presenciais é como se isso não ocorresse. Ou melhor, a instrução para se fazer um ajuste de registro ocorre. Mas, dado que o corpo é o recipiente que carrega o discurso, não há como aparecer toda sua dinâmica que está relacionada a mudanças e respostas próprias a cada situação comunicativa na qual se encontra, com as redes de relações que lhe são próprias no que diz respeito também ao corpo.

Mas mexer em hábitos é sempre algo bastante complexo. Dificilmente somos capazes de mexer em hábitos de percepção sem sermos expostos a novos modos possíveis para o corpo. E também a possibilidade de conhecer o novo não é algo tão simples assim para muitas pessoas. Normalmente temos pouca disponibilidade para o que não conhecemos. Daí a importância de se facultar ao sujeito expositor novas conexões, que possibilitarão as mudanças de hábitos cognitivos. Um entendimento que talvez nos ajude a compreender a complexidade da percepção é o proposto por Alain Berthoz (1997). Para este pesquisador, a percepção não é apenas uma interpretação de mensagens sensoriais, mas está, sim, diretamente ligada à ação. “Ela é simulação interna da ação, ela é julgamento e

tomada de decisão, ela é antecipação das conseqüências da ação”⁸⁰ (Berthoz,1997, p.15). (Tradução da autora). A percepção para Berthoz é uma ação simulada. E a percepção pode ser julgamento exatamente porque ela é uma ação. E ela é uma ação por carregar em si as possibilidades que ela ao mesmo tempo vislumbra.

Em sua obra *Le sens du mouvement* Berthoz (1997) ilustra sua proposta com um exemplo dado por outro pesquisador, Pierre Janet, que ele considera bastante próximo de sua própria visão. Janet considera que a percepção que temos imediatamente diante de um objeto como, por exemplo, uma cadeira não nos faz ter qualquer ação neste momento porque nós continuamos imóveis, apenas percebendo a cadeira. Mas, na realidade o que há é uma ilusão porque perceber a cadeira implica em já termos acionado o ato que diz respeito às características da cadeira. A isto ele chama de esquema perceptivo, que compreende o ato de nos sentarmos na cadeira ligado a uma maneira particular da cadeira. Ou seja, perceber envolve muito mais do que só termos o objeto “fotografado” pela percepção. Diz respeito a tudo que envolve o objeto que percebemos, com base no que sabemos ou não dele.

Precisamos observar que para Berthoz, tanto quanto para Nöe, a ação começa a partir de um momento em que ela não tem visibilidade e nós nem temos ainda consciência, inclusive da imagem do corpo. Isto porque, para eles a ação se organiza muito antes do momento em que ela acontece como comportamento. A mudança de estado é percebida, mas não observada como comportamento, porque diz respeito ao início do processo de percepção. Portanto, é importante notar que movimento e ação não dizem respeito só a deslocamento do corpo no espaço. Uma pessoa impossibilitada de se mover, por exemplo, ainda assim tem movimentos internos no corpo e precisa de movimentos muito determinantes para o processo de percepção, como o de olhos, por exemplo. É que não estamos habituados a relacionar movimentos deste tipo à ação. Ao entendermos a percepção como uma ação do corpo, conseguimos compreender que movimento diz respeito a deslocamento do corpo, sim, mas não apenas. E também para os mapas mentais são fundamentais movimentos nos quais normalmente não pensamos.

⁸⁰ [...] elle est simulation interne de l'action, elle est jugement et prise de decision, elle est anticipation des consequences de l'action. (Berthoz, 1997, p. 15)

Os movimentos dos olhos e o pestanejar desempenham um papel essencial na montagem das nossas imagens visuais e ao mesmo tempo, por incrível que pareça, também desempenham um papel relevante na montagem eficaz e realista das imagens do filme que é a mente. (Damásio, 2010, p. 247)

E igualmente relevantes são os movimentos de cabeça relacionados às portas sensoriais:

Visão, som, equilíbrio espacial, paladar e olfacto, tudo isso depende de portadas sensoriais não muito distantes umas das outras, todas situadas na cabeça. Podemos conceber a cabeça como um dispositivo de vigilância multidimensional, pronto a apreender o mundo. (Damásio, 2010, p. 249)

É bastante comum mover sem percebermos nossa cabeça para escutar melhor, para ajustar o foco ao objeto de interesse ou mesmo responder ao apelo de um som para conferir com a visão o que houve. Também em condições normais movimentamos língua, ossos da face, lábios muitas vezes em conjunto com a cabeça. E é comum movermos a cabeça até para nos certificarmos de circunstâncias no próprio corpo, como perceber uma postura, algo que sentimos tocar a nossa pele ou mesmo quando estamos tentando investigar uma dor, ainda quando seja em um órgão interno. Contudo, com o passar do tempo, acabamos nos movendo mais em bloco do que com independência de membros. Ao menos, isto é o que tenho percebido no corpo dos executivos, e também na observação dos corpos das pessoas de modo geral. Talvez, em consequência de trabalharmos pouco o corpo em suas possibilidades no e em relação ao espaço, inclusive com pouca atenção a um trabalho de consciência corporal⁸¹ que compreenda eixos do corpo em relação ao espaço, lateralidade, contra-lateralidade e movimento, vamos, aos poucos, nos acostumando a pensar movimento mais quando nos deslocamos no espaço para ir de um lugar ao outro, e fazemos isso como se fôssemos um grande bloco.

Exemplo disso é que diante de uma indicação para olharmos em uma direção diferente da que estamos olhando, normalmente, na procura do novo alvo acabamos movendo a cabeça junto com o olhar, e muitas vezes até o tronco. Isto quando não nos deslocamos, a despeito de o objeto estar à nossa frente ou ao lado, não atrás, situação que exigiria mesmo uma movimentação de cabeça, tronco ou até todo o corpo. A pouca mobilidade e a pouca independência entre tronco e membros, por exemplo, geram

⁸¹ Este tipo de trabalho, que ocorre, por exemplo, na dança, não costuma aparecer em aulas de consciência corporal dadas em estúdios ou academias. E fica fora também das aulas de pilates, inclusive na sua modalidade solo.

dificuldades na relação que o sujeito expositor estabelece com a plateia. Trabalhar uma dissociação entre cabeça, membros, deslocamento e olhar é um recurso bastante útil ao sujeito expositor, tanto quanto é extremamente importante o trabalho sobre a base, os dois pés, e a sustentação da coluna, como veremos no capítulo 3.

Epistemologicamente falando, não há consenso no entendimento de se há mente e cérebro ou se há apenas mente. António Damásio, assim como Mark Johnson, tem o entendimento de que são distintos. Mas Damásio (2010) adverte que, em alguns momentos, ele considera cérebro e mente como sendo a mesma coisa, ainda que pensar em cérebro e mente como distintos ajude a compreender e explicar seus modos de funcionamento. Seja como for, o movimento compreendido de um modo mais abrangente só reforça a ideia de que

Em circunstâncias normais corpo e cérebro encontram-se ligados um ao outro desde o nascimento do organismo até a morte. Igualmente importante, as imagens mapeadas do corpo conseguem influenciar de modo permanente o próprio corpo que as originou. Trata-se de uma situação sem paralelo. (Damásio, 2010, p. 120)

Ou seja, tudo com que o corpo entra em contato, tudo que o corpo percebe vai sendo mapeado pelo cérebro, independentemente de vir à consciência ou não. Isto porque não apenas o corpo está apto a movimentar-se para perceber o mundo, como o cérebro está apto para mapear inclusive o próprio corpo, graças aos movimentos que advêm dos disparos neuronais e das combinações em padrões neurais.

Quando o corpo interage com o ambiente que o rodeia, esta interação provoca alterações nos órgãos sensoriais do corpo, como os olhos, os ouvidos e a pele. O cérebro, por sua vez, mapeia essas alterações e desse modo, indirectamente, o mundo exterior ao corpo adquire forma e representação no interior do cérebro. (Damásio, 2010, p. 60)

Esta interação entre corpo e cérebro é própria de cérebros complexos como o nosso, e evidencia não apenas a complexidade dessa relação, como o modo como os mapas neurais ocorrem. Do modo como Damásio (2010) entende o mapeamento feito pelo cérebro não cabe imaginarmos que o cérebro copia o que está no mundo. Ainda que os padrões neurais e as imagens mentais tenham extrema relação com a realidade que leva à criação das imagens no cérebro, não é possível pensar imagem como a de um espelho refletindo a realidade.

A imagem que vemos tem como base alterações que ocorreram no nosso organismo, no corpo e no cérebro, conseqüentes à interação da estrutura física desse objeto particular com a estrutura física do nosso corpo. O conjunto de detectores sensitivos distribuídos por todo o nosso corpo ajuda a construir os

padrões neurais que permeiam a interação multidimensional do organismo com o objeto. (Damásio, 2004, p. 210)

É, pois, na dinâmica da interação do corpo com os objetos⁸² que o cérebro vai construindo os padrões neurais, que são construções provocadas pelo objeto⁸³ e não a sua imagem, como observa Damásio.

Os padrões neurais que correspondem a essa cena são construídos de acordo com as regras do cérebro, durante um breve período de tempo, em diversas regiões sensitivas e motoras. A construção dos padrões neurais tem como base uma seleção momentânea de neurônios e circuitos promovida pela interação com um objeto. [...] as imagens de que temos experiência são construções provocadas por um objeto, e não imagens em espelho desse objeto. (Damásio, 2004, p. 211)

E não apenas a percepção depende diretamente do movimento como o movimento é também parte integrante do modo como a montagem dos mapas acontece no interior do cérebro, sendo inclusive esta dinâmica uma explicação de Damásio (2010) para o fato de não ser mais possível lidarmos com o cérebro como sendo uma tábula rasa. E o modo como se dão os mapas é mais uma comprovação de que não temos mais como separar mente e corpo, e muito menos desconsiderar a relevância de sua relação.

O corpo e o ambiente circundante interagem entre si e as alterações provocadas *no corpo* por essa interação são mapeadas no cérebro. É verdade que a mente conhece o mundo exterior através do cérebro, mas é igualmente verdadeiro que o cérebro apenas pode ser informado através do corpo. (Damásio, 2010, p.122)

Podemos pensar nos mapas neurais como caminhos complexos que os neurônios são capazes de percorrer e que no percurso eles vão se encontrando e fazendo disparos, alguns até em conjunto. Um neurônio é uma variação de uma célula corporal. Com os mesmos componentes, o que muda é a sua especial função: “tornam-se transportadores de sinais, dispositivos de processamento com a capacidade de transmitir mensagens e de as receber”. (Damásio, 2010, p. 350). E são exatamente essas capacidades que fazem com que os neurônios se organizem em circuitos e redes complexas. O neurônio é uma célula corporal, e por isso é tão dependente de nutrientes como qualquer outra. O que o distingue, sobretudo, é a sua capacidade de fazer coisas que só ele consegue fazer e sua determinação em viver muito, de preferência, inclusive, tanto quanto seu proprietário. E no entendimento de Damásio, “a separação cérebro-corpo tem sido exagerada, já que os neurônios que

⁸² Objeto conforme propõe Damásio (2010: p. 90).

⁸³ Idem.

compõem o cérebro são células corporais” (Damásio, 2010, p. 350), o que para Damásio guarda estreita relação com a maneira como se encara o problema corpo-mente.

Resultado de uma longa evolução, atualmente, nós humanos temos por volta de trinta bilhões de células nervosas⁸⁴. Este volume faz com que possamos ter um milhão de bilhões de conexões neuronais, “sendo o número de padrões potenciais de disparo maior que o número de partículas em todo o universo conhecido” (Quintais, 2009, p. 104). E a enorme diversidade de potenciais padrões de disparos neuronais no cérebro é considerada por Luís Quintais (2009) como uma das mais importantes descobertas das ciências do cérebro. Um modo que nos ajuda na compreensão do que sejam mapas mentais pode ser observarmos que os padrões neurais ocorrem a partir da atividade de pequenos circuitos. “Os neurônios organizam-se em pequenos circuitos microscópicos, cuja combinação forma circuitos cada vez maiores, os quais por sua vez formam redes, ou sistemas” (Damásio, 2010, p. 36). O interesse de António Damásio pela consciência nos permite compreender a mente, segundo a noção de mapas neurais.

A mente surge quando a actividade de pequenos circuitos se organiza em grandes redes, capazes de criar padrões neurais. Estes padrões representam objectos e acontecimentos situados fora do cérebro, tanto no corpo como no mundo exterior, mas certos padrões representam igualmente o processamento de outros padrões por parte do cérebro. O termo *mapa* pode ser aplicado a todos esses padrões representativos, alguns simples e toscos, outros muito refinados, alguns concretos e outros abstractos. (Damásio, 2010, p. 36)

Do mesmo modo que metodologicamente Damásio (2010) diz usar indistintamente por vezes mente e cérebro, ele também o faz com padrões neurais, mapas e imagens. Ainda que aparentemente confuso, fica simples entendermos quando ele explica que

Os padrões mapeados constituem aquilo que nós, criaturas conscientes, apreendemos como sons, texturas, cheiros, sabores, dores e prazeres – ou seja, imagens. As imagens nas nossas mentes são os mapas instantâneos do cérebro para tudo e mais alguma coisa, dentro do corpo e à sua volta, tanto concreto como abstracto, do presente ou daquilo que foi anteriormente gravado na memória. (Damásio, 2010, p. 97)

Então é importante notar que o cérebro depende fundamentalmente do corpo para chegar a ter informações acerca do mundo exterior.

[...] a representação do mundo exterior ao corpo apenas pode penetrar no cérebro através do próprio corpo, nomeadamente através de uma parte da sua

⁸⁴ Para termos noção da complexidade do nosso cérebro, a abelha tem 95 mil neurônios, e trata-se de um cérebro enorme se comparado ao da minhoca que tem somente 302 neurônios, e cerca de 5 mil conexões interneuronais. (Damásio, 2004, p. 55 e p.56).

superfície. O corpo e o ambiente circundante interagem entre si e as alterações provocadas *no corpo* por essa interação são mapeadas no cérebro. (Damásio, 2010, p. 122) (Grifos do autor)

Para Damásio o corpo está longe de ser um mero objeto⁸⁵, uma vez que para o cérebro o corpo é “o primeiríssimo foco das suas atenções” (Damásio, 2010, p. 123). A comunicação que o corpo estabelece com o cérebro se vale de sinais químicos e de sinais neurais. Toda essa operação extremamente complexa ocorre relacionando diferentes áreas do cérebro. Esse detalhamento não cabe em nossa pesquisa, mas interessa-nos mencionar que, graças a toda a complexidade de nosso cérebro e da relação estabelecida com o corpo,

[...] os córtices cerebrais que criam mapas descrevem o corpo e suas ações com um pormenor de tal forma explícito que os donos desses cérebros conseguem, por exemplo, <visualizar> a forma dos seus membros e a sua posição no espaço, ou o facto de terem uma dor no cotovelo ou no estômago. (Damásio, 2010, p. 120)

Fato é que porque evoluímos a ponto de termos o cérebro que temos é que somos capazes de saber que percebemos o mundo tanto quanto de ter consciência do nosso próprio corpo. E exatamente porque temos um cérebro complexo que cria mapas neurais, imagens, que somos capazes de ter o corpo como conteúdo do processo mental. “Graças ao cérebro, o corpo torna-se um tema natural da mente” (Damásio, 2010, p. 120), e mesmo quando o corpo é a entidade mapeada, ainda assim “ele nunca perde o contacto com quem realiza o mapa, ou seja, o cérebro” (Damásio, 2010, p.120). É interessante notar que a comunicação entre corpo e cérebro ocorre em mão-dupla.

[...] o cérebro conhece o estado passado do corpo e pode ficar a saber de alterações ocorridas nesse estado. Isso torna-se essencial para que o cérebro possa levar a cabo as reacções correctivas necessárias a alterações que ameaçam a vida. Por outro lado, os sinais cérebro-corpo, tanto neurais como químicos, consistem em ordens para alterar o corpo. O corpo diz ao cérebro: é assim que sou constituído e é neste estado que me encontro agora. O cérebro diz ao corpo o que fazer para manter o equilíbrio. Sempre que tal lhe é solicitado, o cérebro também diz ao corpo como deve criar um estado emocional. (Damásio, 2010, p. 125)

Portanto, no que diz respeito às imagens ou mapas mentais, estes vão depender diretamente do que ocorre no corpo. É durante a interação do corpo com um objeto que o cérebro é capaz de mapear as alterações que vão ocorrendo. Por todo o corpo temos sensores que enviam sinais ao cérebro. E assim, instantaneamente, os padrões neurais vão sendo formados não em apenas uma, mas em várias regiões sensoriais e motoras do cérebro, responsáveis por receber esses sinais do corpo.

⁸⁵ Objeto entendido apenas como coisa.

A reunião dos padrões neurais instantâneos é feita a partir de uma selecção de circuitos neurais recrutados pela interacção. Podemos conceber esses circuitos neurais como sendo elementos preexistentes no cérebro, com os quais se pode fazer uma construção, nomeadamente uma imagem. (Damásio, 2010, p. 99)

E a compreensão da interacção entre corpo, cérebro e ambiente nos ajuda também a entender os estados do corpo. Estes estados podem ou não ser visíveis, o que não muda em nada o fato de que eles são gerados o tempo todo.

Os diferentes estados corporais modificam o modo como a informação será processada. O estado da mente nada mais é do que uma classe de estados funcionais ou de imagens sensoriomotoras, ou seja, o estado da mente não está separado e nem é nada além do que representações (verdadeiras ou fictícias) do estado do corpo. (Greiner, 2010, p. 96)

Ultrapassadas as dualidades e antigas visões, é possível vermos corpo e cérebro, como diz Damásio (2010), em uma dança interativa contínua, na qual estados cerebrais correspondem a estados mentais, e estes levam a estados corporais. Assim, nesse movimento contínuo,

Os pensamentos implementados no cérebro podem induzir estados emocionais que são implementados no corpo, enquanto que o corpo pode alterar a paisagem cerebral e, dessa forma, alterar o substrato do pensamento. Os estados cerebrais, que correspondem a certos estados mentais, levam à ocorrência de determinados estados corporais; estes estados são então mapeados no cérebro e incorporados nos estados mentais que estão a decorrer. Uma pequena alteração no lado cerebral do sistema pode ter consequências profundas no estado corporal (imaginemos a libertação de uma hormona); de igual forma, uma pequena alteração no lado do corpo (imaginemos uma obturação que se solta) pode ter um efeito profundo sobre a mente assim que essa mudança é mapeada e percebida como dor aguda. (Damásio, 2010, p. 127)

Portanto, tanto nossas percepções próprias podem alterar nossos estados mentais, como as percepções do que está fora pode fazer com que nossos estados corporais também se alterem. Sendo assim, um estado de tranquilidade, por exemplo, como qualidade visível do sujeito expositor, demonstrando querer estar ali em cena através do modo como seu corpo se dá a ver à plateia, pode gerar nela uma maior disponibilidade para ver e ouvir, dado que esta é composta por indivíduos que normalmente são capazes de perceber estados do corpo, quer sejam de inquietação, constrangimento, tranquilidade etc. Mas o estado de tranquilidade e de presença diante da plateia não é atingido com instruções do tipo “respire fundo e olhe para a plateia” ou “fique tranquilo diante do olhar da plateia”.

Chegar a ter um estado de tranquilidade requer treino adequado, na medida em que o sujeito expositor vai constituir corporalmente uma atitude de presença e modos de suportar o olhar da plateia. O sujeito expositor tem que trabalhar também para vir a ter possibilidade de olhar para a plateia, permitindo assim a interação. Não é suficiente para uma ação tão complexa como essa apenas a instrução “olhe para a plateia”. Deixar-se ver através de um olhar que não se esquiva diante da plateia, mas que ao contrário a olha e a vê, é um fator que desperta interesse na plateia pelo modo como o sujeito expositor se expressa, e que é parte constitutiva do estado de presença. Permite à plateia reconhecer o estado de conforto que o sujeito expositor está experimentando no seu corpo diante da situação de comunicação.

A gestão da vida diz respeito à gestão do corpo e esta é para Damásio (2010) a principal função do cérebro. Contudo, ele acredita que a característica mais distinta de nossos cérebros é justamente a sua capacidade de gerar mapas. “O mapeamento é essencial para uma gestão sofisticada” (Damásio, 2010, p. 89). Ao criar mapas, o cérebro informa a si próprio. E é a consciência que nos faculta apreender os mapas como imagens, manipular essas imagens e ainda raciocinar sobre elas. E uma vez que os mapas são construídos no nosso processo de interação com o mundo, normalmente num contexto de ação, o cérebro humano vai mapeando todos os objetos com os quais o corpo entra em contato. É importante notar que por objeto Damásio (2010) vai compreender, “por exemplo, uma pessoa, uma máquina, um local, do exterior do cérebro em direção ao seu interior” (Damásio, 2010, p.90). Para este pesquisador, tudo ocorre num contexto de ação, vendo uma relação efetiva e inseparável entre mapas, movimento e ação. Daí Damásio dar tanta importância ao termo interação.

O cérebro humano mapeia todos os objectos que se encontram no seu exterior, qualquer acção que tenha lugar no seu exterior e todas as relações assumidas por objectos e acções, no tempo e no espaço, tanto reciprocamente como com a nave mãe conhecida como organismo, proprietário exclusivo do corpo, do cérebro e da mente. (Damásio, 2010, p. 90)

E ao equiparar o cérebro humano a um cartógrafo, Damásio (2010) vai fazer a ressalva de que, de modo algum, os mapas podem ser compreendidos do modo estático como os da cartografia clássica. Ao contrário,

[...] são voláteis, mudando constantemente de forma a reflectir as alterações que têm lugar nos neurónios que os alimenta, os quais por sua vez reflectem as mudanças no interior do nosso corpo e no exterior do mundo que nos rodeia. As

alterações nos mapas cerebrais também reflectem o facto de nós próprios nos encontrarmos em movimento constante. (Damásio, 2010, p. 93)

A complexidade da relação entre corpo e cérebro é enorme, e mesmo com os diversos estudos que vêm sendo feitos para compreender a sua relação, há muito ainda a ser pesquisado e esclarecido. Uma descoberta recente que vem abrindo portas inclusive para outros estudos, e que transformou bastante o entendimento que se tinha acerca do modo como o cérebro processa informações sobre atos motores, foi a descoberta dos neurônios espelho. Esta descoberta decorreu de pesquisas feitas com macacos por Giacomo Rizollatti e equipe, e está permitindo conhecermos um pouco mais também imitação e simulação, bem como o modo como percebemos as emoções alheias⁸⁶.

O que Rizollatti descobriu foi que temos “um mecanismo de transformação direta das informações visuais em atos motores potenciais” (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p.141). O fato de serem atos motores potenciais diz respeito a, no momento em que se vê um outro fazendo uma ação, ser ativada no cérebro a mesma área que supostamente faria o movimento. Ou seja, os neurônios que são ativados numa ação motora também são ativados ao vermos a ação motora alheia sendo feita. Isto traz algumas considerações como o fato de não precisarmos fazer no corpo uma ação para compreendermos o que o outro está fazendo. Basta ver fazer. E parece que estes neurônios ligam-se também a uma pré-condição para podermos imitar. Mas isto não quer dizer que só porque vimos os atos serem feitos seremos capazes de reproduzir as ações. Mas os neurônios espelho são necessários para que possa ocorrer um espaço compartilhado, um espaço para que uma ação vista seja compreendida e venha a se tornar ou não ação imitada por parte de quem a viu. Há mesmo dois momentos distintos:

[...] uma coisa é a compreensão da ação, outra é a capacidade de imitação. Há uma hipótese cada vez mais bem aceita de que os processos de produção e percepção estão relacionados e a representação de ambos é em certa medida a mesma. (Greiner, 2010, p. 83)

Mas ainda que os neurônios espelho sejam necessários para que a imitação venha a ocorrer, eles não são o suficiente. É necessário que haja também um sistema de controle sobre os neurônios espelho. O sistema de controle permite que nem tudo que seja percebido

⁸⁶ Os resultados de suas pesquisas foram mais amplamente divulgados através do livro *So quel che fai Il cervello que agisce e i neurona specchio* publicado em 2006, por Rizollatti e Sinigaglia.

seja imediatamente realizado. Sem este controle, seria um caos para o corpo. Ele permite que diante da visão de um ato motor qualquer, apenas quando for útil ao observador o ator motor será executado (Rizzolatti e Sinigaglia, 2006, p.148). Os neurônios espelho são, portanto, uma possibilidade que temos de fazer uma tradução motora imediatamente no momento em que observamos uma ação sendo feita por outrem. Os atos motores elementares da ação observada são traduzidos em termos motores no lóbulo parietal inferior e no lóbulo frontal.

E para que a imitação possa se dar há a necessidade de ainda mais um sistema: o sistema de ação compartilhada. Rizzolatti e Sinigaglia (2006) chamam a este sistema “requisito de paridade”, no qual os processos de produção, percepção e representação comunicam algo que é de compreensão comum entre quem faz a ação e quem a percebe. Os neurônios espelho permitem assim haver um espaço de ação compartilhada, que nos possibilita ver alguém fazer uma ação e, imediatamente, compreender o que este alguém está fazendo. E neste ponto há uma questão bastante relevante para nós que é a da associação que Rizzolatti e Sinigaglia (2006) fazem quanto à ação do outro nos comunicar algo. Eles consideram que, em sentido lato, o termo comunicação poderia ser usado, mesmo que haja

[...] uma distância enorme entre o reconhecimento de um ato como pegar algo com a mão e a compreensão de um gesto (pouco importa que seja manual, facial ou verbal) realizado com uma intenção comunicativa. Porém, <enorme> não quer dizer <intransponível>.⁸⁷ (Rizzolatti e Sinigaglia, 2006, p.151) (Tradução da autora)

Parece ter havido em fases preliminares do comportamento de muitos animais uma espécie de relação recíproca de interação, um processo de estimulação e respostas que não seria muito distinto de uma noção de uma “conversação por gestos”, uma vez que implicava em reajustes recíprocos, numa prefiguração de formas de comunicação. Contudo, Rizzolatti e Sinigaglia (2006) explicam que para ser possível ter intenções comunicativas, há a necessidade de ter a capacidade de controlar o sistema de neurônios espelho e ser

⁸⁷ [...] una distancia enorme entre el reconocimiento de un acto, como coger con la mano, y la comprensión de un gesto (poco importa que sea éste manual, facial o verbal) realizado con una intención explícitamente comunicativa. Pero <enorme> no significa, <insalvable>. (Rizzolatti e Sinigaglia, 2006, p.151)

capaz ainda de incorporar ao conhecimento motor os efeitos que têm nossos gestos na conduta alheia, a fim de poder reconhecê-los quando realizados pelos outros. E acrescentam ainda que, além disso, é necessário que “a <conversação> não se reduza a gestos de tipo transitivo, mas que seja capaz de conter um repertório motor capaz de codificar atos intransitivos, panorâmicos ou expressamente comunicativos”⁸⁸. (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p.152) (Tradução da autora)

A neuropsicologia nos estudos das apraxias nomeia de gestos transitivos aqueles que implicam no uso de objetos e ferramentas. Algumas anomalias podem ser diagnosticadas se o sujeito não for capaz de identificar e executar objeto e uso correspondentes. Exemplos de gestos transitivos são abrir uma porta com chave, beber água, escovar os dentes, colocar os óculos. Já os gestos intransitivos dizem respeito a gestos que podem ter valor comunicativo não verbal, ou mesmo sem valor comunicativo. Um exemplo é acenar. Talvez seja possível que atos intransitivos tenham surgido de atos transitivos.

[...] o célebre psicólogo russo Lev Vygotsky sugeria que grande parte dos atos intransitivos das crianças derivava de atos transitivos e notava, por exemplo, que quando os objetos estavam ao alcance da mão as crianças os pegavam, e quando estavam longe, as crianças estendiam o braço como se quisessem alcançá-los. A rápida intervenção da mãe fazia com que as crianças recorressem de novo a esse gesto para indicar os objetos que queriam pegar.⁸⁹ (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p.153) (Tradução da autora)

Ainda que na fala em público, no momento mesmo da apresentação, possam ocorrer atos transitivos, como ajustar um microfone, mexer em um mouse ou apontar uma luz para o *power point*, por exemplo, estes gestos precisam se diluir na cena. Se forem excessivamente recorrentes, eles irão chamar a atenção da plateia a ponto de ganhar mais relevância que toda a exposição. Mas isto não quer dizer que podemos tratar os gestos e expressões na fala em público como se os considerássemos gestos transitivos. Não se trata

⁸⁸ [...] la <conversación> no se reduzca a gestos de tipo transitive, sino que pueda aprovisionarse de un repertorio motor capaz de codificar actos intransitivos, panorâmicos o expresamente comunicativos. (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p.152).

⁸⁹ [...] el célebre psicólogo ruso Lev Vygotsky sugería que gran parte de los actos intransitivos de los niños derivaba de actos transitivos y señalaba, por ejemplo, que cuando los objetos se colocaban al alcance de la mano, los cogían, mientras que cuando los objetos estaban lejos, alargaban el brazo como si quisieran alcanzarlos: la rápida intervención de la madre hacía que los niños recurrieran de nuevo a esse gesto para indicar los objetos que querían coger. (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p.153).

de simplesmente aprender ou portar um gesto ou uma ação no corpo de modo tão pontual. Na cena da fala em público, imagina-se que tudo esteja ali com uma intenção comunicação. Daí pré-supomos que o que o corpo faz em cena diz respeito preponderantemente a esta intencionalidade.

Mas como estamos propondo desde o início deste capítulo considerar como o corpo significa e ter um entendimento de que o treinamento do sujeito expositor deve ter o propósito de ajudá-lo a constituir um estado de presença, estamos considerando para a fala em público que o corpo significa globalmente. E como, claro, temos inclusive sempre a possibilidade de usar alguns gestos codificados como atos intransitivos e com o propósito de comunicar, será importante que estes, caso ocorram, o façam no fluxo das percepções e ações do corpo. Isto é um entendimento totalmente distinto de pretender colocar no corpo atos intransitivos, considerando-se gestos e expressões com significados fixos preponderantemente ou mesmo como sendo este o sentido do corpo em cena. Portanto, não se trata de impedir que gestos intransitivos ocorram, mas apenas de não centrar a relação com o corpo na sua aquisição ou incorporação. Gestos transitivos ou intransitivos tanto quanto movimentos e expressões faciais precisam sempre estar em consonância com a dinâmica do corpo na situação de interação. Uma vez em cena na fala em público, pretendido ou não pelo sujeito expositor, ele precisa saber que para a plateia tudo será percebido como possibilidade de comunicação.

Ao perceber os primeiros movimentos dos outros, este já nos comunicam algo que seria a sua própria natureza do ato, ou seja, a comunicação de uma comunicabilidade e não de um significado específico, que já seria outro processo posterior a partir da organização de convenções e outras redes metafóricas de deslocamentos. (Greiner, 2010, p. 83)

E mesmo que num primeiro momento o que se coloque seja a possibilidade de um significado, o fato de existir uma situação específica para que uma comunicação ocorra pré-dispõe os que ali estão para recebê-la. Certamente que, uma vez diante dos olhares da plateia o sujeito expositor já possibilita a existência do espaço de uma comunicabilidade. O seu corpo ao entrar em cena já porta as condições da situação, qual seja fazer uma exposição. E ele carrega portanto todas as possibilidades de comunicar, desde o seu aparecimento na cena. Por isso é tão importante que ele tenha consciência de como esses processos ocorrem no corpo, tanto quanto tenha atenção às suas ações todo o tempo, e atenção na plateia. Os neurônios espelho nos ajudam a compreender que, muito antes do

sujeito expositor começar a sua apresentação discursiva, o seu corpo em cena, uma vez diante da plateia, já comunica. E continua assim por todo o tempo em que permanecer em cena. Com ou sem texto, ele não deixa de ser um corpo ao qual se têm expectativas e cujas impressões são todo o tempo relacionadas pela plateia ao papel, à imagem e aos propósitos do sujeito expositor. Um diretor de marketing, por exemplo, se sua habilidade permite resolver um problema técnico que surge durante sua apresentação em um *power point*, por exemplo, não deixa de ser aos olhos da plateia um diretor. A percepção de seus gestos e movimentos nesta situação terá que ser compatível com sua imagem e papel. O contrário poderá vir a causar ruídos em sua comunicação.

Duas observações de Rizollatti e Sinigaglia (2006) no que diz respeito à nossa possibilidade comunicativa precisam agora ser consideradas. Uma liga-se à possibilidade que alguns animais têm de estabelecer e veicular uma mensagem, por exemplo, de aproximação ou de fuga. Mas como observam estes pesquisadores, o sinal emitido é capaz de veicular uma e apenas uma mensagem (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 155). Isto nos interessa por termos salientado que parte das tentativas de fixar gestos e expressões justifica-se por tentar minimizar ambiguidades ou preponderantemente para garantir significados precisos em uma única possibilidade de significação. E justamente parte de nossa habilidade comunicativa, diferentemente da dos outros animais, está em termos um sistema comunicativo, que inclui verbal e não verbal, com possibilidade de veicular múltiplos significados em cada um e na combinação entre eles.

E a segunda observação diz respeito a considerações que esses pesquisadores fazem acerca de caminhos que têm sido utilizados para se buscar as origens da comunicação verbal. Para Rizollatti e Sinigaglia (2006), estas origens deveriam ser buscadas numa relação com os gestos primeiro e com as palavras depois, sim, mas tendo em vista uma relação entre os gestos orofaciais e braquiomanuais para se chegar aos vocais, acompanhados pela aparição e evolução também dos neurônios espelho (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 157). Assim, com base também nas descobertas de Rizollatti, considerando-se os processos do corpo, estamos propomos olhar os movimentos expressivos do corpo na sua globalidade, como a possibilidade de uma comunicabilidade. Podemos considerar que há mesmo uma dinâmica entre movimentos de braços, mãos,

expressões faciais, estados do corpo, respiração, emoções, sentimentos, fala etc., que ocorre todo o tempo, a despeito da insistência de se contrapor verbal e não verbal.

É a mão, mais do que a boca, o que permite incluir em uma relação a dois para o outro e ao mesmo tempo permite indicar a posição de um terceiro indivíduo ou objeto e descrever algumas de suas características. E é do uso das mãos, mais do que do uso da boca, do que provavelmente dependeu o desenvolvimento da capacidade de articular os gestos de maneira que surgisse o primeiro sistema comunicativo aberto capaz de expressar novos significados explorando as possíveis combinações de cada momento (coisa que não ocorre nas comunicações orofaciais dos primatas).⁹⁰ (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 157) (Tradução da autora)

Talvez estejamos mais próximos da origem da relação entre o não verbal e o verbal do que queremos crer, dado o reconhecimento de que o sistema vocal, como dizem Rizollatti e Sinigaglia (2006), foi capaz de emancipar-se do sistema gestual. Mas é possível considerarmos que, ainda que agir de modo independente seja uma possibilidade, nas configurações em que têm possibilidade de estar juntos o sistema vocal e o sistema gestual atuam juntos. Considerando assim o corpo na fala em público não vemos sentido para que mais um dualismo ocorra, o da separação entre o verbal e o não verbal, na medida em que os sistemas vocal e gestual atuam juntos. Uma vez que seu fluxo de energia seja possibilitado de modo às emoções poderem ocorrer sem que os estados do corpo sejam perturbados a ponto de se manifestarem expressivamente como desconforto do sujeito expositor diante da situação de exposição, o corpo poderá se movimentar na consonância da dinâmica de gestos, expressões faciais, texto, fala e tudo mais que estiver envolvido na apresentação.

Recentes experimentos que buscam entender a relação existente entre as mãos e os movimentos da boca têm demonstrado haver mesmo uma estreita relação entre os atos manuais e os gestos orolaringeos. Vários deles apontaram que “a excitabilidade da representação motora da mão direita aumenta durante o ato de ler ou de falar”⁹¹ (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 160). Como nos informam Rizollatti e Sinigaglia (2006), o pesquisador

⁹⁰ Es la mano, más que la boca, la que permite incluir en una relación a dos al , <outro>, en cuanto que permite indicar la posición de un tercer individuo u objeto y describir algunas de sus características. Y es del uso de la mano, más que del uso de La boca, del que probablemente ha dependido el desarrollo de la capacidad de articular los gestos de manera que surja un primer sistema comunicativo abierto capaz de expresar nuevos significados explotando las posibles combinaciones de cada momento (cosa que no sucede en las comunicaciones orofaciales de los primates). (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 157)

⁹¹ [...] la excitabilidad de la representación motora de la mano derecha aumenta durante el acto de leer o hablar. (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 157)

Maurizio Gentilucci e seus colegas e colaboradores realizaram um experimento no qual pediram a alguns voluntários que pegassem com a boca dois objetos de tamanhos diferentes e, ao mesmo tempo, abrissem a mão direita. O resultado foi que quando a boca era aberta de modo a pegar um objeto maior, a mão também tinha uma abertura maior de dedos. Em outro experimento de Gentilucci e seus colegas, no qual combinaram também instruções relacionando objetos, boca e mão, eles acabaram avançando em direção a um experimento em que pediram para pronunciarem uma sílaba no lugar de abrir a boca diante do objeto. E o resultado foi que tanto a abertura dos lábios como a máxima potência verbal registrada durante a emissão das sílabas eram maiores quando os sujeitos pegavam o objeto maior.

Tanto os movimentos simples da boca como as sinergias orolaringeas necessárias para a silabação parecem, pois, estar associadas com os gestos manuais; e não só isso, mas também os atos que exigem um amplo movimento da mão e os orolaringeos, que comportam um amplo movimento da boca, se apóiam em uma organização neural comum, se poderia dizer, parece representar um vestígio dessa fase da evolução da linguagem na qual os sons começaram a veicular significado graças a capacidade do sistema bucal e orolaringeo para articular gestos dotados de um valor descritivo análogo aos codificados pelo sistema manual.⁹² (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 161) (Tradução da autora)

E experimentos têm evidenciado ainda que o ato de pegar com a mão e outros similares influem na silabação também quando não são executados, mas simplesmente observados (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 161). Talvez estes experimentos justifiquem o fato de vermos muitas pessoas quando estão usando ferramentas como alicates, chaves de fenda, abridores de latas tencionarem os lábios, enquanto executam o movimento, e mais ainda quando encontram alguma resistência e precisam fazer mais força para conseguir executar a tarefa. Mas ainda que as investigações experimentais não consigam determinar já com precisão as etapas da evolução da linguagem, dados neurofisiológicos parecem indicar que houve um longo caminho até chegarmos à linguagem. Neste caminho evolutivo parece ter havido

[...] uma série de etapas decisivas (a integração de um sistema orofacial com outro manual, a formação de uma panóplia de protosignos gestuais de matriz

⁹² Tanto los movimientos simples de la boca como las sinergias orolaringeas necesarias para la silabação parecen, pues, estar asociadas con los gestos manuales; y no sólo esto, sino que además los actos que exigen un amplio movimiento de la mano y los orolaringeos, que comportan un amplio movimiento de la boca, se apoyan en una organización neural común, que, se podría decir, parece representar un vestigio de esa fase de la evolución al lenguaje en la que los sonidos comenzaron a vehicular significado gracias a la capacidad del sistema bucal y orolaringeo para articular gestos dotados de un valor descriptivo análogo a los codificados por el sistema manual. (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 161)

pantomímica em sua maior parte, a emergência de uma protolinguagem bimodal – gestos e sons – e, finalmente, a aparição de um sistema predominantemente vocal), cada uma das quais aparece por sua vez associada a uma fase do desenvolvimento de um mecanismo, como o dos neurônios espelho, dedicado em sua origem ao reconhecimento das ações alheias e carente de qualquer função efetiva comunicativa de tipo intencional.⁹³ (Rizzolatti e Sinigaglia, 2006, p. 165) (Tradução da autora)

Parece, portanto, que fala, boca e gestos evolutivamente estão bastante mais imbricados entre si. E talvez, mais adiante, os experimentos venham a identificar que, de fato, continuamos com as ações de braços e mãos integradas aos movimentos da boca durante a fala, independentemente de estarmos ou não diante do outro. É possível que o interesse pela linguagem e a importância que lhe é conferida tenham feito com que a linguagem também parecesse prescindir do corpo. Uma coisa são as possibilidades apontadas por Pinker no que diz respeito ao alcance sonoro da fala. Outra coisa é o modo como presencialmente corpo e fala ocorrem, estando ambos no corpo e não apenas considerando-se as possibilidades da linguagem. Talvez possamos, ao menos considerando para a fala em público o corpo como propomos aqui, ter um olhar tanto para corpo e mente integrados ao ambiente, quanto para a fala ocorrendo na dinâmica do corpo. Entendendo deste modo, faz todo sentido olharmos para os movimentos que fazemos durante a situação de fala, uma vez que estão correspondendo também aos estados do corpo, emoções e sentimentos presentes e passados que ocorrem de modo integrado.

Diante, então, das recentes informações e pesquisas sobre mente e corpo, não apenas precisamos ver o papel do corpo na fala em público como podemos pensar numa funcionalidade dos gestos que esteja em compatibilidade com a situação de comunicação e suas especificidades, mas considerando o corpo na sua possibilidade de comunicar ao mesmo tempo em que o fluxo é constante. Não se trata de, na fala em público, aprender-se gestos transitivos, nem de pretender impor ao corpo uma série de gestos intransitivos com o objetivo de comunicar, ainda que eles existam como parte de nosso “acervo”. Trata-se de ter outros entendimentos acerca do corpo. Mas, ainda assim, quando gestos intransitivos ou

⁹³ [...] una serie de etapas decisivas (la integración de un sistema orofacial con otro manual, la formación de una panoplia de protosignos gestuales de matriz pantomímica en su mayor parte, la emergencia de una protolenguaje bimodal – gestos y sonidos – y, finalmente, la aparición de un sistema predomenantemente vocal), cada una de las cuales aparece a su vez asociada a una fase del desarrollo de un mecanismo, como el de las neuronas espejo, dedicado en su origen al reconocimiento de las acciones ajenas y carente de cualquier función efectiva comunicativa de tipo intencional. (Rizzolatti e Sinigaglia, 2006, p. 165)

mesmo transitivos ocorrerem, eles serão naturalmente parte de uma dinâmica do corpo e estarão ligados aos próprios hábitos comunicativos e comportamentais de cada sujeito expositor, próprios ao modo como cada um vai estabelecendo sua relação com o mundo. Isto porque ele terá consciência de que, uma vez em cena, seu corpo significa e ali está com vista a propor uma comunicação que em nenhum momento ocorre apartada de seu papel e de sua imagem profissionais. O que é totalmente diferente do propósito de se dicionarizar o corpo, de fazer-lhe “imposições posições” ou ainda de se considerarem gestos e posturas como garantidores de verdades ou mentiras, separando verbal e não verbal da sua dinâmica no ato de comunicação.

Ainda em relação aos mapas mentais, dois aspectos são interessantes de serem observados. O primeiro é que por mais que já se tenha estudado, as imagens continuam sendo privadas e inobserváveis por terceiros. “As imagens – visuais, auditivas ou quaisquer outras – encontram-se disponíveis *directamente* mas apenas para o dono da mente em que ocorrem” (Damásio, 2010, p. 97). (Grifo do autor). E o segundo é que a dinâmica dos mapas é de tal ordem que, mesmo quando dormimos, ainda assim os mapas continuam a ocorrer incessantemente. Isto quer dizer que os mapas neurais também estão relacionados não apenas à memória, mas também aos sonhos. Portanto, eles não dizem respeito só ao estado de vigília.

Como dissemos, aquilo que está no exterior do cérebro, podendo ser o próprio corpo ou os objetos com os quais este entra em contato, é mapeado pelo cérebro. Contudo, alguns mapas vão ser repetidos várias vezes, gerando padrões reconhecíveis, enquanto outras informações sequer chegam à nossa consciência. Isto porque a mente pode ser *ou* consciente *ou* não-consciente. E mesmo quando não temos consciência das imagens, elas continuam a se formar a partir da percepção ou da recordação.

Muitas imagens nunca são favorecidas pela consciência e não são vistas nem ouvidas *directamente* na mente consciente. Mesmo assim, em muitos casos, essas imagens conseguem influenciar o nosso pensamento e as nossas ações. Um processo mental rico que esteja relacionado com o raciocínio e o pensamento criativo pode continuar mesmo enquanto estamos conscientes de outros objectos e outras ideias. (Damásio, 2010, p. 99)

Diante da noção de mapas neurais e de todo seu processo fica mesmo totalmente sem sentido a ideia da existência do homúnculo. Seguramente, não há ninguém dentro do

nosso cérebro fazendo interpretações. Não só os mapas têm movimento, como também os disparos neuronais, sendo estes extremamente velozes. Ainda que nem tudo acerca do funcionamento do cérebro esteja esclarecido, os mapas nos ajudam a ter um novo entendimento de corpo, mente e cérebro, estando os mapas neurais diretamente relacionados ao modo como se processa a memória. No fluxo contínuo de imagens, no qual algumas dizem respeito a acontecimentos no exterior do cérebro, outras vão estar ligadas à memória, e serão imagens reconstituídas no processo mesmo de recordação. Portanto, “a mente é uma combinação refinada e fluida de imagens do presente e recordadas, em proporções que variam constantemente” (Damásio, 2010, p. 98).

E ainda que continue presente no entendimento do senso comum, não contamos mais com o homúnculo nem para arrumar as gavetas da cômoda. Esta antiga metáfora da cômoda, que guarda o entendimento de memória como algo sem movimento e que se organiza em compartimentos separados e guardados em gavetas, também não faz mais sentido. Talvez esta metáfora tenha decorrido de um entendimento dos próprios cientistas, num dado momento, de que a memória dizia respeito a registro de fatos em determinadas localizações do cérebro.

Durante muito tempo, a memória foi interpretada como uma função cerebral específica, exercida por territórios (“localizações”) específicos, em número limitado. O registro dos fatos recentes era mantido aqui, o dos fatos antigos ali, em compartimentos neuronais fechados, separados dos outros de maneira absoluta e imutável. (Meyer, 2002, p. 99)

E isto acabava se aproximando também de uma noção computacional de estocagem de informação codificada, própria dos anos 1950 e 1960. Mas diante de novos entendimentos acerca da memória, devemos deixar para trás o entendimento de que memória como arquivo (Greiner 2010). E no lugar de registro de informações, devemos procurar compreender como o cérebro é capaz de combinar grupos de disparos neuronais que insistem em ocorrer juntos e novamente. Ao que tudo indica, esta possibilidade decorre de uma aptidão que o cérebro tem para categorizar. E como a memória é a capacidade que temos de categorizar o mundo, ela é fundamental para continuarmos vivos.

Historicamente, fomos capazes de identificar plantas que nos matariam, tanto quanto distinguir presa de predador. Conseguimos distinguir amigo de inimigo, saber o que comer ou não e como fazer alianças. Vimos com Lakoff e Johnson a relevância das

metáforas no nosso processo de categorização. E esse processo é possível não porque o homúnculo lá está no cérebro a categorizar as informações, mas porque na relação entre mente, corpo e ambiente, o cérebro é capaz de valer-se de estabilidades existentes no mundo. As combinações dos disparos neuronais são em um número gigantesco. E com base nas percepções do corpo, incluindo emoções e sentimentos, o cérebro recebe estímulos com diferentes intensidades, que lhe permitem gerar padrões por insistência e valor.

Mas é importante notar que diante da ideia de corpo próprio e de percepção própria de cada um, as categorizações também serão próprias a cada indivíduo. Isto não quer dizer que não haja equivalências nos ambientes. A língua nos ajuda muito neste sentido. Mas as categorizações dizem respeito ao que cada um valora, ao modo como cada indivíduo percebe e se relaciona com o entorno. “As necessidades e desejos individuais determinam a nossa maneira de classificar os indivíduos, os lugares e os acontecimentos que povoam a nossa vida cotidiana” (Israel Rosenfield, 1989, p.152. Apud Meyer, 2002, p. 101). Então, do mesmo modo que não podemos falar em registro que se encontra sempre do mesmo modo no mesmo lugar, também não podemos associar memória a uma noção de sistematização.

Grande parte dos entendimentos que se tem hoje acerca da memória decorre da teoria formulada na década de [19]80 por Gerald Edelman, Prêmio Nobel de Medicina em 1972. Em sua TNGS – Theory of Neuronal Group Selection, também conhecida por darwinismo neuronal,

[...] a memória consiste em uma capacidade de categorização pré-estabelecida, mas ao mesmo tempo passível de modificações dinâmicas. A modificação das forças sinápticas dos grupos neuronais em uma cartografia global constitui a base bioquímica da memória. (Greiner, 2005, p. 41)

Diante da teoria de Edelman mais uma dicotomia pode ser ultrapassada, a do inato versus adquirido, no que diz respeito à memória. Isto porque ainda que haja conjuntos neuronais estruturados geneticamente “como o são as capacidades cerebrais, capacidades cognitivas e sensoriais do neocórtex ou as capacidades de regulação visceral automática do cérebro profundo, entre outros exemplos” (Meyer 2002, p. 102), na complexidade da dinâmica dos padrões neurais o adquirido se faz notar, desde o período embrionário, e continua assim durante toda a vida. Isto porque para Edelman, como explica Quintais (2009), “a neuro-anatomia não depende de programação genética”. (Quintais, 2009, p. 104)

O ADN constrange a formação do cérebro desde o desenvolvimento fetal em diante, mas a distribuição topobiológica dos nervos num dado cérebro é o resultado singular de uma competição regulada pelo princípio da selecção natural. A extrema variação microscópica anatômica é o resultado de um processo de selecção contínua. (Quintais, 2009, p. 105)

Este é o primeiro princípio da teoria de Edelman, o princípio da selecção por desenvolvimento (<*developmental selection*>), que é responsável pelas dimensões <topobiológicas> e divisões do sistema nervoso. O segundo princípio é o da selecção por experiência (<*experiential selection*>) (Quintais, 2009, p.104). O próprio nome nos ajuda a associar a TNGS à teoria da evolução de Darwin, e diz respeito a uma dinâmica que envolve selecção e eliminação, o que ocorre mesmo ainda no período embrionário. Na dinâmica dos disparos neurais ocorrem estímulos sensoriais de intensidades diferentes, que decorrem das relações que o organismo estabelece com o entorno, nas experiências do corpo. Os estímulos vão se associando em redes e formando grupos. Alguns grupos neurais competem com outros grupos. “Esta selecção por experiência ocorre através de alterações nas sinapses que já existem na anatomia do cérebro. Umas são reforçadas e outras são enfraquecidas” (Quintais, 2009, p.104). E o terceiro princípio da teoria de Edelman é o mapeamento por reentradas (<*reentrant mapping*>).

A <reentrada> é a produção contínua e recursiva de sinais de uma região ou mapa do cérebro para outra região ou mapa através de axónios massivamente paralelos, ou seja, trata-se afinal de processos interactivos entre padrões de disparo (isto é, <mapas cerebrais>). Por exemplo, de molde a realizar-se a experiência <ver algo>, mapas que se relacionam com a forma movimento e cor são activados em simultâneo em seletores distintos do sistema neuronal, e estes sectores têm evidentemente de ser interconectados e coordenados. Este processo de reentrada estabelece-se também por selecção natural. (Quintais, 2009, p. 105)

Assim, para Edelman, a memória é um processo de contínua recategorização, que ocorre a partir de experiências da percepção. Percepção e memória ligam-se, portanto, diretamente. Contudo, “não há estoque, apenas percursos transcorridos e conexões já experimentadas” (Greiner, 2005, p. 43). Todo o tempo, o cérebro reinterpreta “as sensações percebidas em razão de uma experiência passada. À sensação sucede uma comparação, que leva a uma percepção” (Meyer, 2002, p.102). De modo algum a “reentrada” pode ser tomada por “uma operação de feedback (uma simples relação de emissão-recepção). Existem muitas trilhas paralelas, trabalhando simultaneamente” (Greiner, 200, p. 43). Não podemos dizer então que a memória diz respeito apenas a um

tempo passado. O organismo no tempo presente interage com o ambiente e a dinâmica dos mapas mentais, como propõe Damásio, é parte de nossa possibilidade para recordar tanto quanto para considerar o futuro.

Assim, dada a complexidade dos processos do corpo temos uma conexão entre passado, presente e futuro de modo bastante diferente da ideia de acessarmos um lugar determinado no cérebro, ao nos lembrarmos de uma situação vivida, por exemplo. Quando contamos uma história que vivemos no passado não somos capazes de recuperar as emoções e os sentimentos como ocorreram naquele momento, uma vez que estamos no tempo presente conectados de modo diferente com o entorno e com os estados presentes do corpo. O que conseguimos manter viva, então, a cada vez que relembremos, é a narrativa. “O que tem estabilidade é a narrativa, não o sentimento.”⁹⁴ E toda a complexidade desses processos e do que pode ou não ocorrer pode ser sentida nestas palavras de Greiner: “há narrativas silenciosas do nosso corpo que são respostas a perguntas que o nosso corpo nunca vai formular”⁹⁵.

Diante do propósito de considerarmos para a fala em público o corpo, vamos agora compreender o papel de sentimentos e emoções para o entendimento de como o corpo significa. Ao contrário de tentarmos controlá-los ou até retirá-los de cena, como se fosse possível, emoções e sentimentos são parte fundamental e necessária ao estabelecimento da consciência e da nossa possibilidade de construir significados, uma vez que se ligam diretamente aos mapas mentais, à memória e às respostas futuras que podemos dar às situações. Mapas neurais, sentimentos e emoções são indispensáveis para a regulação da vida. Sua relação pode ser apreendida com mais facilidade destas explicações de Damásio: “as imagens nas nossas mentes são os mapas instantâneos do cérebro”, e os padrões mapeados são “aquilo que nós, criaturas conscientes, apreendemos como sons, texturas, cheiros, sabores, dores e prazeres”. (Damásio 2010, p. 97)

[...] estou convencido de que os processos mentais se alicerçam nos mapeamentos do corpo que o cérebro constrói, as coleções de padrões neurais que retratam as respostas aos estímulos que causam emoções e sentimentos. (Damásio, 2004, p. 21)

⁹⁴ Esta frase foi proferida em aula por Christine Greiner em seu curso *Ambientes midiáticos e processos culturais: teorias críticas do corpo – fundamentos cognitivos da comunicação*, ministrado no primeiro semestre de 2010, no Programa de Comunicação e Semiótica da PUC-SP.

⁹⁵ Idem.

Embora emoções e sentimentos estejam ambos ligados aos mecanismos básicos de regulação da vida, Damásio (2004) associa os sentimentos, que são imagens, a um nível mais elevado. Para este pesquisador, evolutivamente, as emoções vieram antes e constituem o alicerce dos sentimentos.

[...] temos emoções primeiro e sentimentos depois porque na evolução biológica as emoções vieram primeiro e os sentimentos depois. As emoções foram construídas a partir de reações simples que promovem a sobrevivência de um organismo e que foram facilmente adotadas pela evolução.” (Damásio, 2004, p. 37)

Mas isso não quer dizer que as emoções sejam menos importantes. Muito pelo contrário. “As emoções – e os seus fenômenos subjacentes – são tão essenciais à manutenção da vida e à subsequente maturação do indivíduo que ficam organizadas de forma segura logo no início do desenvolvimento” (Damásio, 2010, p. 159). Mas é provável que evolutivamente os sentimentos só tenham podido aparecer depois que “os organismos passaram a possuir mapas cerebrais capazes de representar estados do corpo”. E esses mapas cerebrais tornaram-se possíveis “porque eram imprescindíveis para a regulação cerebral do estado do corpo, sem a qual a vida não pode continuar”. Os sentimentos dependem, assim, do corpo, uma vez que seu conteúdo essencial é justamente um estado do corpo. Os estados do corpo são mapeados “num sistema de regiões cerebrais a partir do qual uma certa imagem mental do corpo pode emergir”. (Damásio, 2004, 95)

Na sua essência, um sentimento é uma ideia, uma ideia de corpo, uma ideia de um certo aspecto do corpo quando o organismo é levado a reagir a um certo objeto ou situação. Um sentimento de emoção é uma ideia do corpo quando este é perturbado pelo processo emocional, ou seja quando um estímulo emocionalmente competente desencadeia uma emoção. (Damásio, 2004, p. 95)

Os sentimentos se organizam como mapas a partir das leituras de um corpo, que um cérebro é capaz de fazer, e também “da existência prévia de dispositivos de regulação da vida que incluem os mecanismos de emoção e apetite” (Damásio, 2004, p. 120). As emoções são “programas de acção inatos, automatizados e previsivelmente estáveis” (Damásio, 2010, p. 159). Portanto, as emoções estão ligadas a respostas mais automáticas, a um sentido de resposta mais imediata aos estímulos do ambiente. E este tipo de ação é necessário a todos os organismos vivos, para solucionar os problemas básicos da vida. É a possibilidade que eles têm de procurar garantir equilíbrio para manter sua sobrevivência. Daí

Damásio (2004) entender que as emoções não são próprias apenas aos seres humanos. Já os sentimentos, sim.

A maior parte dos seres vivos que exibem emoções detecta a presença de certos estímulos no ambiente e responde impensadamente com emoção. A maior parte dos seres vivos age; possivelmente não sente como nós sentimos e não pensa como nós pensamos. [...] Faltam a esses seres vivos simples as estruturas cerebrais necessárias para representarem em mapas sensitivos as transformações que ocorrem no corpo durante uma emoção. (Damásio, 2004, p. 58)

Estamos falando evolutivamente em uma mudança própria ao ser humano que foi a sua possibilidade de ter, como já vimos, estruturas capazes de gerar mapas cerebrais. Falar em sentimentos e não apenas em emoções para Damásio tem a ver também com dispormos de vontade, vontade de agir no mundo a partir de considerações que somos capazes de fazer com base em nossa memória e considerando possibilidades futuras. Isto porque os sentimentos foram responsáveis por uma nova possibilidade para nós humanos: “o controle voluntário daquilo que até então era automático” Damásio, 2004, p. 87. A importante relação que os sentimentos estabelecem com as emoções é a condição que eles têm de chamar a nossa atenção para as emoções e mesmo para os objetos que desencadearam as emoções. “Os sentimentos colocam um carimbo nos mapas neurais, um carimbo em que se pode ler ‘Preste atenção!’ ” (Damásio, 2004, p. 191), o que faz com que os acontecimentos importantes da nossa vida não passem despercebidos. Mas o maior valor dos sentimentos para Damásio é a possibilidade que eles trazem de escolhermos ações diante da vida, já que os sentimentos são “sentinelas” e são também “testemunhas do estado da vida”, “são manifestações mentais do equilíbrio e da harmonia, da desarmonia ou do desacordo” (Damásio, 2004, p. 149). O que nos diferencia, portanto, das outras espécies é a taxa de complexidade da espécie humana. Por tudo isso, nosso esforço homeostático pode produzir não apenas a sobrevivência, mas pode procurar o bem-estar e melhores soluções diante das questões da vida.

No que diz respeito ao que pode se tornar visível ou não, as emoções, como são ações ou movimentos, produzem modificações no corpo, por isso muitas podem ser públicas, como as que ocorrem no rosto, na voz ou em comportamentos específicos.

Em toda e qualquer emoção, as ondas múltiplas de respostas químicas e neurais alteram o meio interior, o estado das vísceras e o estado dos músculos durante um certo período e com um certo perfil. É assim que se consegue realizar expressões faciais, verbalizações, certas posturas do corpo e certos padrões de comportamento específico, tais como correr de medo ou ficar paralisado de medo. (Damásio, 2004, p. 70)

As expressões emocionais têm uma universalidade, mas isto não impede que, dependendo da cultura em que nos encontramos ou mesmo da educação que tivemos, estas expressões publicamente possam ser moduladas. Contudo, é importante observarmos que o grau de controle da regulação prende-se às manifestações externas, já que as emoções incluem muitas outras reações. Aquilo que é visível pode ser controlado, mas há uma parte relevante do programa emocional que vai continuar sendo executado. Não tem como ser de outra maneira. “Mais importante ainda, os sentimentos de emoção que resultam da percepção do conjunto de alterações emocionais continuam a ser levados a cabo mesmo quando as expressões emocionais externas são parcialmente inibidas” (Damásio, 2010, p. 160). Ou seja, o fato de conseguirmos voluntariamente até impedir que o outro perceba nossa emoção através de uma inibição de sua externalidade não quer dizer que ela deixe de continuar a produzir efeito em nós.

Contudo, nem todos os comportamentos das emoções são perceptíveis a olho nu, “mas podem se tornar “visíveis” com sondas científicas modernas, tais como a determinação de níveis hormonais sanguíneos ou de padrões de ondas eletrofisiológicas” (Damásio, 2004, p. 35). Já os sentimentos são fenômenos mentais, e por isso não podem ser vistos, como também não são todas as outras imagens mentais. As imagens mentais estão “escondidas de quem quer que seja exceto do seu devido proprietário”. São elas “a propriedade mais privada do organismo em cujo cérebro ocorrem” (Damásio, 2004, p. 35). Mas Damásio (2004) adverte, é bom lembrar, que a separação entre emoções e sentimentos é uma estratégia de pesquisa necessária, tanto quanto a separação entre cérebro e mente, não sendo, de foram alguma, qualquer uma dessas separações uma concordância sua com o dualismo de substância.

Como as emoções são responsáveis diretas por garantir nossa vida, não existe uma experiência da nossa vida que não seja acompanhada por algum grau de emoção, por menor que seja. Mas algumas emoções visam mais à regulação da vida do que outras; são estas as emoções propriamente ditas, as que estamos mesmo acostumados a nomear de emoção, como é o caso do medo, da tristeza, da raiva, da alegria, do nojo, da surpresa e da simpatia, entre outras. Estas emoções são chamadas de emoções primárias, uma vez que “consiste em um conjunto de respostas sedimentadas no curso da evolução em virtude de sua originária

utilidade adaptativa”⁹⁶ (Rizzolatti e Sinigaglia, 2006, p.168). (Tradução da autora). Elas têm sido bastante estudadas e são responsáveis pela maior parte do que se sabe hoje sobre neurobiologia da emoção.

Já a compaixão a vergonha, o embaraço, a culpa, o orgulho, o ciúme, a inveja, a gratidão, a admiração, o espanto, a indignação e o desprezo, entre outras, são emoções sociais, e dependem diretamente de aprendizagem e valor. Quanto às emoções de fundo, elas são bem mais sutis, e mesmo mais difícil de serem identificadas, ainda que sejam bastante importantes.

O diagnóstico das emoções de fundo depende de manifestações sutis, como o perfil dos movimentos dos membros ou do corpo inteiro – a força desses movimentos, a sua precisão, a sua frequência e amplitude -, bem como de expressões faciais. Quanto à linguagem, aquilo que mais conta para as emoções de fundo não são as palavras propriamente ditas nem o seu significado, mas sim a música da voz, as cadências do discurso, a prosódia. (Damásio, 2004, p.52)

Podemos dizer, então, que as emoções de fundo estão associadas diretamente a manifestações não-verbais, tanto ao que chamamos de extralinguístico, por acompanhar a linguagem em situações de fala, como melodia, intensidade da voz, pausas, timbre etc. e as que se relacionam a estados do corpo. É possível pensarmos que estas emoções, exatamente pela dificuldade de se perceber ou de se identificar com precisão seu motivo, acabem sustentando grande parte das desconfianças e desconfortos nas situações de comunicação face a face. Elas são capazes, por exemplo, de causar constrangimento entre os sujeitos, se o sujeito que “lê” a emoção do outro revela o que leu em meio às situações sociais, sobretudo. Isto porque, nem sempre o “dono” da emoção gostaria de ter deixado transparecer o que foi percebido por um outro. Mas como, diferentemente dos sentimentos, as emoções podem ser percebidas, às vezes não há como escapar da habilidade de leitura do outro.

Este tipo de situação, que é capaz inclusive de constranger profundamente o “dono” da emoção é chamada nos estudos da linguagem de ‘perder a face’. É uma situação muito comum de ocorrer associada a brincadeiras, por exemplo, que quando acontecem em ambientes de trabalho costumam criar grande mal estar. Isto porque, nestes ambientes, também a imagem profissional do “dono” da emoção está em jogo. E o comentário expõe o sujeito, muitas vezes, de modo diferente da imagem que ele pretende ter ou quer

⁹⁶ [...] consiste en un conjunto de respuestas sedimentadas en el curso de la evolución en virtud de su originaria utilidad adaptativa [...] (Rizzolatti e Sinigaglia, 2006, p.168).

resguardar, profissionalmente. Com isso, o que ocorre é um constrangimento advindo da “revelação”. Por isso, alguém que conhece bem uma pessoa fora daquele ambiente profissional e usa sua familiaridade às expressões do outro para revelar o que percebeu pode ser surpreendido por uma reação do “dono” da emoção. A reação pode até vir a ser exagerada em relação a uma mesma observação que lhe fosse feita fora do ambiente profissional ou talvez nem acontecesse. A maior competência pela familiaridade na leitura, neste caso, causa ainda mais embaraço.

Seria prudente evitarmos comentar abruptamente o que somos, muitas vezes, capazes de identificar no que diz respeito a emoções de fundo, sobretudo em grupo, e especialmente em ambientes de trabalho. Isto não quer dizer que seja ruim a competência para ler emoções de fundo. De modo algum. É até bastante interessante desenvolver esta habilidade e ser capaz de diagnosticar estas emoções. É mesmo uma habilidade a ser desenvolvida, resguardando-se um espaço para possíveis confirmações junto ao dono das emoções, se necessário for.

Se o leitor costuma diagnosticar rapidamente a energia ou o entusiasmo de alguém que acaba de conhecer, ou se é capaz de detectar mal-estar ou ansiedade nos seus amigos e colegas, é bem provável que seja um bom leitor de emoções de fundo. Se for capaz de fazer tais diagnósticos sem ouvir sequer uma palavra da parte do diagnosticado, pode mesmo ser um excelente leitor de emoções de fundo. (Damásio, 2004, p.51)

Devemos ter clareza de que nem sempre “as revelações” são apropriadas ao lugar, ao momento ou mesmo confortáveis a quem se vê exposto. Então, aliada à habilidade de ler emoções de fundo, é importante desenvolver também uma sensibilidade e saber o que fazer com aquilo que se é capaz de perceber. É importante ressaltar ainda que emoções de fundo não são humores. O humor (*mood*) diz respeito a longos períodos, que são medidos em horas, dias; são emoções mantidas nesses períodos. Já as emoções de fundo dizem respeito à regulação da vida, e por isso elas mudam de momento a momento. Elas são o

[...] resultado imprevisível do desencadeamento simultâneo de diversos processos regulatórios dentro do nosso organismo. A gama desses processos inclui não só os ajustamentos metabólicos necessários a cada momento mas também as reações que continuamente ocorrem como resposta a situações exteriores. O nosso bem-estar resulta dessa calda imensa de interações regulatórias. (Damásio, 2004, p. 52)

O estudo das bases neurofisiológicas das emoções tem procurado compreender emoções primárias que se ligam diretamente à regulação dos processos vitais como a dor e o asco, por exemplo. Fundamentalmente, precisamos ser capazes de identificar sinais de

perigo tanto quanto perceber cheiros e sabores que indiquem que um alimento está estragado. Mas para nossa condição de vivermos em meio às relações sociais, também é fundamental sermos capazes de compreender as emoções alheias. “Boa parte de nossas interações com o entorno e com nossos próprios comportamentos emotivos depende de nossa capacidade para perceber e compreender as emoções alheias”⁹⁷ (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 170). (Tradução da autora). Ser capaz de perceber uma careta de asco de uma outra pessoa nos coloca em alerta em relação à comida que está à nossa frente. Provavelmente iremos deixar de comê-la. E do mesmo modo a capacidade de perceber as emoções primárias como dor, medo e alegria, por exemplo, parecem nos oferecer vantagens adaptativas, tanto quanto perceber o asco alheio diante de algo que bebe ou come.

Mas esta possibilidade implica ainda, para além de sermos capazes de identificar ameaças e oportunidades, podermos estabelecer os primeiros vínculos interindividuais. A capacidade para que se dê a experiência comunicativa dos bebês, desde que eles nascem, é visível.

Desde o nascimento, as crianças já chegam ao nosso mundo com capacidade para imediata e diretamente se comunicarem com outras pessoas, especialmente as que cuidam delas. Mesmo os recém-nascidos, podem olhar e ouvir os outros e rapidamente aprender como reagir para obter comida, cuidado e afeto.⁹⁸ (Johnson, 2007, p. 36) (Tradução da autora)

É assim que os recém nascidos com dois a três dias já são capazes de distinguir uma fisionomia triste de uma fisionomia alegre. Por volta dos dois ou três meses, já conseguem desenvolver uma consonância afetiva com sua mãe. E, nos meses seguintes, são capazes de desenvolver comportamentos sociais elementares, constituindo formas rudimentares de empatia, que, tanto quanto nossas condutas sociais maduras, “pressupõem a capacidade de reconhecer as emoções alheias e de ler no rosto, nos gestos e na postura do corpo dos outros

⁹⁷ Buena parte de nuestras interacciones con el entorno y con nuestros propios comportamientos emotivos depende de nuestra capacidad para percibir y comprender las emociones ajenas. (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 170).

⁹⁸ From the moment of birth, infants enter our world with capacities for immediately and directly communicating with other people, especially their caregivers. Even as newborns, they can look at and listen to others, and they quickly learn how to respond in order to get nourishment, care, and affection. (Johnson, 2007, p. 36).

os signos de dor, medo, asco e alegria”⁹⁹. (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 170) (Tradução da autora)

O que as pesquisas têm apontado em relação ao modo como se dá esse reconhecimento das emoções alheias é que um conjunto de circuitos neurais, que também implicam os neurônios espelho, é acionado, estando a ínsula no centro desse mecanismo, e não apenas a região cortical. E, ao que tudo indica, estas informações são anteriores aos nossos processos cognitivos do tipo inferencial e associativo. Elas ocorrem imediatamente e sem interferência de racionalizações sobre as percepções instantâneas. E ainda que impliquem zonas e circuitos corticais diversos, as percepções dos atos motores e a percepção das reações emotivas dos outros parecem ter uma base comum, que tem a ver mesmo com os neurônios espelho. Assim, do mesmo modo que o nosso cérebro é capaz de reconhecer uma ação no corpo do outro, também tem a possibilidade de reconhecer as emoções alheias. E isto diz respeito à existência das “mesmas estruturas neurais (motoras ou visceromotoras, respectivamente) responsáveis por nossas ações e emoções”¹⁰⁰. (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 182) (Tradução da autora).

Procurarmos entender emoção e sentimento ajuda, por exemplo, em relação a saber como o corpo significa que “a emoção da simpatia pode se transformar no sentimento da empatia.” (Greiner, 2010, p. 80)

A compreensão imediata, em primeira pessoa, das emoções dos outros possibilitada pelo mecanismo dos neurônios espelho constitui o pré-requisito fundamental do comportamento empático que subjaz boa parte de nossas relações interindividuais.¹⁰¹ (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 182) (Tradução da autora)

Mas é importante ressaltar que o fato de nosso cérebro estar apto a perceber rostos e gestos de outros, e suas emoções nestas percepções, sendo capaz de codificá-los imediatamente em termos visceromotores, isto não é de modo algum condição suficiente para nos comportarmos de modo empático. No caso das emoções sociais como compaixão, por exemplo, fatores como quem é o outro, que relações temos com ele, tanto quanto nossa

⁹⁹ [...] presuponen la capacidad de reconocer las emociones ajenas y de leer en la cara, en los gestos o en la postura del cuerpo de los demás los signos de dolor, miedo, asco o alegría. (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 170).

¹⁰⁰ [...] mismas estructuras neurales (motoras o visceromotoras, respectivamente) responsables de nuestras acciones y emociones. (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 182).

¹⁰¹ La comprensión inmediata, en primera persona, de las emociones de los demás posibilitada por el mecanismo de las neuronas espejo constituye, además, el prerequisite fundamental del comportamiento empático que subyace en buena parte de nuestras relaciones interindividuales. (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 182).

maior ou menor possibilidade de nos colocarmos no lugar do outro ou de termos condições e desejo de cuidar desse outro vão ser bastante relevantes para virmos a ter ou não compaixão pelo outro. (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 182).

Compartilhar a nível visceromotor o estado emotivo de outra pessoa é, não obstante, muito distinto de experimentar uma implicação empática com respeito a ela. Por exemplo, se vemos uma careta de dor não por isso vamos nos ver automaticamente induzidos a sentir compaixão. Às vezes ocorre, mas os processos são distintos, no sentido de que o segundo implica o primeiro, mas não viceversa.¹⁰² (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 182) (Tradução da autora)

É interessante que Rizollatti e Sinigaglia (2006) observam que não vamos ter movimentos de compaixão e piedade por um inimigo, uma vez que é uma situação que se apresenta como um perigo em potencial. Podemos considerar, então, que a atitude de dominar o outro na fala em público, de ver o outro como um oponente que deve ser submetido ou mesmo a desconfiança gerada pela procura constante de mentiras nos gestos e expressões, como enfatiza a comunicação corporal, criam condições nas quais a empatia vai ter mais dificuldade de poder ocorrer. Vemos, portanto, que os termos empregados na fala em público e na linguagem corporal para mencionar as atitudes que devem ter os sujeitos estão longe de ser retórica ou uma metáfora sem consequências. A atitude de enfrentamento apregoada que se coloca como superação do medo dificilmente poderá levar o outro a uma emoção de simpatia ou gerar empatia. De fato, é bastante difícil pretendermos nos colocar no lugar de alguém que quer nos submeter. Como somos capazes de perceber estados do corpo do outro, uma atitude do sujeito expositor de arrogância ou prepotência, por exemplo, pode mesmo dificultar por parte da plateia uma recepção mais amigável em relação a ele, antes mesmo de começar sua fala.

Mas é claro que há os indivíduos carismáticos. Por várias vezes já me perguntaram como explicar que alguns indivíduos sejam tão carismáticos e tenham tanto domínio sobre a plateia. Saber manipular os seus recursos, uma vez identificados, tem sido a estratégia de sobrevivência da espécie humana. E, como explica Damásio (2004), os indivíduos dominantes são capazes de negociar e de liderar, e podem muitas vezes solucionar

¹⁰² Compartir a nivel visceromotor el estado emotivo de otra persona es, no obstante, muy distinto a experimentar una implicación empática con respecto a ella. Por ejemplo, si vemos una mueca de dolor, no por ello nos vamos a ver automáticamente inducidos a sentir compasión. A veces si ocurre, pero los dos procesos son distintos, en el sentido en que el segundo implica al primero pero no viceversa. (Rizollatti e Sinigaglia, 2006, p. 182).

problemas enfrentados pela comunidade. Mas, do mesmo modo, eles podem facilmente se tornar déspotas. E isto acontece justamente quando a dominância se faz acompanhar por aquele que Damásio (2004) chama de “irmão gêmeo da dominância”, o carisma.

Isto porque, como tão bem sabemos, “é fácil para tais indivíduos negociar mal e conduzir à guerra errada; é fácil também para esses indivíduos reservar as emoções agradáveis para um grupo cada vez menor, o grupo daqueles que os apoiam mais diretamente” (Damásio, 2004, p. 176). Então, tanto quanto ao modo como vem sendo valorada a noção de liderança, precisamos estar bem atentos aos indivíduos carismáticos tão recorrentemente exaltados e postos como exemplo na grande maioria dos manuais de fala em público e de linguagem corporal. Muito rapidamente eles podem se tornar ditadores, tiranos e nos vemos diante da opressão, da crueldade e do abuso de poder. Por isso, me parece que mais relevante do que investigar como indivíduos carismáticos fazem para dominar a plateia é termos atenção ao enaltecimento feito aos expositores carismáticos pela fala em público, endossado pelo senso comum, sobretudo quando se trata de déspotas.

Em seu livro *Em busca de Espinosa: prazer e dor na ciência dos sentimentos*, Damásio adverte o leitor de que não se trata de um livro sobre a filosofia de Espinosa, mas, sim, sobre um Espinosa menos conhecido, “o protobiologista, o pensador da vida escondido por trás de numerosas proposições, axiomas, provas, lemas e escólios” (Damásio, 2004, p. 23), no qual ele vê uma correspondência das ideias à neurobiologia atual. Mesmo assim, em alguns momentos, Damásio nos deixa ver ideias até quase poéticas do pensador Espinosa. Uma delas interessa-nos especialmente: “Espinosa chama a nossa atenção para o fato de que a felicidade é a capacidade de nos libertarmos da tirania e das emoções negativas. A felicidade não é uma recompensa da virtude: a felicidade é a virtude em si mesma.” (Damásio, 2004, p. 188)

Sabe-se que certas maneiras de estar no corpo estão fortemente associadas a certos temas de pensamento e a certos modos de pensar. Isso pode ligar-se às metáforas, uma vez que elas sustentam certos entendimentos de mundo. O mesmo pode ocorrer em relação aos mitos. Mas também podemos nos deparar com modos de estar no corpo, sustentados por modos de pensar que se repetem. Ideias que nos perseguem; lembranças que insistimos em manter. Modos de pensar ligados a estados do corpo vão dizer respeito então também à memória e à recordação de emoções em situações vividas. Isto porque os seres humanos

têm justamente a possibilidade de ter um passado pessoal, no qual rememoram suas histórias (Damásio, 2004, p. 92). Seja como for, estados da mente ligam-se às emoções, ao passado rememorado e a ideias e planos de ação.

Um fato importante, pelo menos no caso dos humanos, é também o de virem à mente certas ideias e planos. Por exemplo, uma emoção negativa, como a tristeza, leva à invocação de ideias sobre factos negativos; uma emoção positiva faz o oposto; os planos de acção representados na mente estão em consonância com o tom geral da emoção. (Damásio, 2010, p.144)

Ainda que a emoção de medo seja fundamental para nos ajudar a identificar e até fugir do perigo, isto não a torna uma emoção agradável. Pode no máximo levar a situações de excitação, quando se sabe que estas estão dentro de uma margem de segurança, e que normalmente vão ocorrer em um período curto de tempo, como, por exemplo, quando andamos nas enormes montanhas russas. Mas nas situações cotidianas de nossas vidas é impensável termos um sentimento de alegria e muito menos de felicidade se estamos sob o domínio de emoções negativas, como a dor e o medo, continuamente. E, como vimos, uma emoção negativa leva a ideias de fatos também negativos.

Sendo assim, as situações que nos causam medo ou as que pretensamente já em si são fonte de medo parecem não apontar caminhos a não ser para sustentarmos emoções negativas. E com isso, ficamos presos a essas emoções. Então, tanto quanto é inteligente nos libertarmos de situações de tirania, também é nos desviarmos de situações que provoquem em nós emoções negativas. Sobretudo porque em meio a emoções negativas o corpo fica com menos possibilidades de ter estados mentais positivos, claro, bem como estados corporais que podemos identificar como ligados às metáforas PARA CIMA, que vimos com Lakoff e Johnson, em que bom é para cima, tanto quanto feliz.

Como nossos organismos têm a direção de procurar aquilo que vai nos garantir um “bom” resultado, uma resposta de alegria ou de medo que pode evitar o “mal” é uma inteligência do próprio organismo. (Damásio, 2004, p. 59). Com base nas reações instantâneas do corpo, portanto, é totalmente compreensível que diante da “evidência” de que falar em público é algo assustador, muitos indivíduos imediatamente se recusem a passar por este tipo de experiência. Para o organismo, sim. Mas quais são as consequências quando por questões profissionais o indivíduo não tem como driblar esta situação, uma vez que ela é parte do sistema comunicativo da empresa na qual ele trabalha?

Ainda que os avanços tecnológicos permitam comunicações instantâneas e à longa distância, e isto leve as pessoas a quererem acreditar que não precisam mais se relacionar presencialmente tanto com seus pares, em muitas empresas as informações são transmitidas através de encontros presenciais no formato da fala em público. E mesmo quando o modelo é o de reuniões entre poucas pessoas, feitas em salas menores e não em um ambiente que tenha um palco ou que se assemelhe a isso em termos de destacar o sujeito expositor à frente dos demais, a situação de exposição está presente do mesmo modo. E, dependendo da pessoa, o constrangimento é ainda maior se a fala é para um grupo menor, uma vez que os olhares e mesmo os corpos aproximam-se em um ambiente menor, tanto quanto para o sujeito expositor ficam mais perceptíveis as reações imediatas dos sujeitos.

Por mais que possa se fazer passar por inato, já que se dizendo algo pertencente a toda a humanidade isto o faz se comportar como sendo universal, o medo de falar em público é fundado numa questão real que é o grande incômodo que temos na situação de exposição ao olhar do outro. Isto não apenas porque o outro nos vê, mas porque, como nós, o outro é capaz de pensar a respeito, dar respostas a questões e considerar formas de agir. Sabemos, por Tomasello (1999), que o outro é um ser de intencionalidade, tanto quanto nós. Portanto, temos consciência de que, do mesmo modo que nós somos capazes de produzir julgamentos sobre as situações e sobre os outros, de traçar estratégias, de ter boas e más intenções e até de produzir discursos que se pretendem convincentes, os outros também o são. E tudo isso fica agravado em situações nas quais nos colocamos (ou somos colocados) em evidência e com uma missão a cumprir em um ambiente profissional. Por isso é tão incômodo para tantos se verem expostos diante do olhar do outro, e mais ainda diante do olhar de muitos em situações de fala em público.

E pode ficar ainda pior, dependendo da maior ou menor familiaridade com a situação de exposição. As múltiplas circunstâncias que podem decorrer de uma exposição que consideramos que pode vir a não dar certo aliadas às situações das quais nos lembramos em que não nos saímos bem são antecipações e recordações das quais dispomos, e que também impactam o que somos ou não capazes de fazer. E estas considerações podem nos gerar ainda mais insegurança. Enfim, os fatores para dificultar lidarmos com esta situação de exposição são inúmeros. Até porque, nossa escolarização contempla o desenvolvimento de certas habilidades, entre as quais a linguagem, mas ainda

não sabe o que fazer com o corpo. O papel do corpo na cognição não é ainda compreendido. Visto como recipiente, ao mesmo tempo suas energias transbordam e devem ser contidas; contemporaneamente medicadas.

E o modelo que depois é experimentado mais assiduamente na universidade em relação a falar em público é o de fazer um trabalho em grupo e se apresentar, no grupo, à frente dos demais. O entendimento é o de que, se falamos, somos capazes de falar em qualquer lugar. Basta querer. Dá-se então uma ambivalência. Ao mesmo tempo em que sentir medo de falar em público é algo legítimo, uma vez que este medo é tomado por universal, falar é algo simples, que todo ser humano em condições normais é capaz de fazer. Portanto, é só uma questão de se expor à frente dos demais e fazer a apresentação. O problema está em se dedicar a elaborar o discurso persuasivo. Não conseguir fazer vai estar diretamente ligado, então, a uma não vontade de realizar o trabalho. Se compreendemos a complexidade desta situação de comunicação no que diz respeito, inclusive, à questão da exposição diante do olhar do outro, vamos descobrir que não basta querer. Não basta ser solicitado a apresentar um trabalho em grupo, mesmo estando em grupo, para estar habilitado a falar diante dos outros. Do mesmo modo, não basta ter domínio da fala e do discurso persuasivo. Uma vez que o corpo está exposto, há que se compreender a necessidade de ter os recursos necessários desenvolvidos no corpo para se lidar com a situação de exposição. E isto implica antes de tudo reconhecer a exposição como mais relevante que o medo.

É possível, contudo, que algumas pessoas gostem de falar em público, que não sintam medo e nem se importem em se sentir expostas. É difícil por enquanto saber sobre nossas preferências. Damásio (2010) aponta para o fato de que a relação que se dá entre consciente e não-consciente quanto às nossas ações não é assim tão trivial e falta muito ainda a ser explicado. No que diz respeito, por exemplo, às nossas preferências espontâneas tanto quanto o nosso controle parece estarem mais ligados aos processos não-conscientes do que gostaríamos de crer. Em relação às nossas preferências ele observa que:

As preferências espontâneas que manifestamos logo desde o início da vida, quanto a comida e bebida, companheiros e habitats, são impulsionadas em parte pelo inconsciente genómico, embora possam ser adaptadas e modificadas pela experiência individual ao longo de todo o desenvolvimento.” (Damásio, 2010, p. 342)

Quanto ao controle que de fato temos para manter a determinação de seguir uma dieta ou fazer exercícios continuamente, parece que não dizem respeito só à nossa intenção consciente de fazê-los. E o mesmo no que diz respeito à dependência das drogas, em que o sistema cerebral acaba por reconhecer o prazer temporário, ainda que advindo de uma representação conseguida artificialmente, fazendo com que o cérebro leia o estado do corpo como tendo um funcionamento satisfatório. E numa procura pelo reequilíbrio da homeostase volta a procurar pela mesma imagem (Damásio, 2010, p. 346). O que nos interessa sobre esses processos é que para algumas pessoas é possível que seja necessário um esforço maior, uma determinação de tal ordem que seja capaz de contrariar as dificuldades encontradas para ser ver posto em situações de exposição.

No entanto, uma vez que podemos compreender os motivos que nos levam a ter desconforto diante da situação de exposição, e é um desconforto totalmente legítimo seja em que intensidade for, como aqueles que sentimos em situações em que nos vemos obrigados a realizar algo para o qual não fomos preparados, somando-se ainda à dificuldade que é estar exposto ao olhar do outro em situação de destaque, se consideramos como o corpo se relaciona com o entorno e como o corpo significa, podemos nos colocar de outro modo também diante da comunicação. Até porque, para que a comunicação se dê, há a necessidade de existir o outro. E mesmo que tenhamos aprendido evolutivamente primeiro a temer e depois a identificar um sorriso amigo e então podermos nos sentir aliviados, todo o tempo precisamos nos expor, se pretendemos interagir. Mas podemos mudar o entendimento acerca da fala em público e ainda desenvolver no corpo modos de suportar e lidar com este tipo de situação de exposição, de forma que ela deixe de ser vista como uma situação atemorizadora. E para isso é importante que pensemos acerca do sentido do medo de falar em público ser ou não inato, já que um dos fatores que servem para sustentar as angústias do sujeito expositor é justamente esta crença, uma vez que é tido por “um dos grandes medos da humanidade”. Chegamos então a uma questão que interessa muito aos pesquisadores das emoções: saber se as emoções são inatas ou adquiridas.

Até onde os estudos já avançaram, eles constataram que as emoções são inatas, mas algumas requerem a exposição ao ambiente para que venham a ser ativadas. No caso do medo, parece que, em relação a certas circunstâncias, ainda que a emoção de medo até seja inata, ela precisa realmente de um estímulo vindo do ambiente para ser ativada. Segundo

Damásio (2004), Robert Hinde, ao pesquisar sobre o medo, aponta uma direção para se pensar no que acontece com as emoções sociais, uma vez que estas são mais recentes do que as outras. Acerca do medo,

Hinde mostrou que “o medo inato” que os macacos supostamente têm das cobras só aparece depois de o macaco ter visto na mãe uma expressão de medo em relação à cobra. Uma simples exposição é suficiente para o comportamento de medo ser ativado, mas sem essa primeira exposição o comportamento dito “inato” não pode ser executado. (Damásio, 2004, p. 55)

Então, parte das emoções liga-se ao aprendizado social. O medo é considerado uma emoção primária, portanto é inato. Mas como observou Hinde em relação ao medo de cobra dos macacos filhotes, ele precisa ser aprendido. Portanto, em situações de medo e raiva, por exemplo, os objetos que desencadeiam estas emoções normalmente são exteriores e costumam ser aprendidos durante a nossa experiência individual. Este é o comportamento que desenvolvemos mais diretamente em relação às emoções sociais como o orgulho, a culpa, o ciúme, a gratidão etc. (Damásio, 2004, p. 58). Mas Damásio adverte que classificar as emoções é necessário para ajudar a organizar a descrição dos fenômenos, ainda que muitas vezes possa ser inadequado, já que haveria mesmo uma fronteira muito porosa entre as categorias. (Damásio, 2004, p. 51)

Como muito ainda está por ser estudado no que diz respeito às emoções, e por que as fronteiras são estabelecidas para facilitar os estudos, podemos considerar que o medo de falar em público, ainda que seja o medo uma emoção inata, tem sido aprendido pela repetição de que devemos temer esta situação. Como explica Damásio,

Claro que não devemos interferir na sabedoria da natureza quando se trata de regular a função cardíaca ou fugir ao perigo. Mas algumas reações podem ser modificadas, especialmente quando controlamos os estímulos que as provocam. Às vezes, dizer não é o melhor remédio. (Damásio, 2004, p. 60)

E uma vez que compreendemos a situação de fala em público pelo ângulo do incômodo que temos diante da exposição ao olhar do outro e desenvolvemos outros caminhos para lidar com esta situação, considerando, inclusive, outro entendimento de corpo, de significado e de comunicação, não faz sentido continuarmos a aprender a ter este medo. Neste caso, podemos tratar o medo de falar em público como um mito. E como mito, ele tem a função de organizar uma situação para nós, até que encontremos outros recursos para lidar com ela ou que ela desapareça. E algo que perde sentido para nós, naturalmente,

desaparece. Mais aliviados, podemos imediatamente afastar a emoção inata do medo da fala em público.

Mas Damásio considera ainda que, além das emoções, haveria outra classe de reações cuja origem também não é consciente, mas é formada pela aprendizagem de cada um, que nos possibilita gostar ou passar a detestar algo. Assim, o que gostamos ou detestamos vamos aprendendo no decorrer de “uma longa experiência de percepção e emoção em relação a pessoas, grupos, objetos, atividade e lugares” (Damásio, 2004, p. 57). Mas esta longa experiência não ocorre apartada das imagens da nossa mente. Neste sentido, a categoria ‘valor’ é tida por Damásio (2010) como fundamental à regulação da vida. Por um processo não-consciente que ocorre desde as primeiras fases do desenvolvimento, “as imagens na nossa mente recebem maior ou menor destaque consoante o seu valor para o indivíduo” (Damásio, 2010, p. 99). E este valor, no entendimento de Damásio

Chega-nos do conjunto original de disposições que orientam a nossa regulação vital, bem como do valor que foi atribuído a todas as imagens que adquirimos gradualmente ao longo da nossa experiência, com base no conjunto original de atribuição de valores que fizemos ao longo da nossa história individual. (Damásio, 2010, p. 99)

Contudo, ainda que estejamos trafegando pelo universo não consciente, como já dissemos, alguns processos não-conscientes podem estar de várias formas sob uma orientação consciente. Podemos usar a consciência para interferir em nossas ações e em nossas escolhas, na medida em que a consciência nos possibilita a análise das situações e o planejamento do futuro. Dado o modo como nosso corpo e nosso cérebro lidam com as informações do ambiente, podemos nos disponibilizar para conscientemente transformar padrões e adquirir novos, uma vez que contamos também com a ajuda dos sentimentos e da consciência. E para transformar padrões recorreremos então à educação.

Com efeito, uma das finalidades principais da nossa educação é interpor uma etapa de avaliação não-automática entre os objetos que podem causar emoções e as respostas emocionais. Essa modulação é uma tentativa de acomodar as nossas respostas emocionais aos ditames da cultura. (Damásio, 2004, p. 62)

Portanto, uma vez que, diferentemente dos outros animais, temos a possibilidade de saber que temos consciência acerca de algo e somos capazes de ter emoções e sentimentos para gerir automaticamente e refletidamente nossos processos vitais, com base na consciência e na memória, podemos interferir em nossos padrões para tentar transformar o

futuro. Isto significa não apenas que podemos conscientemente deixar de temer algo, mas também que podemos transformar as condições que nos fazem detestar algo em condições que nos facultem vir a gostar. E o início para virmos a gostar de algo é eliminar as situações que por si só já nos colocam em lugares aprisionadores, como, por exemplo, as de superação do medo através do enfrentamento e da submissão do outro no caso da fala em público. Deixar de olhar para a fala em público como um local para o enfrentamento nos possibilita passar a experimentá-la como uma situação relacional de comunicação, que inclui corpo, mente e ambiente. Simples assim.

A fala em público pode então passar a ser entendida como uma situação de comunicação colaborativa, na medida em que, afastado o mito do medo, não temos porque continuar a lidar com a exposição na fala em público enfatizando o embate. Se os corpos não precisam estar pré-dispostos para atacar ou fugir, eles podem aprender a permanecer e a trocar informação. Assim, podemos nos propor a um trabalho continuado no corpo para desenvolver uma habilidade específica, que como toda habilidade que nos propomos a desenvolver requer treino. Mas para que essa dinâmica seja possível, precisamos continuar em movimento e dispostos a experiências novas, ao menos um pouco, de forma que possamos ampliar nossa gama de opções de escolha. Isto porque termos novos entendimentos acerca da comunicação é parte fundamental do treinamento como propomos, mas não é suficiente. Há a necessidade que o sujeito expositor experimente novas conexões de modo a possibilitar que novas habilidades cognitivas ocorram.

Como dissemos, as modificações de hábitos perceptivos e cognitivos para virem a ocorrer requerem tempo e treinamento adequado. Por isso, as instruções facilitadoras e que prometem transformações instantâneas, de fato, não resolvem. Nosso organismo, em sua normalidade, tem o propósito de procurar situações que lhe garantam continuar vivo. Um modo de entender isto é reconhecer padrões que já deram certo, ainda que estes cristalizem modos de estar que nem sejam tão benéficos assim. Se reconhecemos a repetição do mesmo como o que nos equilibra, vamos tentar mantê-lo, ainda quando se trate de drogas. Para alguns, um novo ambiente é assustador, tanto quanto uma nova situação. E para muitos, o corpo só entra em contato como o mesmo tipo de informação com a qual já está acostumado. E mesmo a nossa visão de mundo é resultado daquilo a que somos expostos.

Se nos expomos sempre e somente a um mesmo tipo de situação, ficam também muito reduzidas as nossas respostas ao mundo. Praticamente, elas serão sempre do mesmo tipo. Fazer muito do mesmo, viver o mesmo gera hábitos perceptivos que nos dificultam ter uma visão mais expandida. O resultado, via de regra, é um olhar preconceituoso com dificuldade de negociação com o mundo. É um corpo cuja possibilidade de movimento diante da vida fica bastante reduzida, ainda que ele até possa ganhar movimento através de exercícios físicos. É possível que se trate de uma acrasia, uma vontade fraca, como diz Ortega. É possível que seja um tal estado de pavor diante da exposição ao olhar do outro que isto se ligue a processos não-conscientes. Mas se for apenas uma pouca exposição a novas possibilidades por nunca termos considerado que novas conexões poderiam de algum modo nos levar a falar em público com tranquilidade, neste caso tudo fica mais simples e passível de transformação. Movimento pode ser conquistado e o corpo vai agradecer imensamente. Hábitos podem ser modificados, e abrir-se ao novo pode ser motivo de enorme prazer, mesmo que se vá aos poucos.

Contudo, é possível nos disponibilizarmos para o novo se o ambiente for um facilitador e se trabalharmos algumas ações de modo consciente, lançando mão inclusive da nossa possibilidade de simulação. Ir para o desconhecido não é necessariamente pôr-se completamente em risco. Podemos adquirir aos poucos confiança para avançar em direção ao novo. Se queremos promover transformações reais, temos que mexer nos hábitos de percepção, para depois mexermos em hábitos cognitivos. O corpo se habitua a trocar apenas com certos padrões. Mexer em padrões corporais, portanto, é mexer numa organização, no modo como o sujeito está acostumado a dar respostas ao mundo. E fazer isso requer delicadeza, sensibilidade e cuidado com o outro. Não é uma intervenção cirúrgica. Está mais para um acompanhamento fisioterápico.

Isto me lembra a história que ouvi de um médico que partiu em expedição a um lugar onde não havia quase nada. Chegando lá, encontrou uma menina de treze anos que tinha nascido com um dos pés virado para trás. Imediatamente, com os recursos de que dispunha, ele tratou de operar a menina e colocou no lugar “certo” o seu pé. Graças à sua disponibilidade de ir parar no fim do mundo e à sua destreza técnica ele orgulhava-se de ter corrigido um erro da natureza. E então eu lhe perguntei o que aconteceria a partir daí com a menina? Se o seu corpo tinha se organizado para estar naquela conformação por treze anos,

haveria lá algum tipo de ajuda continuada de um fisioterapeuta para lhe apoiar na nova organização de seus padrões? E, muito naturalmente, ele me respondeu que não, não haveria ninguém assim, mas o que era importante ele já havia feito.

Então, é necessário termos cuidado com o que vamos apresentar ao outro como elemento para facultar a mudança. E, sobretudo, é fundamental termos confiança no que estamos propondo, mas não sermos prepotentes diante do corpo que é do outro, do incômodo que é do outro e das possibilidades que também são do outro. Muito menos faz sentido termos um entendimento controlador ou aprisionador com base em apontar erros, repetições que devem ser imediatamente corrigidas. No treinamento como propomos não podemos pretender transformar padrões sem que tenhamos em nós condições de estar próximos do outro, sensíveis a sua fala, às suas questões e dispostos a caminhar junto.

Como veremos no capítulo 3, o treinamento contempla uma maior sensibilização, expansão da percepção, exercícios físicos que incluem ainda uma atenção a ações e deslocamentos do corpo no espaço, respiração e foco, bem como um acompanhamento do conteúdo discursivo, além da compreensão da importância de ter atenção a aspectos que estão envolvidos na fala em público no que diz respeito à relação palco-plateia. Diretamente no treinamento ao corpo, entendemos que podemos usar várias técnicas, inclusive da dança e do teatro para trabalhar com o sujeito expositor. Afinal, bailarinos e atores trabalham seus corpos para estar diante da plateia. Claro que são situações que guardam suas especificidades, uma vez que os atores têm também os personagens a seu favor e os bailarinos os enredos, as coreografias ou as intenções de percursos cênicos. E, sobretudo, trata-se em ambos de estar no universo da arte, o que coloca outras questões ao corpo. Contudo, ainda que o propósito não seja o de o sujeito expositor fazer arte, podemos contar com algumas dessas técnicas especialmente no que diz respeito à dinâmica do corpo no espaço.

Não é tão simples como parece entrar e sair de cena. Talvez por isso seja tão recorrente vermos a tal sugestão para superação do incômodo inicial do sujeito expositor: “respire fundo que em minutos o nervosismo passará”. Mas é extremamente importante que se coloque um novo entendimento acerca do sentido do significado do corpo, de modo que o medo deixe de ser o motor para se adquirir uma técnica. Se compreendemos os elementos ligados à situação de exposição, se tivermos um novo entendimento de significado e do

modo de lidar com a própria situação de fala em público, novas possibilidades se constituirão, e sairemos do aprisionamento do mito do medo de falar em público. E para que tudo isso se torne possível, é indispensável compreendermos que o significado é fundamentado nas nossas interações corporais, nas qualidades e estruturas das situações objetivas e sempre é social porque não existiria na sua plenitude sem as interações comunicativas e compartilhadas também pela linguagem que nos dão os meios para explorar o significado das coisas (Johnson, 2007). E é igualmente importante continuarmos dispostos ao movimento e abertos a experiência.

Capítulo 3

Presença em cena

Como pudemos ver nos capítulos 2 e 3, na medida em que compreendemos sobre que bases está estruturada a visão que a fala em público e a linguagem corporal têm do corpo, entendemos também que há um papel do corpo nas situações de comunicação face a face, em especial na fala em público, considerando-se os processos cognitivos do corpo. Uma vez que temos clareza deste papel, o propósito deste capítulo é compreender de que maneira a experiência pode ser favorecida para que o sujeito expositor constitua o estado de presença. Como vimos, há alguns entendimentos que precisam ser mudados para que o sujeito expositor tenha como desenvolver esta outra possibilidade de lidar com a fala em público, que diz respeito ao desenvolvimento de uma habilidade a partir do corpo. Exatamente por isso, o treinamento da fala em público como propomos requer a expansão da percepção e da consciência que ocorre junto com o novo entendimento acerca de significado, de significado do corpo e de comunicação, como exposto no capítulo 2.

Também é preciso que se desconstrua o mito do medo de falar em público, o entendimento de que transformar a atitude do sujeito expositor depende apenas de instruções assertivas para fazer de outro modo e de imposições postizas ao corpo. A complexidade dos processos do corpo vão muito além de se poder transformar hábitos apenas com instruções ou considerando-se a vontade de fazer diferente. Como explica Damásio (2010), se fosse assim tão simples as pessoas que querem emagrecer ou largar um vício o fariam pela insistência em dizer que querem. Nesse sentido, não cabem na proposta que estamos apresentando aqui de compreender o papel do corpo na fala em público instruções como:

Controle seu nervosismo

Ao se aproximar o momento de falar, seja numa solenidade importante, diante de um auditório numeroso, seja numa reunião social, diante de alguns amigos, não alimente a chama do seu nervosismo.

Atitudes como fumar seguidamente, roer as unhas, cruzar de maneira descontrolada os braços e as pernas, andar sem rumo de um lado para outro são condenáveis, farão você ficar mais tenso e aumentarão sua intranquilidade.

Procure deixar seu corpo em posição descontraída, solte os braços e as pernas, não fume muito e respire profundamente. Se você estiver muito agitado, esta descontração forçada poderá, no início, parecer um pouco desconfortável, mas, quando pronunciar as primeiras palavras de forma mais tranquila e confiante, reconhecerá que seu pequeno esforço foi plenamente recompensado. (Polito, 2002, p. 37)

Entendimentos e atitudes que fragilizam a reorganização do corpo para a constituição do estado de presença precisam ser descartados. Portanto, toda a atitude invasiva e de poder do instrutor legitimada por câmeras e projeções que apontam erros não cabe. Do mesmo modo deve ser abandonado o entendimento de que tanto o medo de falar em público quanto a plateia são inimigos a serem derrotados. Todas as metáforas que reforçam a metáfora da guerra não nos servem. O mesmo para o reforço ao mito do medo de falar em público. Precisamos mudar as metáforas e os mitos para conseguirmos criar possibilidades que nos permitam construir novos modos de pensar e agir.

Além de trazermos novos entendimentos acerca de corpo, de cérebro e de comunicação para a fala em público, estamos entendendo que corpo e mente estão juntos e que esta interrelação dinâmica entre eles diz respeito ao modo como o sistema sensoriomotor se relaciona com o entorno todo o tempo. Na medida em que estamos entendendo que a experiência perceptual adquire conteúdo como resultado do conhecimento sensoriomotor (Nöe, 2004), precisamos expandir nossas habilidades corporais sensoriomotoras. Como vimos, uma vez que percepção está diretamente ligada à possibilidade de experienciar o mundo, ela precisa ser considerada como determinante para a constituição do estado de presença, tanto quanto a noção de experiência.

Considerando os entendimentos acerca da percepção como apresentamos no capítulo 2, no treinamento lidamos com a percepção não como algo que ocorre na mente, como uma racionalização do mundo nem como uma fotografia do que está fora. Então, não cabe o entendimento de que o corpo pode receber instruções que serão instantaneamente adotadas pelo sujeito expositor, que imediatamente mudará seus padrões. Este tipo de visão

só é possível porque a complexidade dos processos do corpo não é vista, e muito menos compreendida e considerada. Mesmo quando se afirma que há pesquisas e “novos” entendimentos acerca dos gestos do corpo, estes continuam na linha da fotografia com legenda, cuja definição fixa o significado.

Nesta linha de ação, a abordagem é vigiar o gesto próprio tanto quanto encontrar as pistas para desvendar verdades e mentiras no gesto do outro. E, ignorando o papel do corpo nas situações de comunicação face a face, os entendimentos da fala em público e da linguagem corporal são de tal ordem os mesmos acerca do corpo, que vemos este entendimento expressado assim em um manual de fala em público, cuja afirmação se baseia no livro *O corpo fala*, citado em nota de rodapé, ao mencionar ‘significado dos gestos’. Vejamos então como o trecho abaixo ilustra tudo o que estamos dizendo.

Tenha uma atitude correta

Renomados psicólogos estudaram profundamente o significado dos gestos e hoje podemos conhecer com pequena margem de erro o que as pessoas estão sentindo ou pretendendo, sem ouvirmos uma só palavra, isto é, apenas analisando a linguagem do corpo. Normalmente os nossos gestos são inconscientes, mas, observados até por leigos neste campo da psicologia, podem transmitir o que se passa em nosso íntimo. Vigiar o comportamento do corpo é instruí-lo a não refletir os nossos receios, além de ser uma técnica correta de combatê-los. (Polito, 2002, p. 37)

Com o tempo, você estará tão acostumado a comandar seu corpo, que acabará agindo naturalmente, adquirindo e transmitindo sua confiança. (Polito, 2002, p. 38)

Saindo então da esfera da vigilância, da correção e da noção de se colocar no corpo gestos, posturas e expressões faciais com significados fixos de instruções para mudar instantaneamente hábitos e padrões, e reconhecendo não ser possível tratarmos o corpo como objeto separado do sujeito, a ponto de poder receber comandos de sua mente, vamos em direção à possibilidade de ampliar a experiência com o propósito de constituir um estado de presença a partir do corpo. Para que isso possa ocorrer, temos presente que, como propõe a Teoria Corpomídia de Katz e Greiner (2011, 2005, 2003, 1998), mente e corpo estão em permanente troca com o ambiente e co-evoluem no exercício desta troca.

E, levando-se em conta a complexidade dos processos do corpo, é importante termos clareza de que não se trata de expandirmos a percepção somente. Como vimos, percepção, cognição e movimento estão juntos, e é o movimento que dá início ao processo

de comunicação. Então, tanto a percepção quanto o movimento são determinantes ao treinamento como estamos propondo. Contudo, não se trata de simplesmente expandirmos a percepção ou trabalharmos o movimento. Nosso objetivo final não é a consciência corporal, ainda que ela seja parte importante da metodologia empregada. Todo o trabalho está voltado para as situações de fala presencial, em especial a fala em público. Então, há uma dimensão em relação ao conteúdo que também precisa ser considerada.

Isto implica não em instruções para se construir o discurso persuasivo, mas em um acompanhamento do sujeito expositor no que diz respeito à temática com a qual trabalha e a questões tanto em relação ao modo como ele percebe sua maneira de falar em público quanto aos seus relacionamentos profissionais. Há um nível de acompanhamento que diz respeito ao modo como o sujeito através do seu discurso expressa o seu entendimento de mundo. E foi exatamente este aspecto que possibilitou o início de toda esta pesquisa. A partir do trabalho de corpo, tanto quanto da apresentação de um novo entendimento acerca do que seja falar em público, ao mesmo tempo em que havia um espaço para os sujeitos colocarem também suas questões, fui percebendo que no decorrer do treinamento eles mudavam não apenas padrões físicos mas também mentais. Mudavam sua visão acerca de conceitos. Mudavam seu entendimento de mundo, incluindo a noção de aprendizagem.

Houve um momento em que, coincidentemente, dois alunos de um mesmo grupo estavam com filhos bebês e já eram pais de outros filhos. Um dos alunos relatou que se viu novamente no chão brincando com sua filha, coisa que não havia lhe ocorrido antes do nosso treinamento, ainda que esta fosse sua segunda filha. E ele relatava o prazer que era ter voltado ao chão e se sentir perto da criança, podendo, inclusive, engatinhar ao seu lado. O outro aluno relatou ter percebido que, após um tempo de treinamento, se propôs a falar com os filhos agachando e se colocando na mesma altura deles. Ele percebeu que esta sua mudança de nível corporal o colocou mais próximo dos filhos, que passaram a ficar também mais disponíveis para ouvi-lo. Mudanças deste tipo vão além de apenas poder falar em público com tranquilidade. Dizem respeito a estar consciente do papel do corpo na dinâmica da interação e de constituir no corpo novas possibilidades de ação.

Como dissemos no capítulo 2, o corpo não fica preso à cadeira de trabalho. Muito menos as instruções e a visão de mundo passadas pelos manuais e treinamentos de fala em público e linguagem corporal ficam restritas ao ambiente profissional. Por isso há a

necessidade de se ter consciência do que é proposto. Mas também o sujeito expositor precisa ter elementos para poder questionar imposturas e controles sobre o seu corpo. E estamos entendendo que um modo possível de sair destes aprisionamentos e imposições é ter consciência de que os processos do corpo e da mente estão integrados. Uma vez que mexemos no corpo pretendendo novas conexões, podemos mexer também em padrões mentais. E, do mesmo modo, se transformamos as metáforas e os mitos também podemos abrir espaço para que novas ações se coloquem como possibilidade ao corpo. Sair da metáfora da guerra permite um reconhecimento da existência do outro como alguém com quem se quer trocar, o que guarda uma natureza bastante distinta de tomá-lo por um inimigo a quem se deve submeter.

No treinamento há ainda o propósito de trabalharmos certos padrões corporais de modo a tê-los mais disponíveis, vindo a reforçar alguns e a torná-los não-conscientes, ao mesmo tempo em que vamos propondo novas conexões. Isto permite ao sujeito expositor estar mais tranquilo em relação às possibilidades do seu corpo na cena. Ter o corpo disponível para estar presente no momento presente lhe permite ter tempo para pensar em estratégias discursivas ou mesmo físicas, que vão surgindo como novas possibilidades no momento mesmo em que se dá a apresentação. Uma vez que a comunicação não ocorre a priori, o momento em que se está em cena dinamiza tudo o que foi pensado e trabalhado previamente. E o estado de presença permite que o sujeito expositor interaja com o que se apresenta no ambiente no momento em que ocorre a comunicação.

[...] Inspirar, expirar. Meu fôlego não parecia nem um pouco irregular. O ar calmamente entrava e saía de meus pulmões. Meu coração silencioso se expandia e contraía, vez após outra, num ritmo estável. Como o fole de um ferreiro, meus fiéis pulmões distribuíam oxigênio fresco pelo meu corpo. Dava para sentir todos aqueles órgãos trabalhando, e distinguir cada som que faziam. Tudo funcionava às mil maravilhas. As pessoas na beira da pista nos saudavam dizendo: “Aguenta aí! Já estão quase chegando!” Como o ar cristalino, seus gritos me penetravam direto. Suas vozes passavam direto através de mim para o outro lado.

Eu sou eu, e ao mesmo tempo não sou eu. Era assim que eu me sentia. Uma sensação muito tranquila, calma. A mente não era tão importante. Claro, como romancista, sei que minha mente é fundamental para fazer meu trabalho. Tire minha mente, e nunca mais vou escrever uma história original outra vez. Mesmo assim, a essa altura eu não sentia que minha mente era importante. A mente simplesmente não era grande coisa. [...]

Pela primeira vez nesse dia eu me sentei e enxuguei o suor, bebi um pouco d'água, tirei os tênis e, conforme o sol descia, cuidadosamente alonguei os tornozelos. Nesse momento, um novo sentimento começou a brotar dentro de

mim – nada tão profundo como um sentimento de orgulho, mas ao menos uma sensação de dever cumprido. Um sentimento pessoal de felicidade e alívio por ter aceitado fazer uma coisa arriscada e mesmo assim ter encontrado forças para superá-la. Nesse caso, o alívio sobrepujou a felicidade. Era como se um nó cego dentro de mim estivesse gradualmente se afrouxando, um nó de que eu nem sequer me dera conta, até então, de estar ali. (Murakami, 2010, p. 99)

Nos trechos acima, vemos o romancista e corredor de maratonas Haruki Murakami relatar sensações tidas por ele após conseguir terminar uma ultramaratona de cem quilômetros no lago Saroma¹⁰³. Como romancista, ele faz o seu relato um tempo depois da corrida, e tem tempo para refletir sobre a escolha das palavras. Então, não é um relato das emoções no momento em que as vive, mas uma lembrança. Mas também não é uma simples lembrança. É um romancista, que ao mesmo tempo se faz narrador e personagem. Portanto, a lembrança, a elaboração da sensação que já passou, é parte da narrativa romanciada de suas experiências como corredor de maratonas. Talvez por isso, o personagem ganhe tanta riqueza de detalhe em sua percepção. E no fazer literário suas experiências vividas acabam sendo ressaltadas, enfatizadas como sensações que se fazem presentes agora de outro modo.

Tanto faz considerarmos a escrita elaborada do romancista ou a lembrança do personagem para notarmos que há um hiato no tempo entre o momento das sensações vividas e a recuperação e transformação em discurso delas. Mas ainda que fosse um depoimento no momento em que está correndo, falar sobre a percepção não é o mesmo que fazer a percepção. Mas como propõe Nöe, o importante de observarmos em relação à percepção é que ela pode vir a ser um julgamento.

O conteúdo da experiência perceptual é conceitual não no sentido de que *é* julgamento, mas no sentido de que *pode ser* julgamento. A experiência perceptual levanta uma questão sobre se as coisas são como a experiência apresenta como sendo. Ter uma experiência, tomá-la como tendo valor é ser apresentado a uma possibilidade de como as coisas podem ser.¹⁰⁴ (Nöe, 2004, p.189) (Tradução da autora)

¹⁰³ A ultramaratona de cem quilômetros no lago Saroma é uma corrida que acontece anualmente em junho, em Hokkaido, no Japão.

¹⁰⁴ The content of perceptual experience is conceptual not in the sense that it *is* judged, but in the sense that it *can be* judged. Perceptual experience raises the question of whether things are as the experience presents them as being. To have an experience, and to take in at face value, is to be presented with a possible way things might be. (Nöe, 2004, p.189)

A experiência perceptual aponta, pois, para uma possibilidade de como as coisas podem ser. Esta possibilidade pode se confirmar ou não. E justamente isto é o mais interessante: o fato de que a experiência perceptual abre possibilidades no lugar de impor verdades absolutas.

Os trechos destacados de Murakami nos permitem acompanhar através das palavras as sensações do personagem. Temos tempo para perceber uma emoção, uma sensação do seu corpo. Como vimos no capítulo 2, nossas emoções estão presentes todo o tempo. Nossos sentimentos nos ajudam a tornar algumas emoções conscientes. Algumas percepções estão ligadas diretamente à emoção outras nem tanto. Mas um cheiro é capaz de nos remeter a uma lembrança ou de nos deixar felizes pelo prazer de senti-lo. Ao contrário, sermos “acordados” pelo corpo para perceber que estamos com uma dor, ou ouvir um estrondoso barulho subitamente ativam emoções incômodas, desconfortáveis. Contudo, normalmente não paramos muito tempo para procurar conscientemente perceber o que estamos sentindo, como estão nossos estados corporais, que emoção é a que sentimos há poucos instantes, como estamos nos relacionando com o ambiente naquele momento.

Considerando os estados do corpo descritos pelo personagem de Murakami no momento da corrida, podemos ver ações automáticas ganhando tempo para acontecer. “Inspira, expira.” Antes deste trecho, o leitor é informado acerca do estado do corpo do personagem Murakami ter entrado no piloto automático, a ponto de poder continuar a correr, inclusive para além dos cem quilômetros, se quisesse. E o personagem diz também que estar entre os “outros corredores que se arrastavam em silêncio rumo à linha de chegada”, lhe proporcionou “uma tranquila sensação de felicidade”. E é esta sensação, diz ele, que lhe permite atravessar a linha de chegada com uma sensação de calma, ainda que tenha percorrido cem quilômetros. Assim, a escrita do romancista evidencia para nós a existência do tempo e da elaboração de algo que foi sentido. Isto tanto nos ajuda a ter tempo para perceber as sensações e emoções do personagem como nos possibilita reconhecer que sempre há um hiato entre a sensação e o entendimento da sensação, tanto quanto sempre há um tempo que já é outro.

Mesmo assim, para expandirmos a percepção e as sensações precisamos de tempo. O tempo da ação, não o da instrução. O tempo da ação continuada, repetida de várias formas até que nossa elaboração das percepções evidencie que os novos caminhos até bem

pouco tempo estranhos já podem ser caminhos possíveis, caminhos que nos dão como ao personagem Murakami “uma tranquila sensação de felicidade”. Ainda a respeito do trecho destacado, lemos que o personagem, ao mesmo tempo em que percebe seu coração, seus pulmões, sua respiração e o trabalho de todos eles, também percebe as pessoas que à beira da pista saúdam os corredores. Portanto, esta passagem nos deixa ver que ele está em contato com o seu corpo e presente no momento em que corre, em contato com o seu entorno. Ele é, portanto, capaz de no mesmo momento estabelecer um contato com o seu corpo e com o que está fora do seu corpo. Ele vê e escuta as pessoas à sua volta, ele percebe as sensações de seu corpo e ele pensa com essas sensações no que está sentindo, vendo e ouvindo. Tudo está conectado.

Vemos o personagem Murakami identificar que lá no momento da corrida “a mente não era tão importante”. Mas como romancista, Murakami se apressa em dizer que para ele, sim, a mente é muito importante. Não se trata aqui de indagarmos se Murakami acredita ou não que mente e corpo estão juntos, mas em aproveitarmos sua observação para ressaltarmos que podemos nos colocar disponíveis para estados de percepção, colocando ênfase em nos dispormos a perceber mais do que a pensar em certos momentos. E podemos também, aos poucos, desenvolver modos de estarmos em conexão tanto com nossos pensamentos quanto com nossas emoções e sentimentos. Naquele momento em que as sensações eram tão fortes, o corredor Murakami não sentia que a mente era tão importante. Assim, ao “apagar” a força da insistência dos pensamentos, o romancista Murakami coloca um holofote sobre as sensações do corpo, sobre as emoções, sobre a relevância que tiveram para o personagem Murakami e voltam a ter agora ao serem reelaboradas.

Através de seu personagem e de sua escrita, Murakami nos permite identificar que podemos nos dispor a viver situações nas quais os estados do corpo, as emoções ganham mais destaque do que o pensamento. E podemos também nos propor a direcionar nossa atenção num dado momento às nossas sensações e emoções. É assim, por exemplo, quando nos colocamos dispostos a observar uma paisagem, a saborear uma comida, a passar a mão sobre o pelo muito fofo de um cachorro. Mas também podemos estar conscientes do nosso corpo durante uma caminhada e, mesmo junto com a consciência das sensações de nosso corpo, direcionar nossa atenção também para a paisagem ao redor. Então, parte do treinamento consiste em gerar um ambiente de modo que o sujeito expositor possa expandir

a sua percepção, ampliar sensações e estar mais atento a elas, considerando também o entorno.

Mas há também momentos em que podemos levar nossa consciência a ter um estado de atenção maior às nossas percepções e emoções de modo a produzirmos discurso sobre elas, como fez o personagem Murakami, não o romancista. Não se trata de elaborar o discurso literariamente, mas apenas poder falar a respeito do que sentimos, do que identificamos como novo, como confortável, como não tão confortável no que experimentamos. Este ponto é bastante importante no treinamento. Acreditamos que após a experimentação, se o sujeito expositor pode falar do que percebeu, do que sentiu, isto lhe possibilita um modo de se apropriar de suas sensações. Como vimos em Edelman no capítulo 2, percepção e memória ligam-se continuamente. O tempo todo o cérebro reinterpreta “as sensações percebidas em razão de uma experiência passada” (Meyer, 2002, p.102). Como já dissemos, a memória não diz respeito apenas a um tempo passado. O organismo no tempo presente interage com o ambiente e a dinâmica dos mapas mentais, como propõe Damásio (2010), é parte de nossa possibilidade para recordar tanto quanto para considerar o futuro. Sendo assim, expandir as sensações, a percepção, falar do que sentiu, que muitas vezes envolve se remeter a outras lembranças, possibilita ao sujeito expositor caminhar pelo seu corpo com atenção suficiente para saber que certas possibilidades de sentir podem ser retomadas, que algumas sensações lhe indicaram a existência de estados no seu corpo onde ele quer voltar a estar ou não.

Contudo, é preciso deixar claro que o momento da reflexão já não é mais o momento da percepção, ainda quando a reflexão ocorra quase imediatamente após a percepção. O momento da reflexão já é um tempo seguinte, não mais no instante exato em que fizemos a percepção. Mas o que nos interessa é criar um espaço no qual tanto o tempo para “inspirar”, “expirar”, olhar o céu, o chão, sentir o contato do pé com o chão, perceber a temperatura do corpo etc. possa ser dado ao sujeito expositor. O treinamento implica em proporcionar ao sujeito tempo para prestar atenção na sua percepção, nos seus sentidos, nas suas emoções, nos estados do seu corpo, tempo para que tudo isso possa acontecer. Mas não se trata de procurar uma explicação psicológica. O propósito é expandir a experiência para desenvolver o estado de presença e usar esta possibilidade na cena da fala em público.

O importante aqui é que o sujeito expositor identifique que pode ter mais atenção ao seu corpo e pode pretender experienciar com maior atenção o momento presente.

“Pela primeira vez nesse dia eu me sentei e enxuguei o suor, bebi um pouco d’água, tirei os tênis e, conforme o sol descia, cuidadosamente alonguei os tornozelos.” O advérbio de intensidade nos permite ver um tempo de atenção do personagem Murakami de cuidado com seu corpo, um corpo ao qual ele expôs por cem quilômetros. Ao enxugar seu rosto e sentar, o personagem Murakami acalma seu corpo e dessa calma vem a nova sensação, a de dever cumprido. Murakami nos deixa ver um sujeito completamente em sintonia com suas ações, com atenção às suas ações, e satisfeito com os resultados. Este é o percurso que para nós o sujeito expositor pode fazer. Este é o percurso que objetiva o treinamento. Ter atenção ao seu corpo, às suas percepções, às suas sensações, às suas emoções, aos seus sentimentos e aos seus estados do corpo são a base para o sujeito expositor constituir o estado de presença.

Apropriar-se do seu corpo para estar presente na situação de fala em público e reconhecer a situação de fala em público como um lugar possível de estar, uma vez que se prepare para isto, permite que o sujeito expositor viva ao final da exposição o que Murakami relata ter vivido no momento em que termina a supermaratona:

Nesse momento, um novo sentimento começou a brotar dentro de mim – nada tão profundo como um sentimento de orgulho, mas ao menos uma sensação de dever cumprido. Um sentimento pessoal de felicidade e alívio por ter aceitado fazer uma coisa arriscada e mesmo assim ter encontrado forças para superá-la.

Há sempre um risco na situação de fala em público. Somos humanos. Temos dias melhores, dias piores, temos temas interessantes, temas difíceis de serem expostos. Há a plateia que também está viva. Há cada contexto que se apresenta a cada momento. Então, no lugar de manter o mito do medo de falar em público, de pré-dispor o corpo para uma batalha, de se pretender submeter o outro pelo domínio do discurso persuasivo e colocar no corpo gestos com o propósito de fixarem um significado apenas, o sujeito expositor pode pretender desenvolver no corpo o estado de presença. Pode, assim como o corredor, o bailarino, o ator, reconhecer que tem um corpo que será exposto a uma situação para a qual este corpo precisa estar disponível e com possibilidade de movimento na cena. A interação com o outro também é dinâmica e, por mais que se queira, ela sempre escapa de nossas

tentativas de controlar todas as variáveis. Sobretudo quando reconhecemos que há corpos vivos e em movimento, predispostos à cooperação e não à dominação do outro.

Constituir um estado de presença tem uma natureza muito distinta de tratar o corpo como objeto no qual se colocam gestos a partir de instruções impositivas e assertivas do outro. Tem a natureza de ter tempo para desenvolver possibilidades no corpo. O personagem Murakami fez muitas outras corridas e maratonas até se propor a correr cem quilômetros. Várias delas são narradas ao longo do livro. Não se corre um percurso com cem quilômetros com uma instrução: “vá e corra!” Também diante de tamanha intensidade que se impõe ao corpo de nada adiantaria dizer frases do tipo “fique tranquilo que o cansaço passará”. Correr uma maratona de cem quilômetros requer treino e preparação adequados. Requer desenvolver no corpo as condições necessárias para estar neste tipo de situação. É preciso também para isso tempo, dedicação e desejo. Como fazem também os atores e os bailarinos, e como certamente fez o personagem Murakami, colocar o corpo em uma situação que requer dele um desempenho implica e prepará-lo adequadamente para estar na situação quando ela se fizer presente.

Como nosso propósito é dar subsídios ao sujeito expositor necessários a uma ação cognitiva do corpo na situação de fala em público, e não elementos para a elaboração do discurso persuasivo ou instruções com “imposições postizas” ao corpo, precisamos entender agora que percurso é possível para que o sujeito expositor desenvolva no corpo modos de suportar a situação de exposição diante da plateia, ao mesmo tempo em que apresenta seu discurso. Portanto, ele precisa ser capaz de lidar com seus objetivos, suas emoções, seus sentimentos, com os propósitos em questão, precisa produzir discurso e ao mesmo tempo tem que conseguir reelaborar estratégias tanto físicas quanto discursivas na troca de informação com o ambiente. E tudo isso precisa ocorrer no momento presente da interação comunicativa, na cena, em que vai haver a presença da plateia.

Portanto, estamos propondo que, em condições normais, o sujeito expositor trabalhe de modo a expandir suas percepções, seus sentidos, sua consciência, sensibilizando-se para transformar e adquirir novos padrões, podendo estar no seu próprio corpo consciente de suas ações. E sua atitude diante da plateia visa à interação comunicativa. Nossa proposta é a de que o estado de presença implica também em uma atitude de disponibilidade para a experiência e a interação com o outro. Isto não quer dizer que os ambientes serão

transformados em ambientes ideais. Não há como fazer isso. Contudo, há a possibilidade de se olhar para a situação de fala em público como uma situação na qual o sujeito expositor se propõe a interagir. Como já dissemos, o propósito do treinamento é constituir no corpo do sujeito expositor condições de suportar o olhar da plateia e de suportar estar exposto e em destaque.

Uma vez que todo o tempo estamos considerando a cooperação, a interação, a troca permanente entre corpo, mente e ambiente, o sentido da aprendizagem é também o de não impor gestos ao corpo do sujeito expositor com significados fixos. E a atitude do instrutor também não é a de se colocar com um poder sobre sujeito expositor e sobre seu corpo-coisa. Portanto, para que o treinamento ocorra, é fundamental que se desenvolva uma relação de confiança entre o sujeito expositor e o instrutor. O ambiente de treinamento tem que permitir ao sujeito expositor experimentar novas possibilidades de gestos e movimentos no corpo e no espaço em segurança. Sendo um treinamento que implica em uma duração no tempo para além de uma exposição de ideias apenas, como ocorre numa palestra, por exemplo, há a necessidade de que o ambiente permita ainda a continuidade e a constância do trabalho.

O treinamento precisa contemplar um período entre três e seis meses, com encontros semanais de uma hora a uma hora e meia de duração. Quando ocorre o treinamento com grupos, é possível que uma parte seja feita em grupo, normalmente a parte teórica com exposições acerca das questões apresentadas nos capítulos 1 e 2. Isto porque há necessidade de se constituir um outro entendimento de corpo, de significado e de comunicação, tanto quanto de se desconstruir o mito do medo de falar em público e a metáfora da guerra. Porém, fundamentalmente, o desenvolvimento do trabalho depende dos encontros individuais. Havendo coesão entre o grupo, é interessante que no momento em que o sujeito expositor já tiver reunido condições de fazer uma apresentação em público, o grupo seja sua primeira audiência. Isto, claro, para cada um do grupo.

Como parte da metodologia consiste em propor ao sujeito expositor experimentar novas possibilidades no corpo, o sujeito precisa ser resguardado do olhar de outros no decorrer do processo de treinamento. Para isso há a necessidade de que a sala na qual vai ocorrer o treinamento seja fechada aos olhares curiosos. Novos modos de agir no mundo não vêm da repetição do mesmo. E se dispor ao novo, para alguns, traz um certo

constrangimento, ao menos até o momento em que a diversão pode ganhar espaço no trabalho. E para que tudo isso possa acontecer, é determinante que se construa um ambiente de confiança e segurança, no qual se garantam ao sujeito expositor as condições necessárias para ele se disponibilizar para a experimentação.

Como um dos princípios do trabalho é o de reestabelecer um contato mais direto do sujeito expositor com o chão, há a necessidade também de roupas confortáveis e de se trabalhar descalço. Para tanto, o ambiente de trabalho precisa estar limpo e oferecer condições para que o sujeito possa se deslocar, e por vezes deitar no chão com conforto. Por mais trivial que pareça, voltar ao chão não é simples. E estar descalço para um ser humano adulto na presença do outro em um ambiente de trabalho pode ser bastante constrangedor. Trata-se da exposição de uma parte do corpo normalmente coberta, e essa simples mudança pode significar estar diante do outro de um modo que, ao ser olhado, o sujeito se sente imediatamente exposto e, por vezes, até invadido. Pode não parecer, mas para um executivo é extremamente embaraçoso ficar sem sapatos na frente de seus colegas de trabalho. Voltaremos a falar disso mais à frente. Se o que estamos buscando é que o sujeito expositor tenha uma atitude mais tranquila e disponível para a troca com o outro, isto precisa ser feito aos poucos e com o mínimo de exposição possível aos outros por algum tempo.

É também importante que o conteúdo das apresentações possa ser discutido. Há que se tomar muito cuidado para que haja tempo para a discussão sem comprometer o tempo para o trabalho corporal. Isto porque, dada a dificuldade ao menos inicial, a tendência é falar mais do que fazer, se houver esta brecha. Mas, o propósito do treinamento é promover um ambiente facilitador à experiência, de modo que o sujeito expositor se sinta seguro para experimentar novas possibilidades motoras e expressivas, tanto quanto colocar suas questões diante da situação de fala em público e do conteúdo que pretende expor, o que significa um acompanhamento de modo que tudo caminhe em consonância.

Como deixamos claro no capítulo 2, as filmagens, as repreensões aos gestos do sujeito expositor e as “imposições posturas” ao seu corpo ficam fora de nossa proposta. Não cabe no tipo de treinamento que estamos propondo nada que diga respeito a corrigir, como vemos, por exemplo, no trecho a seguir.

Os aparelhos de videoteipe permitem a visualização instantânea dos treinamentos, possibilitando a rápida correção das distorções da fala e da imperfeição da postura e da gesticulação. (Polito, 2002, p. 30)

Para que a aprendizagem possa levar em conta a experimentação de movimentos, formas, gestos e dinâmicas espaciais, entre outros, com o objetivo de expandir a consciência do corpo e da relação do corpo com o ambiente, a construção de um ambiente seguro precisa dizer respeito também a se suspenderem críticas, repreensões, brincadeiras através das quais se pretende dizer “a verdade”. Nada disso cabe em uma atitude do instrutor que não pretende ter poder sobre o sujeito expositor. A ideia é a de um acompanhamento no qual, muitas vezes, fazer junto é o caminho, e o tempo todo estar junto é o sentido.

Em relação ao conteúdo da apresentação, a partir de um certo momento ele precisa ser incluído na dinâmica do trabalho. Não é nosso propósito orientar o sujeito expositor na maneira como ele deve elaborar seu discurso. Contudo, é necessário integrar corpo e conteúdo, e para que isso ocorra é preciso haver conversas sobre o conteúdo. Isto implica em se desenvolver, durante o treinamento, uma familiaridade à temática do trabalho do sujeito expositor e às questões que ele enfrenta em seu ambiente de trabalho. E no final, ou mesmo ao longo do treinamento, havendo necessidade, são passadas várias vezes as apresentações no local do treinamento, sempre considerando-se que a comunicação não se dá a priori. O objetivo é contribuir para que o sujeito expositor se familiarize com o conteúdo da sua apresentação e com a situação de fazer a sua exposição.

E precisamos ter em mente que todo o tempo estamos considerando mudanças de hábitos cognitivos. Daí a relevância de propor exercícios que apresentem novas possibilidades de dinâmica ao sujeito expositor. Também considerando-se como corpo e cérebro funcionam, é preciso trabalhar certos padrões corporais de modo a tê-los mais disponíveis, vindo a reforçar alguns e a tornar outros não-conscientes, ao mesmo tempo em que vamos propondo novas conexões. E estas, ao menos em parte, precisam ser buscadas conscientemente, considerando-se os processos cognitivos do corpo.

Dado que o nosso propósito é desenvolver a habilidade para falar em público com base no desenvolvimento da presença do corpo, imediatamente precisamos considerar em que circunstâncias o corpo normalmente é posto e que elementos precisam ser colocados em evidência, uma vez que estamos diante de um corpo que não é recipiente e muito menos

morto. Evidentemente que se o nosso senso do que é real nos é dado a partir do nosso aparelho sensoriomotor, uma vez que é ele que possibilita perceber, movimentar, manipular objetos e se o nosso cérebro recebe as informações também através do nosso corpo, enviando outras informações ao corpo, é pela via do corpo que podemos chegar ao estado de presença. E presença implica em movimento.

O homem flutua na nave em direção à lua. Pisou na lua. Sabemos que essa experiência foi capaz de transformar nossa vida cotidiana na Terra, por exemplo, com adventos como a transmissão via satélite e as fraldas descartáveis. Mas ao vermos as imagens dos astronautas e de seus corpos em movimento sem a força da gravidade, ainda que apenas simulemos esta sensação em nossos corpos, fica claro que aqueles corpos estabelecem com o espaço uma relação diferente da nossa. Talvez pela ausência de gravidade consigamos ter maior nitidez da ação do corpo e da maneira como ele troca informações com aquele ambiente.

De volta à Terra, se paramos para observar nossos corpos também vamos perceber que todo o tempo há uma relação física de esforço, que faz com que tenhamos uma experiência espacial constante com nosso corpo. Desde o ar que respiramos até todos os recursos físicos motores que acionamos para a nossa locomoção. Como seres que conquistaram a verticalidade, orientar-nos no espaço tem uma característica diferente da dos outros animais que se locomovem em quatro patas. Conseguimos ter referências para frente e para trás, por exemplo, ao mesmo tempo em que podemos estabelecer rápidas mudanças de direção com olhos e cabeça. Mais que isso, somos capazes de pensar sobre isto e até de traçar mapas complexos de deslocamento. Parte de tudo isso é conquistado porque conseguimos também conceitualizar estas experiências.

Portanto, o primeiro aspecto de que temos que ter consciência é o de que em situações de fala em público, ao considerarmos a presença, estamos evidenciando que o corpo tem uma relação que é constante com o espaço e com o movimento. O espaço é parte determinante de nossa relação com o mundo, e em situações comunicativas em que há presença do corpo isto não pode de modo algum ser desconsiderado. Muito pelo contrário, há necessidade de termos consciência de que o corpo é o corpo que se relaciona com o espaço. Isto vai implicar em incluirmos no treinamento exercícios que levem o sujeito expositor a estar mais consciente desta relação e a ter atenção constante com o seu

corpo através do espaço. Ou seja, os exercícios propostos ao sujeito expositor precisam levar em conta a dinâmica do corpo no espaço.

Se como vimos o movimento do corpo é constante na sua troca com o ambiente, e o movimento é algo que ocorre tanto dentro quanto fora do corpo, enfatizar a movimentação do corpo no espaço permite tanto expandir a sensação na pele, quanto possibilitar ao sujeito expositor se perceber e olhar para fora simultaneamente. Na continuidade ele vai incluindo seu corpo na cena todo o tempo. E, como explica Johnson (2007), é na nossa movimentação no espaço que experienciamos o mundo.

Nós nos movemos no espaço através do contato constante com os contornos do nosso meio ambiente. [...] Não há nenhum movimento sem o espaço no qual a gente se movimenta, sem as coisas que movimentamos, que são ao mesmo tempo qualidades do mundo que experienciamos e qualidades de nós mesmos como fazedores e experienciadores.¹⁰⁵ (Johnson, 2007, p. 20) (Tradução da autora)

Estabelecer relações conscientes com os objetos através dos exercícios propostos também permite ao sujeito expositor estar mais presente e consciente do seu corpo e da relação que vai estabelecendo com eles. E como vimos com Berthoz (1997), a propósito da pesquisa de Janet, o esquema perceptivo compreende o ato em relação ao objeto, que ocorre mesmo que não se faça a ação propriamente dita. Como vimos no exemplo da cadeira no capítulo 2, a percepção imediata diante de um objeto nos faz não apenas perceber a cadeira, mas aciona o ato que diz respeito às suas características. Não se trata, portanto, de ter o objeto “fotografado” na mente ou de simplesmente construirmos uma imagem da cadeira. Perceber o objeto implica já em tudo que sabemos dele no que diz respeito à ação que podemos ter em relação a ele.

E exatamente por isso, um modo interessante de estimular a compreensão de que há movimento na vida e de que os sentidos são múltiplos é pedir ao sujeito expositor - compreendendo-se como se dá a percepção - que procure outras possibilidades de uso para um objeto, para além das em que normalmente é usado. Uma vez que a percepção de um objeto já implica no acionamento da possibilidade do ato, procurar na relação com o objeto

¹⁰⁵ We move in space through constant contact with the contours of our environment. [...] There is no movement without the space we move in, the things we move, and the qualities of movement, which are at the same time both the qualities of the world we experience and the qualities of ourselves as doers and experiencers. (Johnson, 2007, p. 20)

usos diferentes recoloca-o, desloca os usos conhecidos, mexendo assim com uma organização que já estava estabilizada. Então, estes deslocamentos físicos em relação ao uso do objeto podem levar o sujeito expositor também a novas conceitualizações.

Como vimos em Lakoff e Johnson (2002), fazemos operações para transportar sentido o tempo todo, e não apenas quando ilustramos uma ideia. E mesmo que nós não tenhamos consciência disso, ao nos comunicarmos, pensamos e agimos com base nas metáforas que estão na nossa vida cotidiana.¹⁰⁶ E como a nossa interação com o ambiente não está apartada do modo como conceitualizamos, mesmo que talvez nem seja possível imaginarmos uma “experiência física direta”, como explicam Lakoff e Johnson (2002), uma vez que interpretamos com base no nosso sistema conceitual, ainda assim dependemos do aparelho sensoriomotor para construir conceitos.

Vimos no capítulo 1 que uma parte das metáforas é construída a partir da nossa interação física com o mundo. Portanto, diante de um objeto que o uso é conhecido, estimular nosso sistema sensoriomotor a procurar outros usos, a descobrir outras possibilidades para o objeto permite tanto a interação física com o objeto de outros modos quanto novas organizações mentais possam ocorrer. Se, como propõem Lakoff e Johnson (2002), construímos conceitos com base em deslocamentos de sentidos, deslocarmos o uso do objeto coloca questões ao corpo do sujeito expositor e lhe faculta, inclusive, nas novas organizações fazer novas conexões. Assim, uma das possibilidades já vem com a compreensão de que não há todos os sentidos já dados ou todas as possibilidades já fixadas. O movimento pode existir também a partir daquilo que ele propõe ao objeto. E este trânsito pelas possibilidades de usos e significações ocorre concretamente na sua manipulação do objeto no espaço. É a partir do seu corpo que vêm os novos acionamentos.

Mexer em hábitos não é tarefa simples, do mesmo modo que pode não ser também explorar os objetos. Daí a necessidade de expor o sujeito a novos modos possíveis para o corpo e a partir do corpo. Conhecer o novo não é algo tão simples assim para muitas pessoas. Mas dentro de um universo de confiança, a proposta pode se tornar um modo de se divertir, não uma meta a ser cumprida. Isso também libera mais o sujeito para sua exploração. Dada a complexidade envolvida nessa proposta, a exposição a esses objetos

¹⁰⁶ Na referência que faz à *Metaphors we live by*, Francisco Ortega (2008) traduz este título por “metáforas pelas quais vivemos”. Este título me parece auxiliar bastante na compreensão do que Lakoff e Johnson estão propondo.

deste modo precisa ocorrer após um tempo suficiente de treinamento para o expositor já estar à vontade no ambiente e seguro na relação que tem com o instrutor.

Mesmo assim, há que se ter cuidado com o sujeito expositor e propor elementos na medida de sua possibilidade. O propósito é sensibilizá-lo, não assustá-lo ou fazer com que ele desempenhe uma performance. Alguns objetos são interessantes também para se trabalhar instabilidade. Assim como com os outros usos para um objeto, perceber no corpo a relação com o espaço a partir do movimento de estabilidade e instabilidade lhe possibilita transportar essa experiência para suas conceitualizações. Contudo, o ambiente tem que estar preparado para isso. Um tombo inoportuno pode inibir um caminho interessante de pesquisa.

Por tudo isso, é importante contar com a ajuda de objetos na sala do treinamento. Os objetos servem também para estimular os sentidos. Ajudam muito os objetos que permitem experimentar texturas diferentes, pois podem estimular a pele, o tato, das mãos e dos pés, o que normalmente não se trabalha, mesmo em aulas de alongamento ou consciência corporal. O instrutor pode usar seu conhecimento e sua criatividade para propor os objetos. O importante é que se estimulem as sensações e as percepções. Uma colher de pau, por exemplo, causa uma certa estranheza. Mas logo vem uma boa surpresa quando se descobre que é uma delícia se usada para tocar a pele. Se ela é lisa, o toque é macio, suave, e sente-se o corpo relaxar ao se entregar à sua passagem. Pisar ou deitar em um capacho, além de estimular a circulação também dá ao corpo outro tipo de sensação, de contato de natureza distinta da suavidade do toque da colher de pau. O importante é que o tato e a pelo sejam estimulados, e por vezes se conseguem deslocamentos também de uso. Assim, aos poucos, a pouca disponibilidade para o que não conhecemos vai sendo trabalhada.

Portanto, ter atenção aos nossos movimentos é uma chave para entender como as coisas e as experiências começam a significar para organismos como os nossos, através das nossas capacidades sensoriomotoras (Johnson, 2007, p.19). E é também determinante ao treinamento como propomos. Desde que começamos a existir, o movimento é parte das nossas vidas.

A vida e o movimento estão inextricavelmente ligados. O movimento do feto dentro do útero da mãe lhe dá a feliz notícia de uma nova vida. [...] Nós somos seres que nascemos no mundo gritando e nos contereendo, e através de nossos

movimentos fazemos "contato" com o nosso mundo, tendo assim a medida humana.¹⁰⁷ (Johnson, 2007. P. 19) (Tradução da autora)

Através do movimento vamos conhecendo o mundo e aprendendo a nos relacionar com ele. A filósofa Maxine Sheets-Johnstone propõe que as crianças pensam pelo movimento. É a relação como o movimento de seus corpos e dos objetos que vai lhes dando entendimento acerca do mundo. É pelo movimento que elas vão percebendo a ação própria e a ação dos outros. E ela chama a atenção para o fato de que as crianças são atraídas pela novidade; elas prestam bastante atenção no que não é usual. E este é um ponto determinante para o treinamento. Os exercícios precisam ser propostos com o objetivo de instigar o sujeito expositor a voltar a ter curiosidade em experimentar o corpo no espaço, em experimentar a relação com os objetos para além dos seus usos habituais, mas de modo que sua curiosidade seja despertada. Não é pensarmos em fazer o sujeito expositor voltar a ser criança.

O aspecto importante a considerar aqui é que no nosso processo de socialização em direção à vida adulta, o corpo não é visto como parte determinante da nossa interação com o mundo. Explorar objetos, movimentos do corpo, perceber como estamos nos movimentando vão ficando associados a um momento em que fomos criança. Mais ainda a um momento em que não dominávamos o discurso como forma de expressão e de troca com o mundo. Na medida em que nos constituímos sujeitos que podem negociar com o mundo a partir do discurso, o corpo perde a sua relevância para a comunicação e para a compreensão do mundo. A ele são dados outros usos, mas é retirado o papel determinante que ele tem na nossa troca constante com o entorno.

No processo de socialização das crianças maiores, elas vão sendo ensinadas a “dominar” o fluxo de energia de seus corpos, tendo que ficar paradas e prestar atenção. Talvez por serem desconhecidas, as dinâmicas do corpo são desconsideradas. Separada do corpo, a mente é direcionada à se concentrar e prestar atenção. E novamente vemos presentes os entendimentos de que a mente pode e deve conter os excessos do corpo. As crianças devem parar de correr, parar de se agitar, parar de sentar e levantar a toda hora. As crianças devem se concentrar, prestar atenção e estudar. Devem tomar um tempo para que

¹⁰⁷ Life and movement are inextricably connected. The movement of the fetus within the mother's womb gives her the joyful news of new life. [...] We are born into the world as screaming, squirming creatures, and through our movements we get “in touch” with our world, taking its human measure. (Johnson, 2007, p. 19)

seus corpos permaneçam estáticos para prestar atenção às informações que precisam ser apreendidas por sua mente. No lugar da inicial curiosidade em relação ao mundo, as crianças são instruídas a adquirir modos de conter seus corpos. No lugar de se abrir espaço para que a energia dos seus corpos tenha lugar, pretende-se que ela seja suprimida.

No livro *O corpo que fala dentro e fora da Escola*, organizado por Regina Leite Garcia (2002), vemos no artigo de Angel Vianna e Jacyan Castilho uma passagem que ilustra um outro modo de lidar com o corpo. O exemplo diz respeito ao corpo da criança na sala de aula, a modos possíveis de se estimular movimento e percepção. A proposta é sugerir às crianças que ao entrar na sala de aula

[...] caminhem entre as cadeiras, reconhecendo com o olhar os objetos e as cores, preenchendo os espaços vazios. Que se espreguicem antes de sentar. Que se espreguicem nos intervalos das aulas, ou mesmo que haja um espreguicimento coletivo, que inclua o professor, no meio da aula, com direito a bocejo e suspiro! Uma festa para os sentidos, uma festa para os músculos e ossos, um conagraçamento, uma integração de indivíduos, suas mentes e seus corpos. (Garcia, 2002, p. 32)

Contudo, os professores para poder trabalhar com esse tipo de proposta também precisam estar confortáveis em seus corpos. E precisam ter tranquilidade para lidar com todas as brincadeiras e dispersões que podem surgir. Normalmente, o que ocorre é um encantamento das crianças por terem uma possibilidade que agrada tanto aos seus corpos. Mas os aprisionamentos a que os corpos dos professores foram submetidos talvez nem lhes permitam considerar esta possibilidade. Portanto, não se trata de propor ao sujeito expositor voltar a ser criança, mas de lhe facultar compreender o que foi feito com seu corpo, com suas possibilidades de experimentar o mundo e de construir significados no movimento ao longo do seu processo em direção à vida adulta.

O propósito então é estimular a curiosidade e a dinâmica do corpo no espaço, reconhecendo que o corpo tem um papel determinante no processo de troca de informação com o entorno e também no processo de comunicação. O que é pretendido no treinamento é que o sujeito expositor recupere a consciência da relação do seu corpo com o movimento através de uma identificação imediata: ele tem um corpo que se movimenta no espaço. Esse corpo é vivo e tem possibilidades para além daquelas com as quais ele foi conformado. Quando estamos diante de um sujeito que ao longo da sua vida teve a possibilidade de treinar um esporte ou aprender uma dança, de algum modo este corpo já foi mais estimulado a desenvolver uma relação com o espaço de modo mais consciente. Recuperar

estas informações dá uma velocidade ao treinamento, na medida em que o sujeito reconhece modos nos quais o seu corpo já esteve.

Muitas vezes estas lembranças estão associadas a uma época da sua vida em que ele tinha mais tempo para si do que no momento atual. E, por vezes, acaba tendo interesse em voltar a fazer uma atividade física. Vale lembrar que estamos diante de um público que não tem tempo porque trabalha muito e há ainda as viagens constantes. Estamos falando de sujeitos que passam a maior parte do seu tempo envolvidos com suas questões profissionais. Mas ainda que sejam pessoas com mais tempo ou desejo de praticar atividades físicas, estas pessoas não são atletas profissionais, atores, bailarinos, enfim, sua atividade profissional não implica em contínuo trabalho físico. E os que se interessam em conhecer ou praticar atividades físicas têm pouca informação acerca de propostas de trabalhos corporais que podem ajudá-los a expandir a consciência do corpo e a trabalhar novas conexões.

E, além de toda a estrutura social que conduz o corpo para aprisionamentos, “a escolha” profissional os faz estar em locais que são constituídos de modo a manter ou reforçar estes modos de estar. São sujeitos cujos corpos estão sentados quase todo o tempo em ambientes em que os condicionamentos são estimulados e os padrões são cada vez mais fixados. Sentir o próprio corpo, perceber o entorno conscientemente, ter prazer em descobrir o novo sensorialmente não fazem parte da sua rotina profissional e, por vezes, nem da pessoal. Mas estas possibilidades podem fortalecer o sujeito. Novos modos de experienciar podem levar a novas organizações tanto corporais quanto conceituais, implicando em mudanças de hábitos e de formas de interagir.

Em relação à expansão da percepção, há a necessidade de o treinamento contemplar momentos em que o sujeito expositor possa deitar no chão, fechar os olhos e sentir o contato do seu corpo com o chão. Vale ressaltar que como o chão é um elemento muitas vezes novo, o contato direto só pode ser feito se for em um piso preparado para o trabalho corporal. Mesmo assim, o sujeito expositor vai se sentir mais confortável se houver um colchão fino ou uma manta, o que for possível para lhe dar um pouco mais de conforto para que de fato possa procurar entregar seu corpo ao chão. A grande questão aqui é procurar diminuir um pouco o fluxo mental, trazendo a atenção do sujeito expositor para o propósito de perceber o corpo. Seus pensamentos vão insistir, sobretudo se o treinamento ocorrer em

meio ao seu dia de trabalho no próprio ambiente profissional. Mas como o corpo é a novidade, haverá dificuldade, ao menos por um tempo, em voltar as atenções mais para o corpo que para os pensamentos.

Mas é importante que haja uma dinâmica e que não se perca de vista o objetivo do trabalho. Não é uma aula de relaxamento. Também não é uma aula na qual o propósito é fazer o sujeito voltar-se para dentro de si, e ficar lá. Estamos caminhando para fora, em direção à plateia. Por isso, todo o contato que se pretende visa não perder de vista que a expansão da percepção e da consciência busca constituir um estado de presença que implica na cena da fala em público estar em pé diante da plateia, olhando e se deixando ver. Então, é necessário que haja tempo suficiente para poder ocorrer a percepção do contato do corpo com o chão, dos estados do corpo, mas é preciso voltar aos exercícios de dinâmica no espaço. E, ao voltar, é preciso caminhar e olhar o espaço fora do corpo. Sempre inspirando e expirando, com a atenção voltada também para a respiração.

Ainda em relação ao chão, a possibilidade de voltar a ter contato com ele permite explorar outras possibilidades de apoio do corpo. Saindo dos dois pés e da posição ereta na qual cotidianamente nos colamos, é possível encontrar novas formas para o corpo se forem experimentados outros apoios como as mãos, a cabeça, o quadril. Assim, alguns exercícios podem ser propostos para que o sujeito expositor se coloque em três, quatro ou cinco apoios¹⁰⁸. Pode ir se movimentando, passando de três para quatro ou cinco na mesma aula ou em algumas, dependendo da facilidade encontrada para mudar de apoios e do prazer que o sujeito vá experimentando no decorrer do exercício. É importante por vezes que ao término de um grupo de exercícios o sujeito possa comentar o que percebeu, como se sentiu, do que gostou, onde sentiu algum tipo de incômodo. Isto o ajuda na compreensão e elaboração de algumas sensações, tanto quanto a fazer outras conexões e a trocar informação com o instrutor.

Como fica claro, o importante é que o acompanhamento seja cuidadoso e que o entendimento de corpo, de comunicação e de significado e de como o corpo significa do modo como apresentamos aqui fique cada vez mais compreendido pelo sujeito expositor. E também é importante que no decorrer do desenvolvimento do estado de presença ele vá desconstruindo conscientemente o sentido de sustentar o mito do medo de falar em público,

¹⁰⁸ Apoiados nos pés, consideramos dois apoios.

tanto quanto a metáfora da guerra. Agora, no que diz respeito aos exercícios que devem ser usados, estes podem ser desde exercícios de alongamento, relaxamento, yoga, técnicas de treinamento de ator, técnicas de treinamento de bailarino até exercícios que o próprio instrutor crie ou que o sujeito expositor se lembre de ter feito. O que importa é que os princípios aqui expostos estejam presentes e que os exercícios tenham o propósito de ajudar o sujeito expositor a conquistar no corpo a segurança necessária para estar em cena na fala em público. E para isso os exercícios propostos têm que considerar sempre a possibilidade do movimento, ainda quando seja proposto ao sujeitor-expositor deixar o seu corpo parado. E tem-se que se ter sempre presente o sentido de que os exercícios preparam o corpo para integrar a fala, a apresentação que será feita em público. Não há, como já dissemos, um propósito para ficar nos exercícios em si. Fechar os olhos para perceber a respiração é um momento que deve ser seguido por uma indicação para abrir e olhar o espaço fora.

A respiração é outro aspecto fundamental para que o sujeito expositor possa perceber os estados do corpo e lidar com o tempo necessário para, por vezes, escolher um modo de falar ou uma outra maneira para explicar algo, ou mesmo diante de uma pergunta ter um tempo para organizar a resposta. Os manuais de yoga costumam trazer ótimos exercícios de respiração e o sujeito expositor pode, inclusive, fazê-los em casa. Neste sentido, como em geral os executivos têm pouco tempo ou mesmo hábito de fazer exercícios físicos, se eles a partir do treinamento manifestarem interesse em começar uma atividade ou voltar a fazer alguma, é bastante interessante que o façam.

Sobretudo porque para o corpo quanto mais movimento melhor, e para o executivo são mais lugares para ele estar com um tempo disponível para ter atenção aos seus movimentos, às intensidades, às suas emoções e às sensações de prazer ou não que cada atividade física lhe proporciona. Para os propósitos do treinamento, é interessante que ele possa fazer exercícios que tenham uma dinâmica de movimento. Não importa se ele vai escolher nadar, correr, aprender uma técnica de dança ou de luta. Contudo, é interessante que ele tenha atenção ao seu corpo durante os exercícios. Então, pode-se sugerir a ele que evite, por exemplo, caso faça caminhadas em esteiras ler, ou ver televisão durante a caminhada. É interessante ele aproveitar, se quiser, o tempo dos exercícios fora do treinamento para expandir sua consciência em relação ao seu corpo.

Um outro aspecto também bastante importante a ser trabalhado é o da precisão dos movimentos. Tenho experimentado pedir aos alunos que imaginem um percurso no espaço e repitam mentalmente este percurso algumas vezes. Depois, peço que eles então realizem o percurso no espaço. Eles relatam sempre que há uma diferença entre o que imaginaram e o que conseguiram fazer. E se repetem várias vezes, sentem-se mais seguros em relação ao percurso, e o fazem com mais tranquilidade. Este tipo de proposta pode ser feito para a entrada em cena, para a saída de cena, para incluir uma rede de informações de modo a se ter consciência de que, quando falamos, estamos pensando no que estamos dizendo ao mesmo tempo em que podemos ter atenção aos gestos, movimentos, ao que se passa ao redor e ainda imaginar o que diremos mais adiante. Podemos pensar o melhor momento para andar ou não, o melhor momento para retomar uma ideia que deixamos passar, mas que agora parece ser relevante.

Um exercício que ajuda o sujeito expositor a prestar atenção nos movimentos e gestos do corpo, aliado à precisão, é pedir para ele, em casa, no fim de semana que normalmente é quando tem mais tempo para tomar café da manhã ou almoçar, que preste bastante atenção a cada gesto. O modo como pega a faca para passar manteiga no pão, o modo como leva o pão à boca, onde estão as suas pernas, os seus pés, que gosto tem o café, se está amargo, doce etc. É importante que tudo seja feito de modo bastante demorado e com tempo suficiente para estar bem concentrado no desenvolvimento das ações. Também é possível pedir para que, usando principalmente verbos – uma vez que estes contêm diretamente ações, o sujeito expositor escreva uma cena na qual está desenvolvendo algumas ações. A atenção vai estar na escrita do que ele fará, no seu planejamento, como foi com a simulação do percurso. Depois ele traz o que preparou e faz no ambiente do treinamento. Então conversa-se sobre quais foram seus propósitos e como ele percebe o que realizou. Não temos com isso o objetivo de aferir sua competência em elaborar ações complexas. Elas podem ser bem simples. E também não se coloca um julgamento de o quanto ele foi capaz de fazer tudo o que pretendeu. O importante é que ele desenvolva a atenção aos seus movimentos e ações para realizá-los com precisão.

Como vimos, o modo como conceituamos começa no corpo e os mapas mentais dependem da nossa percepção para se organizarem. Por isso, o exercício de experimentar diferentes modos de usar os objetos, é um exemplo de um tipo de trabalho que além de

permitir uma expansão da percepção e da cognição, possibilita também que outras conexões ocorram. O fato de percebermos usos para os quais aquele objeto não se coloca pode nos levar a considerar que diante de questões nós temos condições também de encontrar novas respostas. As saídas estão, antes de mais nada, ligadas à nossa condição de vislumbrarmos uma ou múltiplas possibilidades. Mas para isso é preciso antes acreditar no movimento e na nossa própria possibilidade de dar novas respostas diante das situações.

Falamos de movimento, de espaço, de percepção. Falamos de novos modos de estruturar o corpo, considerando sua base e organização estrutural. Tudo sempre considerando o propósito de desenvolver o estado de presença com base na experimentação. Precisamos agora olhar um pouco mais demoradamente a questão do foco. Uma vez que estamos considerando a presença dos corpos, e estamos dizendo que parte do desconforto do sujeito expositor na situação de fala em público diz respeito a se ver exposto diante do olhar da plateia, estamos considerando a condição de ele suportar ser visto, ao mesmo tempo em que também é capaz de ver. Sendo assim o foco é um aspecto extremamente relevante para o que estamos propondo e precisa ser também trabalhado através de exercícios.

Normalmente o foco não é objeto de atenção nas atividades físicas. E em muitas atividades de consciência corporal o olhar é voltado para dentro do corpo, para a percepção da respiração, dos órgãos internos ou para o próprio corpo. Dificilmente o sujeito trabalha o foco para olhar o espaço externo. Mas quando o sujeito expositor aprendeu técnicas de esportes ou dança, dependendo da atividade pode ter sido desenvolvida um pouco mais esta atenção para olhar o que está no espaço fora dele, que se está chamando de foco. Esportes que têm, por exemplo, uma bola que deve ser motivo de atenção para arremessá-la a algum lugar ou se desviar dela ajudam a guiar o olhar para um alvo externo e móvel. Isto não significa uma visão totalizadora de que todos aqueles que um dia treinaram um esporte com bola estão capacitados para olhar para a plateia. Há uma série de variáveis que não nos permite dizer algo deste tipo. Mas é possível que ter treinado algo que o fez aprender a olhar para fora ajude a lidar com mais tranquilidade com os exercícios de foco propostos no treinamento.

Mas antes de falar dos exercícios, vamos ver através de alguns exemplos como o olhar (não o foco) é abordado pela linguagem corporal. Como já dissemos, na fala em

público a menção ao olhar é apenas assertiva: olhe para sua plateia. Mas na linguagem corporal há um tratamento em que se leva em conta o “contato visual”. Como o foco é muito, muito importante para o treinamento que estamos propondo, e como raramente é trabalhado, vou primeiro apresentar os exemplos para depois comentar. Considerarei importante trazer exemplos de vários manuais, dada a relevância do foco. Optei por numerá-los e colocar em seguida ao número o título de cada manual. Isso nos ajuda a estabelecer uma correlação com o propósito de cada um deles. Então, vejamos:

Manual 1 – *Linguagem corporal no trabalho.*

Capítulo 11 – Sinais de perigo: como saber quando há algo errado.

- Maneiras de identificar se alguém está mentindo

A maioria das pessoas no mundo dos negócios é mentirosa. A honestidade total seria inviável. As mentiras aparecem em camadas. [...] Algumas pessoas de negócios são peritas, mentirosas excepcionais, sábias em mentiras, pessoas reconhecidamente desonestas que planejam abertamente enganá-lo. Essas pessoas, com frequência, fazem um estudo das técnicas de mentira e tornam-se boas nisso. [...] Não há maneira infalível de reconhecer um mentiroso. No entanto, com o tempo os mentirosos geralmente se denunciam. Até mesmo os bons mentirosos consideram difícil sustentar seu desempenho sem “evidenciar” alguns sinais:

Olhos

- Piscar excessivamente – sinal de nervosismo.
 - Abrir os olhos – tentativa infantil de demonstrar uma sinceridade do tipo “O quê, eu?”.
 - Desviar o olhar – ser furtivo, incapaz de enfrentar o contato visual devido à culpa.
 - Encarar – tentativa exagerada de evitar a síndrome anterior.
 - Maior contato visual ao falar do que ao escutar – na comunicação natural seria, geralmente, ao contrário. Esse é um esforço desesperado para convencer.
 - O olhar do mentiroso se movimenta para o lado superior direito – acessando a parte criativa do cérebro.
- [...]
- Levantar as sobrancelhas – uma surpresa dissimulada, pois ninguém conseguiu suspeitar do mentiroso. (James, 2008, p. 198)

Manual 2 – *Linguagem corporal: técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais.*

Capítulo 15 – Linguagem corporal durante a entrevista de emprego

Contato visual

Aproveite de forma intensa a técnica dos olhares. Comece pelo profissional e, se possível, prossiga para o afetivo. Não desvie o olhar do interlocutor e nem abaixe a cabeça ao perguntar. [...] Mas também não fixe demasiadamente o olhar na pessoa. É constrangedor. Parece uma invasão. [...]

Pesquisas revelam que o bom ouvinte, durante a maior parte do tempo, ou seja, 70%, olha no rosto do entrevistador. Portanto, faça o triângulo entre os olhos e a boca. (Camargo, 2010, p.119)

Capítulo 6 – O rosto

Comportamento do olhar

A maioria dos seres humanos tem enormes dificuldades para encarar seus semelhantes. Quando estamos cara a cara com alguém, desencadeiam-se diversos movimentos oculares dos mais variados tipos, assim como outras reações corporais.

[...]

A brevidade ou a intensidade dos olhares mostra o interesse que temos pelas pessoas. Quanto menos contatos visuais, menor a vontade de manter a conversação.

Maneiras de olhar

Olhar firme, direto

Coragem, vontade, determinação, capacidade de decisão. Segurança pessoal, atividade, intensa necessidade de realizar. Liderança e prontidão. [...]

Baixar os olhos

Submissão, modéstia. Indica que a pessoa aceita a ideia do outro. Usado normalmente por subordinados. Muitas vezes, a cabeça tende a acompanhar os olhos, desviando-se para o chão. A pessoa que está frente ao superior, mas não se submete, nem sempre encara, mas desvia os olhos para a direita ou a esquerda.

[...]

Olhar fixo

Realizado de modo constante e exagerado, o olhar fixo indica diversos tipos de desequilíbrios psicológicos e psicossomáticos, como tensão e preocupação. Quando alguém deseja dominar o outro sem dizer uma palavra, seu olhar fixo se torna feroz. A vítima é focada de forma intensa. [...] (Camargo, 2010, p. 66)

Manual 3 – *A vantagem não verbal: Segredos e ciência da linguagem corporal no trabalho.*

Capítulo 3 – Os olhos testemunham isso

Os olhos têm sido descritos como a porta de entrada da alma. Eles “falam” a mais reveladora e precisa linguagem devido à vasta quantidade de informação que transmitem sobre os processos internos. [...]

Olhos dardejantes

Olhos que se lançam como um dardo têm sido relacionados à mentira com tanta frequência que isso quase se tornou clichê. [...] Quando as pessoas se mostram defensivas ou inseguras a respeito do que está acontecendo, seus olhos tendem a se deslocar de um lado para o outro. É como se elas estivessem inconscientemente procurando possíveis rotas de fuga. Nervosismo e ansiedade podem se manifestar na forma de olhar dardejante. E há muitas razões por que uma pessoa poderia estar nervosa. Para entender o que o comportamento significa, você tem, além de tudo, que interpretar a emoção.

Olhos arregalados

Olhos arregalados sinalizam aprovação e uma agradável surpresa. Quando os olhos de uma pessoa se arregalam se satisfação, suas sobrancelhas se levantam, e a boca se abre ligeiramente. [...] (Goman, 2008, p. 50)

Manual 4 – *A arte da linguagem corporal: diga tudo o que pensa sem precisar falar.*

Lição 2 – O olhar

Os olhos transmitem mais informações do que qualquer outra parte do corpo.

Para onde olhar

Muitas pessoas se sentem desconfortáveis com o contato visual e não são tão boas nisso quanto poderiam ser, uma vez que – por seja lá qual for o motivo – sentem dificuldade em saber para qual *área do rosto (ou do corpo)* devem olhar.

Pesquisas concluíram que os três níveis a seguir são culturalmente aceitos como comportamentos “normais”;

1. De modo geral, o ideal, em situações com estranhos – inclusive no âmbito profissional -, é olhar para um *triângulo imaginário na testa da pessoa cujos ângulos da base coincidem com os olhos.* [...]
2. No nível social, o olhar se fixa abaixo dos olhos do outro, em uma região melhor descrita como a área *entre os olhos e a boca.*
3. Em nível íntimo, quando homens e mulheres desejam demonstra interesse, o olhar percorre os olhos e vai até *abaixo do queixo*, bem como para outras partes do corpo – abaixo do pescoço, por exemplo, no caso de um homem que olha para uma mulher [...] (Borg, 2011, p. 46)

Como fica evidente, ainda que alguns manuais pretendam justificar os modos de olhar emocionalmente, todos tentam mapear formas que correspondem a significados precisos. Em alguns casos pode haver correspondência, em outros não. Alguns manuais demoram bastante nas explicações sobre os olhares, dão vários exemplos de situações. Mas o que nos interessa é que olhar é uma possibilidade que se exercita tanto quanto se sustentar na sua base. O treinamento do olhar é necessário para que o sujeito expositor se sinta confortável na situação de exposição. Então, não se trata de considerar a intensidade do olhar e o que o outro vai achar, muito menos aprender a identificar um local do rosto para onde se deve ou não olhar. Não se trata no treinamento de atribuir significados e intenções a maneiras de olhar. Nada disso tem relevância para o treinamento, ainda que os manuais se detenham muito tempo no exame do olhar.

Necessário para o treinamento é que o sujeito expositor possa exercitar de modo a trazer o olhar para fora, que ele consiga desenvolver a possibilidade de manter a atenção no espaço fora do corpo, preferencialmente para frente, olhando na linha dos olhos. Não

porque olhar para baixo indica submissão ou olhar para cima indica autoridade, mas porque há na frente do sujeito expositor a plateia. E é para ela que precisa estar voltada sua atenção a maior parte do tempo. Já presenciei cenas como a de uma professora universitária que repreendeu severamente a turma de alunos com seu corpo inteiro voltado para o quadro negro. Já assisti a inúmeros shows em que os músicos tocavam e cantavam de olhos fechados. Vi inclusive uma cantora hoje famosa em um show no início de sua carreira no qual ela cantou uma música inteira de costas para o público. Podemos simpatizar mais ou menos com cada uma das situações que descrevi e até justificá-las. Contudo, em relação ao sujeito expositor ter a possibilidade de olhar para a plateia é parte do estado de presença. Portanto, é fundamental que o foco seja trabalhado.

Então, olhar para o ambiente é mais uma possibilidade de perceber o que está se colocando dinamicamente. Um exercício que tenho visto dar bastante resultado para combinar dinâmicas do corpo e foco é pedir ao sujeito expositor para achar um ponto fora, distante para olhar. Em uma parede, por exemplo. Em seguida, pedimos para que ele, ainda parado no mesmo lugar, apenas ajuste cabeça e corpo para seguir em direção ao ponto. Mas ele ainda permanecerá parado. Só depois de ajustado foco, cabeça e corpo ele então deve se deslocar em direção ao foco. E ao se aproximar, deve parar novamente para vir a procurar outro ponto. E repete toda a dinâmica.

Este exercício traz o foco para fora, ao mesmo tempo em que o sujeito expositor vai conseguindo separar as ações. Costuma demorar um pouco até que ele tenha domínio a ponto de, por exemplo, pedirmos para que olhe só com os olhos para um ponto, depois a cabeça, o tronco sem mover o quadril, e por fim ajuste todo o corpo. E permanecer no mesmo lugar até completar todas as ações também não é tarefa simples. Enfim, o importante é que ao mesmo tempo em que pode trabalhar a independência das partes do corpo também trabalha foco, caminhada e parada, estabelecimento de objetivo e ação para o que foi imaginado.

Este tipo de trabalho pode ajudar muito o sujeito expositor a, uma vez em cena, traçar direções distintas para o corpo e para o foco. Pode treinar durante um tempo ir para um lado da plateia, enquanto sustenta seu foco na direção do outro lado. Pode fazer a frente do seu corpo ficar com uma parte voltada para a plateia, enquanto sua cabeça se desloca para olhar para o *power point*. Muitas são as possibilidades combinatórias para um corpo

que tem movimento e consegue se deslocar pelo espaço. É importante em todos os exercícios que a atenção seja buscada, e que alguns modos de operar o corpo possam ser transformados em modos não-conscientes. Isso vai liberar o sujeito expositor para, por exemplo, encontrar novos modos de dizer algo, fazer uma escolha vocabular ou pensar no modo como vai se deslocar dali a alguns minutos. Ao corpo é importante que ele possa ser estimulado a ter curiosidade. Tudo aquilo que lhe for oferecido como passível de experiência poderá servir à constituição do estado de presença e para expandir a disponibilidade para estar na situação de interação.

Mas é preciso trabalhar questões com o sujeito expositor de modo que ele adquira um entendimento da relevância da existência da plateia. Constituir o estado de presença implica em considerar todo o tempo a existência futura da plateia. Poder estar diante do outro tem como pressuposto querer incluir o outro. Submeter o outro é o oposto de pretender incluir. Por isso, parte do treinamento é voltado ao reconhecimento pelo sujeito expositor da existência do outro e do sentido de se colocar disponível para a comunicação. É na cena da fala em público que ela acontece, tanto quanto a interação. E é na circunstância de estar face a face que o estado de presença trabalhado no treinamento enfim pode se colocar. Todo o sentido do treinamento é preparar o sujeito expositor para estar disponível para lidar com as situações que se apresentarem na cena da fala em público, a partir do estado de presença que ele constitui.

Ao constituir o estado de presença, o sujeito expositor adquire uma organização no seu corpo, a familiaridade em movimentar-se pelo espaço e também uma fluência no trânsito entre seus sentimentos, emoções, pensamentos e ações. E justamente toda esta dinâmica própria da nova organização adquirida na constituição do estado de presença lhe permite ter tranquilidade para se colocar exposto diante da plateia. Uma vez que o sujeito expositor reconheça o papel do corpo na cena de fala em público e a relevância de constituir o estado de presença, ele precisa reconhecer também como relevante a existência do corpo do outro. Assim, ele deixa de tratar a plateia como uma entidade amorfa, que ao mesmo tempo é ameaçadora. Ele passa a ser capaz de enxergar que a plateia é constituída por sujeitos que também têm corpos, que os seus corpos também estão localizados no espaço e que é justamente a existência da plateia que confere sentido à sua presença na cena

da fala em público. E ao se colocar de maneira presente, tendo a possibilidade de incluir a plateia, ele passa também a atrair o seu interesse.

Então é objetivo do treinamento que o sujeito expositor construa no seu corpo a possibilidade de ter conforto para estar em cena, na fala em público, diante da plateia. Este objetivo está sempre presente, ainda que o trabalho se dê individualmente. Estar em contato com o próprio corpo e ter consciência das suas possibilidades, tanto quanto expandir as possibilidades próprias é o que vai possibilitar ao sujeito expositor sustentar a situação de exposição ao olhar da plateia. E se estamos falando em expandir possibilidades, estar disponível para a interação em nada se compõe com a linha do enfrentamento pretendida pela visão tradicional da fala em público e da linguagem corporal. Sendo assim, é necessário desconstruir também o sentido de que o outro é uma ameaça. Se o propósito é estabelecer uma interação e passar as informações necessárias, não há porque se apresentar diante da plateia com o propósito de submetê-la.

Estamos considerando que encontrar no corpo lugares de sustentação e de conforto, lugares conhecidos inclusive por se ter consciência de sua movimentação no espaço, permite ao corpo sair, ao menos em parte, do aprisionamento dos fluxos de energia. E estamos falando isto de um ponto de vista fisiológico. Um corpo que fica o dia todo sentado tem suas articulações travadas, tem a energia mal distribuída, com um fluxo que é interrompido. Um corpo assim não se sente bem ao final do dia. Estes aprisionamentos, a pouca mobilidade são fatores também de pouca possibilidade de dinâmica no corpo uma vez que ele esteja em cena. Logo, o que será percebido pelo outro são estados de desconforto. Mas é importante notar que adquirir um estado de conforto no corpo é algo que diz respeito a um processo, a experimentação e treino. Isto não é bem diferente de pretender que o sujeito expositor demonstre estar natural.

“Natural”. Esta palavra aparece frequentemente nos manuais tanto de fala em público quanto de linguagem corporal, ao se referir ao modo como o sujeito deve se comportar. A instrução todo o tempo é que o sujeito expositor faça algo de modo natural.

A naturalidade do gesto

Mesmo sabendo que a gesticulação pode ser aprendida e treinada, evitamos ensiná-la ostensivamente nos nossos cursos. Correríamos o risco de encontrar na técnica o artificialismo do comportamento. Em comunicação, nada deverá superar a naturalidade. (Polito, 2002, p. 71)

Tomamos natural por estar à vontade. Será? Mas e se estar à vontade para o sujeito for algo extremamente informal em um ambiente formal? O que exatamente se pretende com a instrução para ser natural? Por vezes acredito que diga respeito a não aparentar tensão, não passar uma imagem de angústia ou não demonstrar desconforto diante da situação. A questão é que independentemente da imprecisão do termo, a solução proposta está em uma instrução assertiva: seja natural, haja naturalmente, faça com naturalidade. Ações e qualidades que se disserem respeito a estar confortável na situação de exposição em nada servirão, pois são impositivas e não decorrentes de estados experimentados conscientemente no corpo e adquiridos com o tempo.

Vejam um exemplo deste tipo de instrução e que tem como sub-título “Postura”, dentro de um capítulo intitulado “Linguagem corporal durante a entrevista de emprego”. Como já dissemos, os manuais de linguagem corporal costumam ser mais abrangentes do que os de fala em público, expandindo as instruções para outros tipos de situações profissionais e, por vezes até, chegando às relações privadas. Mas os manuais de fala em público trazem, por vezes, as mesmas instruções, só que voltadas para a situação de fala em público, pois o entendimento de corpo é o mesmo. No exemplo a seguir, algumas instruções são específicas para a situação em questão, mas o que nos interessa é o modo de abordar o corpo e, sobretudo, discutirmos como o natural está posto e o que fazer com este tipo de instrução.

Postura

O ideal é que a postura seja o mais natural possível, com bom nível de controle, para demonstrar confiança.

Mantenha o tom de voz constante e fale com convicção. Quando mentimos, as variações aparecem e até mesmo gaguejamos.

Não gesticule demasiadamente. Controle as mãos. Apontar o dedo para o entrevistador normalmente é considerada uma atitude bastante agressiva. As mãos nos bolsos, ou para trás, assinalam postura defensiva ou até mesmo arrogância, no primeiro caso.

Não se esparrame na cadeira nem encolha a cabeça entre os ombros a cada pergunta feita. É sinal de insegurança e defesa.

Ao sentar-se, mantenha a postura ereta ou um pouco inclinada em direção à pessoa com quem você mantém a conversação. Assinala interesse. Evite se inclinar para trás quando ouvir as perguntas. Mostra defensividade, transmite a ideia de que você não gosta daquilo que escuta.

Não se agarre nos braços da cadeira. É outro indicativo de ansiedade, tensão e falta de segurança.

Se o entrevistado o receber de pé, permaneça de pé também. Uma boa técnica de espelhamento é sentar-se ao mesmo tempo que o outro. Além de ser educado, vai facilitar a comunicação. (Camargo, 2010, p. 136)

Como vemos, há nestas instruções desde padrões de comportamento e educação, incluindo modos de falar e sentar. Sempre na linha de dizer o que fazer e o que não fazer, tudo é genérico, impreciso e leva em consideração o que aparenta. A postura deve demonstrar confiança, tendo o sujeito confiança ou não. Como se isso fosse simples. E sentado deve demonstrar interesse e manter a postura ereta, o que depende de toda uma possibilidade de organização corporal.

Voltando ao entendimento do corpo e suas complexidades como estamos propondo considerar aqui, do mesmo modo que não é simples organizar a coluna de modo a sustentar o corpo, também não é simples se manter sentado numa posição como a indicada. Então para além das instruções considerarem toda e qualquer ação do corpo tão simples como se se tratasse de aprender um gesto transitivo, os comentários e instruções pretendem uma leitura precisa de algo que é tido como ocorrendo pontualmente no corpo. É uma parte do corpo separada do todo, são estados, gestos e posturas separados do modo como o corpo significa.

Como dissemos, o corpo não diz respeito a gestos com significados fixos. E todo o trabalho de buscar no corpo o estado de presença tem o sentido oposto ao de se pretender que o corpo atenda a este tipo de dicionarização. O sujeito expositor, ao tentar encontrar no corpo caminhos na sua coluna vertebral para organizá-la de uma determinada forma, precisa levar em conta minimizar tensões no pescoço, nos ombros ou mesmo nos músculos da face, precisa descobrir como faz para abrir espaços internos no corpo entre as vértebras. E se for possível, a partir daí pode vir a organizar sua coluna de modo a que ela fique mais alongada, o que lhe conferirá uma aparência de estar ereta.

Estar com o corpo sustentado sem precisar se escorar é, sim, fundamental para, a partir daí, constituir modos de se sentir seguro na situação de exposição. Mas isto requer muito trabalho e tempo. Por isso, é muito importante que desde o primeiro dia de treinamento sejam incluídos exercícios que contemplem caminhadas na sala de treinamento. As caminhadas são feitas considerando-se que parte da atenção do sujeito expositor estará voltada para o contato dos seus pés com o chão. E, como dissemos, o chão é um elemento determinante. Não apenas para se perceber o contato com os pés, mas para voltar a ele como o local da experimentação de muitas possibilidades de expansão da percepção, da dinâmica do corpo e até da consciência acerca da noção de estabilidade e

instabilidade. Rolar no chão, tanto quanto se espreguiçar e engatinhar são dinâmicas possíveis e bastante interessantes de serem propostas muitas vezes.

Os exercícios precisam considerar também dinâmicas distintas para que as intensidades de fluxo de energia possibilitem ao sujeito expositor experimentar novas formas no corpo, diferentes gestos, diferentes combinações de movimentos e, ainda, expressões inusitadas ao rosto. No nosso desenvolvimento da infância à fase adulta vamos conquistando cada vez mais a habilidade da linguagem discursiva e simultaneamente nos despedindo de caretas e formas estranhas no corpo. Tanto assim, que, por vezes, achamos graça não apenas da oscilação de voz que os meninos apresentam na adolescência como também do modo “desengonçado” com que se locomovem.

Como vimos, o processo de desenvolvimento não contempla uma organização e uma consciência do corpo, e boa parte da organização vai se dando também via instruções do tipo “erga sua coluna”, “sente-se direito”, e de repreensões muitas delas constrangedoras, como “feche a boca, você parece um bobo!”, “pare de esbarrar em tudo o tempo todo”, “não faça essa cara de nojo!”. Assim, como mente e corpo são vistos como estando separados, e o que é estimulado é o desenvolvimento do pensamento racional e das estratégias discursivas, as organizações do corpo acabam sendo, na sua maioria, imposições postizas ao longo da vida. E neste mesmo percurso vamos nos despedindo de explorar o mundo sensorialmente, pelo movimento e de nos deixarmos encantar pelas novidades dos detalhes, das formas inusitadas como muitas vezes o mundo se apresenta.

Se buscar o universo da arte como ofício ou como uma atividade mais próxima do dia a dia não é o nosso propósito, acabamos nos deixando sensibilizar se temos, por exemplo, possibilidade de viajar. Mesmo através do corpo, as ações automáticas do dia a dia não nos levam a ter atenção ao modo como estamos levando uma xícara à boca, à maneira como nos levantamos da cama pela manhã, à forma como movimentamos nossa cabeça para olhar algo que nos chamou atenção. Em nossa vida cotidiana e nas atividades que realizamos, a maior parte do tempo somos instados a “pensar racionalmente” e a dar respostas discursivas. No desenvolver deste modo de fazer e de estar no mundo, vamos separando o pensamento das emoções, dos sentimentos, dos estados do corpo, porque não sabemos que pensamos com o corpo. Não sabemos que nossos mapas mentais dependem

direta e ininterruptamente de nossas percepções para gerar imagens. Não sabemos que nossa possibilidade de conceituar vem de nossa relação física direta com o mundo.

Dar respostas preponderantemente racionais sem levar em conta emoções, sentimentos, estados do corpo é estar aprisionado em um lugar que tem pouca possibilidade de movimento e que, por isso e por tudo que estamos acostumados a achar que é o caminho racional para darmos respostas à vida, nos leva à paralisia, à estagnação, a fazer do mesmo modo, sempre. A possibilidade de ação é do corpo, sobretudo. A mente pode idealizar, criar estratégias, vislumbrar todos os resultados possíveis, mas o corpo precisa ser capaz de ir para o movimento. E ir para o movimento diz respeito a voltar a nos familiarizarmos com o simples fato de que o nosso corpo vivo precisa re-estabelecer o contato com o mundo tendo interesse, tendo curiosidade pelos objetos, por suas formas, interesse pelas pessoas, por seu modos de ser, interesse pelas cores, pelos cheiros, pelos sons, pela vida. Interesse sobretudo por estar vivo e experimentar o mundo e por encontrar o outro e novas possibilidades de trocar.

Possibilitar ao sujeito expositor caminhos para ele se colocar em estado de atenção em relação ao seu corpo e ao entorno é portanto um objetivo central que tem que estar presentes nas aulas e nos exercícios. E querer agir no mundo precisa voltar a aparecer como possibilidade, como desejo e como vontade de realização ao sujeito expositor. Desejo de reconhecer a existência do próprio corpo no movimento e de querer se expor para o outro. Desejo de ser, de estar, de ver e de se deixar ver. O local de exposição, que é parte da fala em público, coloca o corpo do sujeito expositor em evidência, em destaque. Então, a possibilidade não de se exhibir ou de dar um show, mas de se deixar ver precisa ser desenvolvida.

Mas desenvolver esta possibilidade não diz respeito só a trabalhar o corpo, novas possibilidades e o reconhecimento da existência do outro. Como falamos no início deste capítulo o espaço é uma dimensão que precisa ser considerada por causa do movimento. É também no espaço que se dá a configuração mais comum da fala em público que é que constitui a relação palco-plateia. De fato, muitas das apresentações de fala um público ocorrem em anfiteatros. Como o formato é o em que estamos acostumados a ver shows e espetáculos de teatro e dança, esta similaridade faz com que se tenha estabelecido uma fusão em relação ao comportamento esperado por parte do sujeito expositor pela plateia.

Como o modelo de referência em relação ao palco é o de que ali é o lugar para ser realizada uma performance artística, é esperado pela plateia que o desempenho do sujeito expositor se assemelhe a um show. Muitas vezes, inclusive, vemos alguns expositores pretenderem fazer isso. Normalmente eles incluem piadas, frases feitas, e se os virmos mais de uma vez veremos que independentemente da plateia seu discurso se repete na íntegra tanto quanto a “graça” que se propõem a fazer.

A relação com o espaço entre o palco e a plateia costuma contemplar também uma assimetria, na qual em um plano mais elevado está o palco ou mesmo um degrau de um púlpito. Por vezes se tenta em uma sala comum replicar a configuração do teatro através da colocação de um púlpito em frente a grupos de cadeiras enfileiradas como as dos teatros. Como nada é por acaso, se o propósito é ser visto e ao mesmo tempo submeter a plateia não há melhor forma do que espacialmente estar acima dela. A relação com a plateia, ainda quando o lugar de destaque não seja um palco ou mesmo este não esteja em um plano diferente, é concebida espacialmente de modo que todos os olhares se dirijam para o sujeito expositor.

Mas ainda em relação à configuração espacial da fala em público é preciso deixar claro que ela é replicada quando se pensa nos moldes do teatro. Contudo, como o corpo do sujeito expositor é objeto e como a situação de exposição normalmente não é pensada por quem organiza o espaço, quando há a necessidade de cenografar uma sala que não foi pensada para receber este tipo de comunicação, muitas vezes o corpo é posto em situações que dificultam a interação com a plateia ou mesmo que impõem desconforto físico. É comum vermos mesas serem colocadas em frente a um grupo de cadeiras, com uma separação entre mesas e cadeiras como se fosse o espaço existente entre o palco e a plateia. Exemplo desta situação improvisada que gera desconforto é ter um técnico para operar o *power point* situado na lateral. Isto obriga o sujeito expositor a ter que se relacionar com o técnico ao seu lado, a plateia à sua frente e a projeção do *power point* em frente à plateia.

Como os corpos dos sujeitos expositores normalmente têm pouca mobilidade e dinâmica e há também sua dificuldade em olhar para a plateia, numa situação assim, após algum tempo, o sujeito expositor passa a olhar quase completamente para o técnico do *power point* e para a projeção. Com isso, perde grandemente a possibilidade de interação com a plateia. Por vezes, também, esta interação é dificultada ao colocarem o sujeito

expositor praticamente no escuro para que a projeção possa aparecer. Dado o desconforto normalmente experimentado pelo sujeito expositor na cena da fala em público, é possível até que ele goste de estar no escuro ou se sinta melhor olhando para a parede ou a tela em que está sendo projetado o *power point*.

Contudo, nada disso diz respeito a um ambiente cujas condições para a interação estão sendo pensadas ou favorecidas. Além disso, os aprisionamentos impedem muitas vezes que o sujeito expositor interfira no espaço de modo a melhorar as condições no ambiente para sua apresentação e para a sua interação com a plateia. Colocar o seu corpo quando possível em uma situação que lhe dê mais conforto requer não apenas uma consciência acerca do corpo, mas a uma segurança de saber como estar nos ambientes, e saber que em certos lugares não apenas é legítimo que ele interfira como é necessário. Não é possível, por exemplo, que um corpo tenha que se contorcer todo tempo para olhar para trás para avisar ao técnico para mudar o slide. Tudo isso nos informa quão pouco relevante é a relação do corpo com o espaço, a ponto de nem se considerarem as configurações dos locais como elemento relevante para as apresentações.

Ainda em relação ao palco ou mesmo à sala cenografada, uma questão que precisa ser considerada pelo treinamento é o entrar e sair de cena. Chegar ao palco no local onde será feita a apresentação é já se colocar no campo perceptivo da plateia. Como vimos no capítulo 2, nossa possibilidade de perceber o outro começa muito antes do momento em que o verbal começa a ocorrer. Toda a questão da emoção de simpatia que se transforma no sentimento de empatia diz respeito a um momento anterior à fala, anterior ao momento em que se dá a situação discursiva presencial. Sendo assim, o modo como o sujeito expositor vai entrar em cena, como ele vai se dar a ver pela plateia tem que ser motivo de sua atenção. O sujeito expositor não começa a sua exposição no momento em que começa a falar. Neste momento ele começa a expor o conteúdo de sua apresentação. A exposição de seu corpo ocorre muito antes. É importante compreender então que, uma vez em cena diante da plateia, a sua exposição já começou. Por vezes até bem antes, se ele é uma pessoa conhecida pela plateia e está entre as pessoas da plateia antes do momento da apresentação.

Por tudo isso, é necessário que entrar e sair do espaço da cena seja parte do treinamento. Isto pode ser feito, inicialmente, com uma demarcação no ambiente do treinamento em que a partir de um determinado ponto se estabelece que o sujeito expositor

vai começar a entrada em cena, indo em seguida em direção a um local que se convencionou que será o “púlpito”. A princípio, podemos começar sem o texto da apresentação. Neste momento ele não é relevante. Até porque, há um momento anterior ao início do conteúdo da apresentação propriamente dita que diz respeito ao cumprimento da plateia e, por vezes, algo que é extremamente difícil, falar seu próprio nome e se apresentar. Portanto, é preciso demarcar também onde está a plateia. Havendo cadeiras na sala de treinamento, elas serem colocadas numa configuração como se fosse a da plateia ajuda bastante o sujeito expositor na simulação das entradas e saídas.

Muitas apresentações requerem que o sujeito expositor se apresente, se qualificando diante da plateia. Quando isto for necessário, este pequeno texto pode ser escrito pelo sujeito expositor e falado inúmeras vezes, de diferentes modos na marcação combinada como sendo o lugar do “púlpito”. Mas é preciso incluir ainda vários elementos. Estamos falando do corpo, de seus processos de cognição e percepção, e estamos considerando sua dinâmica no espaço. Por tudo isso, o treinamento precisa começar por diversos modos de caminhar pelo espaço, que vão incluir paradas. E, tanto para caminhar quanto para parar, há a necessidade do sujeito expositor expandir a consciência do corpo, considerando primeiro sua base e o seu eixo vertical.

Se o nosso propósito é o de que o sujeito expositor se disponibilize para a interação, para reconhecer a existência do espaço, de seu corpo no espaço e do corpo do outro, ele precisa exercitar estar confortável no seu próprio corpo, sim, mas precisa estar estruturado nele também. É na estrutura física do seu próprio corpo que ele vai encontrar os pontos de sustentação e organização para estar de modo confortável na cena da fala em público. Isto quer dizer que no lugar de procurar apoio nos objetos ele irá experimentar seu corpo, buscando nele seus pontos de apoio e constituindo sua base. E esta base parte dos pontos de apoio encontrados nos pés e segue na organização de todo o seu corpo, considerando o posicionamento e encaixe dos ossos dos pés, das pernas no quadril, da cintura escapular, dos braços, da coluna e da cabeça.

Muitos exercícios precisam ser feitos para que o sujeito expositor trabalhe a estrutura do seu corpo em relação aos pés e consiga sustentar sua organização corporal numa base que lhe dê apoio. Outros exercícios precisam ser feitos de modo que ele vá percebendo como está a organização do seu corpo em relação a sua base e ao espaço. No

que diz respeito à sua coluna, é importante ter atenção para que ele, ao pretender crescer a coluna, não retraia os ombros nem imponha ao corpo uma posição forçadamente alongada, projetando o peito para a frente. Ou ainda, o que é muito comum, que ao procurar crescer sua coluna é importante cuidar para que o sujeito expositor não eleve o queixo para a frente. Podemos pensar em separar extremidades, considerando que se ele está em pé há uma intenção de projetar a cabeça em direção ao teto ao mesmo tempo em que ele pode pensar em projetar os pés cada vez mais em direção ao chão. Isto pode ser feito após caminhadas e paradas, e no momento da parada pode se pedir ao sujeito expositor que leve sua atenção a esta ideia de pretender afastar o topo da cabeça dos pés. Sempre respirando e tendo atenção à sua respiração e ao espaço a sua volta.

Uma consideração importante em relação à observação que fizemos sobre ter atenção para que o sujeito expositor não eleve o queixo. Estamos dizendo isso para que ele não desorganize sua coluna. Muitos exercícios vão ser feitos para que ele dê mobilidade à coluna, para que ele se perceba em movimentos de torção da coluna. E todo o tempo há que se ter atenção e cuidado com o corpo do sujeito expositor e com o que se propõe a ele, dadas as suas condições físicas. Então, a observação em relação ao queixo é no sentido de ter cuidado com o corpo. Não tem absolutamente nada a ver com o que os manuais de linguagem corporal sugerem que pode significar a elevação do queixo como vemos, por exemplo, no trecho a seguir:

Alguém que esteja raivoso ou na defensiva tende a projetar o queixo para a frente. Você pode observar o queixo projetado em crianças pequenas que não querem fazer algo. Logo antes de gritar “Não!”, elas vão apontar o queixo para fora. Seus colegas podem exibir um comportamento similar quando estiverem ficando com raiva, sentirem-se injustiçados ou estiverem prestes a repreender alguém. (Goman, 2008, p. 86)

Em relação à constituição da base como estamos propondo, ainda que ela tenha como ponto principal os pés, uma vez que é sobre estes que se encontra a nossa organização de ossos e músculos para a locomoção, sendo parte importante no modo como nos colocamos em pé e nos deslocamos na caminhada, em momento algum atribuímos qualquer significado aos pés no modo como eles se posicionam. O propósito é favorecer a sensibilização do contato com o solo e a organização do corpo, de modo que o sujeito possa sustentar seu corpo numa dada postura num momento, em outra postura em outro momento, quando está caminhando, mas tendo sempre consciência de que, uma vez em

situação de fala em público, sua organização corporal implica no posicionamento a partir dos pés para organizar seu corpo porque é uma situação de fala que ocorre em pé.

Isto é bastante distinto do modo como a fala em público e a linguagem corporal abordam os pés. Vejamos um exemplo:

Você descobrirá como identificar a ansiedade, a expectativa, o acolhimento, a exclusão, o interesse e o desejo de se retirar – **apenas** por meio da leitura dos sinais enviados pelas pernas e pés de um indivíduo. (Grifo da autora)

Quando as pessoas tentam controlar sua linguagem corporal, elas se concentram principalmente nas expressões faciais e nos gestos de mãos e braços. Tome os políticos como exemplo. [...] Políticos são treinados para sorrir, estabelecer um contato visual satisfatório e cultivar um aperto de mão firme e caloroso. Quando sentados, são instados a adotar uma outra inclinada para frente, que indica um desejo de cooperar com o ouvinte na discussão.

Mas raramente alguma figura pública – político, animador ou executivo – é treinada na linguagem corporal da cintura para baixo. E, pelo fato de os gestos das pernas e pés não serem ensaiados da mesma forma, é aí que a verdade pode ser encontrada, na maioria das vezes. Quando se trata da leitura de sinais não verbais, os profissionais sabem que os pés, e não o rosto, oferecem o reflexo mais preciso e sincero da emoção. (Goman, 2008, p. 114).

Como dissemos, a relação da “competência” para ler o gesto sempre está atrelada à ideia de identificar mentiras e verdades. Dentro de todo o propósito de dicionarizar o gesto e não considerando nenhum caminho para que o corpo possa estar presente de um modo estruturado e seguro, este manual segue instruindo formas com os pés que afirma serem indicadoras de mentiras e subterfúgios.

O trecho destacado a seguir nos ajuda a pensar em que medida a ideia de que os pés “revelam” mentiras e tensões já estaria difundida. Em nossos treinamentos, acerca do desconforto dos executivos em se verem expostos quando ficam com os pés descalços na frente uns dos outros, consideramos não este aspecto, claro, mas o fato de estarem fora dos sapatos e, por vezes, nus. Esta nova configuração muda a imagem que o sujeito expositor diante de seus colegas. O incômodo deles não foi uma descoberta de algo que “tentavam” esconder, mas foram, ao contrário, declarações acerca de não se sentirem confortáveis por estar descalço. Para alguns era somente por não terem hábito de ficar sem sapatos. Outros pediam para permanecer de meia, pois ficavam realmente constrangidos sem elas. Fato é que com o passar do tempo, fui compreendendo que o modo de não constrangê-los era trabalhar individualmente com cada um. Vejamos o trecho:

Pés que não conseguem mentir

Ao contar uma mentira, na maioria das pessoas aumenta o número de vezes que seus pés se movem. Os pés se agitam, se arrastam e se enroscam em volta um do outro ou na mobília. Eles esticam e se enrolam, para aliviar a tensão. Podem até mesmo se retorcer ou espernear, em uma tentativa simbólica de fugir.

Você pode não saber disso, mas instintivamente vem reagindo aos gestos dos pés durante toda a sua vida. Estudos mostram que observadores, independentemente de terem consciência de estar “lendo os pés” obtêm sucesso ao revelar as mentiras de alguém quando podem ver o corpo inteiro. Não admira que muitos empresários se sintam mais confortáveis interagindo entre si quando uma grande mesa esconde a parte de baixo de seus corpos. (Goman, 2008, p. 114)

Seguem-se ainda neste manual várias interpretações dos pés ligados a estado do corpo e emoções, mas vamos nos concentrar numa parte em que são apresentadas “seis posições verticais básicas que existem e que dizem algo sobre a atitude da pessoa”. São elas:

De pé em sentido – Oficiais júnior abordando superiores, ou funcionários falando com o patrão, na maioria das vezes assumem essa respeitosa postura dos pés juntos.

De pé com as pernas separadas – Como na posição sentada das pernas separadas, ficar de pé com as pernas separadas e os pés firmemente plantados no chão é um gesto predominantemente masculino (a pose do pistoleiro de faroeste) que sinaliza domínio ou determinação. Colocar as mãos nos quadris ou dobrar os braços enquanto permanece nessa posição é um gesto masculino de poder que também comunica frieza e inacessibilidade.

De pé com o peso equilibradamente distribuído – quando as pessoas se sentem confortáveis, geralmente equilibram seu peso em ambos os pés. A linguagem que instintivamente reflete essa conexão postura/atitude é a de “bom equilíbrio”, “tomada de posição firme” e “consciência de onde se está situado”.

De pé com o peso em constante deslocamento – Quando se sentem desconfortáveis, muitas pessoas ficam inquietas e deslocam seu peso de um pé para o outro. Elas podem também balançar para frente e para trás como um modo de acalmar a si mesmas durante momentos de ansiedade.

De pé com as pernas cruzadas – A posição das pernas cruzadas é mais frequentemente vista em associação com os braços cruzados. É outra postura fechada e defensiva que também pode ser um sinal de baixa autoconfiança. Muitas pessoas permanecem nessa posição quando estão em um grupo de estranhos.

De pé com um pé à frente – Quando o peso do corpo é transferido para um quadril, ele deixa a perna que está à frente, e o pé, livres para apontar na direção de interesse. (Goman, 2008, p. 115)

E, uma vez que não há dúvidas de que é assim que o corpo significa, o passo seguinte é por este novo conhecimento em prática. E a sugestão do manual é para que o

sujeito, de posse destas informações no trabalho ou em um evento social observe as diferentes posições que as pessoas assumem. E a autora sugere, então, mais um item a ser observado:

Quando as pessoas estiverem em grupo repare para onde a maioria dos pés está apontando. A partir dessa observação, você pode selecionar a pessoa que é a mais importante ou interessante no grupo – sem ouvir uma palavra do que está sendo dito. (Goman, 2008, p. 123)

Vemos mais uma vez como as instruções são para uso imediato, além, claro, de se ter a convicção de que a equiparação entre forma e significado como se está propondo é exatamente o que ocorre. A partir, inclusive, de poder prescindir de ouvir qualquer palavra, o sujeito adquire total domínio da verdade partindo inclusive desta análise para “descobrir” o local que a pessoa ocupa no grupo. Portanto, não se trata apenas desses manuais dicionarizarem o corpo, como se fosse possível, mas também de sedimentarem padrões de comportamento, que na sua grande maioria vão produzir ou reforçar julgamentos, estereótipos e pré-conceitos e servem na sua repetição para conformar os corpos, tanto no sentido de impor formas fixas e precisas, quanto no de fazer produzir no corpo uma forma com um propósito de aparentar um significado preciso.

A questão é que os treinamentos e manuais tanto de fala em público quanto de linguagem corporal como estão propondo mudanças de comportamento, não se interessam pelo processo que o gerou. Uma vez que o processo é deixado de fora, fica possível enxergar apenas o resultado final. E é sobre esse resultado final que atribuem ainda um sentido fixo. Assim como o médico que operou o pé da menina não estava interessado em saber como ela faria para reaprender a andar dada toda alteração feita em seu padrão corporal, assim também a linguagem corporal e a fala em público desconsideram questões extremamente relevantes que dizem respeito aos processos do corpo.

O entendimento de corpo é o de que ele é um produto e a sua mudança de estado está atrelada ao momento em que a ação ocorre. Portanto, parece ser possível que bastam instruções pontuais ao corpo para modificá-lo. E uma vez que se considera que ele porta a mensagem, a cada aparente resultado final que equivale a uma forma fixa de uma parte numa dada postura ou posição corresponde um significado. Um grande complicador de tudo isso é a proliferação destas ideias nas cópias de cópias de manuais. Mas não apenas as ideias que já estão consagradas têm esta disseminação. As novas apropriações ganham a

mesma dinâmica. E como as ideias circulam, elas se colocam também disponíveis para os mais diversos usos. Um desses usos agora diz respeito aos neurônios espelho e à empatia. Vamos ver como rapidamente, uma vez apropriados, passam a ter um uso que se liga diretamente à produção a que acabamos de nos referir. Em um manual de linguagem corporal somos informados de que o sistema dos neurônios espelho

[...] permite ao cérebro executar suas tarefas mais avançadas, incluindo a aprendizagem e a imitação. Mas a pesquisa revelou mais uma surpresa. Nos seres humanos, além de ações de espelhamento, as células refletem sensações e sentimentos. Já se perguntou por que quando alguém próximo de você boceja você boceja também? Ou por que você contrai a musculatura ao ver alguém tomando vacina? Tratam-se (sic) de seus neurônios-espelho em ação. (Goman, 2008, p. 31)

Há uma explicação anterior sobre a pesquisa feita com macacos sobre os neurônios espelho, e o modo como a explicação é feita torna acessível para muitos a descoberta. Contudo, no desenvolvimento do assunto, logo vemos surgir um determinismo e uma brincadeira, que na cópia da cópia da cópia, como acontece com esses manuais, muito em breve os conhecimentos mencionados neste manual serão apropriados por outros, justificando-se que devemos abrir a boca quando o outro abre porque são os neurônios espelho que nos levam a isso. Goman continua assim:

No instante em que você vê uma emoção expressa no rosto de alguém – ou interpreta isso em seus gestos ou postura -, inconscientemente se coloca no “lugar mental” da outra pessoa e começa a sentir a mesma emoção dentro de si. Por essa razão, os neurônios-espelho são com frequência chamados neurônios Dalai-Lama, pois fornecem uma base biológica para a compaixão. (Goman, 2008, p. 31)

Vejam um outro manual que resvala nos neurônios espelho, decorrendo daí apropriações que vão justificar diferenças no comportamento de homens e mulheres e atitudes que reforçam preconceitos e assimetrias. O título do capítulo já é em si bastante sugestivo – Comportamento espelho: como criar empatia com os interlocutores”. Vamos destacar vários trechos, de modo que possamos compreender através deste exemplo a proliferação do uso de informações científicas para reforçar e justificar os entendimentos próprios da linguagem corporal e da fala e público, que não estão em sintonia com os entendimentos de cérebro e corpo das mais recentes pesquisas científicas na neurociência. Ao contrário, como já pudemos ver, encontram-se em sintonia com todas as dicotomias que apresentamos nos capítulos anteriores e completamente inseridos no mito do objetivismo. Vejam os:

Você já deve ter percebido que, quando alguém boceja, imediatamente alguém do grupo repete o gesto. As causas são fisiológicas. Outro dado interessante é que muitas vezes o subordinado passa a ter a mesma atitude do gerente e a estagiária atende ao telefone com o mesmo tom de voz da chefe. Sem contar que muitas vezes tentamos, de forma consciente, imitar as atitudes, o corte de cabelo e o modo de se vestir das pessoas que admiramos. Consciente ou inconscientemente, estamos dizendo que somos iguais a eles e, principalmente, que sua presença nos faz bem. A facilidade de comunicação entre os que possuem as mesmas afinidades são maiores (sic). Este tipo de comportamento é chamado de espelho ou espelhamento, e ajuda muito as pessoas nas relações interpessoais. (Camargo, 2010, p.115)

Como vemos, as interpretações são totalmente separadas do que começa a se expor sobre a “repetição do gesto”. A própria ideia de imitação é tomada como simples repetição mecânica. Descontextualizadas das pesquisas e de seus propósitos as novas informações servem tanto quanto as antigas sempre ao mesmo propósito de estabelecer um aprisionamento aos corpos, sustentar estereótipos e reforçar noções hierárquicas e de assimetrias, inclusive, contribuindo para estereotipar padrões de comportamento femininos e masculinos. E somos informados ainda de que “a facilidade de comunicação entre os que possuem as mesmas afinidades são maiores” (sic). Como a comunicação se estabelece assim deve dizer respeito a preferencialmente ocorrer entre iguais. Essa é a tônica dos manuais. Eles se apropriam de informações, inserem-nas de modo aleatório no contexto do que estão propondo, banalizam as pesquisas e os processos do corpo e ainda impõem um tom totalizante, no qual vemos todos, todo mundo, a humanidade. Frases de efeito que visam a um convencimento instantâneo. É assim que vemos em um manual da fala em público que a técnica proposta para acabar com o medo de falar em público não é um milagre, mas depende do esforço e da determinação do sujeito.

Não se trata de um milagre, é apens a chance que cada ser humano precisa dar-se para romper a linha que o impede de acreditar em si próprio. Não estamos propondo uma solução mágica para resolver este drama que ataca o homem desde os seu aparecimento na Terra. Tudo dependerá do seu esforço, da sua vontade e da sua determinação para encontrar a liberdade tão sonhada: **falar com desembaraço e sem inibições.** (Polito, 2002, p. 34) (Grifos do autor)

Equiparada a encontrar a terra prometida, a liberdade virá do aprendizado de gestos aprisionadores ao corpo, através de instruções normatizantes dadas com base em avaliações críticas que apontam os erros do sujeito. Os processos são ignorados e não há mesmo necessidade deles, na medida em que se detêm as verdades absolutas.

Voltemos a ver como continua a apropriação em relação aos neurônios espelho. Além de sermos informados de que as mulheres espelham mais do que os homens, e que

estes têm mais dificuldade em se espelhar, somos informados também de que, por outro lado, estes se saem muito bem quando querem conquistar e seduzir. Mas isso não é assim tão ruim, já que o sexo feminino tem a facilidade de empatia. Vejamos como é isso.

Existe também a facilidade de empatia do sexo feminino que somada a sua grande capacidade de trabalhar com as expressões faciais, tornam as mulheres muito mais aptas do que o sexo masculino a praticar o comportamento espelhado. Em nossa sociedade, culturalmente os homens são obrigados a reprimir emoções. “Meninos não choram.” Esse tipo de educação colabora para diminuir consideravelmente a capacidade de empatia masculina. Já as mulheres podem ter mais dificuldades para espelhar os homens, pois eles usam muito mais o corpo do que a face para sinalizar determinadas atitudes. (Camargo, 2010, p.116)

Pelo que o texto sugere, “o espelhamento” que as mulheres são capazes de reconhecer está preponderantemente no rosto. E uma vez que já compreendemos como se dá a “facilidade de empatia” para as mulheres e dificuldade para os homens, podemos aprender como usar o espelhamento que, afinal, segundo nos informa este manual “é uma das técnicas mais utilizadas de linguagem corporal” (Camargo, 2010, p. 117). E justifica-se, inclusive, porque se deve fazê-lo.

Chefes e líderes podem agir assim para deixar o subordinado mais à vontade e influenciá-lo mais facilmente. O mesmo pode ser feito pelo vendedor que deseja vender mais. Tome cuidado para não tentar fazer isso com seu chefe nas reuniões. Os outros participantes podem perceber e, na primeira oportunidade, ridicularizarão seu comportamento. (Camargo, 2010, p.117)

E por fim, ficamos sabendo que o espelhamento é mais difícil se as pessoas pertencem a níveis diferentes.

Moris (1977)¹⁰⁹ afirma que o cérebro humano absorve as mensagens gerais de sincronia e responde apropriadamente com sensação de cordialidade àqueles que ecoam nossas posturas e movimentos corporais. [...] Segundo Desmond Morris, o verdadeiro vínculo geralmente ocorre entre pessoas de mesmo status. Na realidade, o eco posicional quer dizer: “sou exatamente como você” ou “somos idênticos”. Então, fica difícil ocorrer entre pessoas de níveis diferentes. (Camargo, 2010, p.118)

Portanto, para além das muitas questões que apontamos em relação ao entendimento de corpo, mente e de comunicação que têm esses manuais, eles comprometem as relações interpessoais também por disseminarem padrões de comportamento ligados a uma visão preconceituosa, estereotipada, que insiste em estabelecer diferenças hierárquicas e desvalor. E não apenas o modo como vendem as suas ideias é organizado de modo a serem

¹⁰⁹ O livro em questão é *Você. Um estudo objetivo do comportamento humano*. São Paulo: Círculo do Livro, 1977.

automatizadas imediatamente, como a justificativa para asseverar suas verdades está na apropriação de pesquisas científicas, às quais dão o uso que lhes interessa.

Curiosamente, as pesquisas científicas têm demonstrado que a imagem corporal¹¹⁰ se modifica constantemente. E na criação da imagem corporal informações de fontes variadas como músculos, articulações, olhos e centros do comando motor se combinam nos lobos parietais, como explicam Ramachandran e Blakeslee (1988: p. 75). Não apenas a imagem corporal pode ser trabalhada conscientemente para ser modificada, como é possível, inclusive, em casos como os de anorexia, por exemplo, ter imagens distorcidas do que os dados comprovam. Pessoas com anorexia se vêm gordas, quando a balança afirma estarem muito abaixo de seu peso ideal. Neste aspecto é importante também considerarmos que a imagem que temos do nosso corpo muda constantemente. Então, constituir um estado de presença não diz respeito a congelar uma imagem ou a querer passar a todo custo uma determinada imagem. E pretender estar no próprio corpo para estabelecer uma relação com o outro implica em poder olhar e se deixar ver.

Como percebemos, a simplicidade de modos de “agir” e de “ler o outro” como proposto pela fala em público, pela linguagem corporal e que aparecem disseminados nos entendimentos do senso comum, está longe de corresponder à complexidade que nós seres humanos fomos conquistando no nosso modo de interagir no e com o mundo coletivamente. E no que diz respeito ao corpo, precisamos reconhecer que “o corpo, como tudo, depende do modo como é abordado. Ler o corpo significa sempre reconstruí-lo.” (Katz e Greiner, 2003, p.13)

Na medida em que o sujeito expositor, então, passa a ter um novo entendimento de significado, de significado do corpo e de informação, e que compreende a relevância da percepção, do movimento e do sistema sensoriomotor como fundamentais para o modo como corpo e mente se relacionam, como trocam informação todo o tempo com o ambiente, ele passa a ter outro entendimento também de comunicação. Fica claro que o corpo não é objeto, não é coisa. Fica claro que o corpo é vivo. E uma vez que ele entende que não há a dicotomia corpo-mente, também pode compreender que não há a dicotomia dentro-fora, mas há, sim, no corpo um trânsito constante de informações.

¹¹⁰ Segundo Ramachandran e Blakeslee (1998: p. 75), a expressão “imagem corporal” foi cunhada pelos eminentes neurologistas Iqbal T. Zaiman e Henry Head “para este vibrante e internamente construído conjunto de experiências e sensações – a imagem e memória internas do corpo no espaço e no tempo”.

Sabendo então que informação é algo bem mais complexo para o corpo e para o cérebro na elaboração dos mapas mentais, e que diz respeito também às emoções e aos sentimentos não cabendo mais a noção de *in put/out put* no que concerne às imagens mentais, o sujeito expositor já pode começar a lidar com a noção de que os processos do corpo são complexos. Desse modo, ele tem como olhar criticamente para uma abordagem da linguagem corporal como a que se segue:

A linguagem corporal sempre será o indicador mais confiável para transmitir *sentimentos, estados de espírito e emoções*. Uma forma relativamente nova de comunicação, a fala assumiu o papel de transmitir *informações* (fatos e dados), enquanto o corpo assumiu o papel dos *sentimentos*. (Borg, 2011, p. 20) (Grifos do autor)

Mas mesmo que o lugar de destaque conferido ao corpo por ser o “responsável” pelos sentimentos pareça ser outro, o entendimento de corpo coisa permanece. No mesmo autor e livro vemos a seguinte consideração sobre as mãos:

Palmas das mãos. [...] Mas o que significa? Pode-se dizer que a posição das palmas para cima vence com facilidade. As descobertas mostram que, ao falar, quando as palmas da mão estão voltadas para cima, a maioria dos ouvintes interpreta a “mensagem” de forma positiva. Se repetida com as palmas para baixo, os números caem de forma significativa. (Borg, 2011, p. 96)

Um detalhe interessante acerca destes manuais é o de que a grande maioria não diz de onde vêm as pesquisas ou quem as tem feito. Há apenas menção ao fato de que muitas pesquisas se concentram no assunto ou apontaram para. E não temos como procurar por nomes nas bibliográficas citadas, porque, via de regra, não há bibliografia. Nem deveria. Trata-se de manuais para auxiliar as pessoas a lidarem com situações de fala presencial. Contudo, eles asseguram que as pesquisas dizem o que estão mostrando.

Vejamos, então, como fica este entendimento em relação às mãos quando passam da definição do significado do gesto para vê-lo atuando em uma situação comunicativa.

A pessoa dá um comando.

Então, se as mãos são tão importantes quando lidamos com as pessoas, mesmo que as mensagens sejam recebidas por elas apenas de forma subliminar, isso significa que, para inspirar confiança e transmitir a impressão certa, elas precisam estar visíveis. No entanto, é preciso ter cuidado, já que as mãos podem proporcionar dicas ao ouvinte observador, que do mesmo modo que capta as vibrações positivas, também pode captar a negatividade ou a ansiedade.

Não é difícil imaginar, por exemplo, um colega de trabalho do mesmo nível que gesticula com as palmas fechadas, mexendo-as de cima para baixo, e dizendo: “Você pode tirar aquela pilha de catálogos que alguém largou ali? Elas

estão no caminho”. Com esse gesto, parece e soa como um comando. Não é seu chefe que está pedindo, é alguém do mesmo nível. Resultado: um possível antagonismo. Não são as palavras, são os gestos e a forma como elas são ditas.

Agora, vamos supor que o mesmo pedido (até mesmo com as mesmas palavras) seja feito com um gesto de palmas abertas, ou seja, ele se torna mais um pedido submisso (ou favor) ou um sinal de impotência e tende a incomodar menos o interlocutor. Você provavelmente faria o que foi pedido.

Há uma variação do gesto de palma voltada para baixo com todos os dedos juntos, instantaneamente reconhecida como a saudação adotada durante o Terceiro Reich e vista várias vezes em filmes antigos que mostra Adolf Hitler. (Borg, 2011, p. 96)

Algumas considerações nos trazem este trecho. A primeira é que todo o sentido da instrução é o do significado do gesto com as palmas das mãos. Então a leitura é sobre o corpo e uma parte dele, mais especificamente, as mãos. Contudo, na primeira página do livro o leitor encontra a seguinte dedicatória do autor:

A todos que comprarem este livro.
Que vocês sejam capazes de ler mentes – e que muitas outras pessoas sejam capazes de ler a sua! – ao final de 7 lições. (Borg, 2011)

Portanto, o corpo ou melhor suas partes são a “porta de entrada” para o sentido do livro: capacitar o leitor para ler a mente, (o que quer dizer as intenções do falante), prescindindo-se de sua fala. Assim, em uma das páginas finais há um lembrete acerca das 7 regras da linguagem corporal, no qual a primeira diz o seguinte:

Ler a mente ou os pensamentos é o resultado da observação:
- dos olhos;
- das expressões faciais;
- dos gestos;
- da postura;
- das características vocais. (Borg, 2011, p. 182)

Vemos assim que a comunicação para a linguagem corporal é tida por podendo acontecer completamente nos gestos, expressões faciais, posturas, características vocais. Ali está dada toda a comunicação e toda a possibilidade de ler a mente do outro. E a respeito de mente, sentimento e linguagem corporal há um último lembrete que está fora das 7 regras, que diz assim:

Só um lembrete:
- A mente produz um *pensamento*.
- O pensamento produz um *sentimento*.
- O sentimento “vaza” pela *linguagem corporal*.
- Você lê a linguagem corporal para averiguar os sentimentos de alguém...
- ... e, num passe de mágica, *você lê a mente das pessoas*. (Borg, 2011, 183)

A segunda consideração, diz respeito às afirmações serem universais. Traduzido da língua inglesa, como vários outros manuais, ele é adotado como naturalmente tendo os mesmos significados para cada gesto apontado em qualquer lugar. E a terceira consideração, para além de tudo que já dissemos nos capítulos anteriores e que pode ser exemplificado neste trecho, é notar a insistência nestes manuais de fala em público e de linguagem corporal em mencionar Hitler. Seja pela retórica ou por gestos usados pelo Terceiro Reich, insiste-se em afirmar seus elementos e recolocá-los em cena positivamente. No mínimo isso merece um estudo sociológico. Fato é que os manuais tanto de fala em público quanto de linguagem corporal trafegam por lugares próximos da vigilância, da punição, da perseguição de verdades e mentiras, ao mesmo tempo em que disseminam o que é dito sem se deter nas consequências da sua disseminação. Nesse sentido, levando-se em conta os valores que estão presentes nestes entendimentos de mundo, fica difícil imaginar como eles possam contribuir para a proposta de António Damásio (2010) de homeostase sociocultural.

A homeostase diz respeito, como vimos no capítulo 2, ao equilíbrio do corpo. O corpo para a sobrevivência busca constantemente o bem-estar. O conceito de homeostase sociocultural é este sentido expandido para uma procura deliberada do bem-estar. Se a homeostase é orientada por um processo que é não-consciente, a homeostase sociocultural depende de ser “criada e orientada por mentes conscientes reflectivas”. Estas mentes “actúan como curadoras do valor biológico” (Damásio, 2010, p. 47). É portanto considerar a homeostase ao nível da sociedade.

Se viver com consciência nos permite procurar regulações entre estados de dor e de prazer, como explica Damásio, podemos considerar que em termos de homeostase sociocultural podemos buscar deliberadamente constituir modos de estar e ambientes nos quais os sujeitos possam estar menos aprisionados e em estado de maior conforto e tranquilidade. E mais ainda disponíveis para reconhecer a existência do outro e se relacionar não para pretender submeter o outro, para colocá-lo em estado de desconforto, mas para poder estar ao lado, para poder cooperar. Afinal, como identificou Tomasello (1999), nossa espécie foi capaz de reconhecer seus “conspecifics” e é capaz de chamar a atenção do outro para aquilo que o sujeito está vendo e quer que o outro veja. Tantas possibilidades não podem ser reduzidas a entendimentos consolidados que estão aquém de

novos entendimentos do modos como corpo e mente operam no e com o ambiente. Antigos entendimentos de mundo não podem continuar a aprisionar os sujeitos, sobretudo ao se fazer passar por fórmulas mágicas para exterminar um medo que sequer precisa existir.

Assim, na linha da proposta de homeostase sociocultural de Damásio (2010), estamos considerando que o sujeito expositor ao constituir o estado de presença terá em relação à sua comunicação o sentido de cooperação. Mudar o direcionamento de submeter o outro, de procurar mentiras nos gestos e expressões do outro, deixar de pretender estabelecer uma liderança para sujeitar o outro através da constituição de um discurso persuasivo e de gestos impostados e deixar de pretender uma empatia para manipular o outro são fatores que liberam os corpos de uma intenção que os tenciona. Portanto, é importante ressaltar que a proposta de experimentação do ambiente a partir do corpo e a de expansão da percepção e dos sentidos não exclui a expansão também da consciência e de uma escolha de um modo de estar diante do mundo.

Justamente neste ponto é necessário voltarmos a compreender que “em muitas ocasiões a execução das nossas ações é controlada por processos não-conscientes” (Damásio, 2010, p. 331). No lugar de simplesmente ignorar os processos do corpo, e de tomar as finalizações das ações pelo que pretendeu “exatamente” o sujeito, interessa-nos que o sujeito expositor torne conscientes alguns de seus estados do corpo, algumas posturas, modos de mover-se pelo espaço, possibilidade de desenhar seus gestos em movimento. E como propõe Damásio, uma parte das ações pode ser tornada consciente e depois trabalhada para se tornar não-consciente. Isto não quer dizer que há qualquer possibilidade de excluirmos as ações não-conscientes ou que podemos transformá-las todas em conscientes. Mas parte do processo de educação consiste exatamente em trabalhar essa dinâmica. Assim, o sujeito expositor pode escolher trabalhar alguns grupamentos de gestos ou modos de deslocamentos de modo que se tornem não-conscientes, ficando disponíveis para uso na cena da fala em público. Não é impor gestos, mas é ter no corpo modos que podem ser acionados.

Mas isto não tem a mesma natureza de não ser capaz de se colocar diante do outro e diante de propostas que aprisionam o corpo. Então, ainda que não possa interferir completamente para mudar um ambiente, o sujeito expositor pode se propor a diminuir a tensão no seu próprio corpo e ainda pretender se colocar sem o propósito de ter poder sobre

o outro. Do mesmo modo pode não escolher conscientemente se colocar em situações nas quais o propósito é de venda de facilidades, quando na verdade o que se coloca é uma forma de promover constrangimentos, desconfiança, pré-julgamentos e aprisionamentos ao seu corpo. Por tudo isso, o propósito do treinamento precisa ser o de acompanhar o sujeito expositor nesta delicada passagem para um estado de mais consciência e abertura no qual ele aos poucos e com tempo vai encontrando novos lugares nos quais pode se apoiar, sobretudo no próprio corpo.

A origem etimológica do vocábulo ‘percorrer’ deriva diretamente do verbo latino *percurrere*. *Per-curro, percurrere, percurri, percursum*. Percorrer, atravessar, percorrer com os olhos, ler, ver. 2. Passar rapidamente sobre um assunto, tocar de leve, enumerar. 3. Correr sem parar, ir a toda pressa.

A terceira acepção de ‘percorrer’ liga-se a *cursus, -us. s.m. [< cursum]* Corrida, viagem por mar, vôo. 2. Marcha, movimento, viagem. 3. curso, duração, continuação, seguimento, andamento. 4. Sinuosidade, ondulação.

Digamos que esta acepção prioriza o estágio do movimento. Não do início ou da maneira como se percorre. É o estar já em andamento. Ulisses talvez seja o símbolo do viajante antigo, não só pelas suas viagens como pela duração e sinuosidade de seus percursos. É isto que precisamos procurar para poder estar na situação de fala em público com movimento interno para que o fluxo de emoções, sentimentos, ideias, objetivos, percepções, imagens possa estar todo o tempo trocando com o que já está em andamento fora do corpo. Não se trata de significados fixos, mas da possibilidade de construir percursos sinuosos que fazem surgir as respostas no próprio caminhar. Trata-se de o sujeito expositor constituir o estado de presença para percorrer, atravessar com os olhos, ler, ver e tocar de leve a si mesmo e ao outro.

Conclusão

Deliberação consciente: planejamento e ação

Curiosamente, ao longo desses anos, sempre que me refiro à fala em público continuo a ver as pessoas se remeterem imediatamente à idéia de que “o corpo fala”. Isto é tão forte que chama a atenção, sobretudo, porque a referência é, na verdade, à linguagem corporal. Levo algum tempo tentando explicar que não é bem assim, e muitas vezes a questão deixa de ser a situação de fala em público para ser uma indagação acerca de uma possível descrença minha na comunicação não verbal. Portanto, de algum modo, parece haver mesmo uma vontade, um interesse em se procurar o significado que está no corpo. É claro que não dá para acreditar que as palavras são o único lugar para se apoiar na construção do significado. Há sentido nos olhos, na boca, na respiração que se altera, que não se altera. Há sentido no silêncio e na pausa, no gesto esperado, no inesperado, e no que não vem. Há emoções contidas, choros desenfreados, sustos e congelamentos, torções, apreensões, sorrisos sem fim.

Desenvolver a sensibilidade para perceber a dinâmica dos estados do corpo, das emoções e de suas manifestações expressivas pode abrir espaço para a comunicação em uma dimensão que está ali a se mostrar todo o tempo, quando as pessoas estão umas diante das outras. Vimos, inclusive, o quanto a percepção, os neurônios espelho, e toda a possibilidade de seres como nós poderem significar ocorre. Para que se estabeleça uma interação mais cuidadosa é preciso mesmo um olhar atento, interessado, disponível. Tudo isso se liga a uma possibilidade e um desejo de se fazer perto, de se dar ao outro e pretender construir significados na dinâmica da comunicação. É possível expandir a sensibilidade, a observação de gestos, a percepção de nuances nas expressões faciais, de diferentes posturas

e dinâmicas do corpo. É possível que tudo isso dê mais elementos para se caminhar naquilo que o outro faz no seu processo de se comunicar.

Mas acompanhar sinais de expressividade tem uma natureza muito distinta de atribuir significados fixos ao corpo. A intenção de procurar pistas, indícios para desvendar mentiras é própria a um entendimento de que as verdades já estão dadas antes. Procurar garantias nas formas fixas do corpo é ter a compreensão do corpo coisa que carrega a mensagem. Nesse entendimento perde-se a riqueza da troca. E, sobretudo, não se reconhece o papel do corpo. O desejo de cooperar, de compreender, de estar perto para interagir também não tem como aparecer se o propósito da discussão é a guerra. A própria escuta das palavras fica comprometida diante da metáfora da guerra. Como descobriram Lakoff e Johnson (2002), ao nos comunicarmos nós agimos e pensamos com base nas metáforas que estão na nossa vida cotidianamente. Como disse Ortega (2008), são as metáforas pelas quais vivemos. Portanto, ao pretendermos transformar os entendimentos de fala em público, precisamos pensar também em mudar as metáforas que sustentam a sua visão tradicional.

Quando eu pretendi fazer esta pesquisa, tinha a intuição de que as teorias da comunicação, do corpo e da mente me ajudariam a ter explicações sobre como ocorria a passagem de organizações do corpo em novos padrões para a constituição de novas conceitualizações. Também pretendia compreender como, a partir da expansão da percepção, do contato do corpo com o chão e de uma possibilidade de movimentação pelo espaço, os sujeitos passavam a se sentir mais livres e conseguiam identificar que haviam conquistado também uma nova organização mental, pois percebiam que arranjavam as palavras e frases com mais fluência e velocidade do que faziam antes do treinamento. Ao iniciar esta pesquisa, minha hipótese era a de que a fala em público não podia ser restringida ao discurso, porque nela, claramente, havia o corpo presente na situação de exposição e comunicação. Portanto, a hipótese era a de que a fala em público é uma ação cognitiva do corpo que expõe a complexidade envolvida no trânsito entre mente e corpo, corpo e ambiente, natureza e cultura, sujeito e comunidade, razão e emoção. E, para tornar a fala em público mais “comunicativa” e eficiente, é fundamental gerar condições de promover mudanças de hábitos cognitivos, bem como intervir no processo de organização das metáforas.

Conceitos metafóricos são chaves que nos ajudam a organizar o mundo e refletem visões, entendimentos, modos de se colocar em relação às situações com as quais lidamos. É possível que, ao identificarmos uma metáfora que empregamos, ela nos oriente de modo a compreendermos ações das quais nem tínhamos consciência que podem ser tomadas, a começar da transformação da metáfora. Na nossa experimentação na vida, vamos adquirindo também metáforas que nos organizam, mesmo que façamos isso sem perceber. Um modo simples de identificarmos isso é apresentado por Lakoff e Johnson (2002) em relação aos diversos modos como podemos compreender o amor. O amor pode ser visto, por exemplo, através da metáfora AMOR É UMA OBRA DE ARTE COLABORATIVA ou pela metáfora AMOR É LOUCURA.

Dentre as muitas explicações que eles dão para demonstrar como estas metáforas operam, selecionamos uma que diz respeito a diferentes modos de agir para cada um dos tipos de metáfora a respeito do amor.

[...] certas ações, inferências e metas são ditadas pela metáfora AMOR É UMA OBRA DE ARTE COLABORATIVA mas não pela metáfora AMOR É LOUCURA. Se o amor é uma loucura, não me concentro no que tenho de fazer para mantê-lo. Porém se é trabalho, então ele exige atividade e, se é uma obra de arte, requer um tipo muito especial de atividade e, se é colaborativa, então ela é ainda mais restrita e específica. (Lakoff e Johnson, 2002, p. 239)

Percebe-se claramente que se dois amantes tiverem metáforas distintas para o amor, como as que apresentam Lakoff e Johnson, vão agir também de modo distinto em relação ao amor. Portanto, se queremos transformar um modo de agir, podemos começar pensando em transformar as metáforas, ou pelo menos pretendendo identificar que metáforas estão amparando uma circunstância. No caso da fala em público, mudar a metáfora da guerra e a do corpo recipiente é determinante para que novos entendimentos possam se dar.

O modo como o corpo é tratado como coisa pelo senso comum, pela linguagem corporal e pela fala em público que podemos compreender com a metáfora do recipiente precisa ser transformado, para dar lugar a uma compreensão de que o corpo nos seus processos em relação ao mundo é um corpo do movimento. Entender esta dinâmica abre possibilidades para que o corpo vivo possa se colocar nos ambientes, abre a possibilidade para que as trocas entre os “conspécifics” (Tomasello: 1999) de fato aconteçam.

Com o que pude conhecer ao longo destes quatro anos de pesquisa, estou ainda mais convencida da necessidade de mudar os hábitos cognitivos, não apenas para que a fala em

público se torne mais eficiente e “comunicativa”, mas, sobretudo, para que os sujeitos usem esse espaço de comunicação para a interação e a cooperação. Os resultados da pesquisa reforçaram meu entendimento de que expandir a possibilidade de experimentar permite ampliar a possibilidade de compartilhar. E poder compartilhar na situação de fala em público diz respeito diretamente a expandir a possibilidade de troca entre indivíduos, retirando-se o propósito de submeter o outro, de dominar e de investigar e atribuir verdades e mentiras ao corpo do outro com base em significados fixados ao corpo.

Para António Damásio (2010), a complexidade do processo de consciência e o desenvolvimento de funções de memória, raciocínio e linguagem que evoluíram junto com essa complexificação possibilitaram a nós humanos benefícios que estão ligados com planejamento e deliberação. Com isso, foi possível tanto analisarmos o futuro quanto retardar ou inibir reações automáticas. Isso nos permite, em função de um objetivo que temos bem à frente, abandonar algo que está bom agora. Portanto, somos seres capazes de antever o futuro, de relembrar o passado e de escolher nossas ações. Mas, para que essa deliberação consciente possa se dar, Damásio (2002) diz serem necessários os processos de educação. Para Damásio,

[...] a deliberação consciente pouco tem a ver com a capacidade de controlar acções no momento, e tem tudo a ver com a capacidade de planejar e decidir quais a acções que queremos ou não levar a cabo. [...] A deliberação consciente tem a ver com a *reflexão ponderada*. Aplicamos a reflexão consciente e o conhecimento quando decidimos questões importantes da nossa vida. Usamos a deliberação consciente para reger os nossos amores e amizades, a nossa educação, as nossas actividades profissionais, as nossas relações com os outros. (Damásio, 2002, p. 334) (Grifos do autor) (Tradução da autora)

Pensarmos em usar a deliberação consciente, a reflexão ponderada talvez diga respeito também a estarmos menos aprisionados em verdades absolutas e em fórmulas garantidoras de resultados. Poder decidir acerca de questões importantes na nossa vida também diz respeito a ter tempo para analisar e escolher. Planejar não é algo que se faz instantaneamente. Então, talvez seja necessário pensarmos que se estamos considerando a homeostase sociocultural como propõe Damásio (2010) temos que começar a refletir acerca dos efeitos que causam as soluções em dez lições, as pistas para desvendar as mentiras, as técnicas para avaliar e julgar imediatamente.

Gostaria de pensar que mudar os hábitos cognitivos em relação à fala em público e à linguagem corporal pode facultar ao sujeito expositor fazer escolhas que não vão na linha

do enfrentamento do medo de falar em público, mas que apontam para novas possibilidades de escolhas na dinâmica de cada encontro. Muito me atrai a possibilidade de olhar para esta pesquisa sobre a fala em público como uma oportunidade também para propor o desenvolvimento de uma habilidade comunicativa que não se coloca presente ainda no processo educativo, mas que pode vir a fazer parte do desenvolvimento das habilidades em geral. E, então, quem sabe a habilidade comunicativa possa vir a ser não uma prática de sujeição do outro, mas uma oportunidade para a interação comunicativa.

Afinal, como advertem Simon J. William e Gillian Bedelow (1998)

[...] deveríamos lembrar que, no futuro previsível, devemos “ficar aqui”, nestes corpos, neste planeta, e que nossas responsabilidades estão localizadas precisamente aqui e não em algum universo digital paralelo. Corpos reais, vidas reais, responsabilidades reais. (Willians e Bendelow, 1998, p.88)

Referências das ilustrações:

BLIKSTEIN, Izidoro. *Como falar em público: técnicas de comunicação para apresentações*. São Paulo: Ática, 2006. (desenhos)

GOMAN, Carol Kinsey. *A vantagem não verbal: segredos e ciência da linguagem corporal no trabalho*. Petrópolis: Vozes, 2010. (fotos)

Bibliografia:

- ABRANTES, Paulo, org. *Epistemologia e Cognição*. Editora UnB, 1994.
- AGAMBEN, Giorgio. *O que é o contemporâneo? e outros ensaios*. Chapecó: Argos, 2009.
- _____. *O que resta de Auschwitz*. São Paulo: Boitempo Editorial, 2008.
- _____. *Estado de exceção*. São Paulo: Boitempo Editorial, 2008.
- _____. *Profanações*. São Paulo: Boitempo Editorial, 2007.
- _____. *Homo Sacer: O Poder soberano e a Vida Nua*. Belo Horizonte: UFMG, 2004.
- ALMEIDA, Marcus Vinicius M. de. *Corpo e Arte em Terapia Ocupacional*. Rio de Janeiro: Enelivros, 2004.
- ARENDT, Hannah. *A condição humana*. Rio de Janeiro: Forense-Universitária. 1983.
- ATLAN, Henri. *A ciência é inumana?* São Paulo: Cortez, 2004.
- AUGÉ, Marc. *Não-lugares: introdução a uma antropologia da supermodernidade*. Campinas: Papyrus, 1994.
- AUSTIN, John. L. *Quando dizer é fazer: palavras e ação*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1990.
- BARBERO, Jesus. *Dos meios às mediações, comunicação, cultura e hegemonia*. UFRJ, 2008.
- BARTHES, Roland. *O império dos signos*. São Paulo: Martins Fontes, 2007.
- _____. *Aula*. São Paulo: Cultrix, 1997.
- BERTHOZ, Alain. *La Décision*. Odile Jacob: Paris, 2003.
- _____. *Le sens du mouvement*. Odile Jacob: Paris, 1997.
- BHABHA, Homi K. *O local da cultura*. Belo Horizonte: UFMG, 2007. 4ª. reimpressão.
- CANCLINI, Nestor García. *Culturas Híbridas*. São Paulo: Edusp, 1998.
- CITELLI, Adilson. *Linguagem e Persuasão*. São Paulo: Ática, 1999. Série Princípios, no. 17, 13ª. Ed.
- CHURCHLAND, Patricia S. *Braintrust: What Neuroscience Tells Us about Morality*. New Jersey: Princeton University Press, 2011.

CHURCHLAND, Paul. *Matéria e consciência, uma introdução contemporânea à filosofia da mente*. São Paulo: UNESP, 2004.

CORBIN, Alain, COURTINE, Jean-Jacques, VIGARELLO, Georges. *História do Corpo, vol. 3 – As Mutações do Olhar: O Século XX*. Petrópolis: Vozes, 2009.

DAMÁSIO, António. *O livro da Consciência: a construção do cérebro consciente*. Lisboa: Temas e Debates, 2010.

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

_____. *O erro de Descartes*. São Paulo: Companhia das Letras, 2003.

_____. *O mistério da consciência*. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

DAWKINS, Richard. *O Gene Egoísta*. Belo Horizonte: Itatiaia, 2001.

DELEUZE, Gilles, GUATTARI, Félix. *O que é a filosofia?* São Paulo: Editora 34, 2004.

DENNETT, Daniel C. *A perigosa idéia de Darwin*. Rio de Janeiro: Rocco, 1998.

_____. *Tipos de Mentes*. Rio de Janeiro: Rocco, 1997.

DERRIDA, Jacques e ROUDINESCO, Elizabeth. *De que amanhã... Diálogo*. Rio de Janeiro: Zahar, 2004.

DERRIDA, Jacques. *Papel Máquina*. São Paulo: Estação Liberdade, 2004.

_____. *Pensar a desconstrução*. São Paulo: Estação Liberdade, 2005.

EDELMAN, Gerald M. *Wider than the Sky: the phenomenal gift of consciousness*. London: Yale University Press, 2004.

ELIADE, Mircea. *O sagrado e o profano*. São Paulo: Martins Fontes, 1992.

ELIAS, Norbert. *Os estabelecidos e os outsiders*. Rio de Janeiro: Zahar, 2000.

FERNANDES, Ciane. *O corpo em movimento: o sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas*. São Paulo: Annablume, 2002.

FREIRE, Ana Vitória. *Angel Viana: uma biografia da dança contemporânea*. Rio de Janeiro: Sette Letras, 2005.

- FOUCAULT, Michel. *Vigiar e punir, história da violência nas prisões*. Petrópolis: Vozes, 1987.
- _____. *A ordem do discurso*. São Paulo: Loyola, 1998.
- _____. *Microfísica do poder*. Rio de Janeiro: Graal, 1985.
- GARCIA, Regina Leite (org.). *O corpo que fala dentro e fora da Escola*. Rio de Janeiro: DP&A, 2002.
- GAZZANIGA, Michel S. *The Ethical Brain*. Nova Iorque: Dana Press, 2005.
- GLUSBERG, Jorge. *A arte da performance*. São Paulo: Perspectiva, 2003.
- GOFFMAN, Erving. *Estigma, Notas sobre a Manipulação da Identidade Deteriorada*. Rio de Janeiro: Guanabara, 1988.
- GREINER, Christine. *O Corpo em crise*. São Paulo: Annablume, 2010.
- _____. *O Corpo: pistas para estudos indisciplinados*. São Paulo: Annablume, 2005.
- GREINER, Christine e AMORIM, Claudia (Orgs.). *Leituras da morte*. São Paulo: AnnaBlume, 2007.
- _____. *Leituras do Corpo*. São Paulo: AnnaBlume, 2003.
- HALLIDAY, Tereza Lúcia. *O que é retórica*. São Paulo: Brasiliense, 1999.
- HALL, Stuart. *A identidade cultural na pós-modernidade*. Rio de Janeiro: DP&A Editora, 2005.
- HAUSSER, Marc D. *Moral Minds: the nature of right and wrong*. Nova Iorque: Harper Perennial, 2007.
- HUTCHINS, Edwin. *Cognition in the wild*. Massachusetts: MIT Press, 1996.
- JOHNSON, Mark. *The meaning of the body*. Chicago: The University of Chicago Press, 2007.
- KATZ, Helena. *Um, dois, três. a dança é o pensamento do corpo*. Belo horizonte: FID Editorial, 2005.
- KOCH, Ingedore G. V. *O texto e a construção dos sentidos*. São Paulo: Contexto, 1997.
- _____. *A Inter-ação pela Linguagem*. São Paulo: Contexto, 1993.
- KRISTEVA, Julia. *Estrangeiros para nós mesmos*. Rio de Janeiro: Rocco, 1994.

LAKOFF, George and JOHNSON, Mark. *Philosophy in the flesh, the embodied mind and its challenge to western thought*. Nova Iorque: Basic Books, 1999.

_____. *Metáforas da Vida Cotidiana*. Campinas: Mercado das Letras, 2002.

LANDOWSKI, Eric. *Presenças do outro*. São Paulo: Perspectiva, 2002.

MARTÍN-BARBERO, Jesús. *La educación desde la comunicación*. Bogotá: Grupo Editorial Norma, 2003.

MATTELART, Armand e MATELLART, Michèle. *História das teorias da comunicação*. São Paulo: Edições Loyola, 2007. 10ª. ed.

MEYER, Philippe. *O olho e o cérebro. Biofilosofia da percepção visual*. São Paulo: Unesp, 2002.

MORAES, Eliane Robert. *O corpo impossível*. São Paulo: Iluminuras, 2002.

MURAKAMI, Haruki. *Do que eu falo quando eu falo de corrida*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2010.

NACHMANOVITCH, Stephen. *Ser criativo: o poder na improvisação na vida e na arte*. São Paulo: Summus, 1993.

NETTO, J. Teixeira Coelho. *Semiótica, Informação e Comunicação*. São Paulo: Perspectiva, 1999.

NOË, Alva. *Action in perception*. Massachusetts: Bradford Book, 2004.

ORTEGA, Francisco e Zorzanelli, Rafaela. *Corpo em evidência. A ciência e a redefinição do humano*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2010.

ORTEGA, Francisco. *O corpo incerto: Corporeidade, tecnologias médicas e cultura contemporânea*. Rio de Janeiro: Garamond, 2008.

PIGNATARI, Décio. *Semiótica & Literatura*. São Paulo: Ateliê Editorial, 2004.

PINKER, Steven. *Como a mente funciona*. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

_____. *Tábula Rasa*. São Paulo: Companhia das Letras, 2004.

_____. *O instinto da linguagem*. São Paulo: Martins Fontes, 2004, 2a. tiragem.

_____. *Do que o pensamento é feito*. São Paulo: Companhia das Letras, 2008.

QUINTAIS, Luís. *O Essencial sobre Cultura e Cognição*. Coimbra: Angelus Novus Editora, 2009.

RAMACHANDRAN, V.S. *The Tell-Tale Brain: a neuroscientist's quest for what makes us human*. Nova Iorque: Norton & Company, 2011.

RAMACHANDRAN, V.S., BLAKESLEE, Sandra. *Fantasma no Cérebro, uma investigação dos mistérios da mente humana*. Rio de Janeiro: Record, 2004.

RIZZOLATTI, Giacomo & SINIGAGLIA, Corrado. *Las neuronas espejo: Los mecanismos de la empatía emocional*. Barcelona: Paidós, 2006.

SACKS, Oliver. *O homem que confundiu sua mulher com um chapéu*. Rio de Janeiro: Imago, 1985.

SANTAELLA, Lucia. *Linguagens líquidas na era da mobilidade*. São Paulo: Paulus, 2007.

_____. *A teoria geral dos signos: como as linguagens significam as coisas*. São Paulo: Pioneira, 2004.

_____. *Comunicação e Pesquisa*. São Paulo: Hacker Editores, 2004.

_____. *Estética; de Platão a Peirce*. São Paulo: Experimento, 1994.

_____. *O Método anticartesiano de C.S.Peirce*. São Paulo: Unesp. 2004.

_____. *A assinatura das coisas: Peirce e a Literatura*. Rio de Janeiro: Imago. 1992.

_____. *A percepção: uma teoria semiótica*. São Paulo: Experimento. 1998, 2ª.ed.

_____. *O que é semiótica*. São Paulo: Brasiliense. 1983.

SANTAELLA, Lucia & NÖTH, Winfried. *Comunicação e Semiótica*. São Paulo: Hacker Editores, 2004.

SANTAELLA, Lucia e VIEIRA, Jorge Albuquerque. *Metaciência como guia da pesquisa: uma proposta semiótica e sistêmica*. São Paulo: Mérito, 2008.

SANTOS, Boaventura de Souza. *A Gramática do Tempo*. São Paulo: Cortez, 2007.

_____. *A Crítica da Razão Indolente. Contra o Desperdício da Experiência*. São Paulo: Cortez, 2000.

SHEETS-JOHNSTONE, Maxine. *The Corporeal Turn: An Interdisciplinary Reader*. Charlottesville: Imprint Academic, 2009.

SLOTERDIJK, Peter. *A mobilização infinita para uma crítica da cinética política*. Lisboa: Relógio D'Água, 2002.

_____. *Regras para o parque humano, uma resposta à carta de Heidegger sobre o humanismo*. São Paulo: Estação Liberdade, 1999.

_____. *No mesmo barco, ensaio sobre a hiperpolítica*. São Paulo: Estação Liberdade, 1993.

SODRÉ, Muniz. *As estratégias sensíveis: afeto, mídia e política*. Petrópolis: Vozes, 2006.

_____. *Antropológica do espelho: uma teoria da comunicação em rede*. Petrópolis: Vozes, 2002.

TOMASELLO, Michael. *The cultural origins of human cognition*. Londres: Harvard University Press, 1999.

VAN DIJK, T. A. *Cognição, Discurso e Interação*. São Paulo: Contexto, 1992.

VIANA, Klauss. *A dança*. São Paulo: Summus Editorial, 2005.

VIEIRA, J.A. *Ontologia. Formas de Conhecimento: Arte e Ciência uma Visão a partir da Complexidade*. Fortaleza: Expressões Gráficas Editora, 2008.

_____. *Ciência. Formas de Conhecimento: Arte e Ciência uma Visão a partir da Complexidade*. Fortaleza: Expressões Gráficas Editora, 2007.

_____. *Teoria do Conhecimento e Arte. Formas de Conhecimento: Arte e Ciência uma Visão a partir da Complexidade*. Fortaleza: Expressões Gráficas Editora, 2006.

VIGOTSKI, L. S. *A formação social da mente*. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

_____. *Pensamento e Linguagem*. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

WILLIAMS, Simon J. e BANDELOW, Gillian. *The lived body. Sociological themes, embodied issues*. Nova Iorque: Routledge, 1998.

Dissertações e teses

AQUINO, Dulce. *A dança como tessitura do espaço*. Tese de Doutorado. Programa de Estudos Pós-Graduados em Comunicação e Semiótica. PUC-SP, 1999. Orientação: Helena Katz.

BAMBINI, Simone Ribeiro de Oliveira. *O impacto do estudo do corpo na formação do comunicador e em novas práticas empresariais*. Dissertação de Mestrado. Programa de

Estudos Pós-Graduados em Comunicação e Semiótica. PUC-SP, 2008 Orientação: Helena Katz.

BELLINI, Magda A B C. *A Comunicação do Corpo a Partir da Não Visualidade: Um Estudo Teórico-Prático*. Tese de Doutorado. Programa de Estudos Pós-Graduados em Comunicação e Semiótica. PUC-SP, 2007. Orientação: Christine Greiner.

HERCULES, Rosa Maria. *Formas de Comunicação do Corpo: Novas Cartas sobre a Dança*. Tese de Doutorado. Programa de Estudos Pós-Graduados em Comunicação e Semiótica. PUC-SP, 2007. Orientação: Helena Katz

MERLINO, Maria Lúcia Moreira. *O rolfing como agente restaurador da comunicação entre corpo e ambiente: a conquista do chão*. Dissertação de Mestrado. Programa de Estudos Pós-Graduados em Comunicação e Semiótica. PUC-SP, 2005. Orientação: Christine Greiner.

VINHAS DE SOUZA, Marco André. *Bios midiático: o corpo como o limite da comunicação*. Tese de Doutorado. Programa de Estudos Pós-Graduados em Comunicação e Semiótica. PUC-SP, 2006. Orientação: Christine Greiner.

Artigos e entrevista

ALMEIDA, Marcus Vinicius M. de. “A sagração da primavera ou a sagração de um corpo do artifício.” in: *Lições de dança*, Rio de Janeiro, n. 3, pp. 103-126, 2001.

GODARD, Hubert. “Gesto e percepção.” in: *Lições de dança*, Rio de Janeiro: Ed. UniverCidade, 2001, n. 2, pp. 11-35. Tradução: Silvia Soter.

GREINER, Christine, KATZ, Helena. “Corpo e Processos de Comunicação.” in: *Revista Fronteiras – estudos midiáticos*, vol. III, n. 2, pp. 65-75. Dezembro de 2001. São Leopoldo: UNISINOS.

KATZ, Helena, GREINER, Christine. “O meio é a mensagem: porque o corpo é objeto da comunicação.” in: *Húmus*, Caxias do Sul, RS, n. 1, pp. 11-19, 2003.

KATZ, Helena e GREINER, Christine. “A natureza cultural do corpo.” in: *Lições de Dança* no. 3, pp. 77-102. Rio de Janeiro: Ed. UniverCidade, 2001.

SOUZA FILHO, Danilo Marcondes. “A Teoria dos Atos de Fala como concepção pragmática de linguagem.” in: *Filosofia Unisinos*, 7(3): pp. 217-230, set/dez 2006.

DERRIDA, Jacques. “A solidariedade dos seres vivos.” Entrevista a Evando Nascimento publicada no suplemento Mais! Folha de São Paulo, em 27 de maio de 2001.

Manuais examinados

BERTHERAT, Thérèse, BERNSTEIN, Carol. *O corpo tem suas razões: antiginástica e consciência de si*. São Paulo: Martins Fontes, 2010, 21^a. ed.

BLIKSTEIN, Izidoro. *Como falar em público: técnicas de comunicação para apresentações*. São Paulo: Ática, 2006.

BOOTHMAN, Nicholas. *Como fazer as pessoas gostarem de você à primeira vista*. Rio de Janeiro: Sextane, 2004.

BORG, James. *A arte da linguagem corporal: diga tudo que pensa sem precisar falar*. São Paulo: Saraiva, 2011.

CAMARGO, Paulo Sergio. *Linguagem corporal: técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais*. São Paulo: Summus editorial, 2010.

DAVIS, Flora. *A comunicação não verbal*. São Paulo: Summus editorial, 1979, 6^a. ed.

EKMAN, Paul. *A Linguagem das Emoções*. São Paulo: Lua de papel, 2011.

GOMAN, Carol Kinsey. *A vantagem não verbal: segredos e ciência da linguagem corporal no trabalho*. Petrópolis: Vozes, 2010.

JAMES, Judi. *Linguagem corporal no trabalho: como usar os sinais não-verbais para alavancar sua carreira*. Rio de Janeiro: Beste Seller, 2008.

KOPS, George, WORTH, Richard. *Great speakers aren't born: the complete guide to winning presentations*. Hollywood: Lifetime Books, 1996.

MACHADO, Andréa Monteiro de Barros. *Você tem medo de falar em público?* São Paulo: Makron Books, 2001.

PEASE, Alan e PEASE, Barbara. *Desvendando os segredos da linguagem corporal*. Rio de Janeiro: Sextante, 2005.

POLITO, Reinaldo. *Superdicas para falar bem*. São Paulo: Saraiva, 2008.

_____. *Vença o medo de falar em público*. São Paulo: Saraiva, 2005.

_____. *Assim é que se fala*. São Paulo: Saraiva, 2005.

_____. *Como falar corretamente e sem inibições*. São Paulo: Saraiva, 2002.

WEIL, Pierre e TOMPAKOW, Roland. *O corpo fala: a linguagem silenciosa da comunicação não verbal*. Petrópolis: Vozes, 2011, 68^o. ed.

Filmografia:

UMA FAMÍLIA BEM DIFERENTE

Título original: Breakfast With Scot

Ano: 2009

Direção: Laurie Lynd

Gênero: Comédia

Elenco: Cameron Ansell, Benz Antonie, Noah Bernett, Robin Brûlé, Thomas

A PROPOSTA

Título original: The Proposal

Ano: 2009

Direção: Anne Fletcher

Gênero: Comédia romântica

Elenco: Sandra Bullock, Ryan Reynolds, Mary Steenburgen, Craig T. Nelson, Betty White

COMER REZAR AMAR

Título original: Eat Pray Love

Ano: 2010

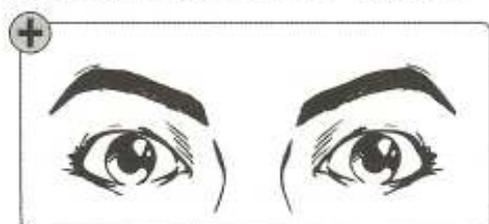
Direção: Ryan Murphy

Gênero: Drama

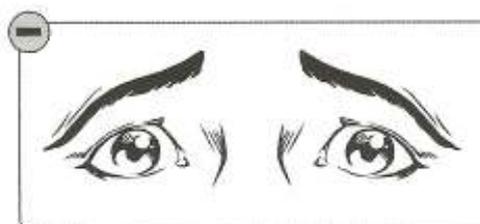
Elenco: Julia Roberts, James Franco, Richard Jenkins, Javier Bardem

Anexo:

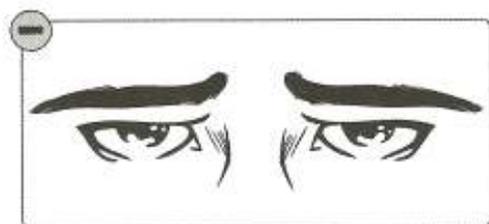
OLHOS E CONTATO VISUAL



Olhar vivo, animado



Olhar triste



Olhar baixo



Olhar duvidoso

EXPRESSÃO FACIAL



Sorridente



Carrancudo



Triste



Em dúvida

CABEÇA



Erguida



Curvada, baixa

GESTOS DE MÃOS E BRAÇOS



Gestos expressivos,
acompanhando a fala



Mãos "esfregando"
os bolsos



Mãos presas



Mãos manipulando
objetos (óculos, botões)



Mãos nos quadris



Gestos inconvenientes



Mãos e braços nas costas



Braços cruzados,
prendendo a respiração



Braços soltos ou "caídos"



Gestos desordenados dos braços



Mãos presas no púlpito, no microfone ou na mesa

CORPO



Corpo ereto

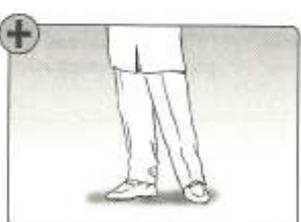


Corpo curvado dificultando a respiração

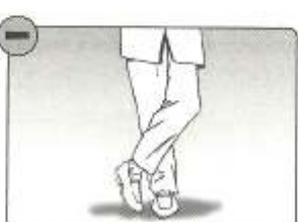


Corpo "desmontado"

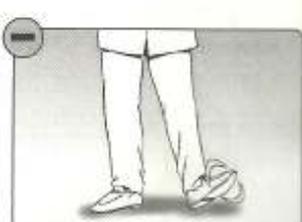
PERNAS E PÉS (EM PÉ)



Pernas eretas

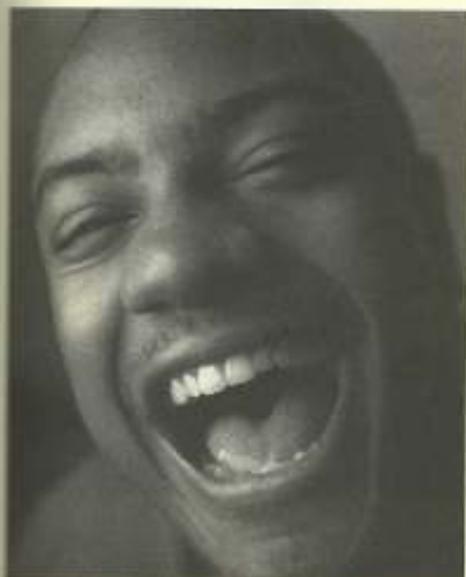


Pernas e pés cruzados

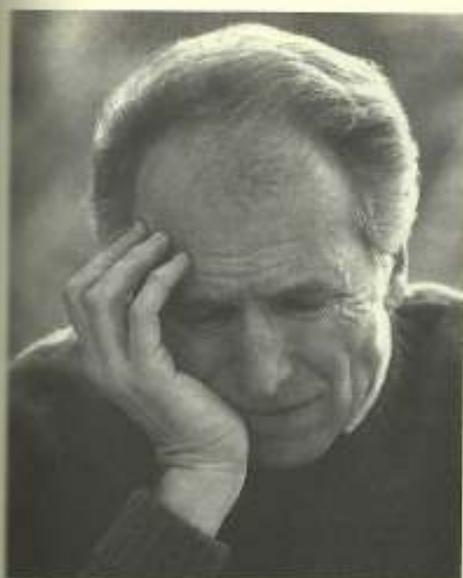


Sapatos com o bico para o alto ou em movimento

Exemplos de expressões universais



Alegria – A felicidade intensa e exultante é retratada por um sorriso, bochechas levantadas, covinhas e olhos enrugados nos cantos.



Tristeza – Uma testa enrugada pela dor, a parte interna das sobrancelhas levantadas e os cantos da boca virados para baixo indicam tristeza e infelicidade.



Sorriso genuíno.



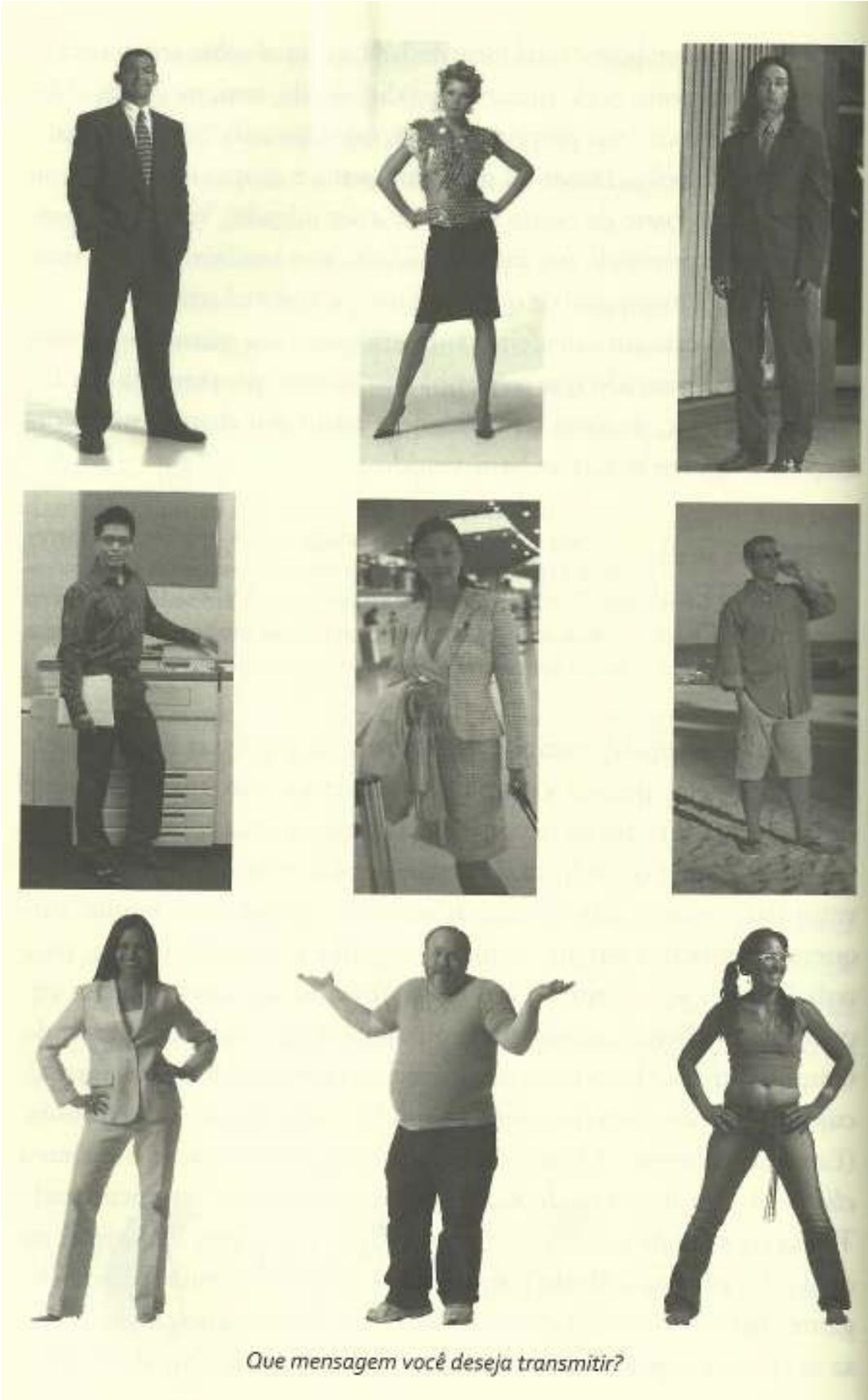
Sorriso que não chega aos olhos.



Um gesto feminino, que não é muito profissional.



Os gestos abertos de sinceridade.



Que mensagem você deseja transmitir?