



## Esbozo de un estudio experimental de exploración del movimiento. En busca de modalidades de movimiento inclusivas para personas que no suelen bailar

Doi: <https://doi.org/10.59514/2954-7261.3151>

**Inês Zinho Pinheiro.** Bailarina, investigadora y profesora (Escuela Superior de Danza). Es candidata a doctora en Artes Escénicas e Imagen en Movimiento (FBAUL). Investiga sobre la exploración del movimiento y la creación coreográfica con personas que no suelen bailar. (Email: [ineszinhop@gmail.com](mailto:ineszinhop@gmail.com)) – (<https://orcid.org/0009-0001-7810-3435>).

Para citar este artículo / To reference this article / Para citar este artigo  
Zinho Pinheiro, I. (2023). Esbozo de un estudio experimental de exploración del movimiento. En busca de modalidades de movimiento inclusivas para personas que no suelen bailar. *Revista Calarma*, 2(3), 285–306. <https://doi.org/10.59514/2954-7261.3151>

### Declaración de autor

La autora declara que ha participado en todo el proceso científico de esta investigación, incluyendo la conceptualización, metodología, escritura y edición. También declara que no tiene posibles conflictos de interés con respecto a la autoría y publicación de este artículo.

### Resumen

Este proyecto de investigación teórico-práctico en curso se desarrolla en el marco del Doctorado en Artes Escénicas y de la Imagen en Movimiento (FBAUL) y está guiado por el Profesor Doctor Jorge Ramos do Ó y la Profesora Doctora Madalena Xavier Silva. El proyecto consiste en el desarrollo de un conjunto de dispositivos mediadores de la exploración del movimiento, con el objetivo de describir,

---

interpretar y comprender cómo experimentan las ‘modalidades inclusivas de movimiento’ las personas que no bailan habitualmente. Para ello, en diciembre de 2022, inicié la dinamización de un primer ciclo de sesiones de movimiento. Estas sesiones, además de propuestas de exploración del movimiento, incluyen prácticas conducentes a la toma de conciencia del propio cuerpo y al acceso a la interioridad de los participantes en el estudio de danza. Los objetivos últimos de esta investigación se derivan de mi interés por perfeccionar mi práctica como profesora de danza, así como de mi propósito de perfeccionar los dispositivos que conducen a la exploración del movimiento. Así, este proyecto pretende desarrollar una investigación con una doble intencionalidad, es decir, la optimización de mi intervención pedagógica, y también una intencionalidad heurística (la producción artístico-teórica del objeto en estudio). En otras palabras, a lo largo del desarrollo de los dispositivos de exploración del movimiento con los participantes, estaré atenta a posibles desvelamientos teóricos procedentes de los ámbitos pedagógico y artístico.

Palabras clave: danza; exploración del movimiento; autoconocimiento kinestésico.

### Introducción

Este artículo se deriva de un proyecto de investigación centrado en la danza. Adopta tanto un enfoque práctico como teórico, enmarcado dentro de un paradigma metodológico conocido como ‘práctica como investigación’ (Spatz, 2015), estableciendo una relación circular entre la teoría y la práctica. Esto implica que las orientaciones fenomenológicas y hermenéuticas (Gadamer, 1995 y 1996), así como el carácter artístico del estudio, requieren una dirección informada por métodos de observación cualitativo-interpretativos (Patton, 2015).

En este doble propósito, se destaca la búsqueda de una comprensión más profunda de cómo las Personas Que No Suelen Bailar (PQNSB) experimentan ‘modalidades inclusivas de movimiento’ y cómo se expresan sobre este proceso creativo de exploración del movimiento. Esta investigación se apoya en la metodología denominada ‘práctica como investigación’, teniendo en cuenta parcialmente estudios relacionados con la ‘danza inclusiva’ y las ‘prácticas somáticas’, así como en dispositivos de exploración del movimiento y de creación coreográfica desarrollados por varios coreógrafos.

En función de estas intenciones y objetivos, surge el siguiente conjunto de preguntas y subpreguntas relevantes para la orientación de la investigación: ¿cuáles son las relaciones

---

entre el movimiento y la conciencia del estado interior de cada participante, y cómo se pueden desarrollar estas relaciones a lo largo de la exploración del movimiento?

La traducción verbal de lo que los participantes experimentan cinestésicamente y la traducción cinestésica de lo que ocurre en sus interioridades dan lugar a las siguientes interrogantes: ¿qué modalidades de traducción verbal y cinestésica utilizan los participantes para expresar sus experiencias de movimiento y la conciencia que tienen de sus experiencias interiores?, ¿qué traducción verbal utilizan los participantes para expresar lo que experimentan corporalmente? y ¿qué traducción cinestésica utilizan para expresar lo que experimentan interiormente?

¿Cómo profundizan los participantes y descubren nuevas dimensiones de sus estados interiores al utilizar la modalidad cinestésica, incorporando lo que están pensando o sintiendo? Y, por otro lado, al verbalizar sus experiencias de movimiento, ¿cómo pueden los participantes expandir sus capacidades de expresión artística y creativa?

### **Breve marco teórico de referencia**

De manera general, a lo largo de esta investigación, sigo principios provenientes de diversos autores, que pueden ser globalmente descritos por una de las formas que André Lepecki (2013) encontró para definir su noción de coreopolítica, como “la formación de planes colectivos emergentes en los límites entre la creatividad abierta, la iniciativa audaz y una persistente – incluso obstinada – iteración del deseo de vivir lejos de la conformidad vigilada” (p. 23). Tales orientaciones definieron la manera en que abordé los temas que surgen a lo largo de la investigación, ganando inminencia y/o perdiéndola, dependiendo de los caminos que la lectura, la escritura y la práctica cinestésica fueron delineando.

En este entrelazamiento de actividades que forman parte de mi proceso de investigación, también encuentro afinidad con la idea de Jacques Rancière (2021) sobre la doble traducción que ocurre entre la bailarina y el espectador, creando “textos posibles que el movimiento escribe sin palabras” (p. 109). Estos caminos, que resultan en textos tanto con palabras como con movimiento, también han sido guiados por esa noción de coreopolítica (Lepecki, 2013), ya que me permite poner en diálogo a autores que quizás no se habrían cruzado si no hubiéramos creado esos planes colectivos que posibilitan una creatividad en la forma en que ciertos conceptos pueden interconectarse. Al mismo tiempo, esta concepción propuesta por Lepecki es especialmente relevante para mi trabajo en el estudio con los participantes del proyecto. De hecho, se ha convertido en una inspiración no sólo para estas sesiones de movimiento, sino también para cualquiera de las facetas de mi trabajo en el estudio, ya sea en el ámbito pedagógico o en la creación coreográfica.

---

## Delimitación de conceptos centrales

Los saberes sensibles de la danza originaron un movimiento inclusivo (Ginot, 2014), desafiando las normas jerárquicas/estéticas de la danza, evitando los excesos, siendo lentos, de baja intensidad y prestándose al autoconocimiento (Ginot, 2013). De manera análoga, la *Small Dance* de Steve Paxton, un dispositivo sugestivo de conciencia corporal desarrolla el ‘poder personal y la presencia’ de los practicantes (Turner, 2010). Según Feldenkrais (1987), la autoimagen se trabaja a través de una atención enfocada en las sensaciones corporales, y los movimientos, al igual que los lapsos/actos fallidos freudianos revelan algo de nosotros mismos que desconocemos (Sholl, 2021). La complejidad del autoconocimiento, desde Sócrates hasta la somática, pasando por Nietzsche y Heidegger (Shusterman, 2012), permite a las prácticas somáticas un acceso oblicuo a la interioridad. Para Merleau-Ponty (2005), el ‘cuerpo propio’ es el origen del conocimiento/comprensión del sujeto del conocimiento, y la designación ‘corporización’ ha domesticado sus posiciones/denominaciones radicales sobre la incorporación de las narrativas (Vörös, 2020 y Varela et al., 1993). En las narrativas verbales y cinéticas, el lenguaje corporal no es una ‘nota de gracia’ añadida a la narrativa, sino una incorporación preverbal (Forti, 2010), facilitando, ampliando u obstaculizando los patrones de pensamiento (Merritt, 2015).

El perspectivismo nietzscheano entrecruza la noción de ‘interpretación afectiva’ con la de ‘perspectiva’ constituida/dirigida por una matriz de ‘fuerzas activas e interpretativas’, el sujeto como multiplicidad es fabricado por y como una interpretación (Cox, 1997). Difícilmente habrá acceso a un ‘Yo’ poliédrico (Pereira, 2002), y si el conocimiento existe como verdad, por más que lo cuestionemos permanece indistinto del modo en que lo alcanzamos (Heidegger, 2001).

Acceder a la interioridad está vinculado a una interrogación extrema y el ‘Yo’ no es el sujeto aislado, sino un lugar de comunicación/fusión entre el sujeto y el objeto (Bataille, 2021), una fusión que el cuerpo en movimiento establece, siendo simultáneamente sujeto, objeto y herramienta de su propio saber (Marques y Xavier, 2013). El ‘Yo’ es una construcción social, vinculando su intencionalidad colectiva al ‘ser juntos’, como en situaciones de intención compartida y emoción colectiva (Giovagnoli, 2021), sumando nuevos argumentos a la idea del ser y el saber como un estar juntos (Ó, 2019).

---

## Fundamentación de la elección de las características del grupo de participantes

Mi deseo de trabajar con personas que no suelen bailar (PQNCD), cuando busco mejorar mi trabajo como docente de danza y creadora, surge por diversas razones que están interconectadas entre sí. Una de ellas surge de un intento por reducir la distancia entre las PQNCD y la obra y el trabajo coreográfico en general, trabajando desde la diversidad humana y abriendo la posibilidad de que estos participantes experimenten de manera holística (física y mentalmente) el proceso creativo del proyecto. Esta ambición de una posible relación diferente entre el espectador y el creador es análoga a la idea de también acortar la distancia entre el lector y el escritor, expresada a lo largo del libro de Jorge Ramos do Ó (2019) en relación con la jerarquía comúnmente impuesta entre la lectura y la escritura. En este caso, pienso en la relación entre la observación y la creación de obras coreográficas. Asimismo, comparto la idea utópica de Ó (2019), al referirse a las concepciones de Walter Benjamin (2011), de “una generalización de un saber profesional hecho accesible para todos” (p. 482), lo que sería una forma de construir “una práctica compartida por toda la comunidad” (p. 482). Prolongo este paralelismo entre los procesos de escritura y creación coreográfica, considerando el tipo de novela de Dostoyevski, que logra convocar al lector con un deseo democrático de hacerlo pensar en sí mismo (Bajtín, 2022)<sup>1</sup>.

Estos procesos conducen a la creación de diálogos provenientes de diversas perspectivas y experiencias, lo que también puede ser una forma de incluir a otros públicos. Esto me hace cuestionar y repensar el proyecto, formando así una “conciencia de lenguaje” (Ó, 2019: 381). Reflexiono sobre el lenguaje de mi investigación y sobre cómo quiero evitar el uso de un lenguaje que solo los bailarines comprendan, por ejemplo. Imagino, por lo tanto, un lenguaje que sea inclusivo con respecto a ciertas acciones corporales y que forme parte de esas modalidades inclusivas de movimiento. De esta manera, imagino que sea posible construir un lenguaje común para quienes experimentan estas modalidades, manteniendo presente la siguiente frase de Borges (1999): “Toda lengua es un alfabeto de símbolos, cuyo ejercicio presupone un pasado que los interlocutores comparten” (p. 93).

Esta construcción lingüística conjunta puede concebirse como una forma de alejarnos de la tendencia que ya exponía Dostoyevski (2022) sobre la casi imposibilidad de reflexionar en sus días (parece que actualmente esta tendencia se ha acentuado), y añade el autor: “se compran ideas preconcebidas” (p. 27); “las ideas tienen la capacidad de penetrar” (p. 39), ¿penetran en el cuerpo? ¿Puede el cuerpo, a su vez, penetrar en las ideas? En última instancia,

---

<sup>1</sup>A partir de los comentarios realizados en el seminario de lectura dirigido por el profesor Jorge Ramos de la Ó.

---

parece que el propio Dostoyevski responde a estas preguntas de la siguiente manera: “hay ideas no expresadas, inconscientes, solo sentidas intensamente; muchas de ellas se fusionan con el alma humana” (p. 40).

La aparición de estos diálogos y reflexiones puede crear “la posibilidad de que las palabras interiores emerjan y encuentren formas de relacionarse con otras que están circulando” (p. 40). Este proceso puede respaldar la comunicación de las singularidades de los participantes, predispuerto a la “heterogeneidad de los idiomas, obligándose a ese tipo de silencio de quienes están dispuestos a escuchar lo que aún no conocen” (p. 40). Estas cualidades, descritas por Ó (2019) con respecto al seminario como dispositivo académico, me parecen sugerentes para las sesiones de movimiento de mi investigación, durante las cuales pretendo igualmente desarrollar prácticas comunes que expresen experiencias individuales (cf. p. 384), es decir, la búsqueda de una práctica comunitaria (p. 455). Así, también reflexiono sobre la analogía entre las actividades de escribir y bailar, con respecto a “la necesidad en sí misma inagotable de configuración de ser-en-conjunto” (p. 483).

De igual manera, encuentro similitudes entre este tipo de seminario, las sesiones de movimiento que estoy desarrollando y la comunidad de orientación concebida por Gadamer (1995). Destaco especialmente la construcción de un conocimiento del ser-en-común a través de la compartición del conocimiento de la interioridad, ya que hablar uno con el otro, o en el caso de mi investigación, hablar y bailar con otras personas, no es simplemente explicar uno al otro (cf. p. 151). Más profundamente, este hablar en conjunto construye un aspecto común de lo que se habla, en lugar de sólo agregar la opinión de uno a la del otro, transformándolos a ambos (p. 151). Por lo tanto, una comunidad verdaderamente común crea una interpretación común del mundo, haciendo posible la solidaridad ética y social (p. 151).

Para reflexionar mejor sobre tales ‘prácticas comunes’ o incluso sobre una ‘práctica comunitaria’, necesito considerar el término ‘comunidad’ y qué sentido pretendo retener de tal término a lo largo de esta investigación. Me remito a las consideraciones desarrolladas por Anselm Jappe (2008) sobre el significado de comunidad, según textos de la Internacional Situacionista:

Si la naturaleza del hombre es su historicidad, esto presupone que la comunidad sea una auténtica necesidad del hombre [...] la comunidad es corroída por el intercambio [...] Una verdadera comunidad y un verdadero diálogo solo pueden existir donde cada uno pueda tener acceso a una experiencia directa de los hechos y donde todos tengan los medios prácticos e intelectuales para decidir sobre la solución de problemas (p. 54).



---

Al considerar este concepto debemos aclarar la oposición que existe entre sociedad y comunidad. La sociedad es un “vínculo puramente exterior, mediado por el intercambio entre personas en eterna competencia” (p. 55), mientras que, a su vez, la comunidad es un “conjunto de vínculos personales y concretos y una unidad orgánica de donde nacen las acciones del individuo” (p. 55). De manera sucinta, Jappe también agrega el pensamiento de Guy Debord, quien critica el espectáculo como una “sociedad sin comunidad” (Debord, 1992, citado en Jappe, 2008, p. 55). Complementariamente, considero la intencionalidad colectiva que se vincula al ‘ser juntos’, caracterizada por situaciones de “intención compartida, atención conjunta, creencias compartidas, aceptación colectiva, emoción colectiva” (Giovagnoli, 2021).

Al seguir aclarando las razones por las que me llevan al desarrollo de este estudio con personas que no suelen bailar (PQNCD), entrelazando las ideas sobre la creación de una comunidad y los diálogos que surgen en ella, recorro al concepto de polifonía que Mikhail Bakhtin (2022) ha discutido incansablemente en relación a las novelas de Dostoiévski. En otras palabras, todo lo que surja de esta investigación se revertirá en mi labor docente en danza y en mi actividad artística coreográfica, evitando limitar las perspectivas sólo a aquellos que ya tienen experiencia en la danza, ya que esas son las perspectivas a las que ya tengo acceso en mi vida profesional. Será a lo largo de esta investigación donde tendré precisamente la oportunidad y la posibilidad de enfrentarme a perspectivas sobre el movimiento y formas de crearlo a partir del trabajo con PQNCD y sus testimonios.

Esta concepción de la polifonía del texto me resulta útil para pensar y experimentar cómo podré construir una voz a partir de otras voces en mi investigación, tanto durante las sesiones prácticas como en la manera en que recojo y archivo la información que surge de ellas, y luego la articulo a través del trabajo de citación. De esta manera, podría ser posible encontrar una especie de soledad compartida y poblada por la multiplicidad de declaraciones de los participantes.

Para construir este trabajo de exploración del movimiento en conjunto con los participantes, me inspiro específicamente en la forma en que Dostoiévski logra traer voces contradictorias entre sí y dentro de sí mismas, sin intentar armonizarlas, manteniendo su complejidad no lineal con discontinuidades que pueden desplegarse, afectarse mutuamente, pero sin resolverse (Bakhtin, 2022). Esta motivación podría orientarme hacia la promoción del empoderamiento de los participantes, para que cada individuo tenga la posibilidad de crear su propia narrativa y descubrir lo que aún no conoce.

---

## Consideraciones metodológicas

El paradigma metodológico en el que se enmarca este estudio parte de la práctica como metodología de investigación. Esto significa que las orientaciones fenomenológicas y hermenéuticas, al informar la naturaleza artística del estudio, toman una dirección basada en métodos de observación de tipo cualitativo-interpretativo (Patton, 2015). Estas elecciones metodológicas surgen de las propias características de los fenómenos estudiados, donde un enfoque “suave” (soft) se ajusta mejor que procedimientos “duros” (hard) (Moscovici, 1988).

Al mencionar que el estudio sigue una orientación de pensamiento inductivo, es decir, que parte de lo concreto hacia lo abstracto y de lo singular hacia lo general, es importante tener en cuenta que “lo singular no se limita a confirmar leyes que asegurarían [...] la posibilidad de la previsión [...] al contrario, se trata de aprehender el fenómeno mismo en el concreto donde se revela como único” (Gadamer, 1996, p. 20). Gadamer agrega que este enfoque permite la comprensión de la experiencia en general, esto es, “no busca confirmar y extender estas experiencias generales para llegar al conocimiento de una ley que regiría el desarrollo de los hombres, pueblos o estados en general, sino que busca comprender cómo tal hombre, tal pueblo, tal estado, se ha convertido en lo que es”.

Haciendo referencia a Helmholtz, Gadamer subraya que ese autor “distinguía dos formas de inducción: la inducción lógica y la inducción artística-instintiva” (p. 21), y añade que “la distinción entre estos dos procedimientos [...] no era en última instancia lógica, sino psicológica, y ambas utilizan la inferencia inductiva, siendo esta una inferencia inconsciente”. Por lo tanto, el ejercicio de la inducción requiere una especie de tacto, recurriendo a facultades del espíritu como “la riqueza de la memoria y el reconocimiento de autoridades”, a diferencia de “la actividad de la inferencia consciente en sí misma, como la del científico cuyo estudio se basa en el uso de su entendimiento”.

## Caracterización concisa de los participantes en la investigación

La selección de los participantes estuvo guiada por dos criterios principales. El primer criterio requería que fueran personas sin experiencia en prácticas de danza sistemáticas, es decir, individuos que denominé como “personas que no suelen bailar” (PQNCD). El segundo criterio se basó en el conocimiento previo que tenía de los participantes, considerándolos como personas interesadas en las artes escénicas o prácticas somáticas, con la disposición de involucrarse en mis propuestas y que eventualmente podrían beneficiarse de la experiencia a lo largo del proyecto. Este segundo criterio se fundamenta en mi convicción de que la



---

participación de estas personas sería particularmente enriquecedora para las sesiones de movimiento, el análisis del contenido de sus declaraciones y, en resumen, para mi proyecto. En otras palabras, hice una elección deliberadamente sesgada de los participantes.

El primer ciclo de sesiones contó con la participación de seis personas. El segundo ciclo también tuvo seis participantes, pero dos de las participantes no estuvieron presentes en este ciclo, y en su lugar se incluyeron otras dos nuevas participantes en el segundo ciclo. Las edades de los participantes se encuentran en un rango que va desde los 23 hasta los 66 años. La edad promedio es aproximadamente 46 años.

Los participantes de este grupo tienen formación académica superior: dos tienen doctorados, uno es doctorando, uno tiene una maestría y los demás son licenciados. Todos los participantes practican o han practicado actividades físicas (como yoga, gimnasia, natación, karate, tenis, escalada). Excepto una participante (profesora de yoga), todos los demás participantes están o han estado involucrados en prácticas artísticas (como dibujo, pintura, teatro). Esta diversidad, tanto en términos de edades como de capacidades físicas, así como en los niveles de involucramiento en actividades físicas y artísticas, me permitió acceder a diferentes perspectivas de las experiencias propuestas por mí y vividas por los participantes.

### **El estudio de danza como espacio escénico**

En esta sección, exploraré la concepción del estudio como espacio escénico, así como los diversos aspectos que surgen de ella. Esta concepción del estudio surgió de mi preocupación por las transiciones que ocurren al pasar del contexto del proceso creativo al de la presentación. Cambiar de una situación de ensayo a una situación de presentación implica cambios que incluyen varias dimensiones, una de las cuales a menudo es el propio espacio. Sin embargo, por tratarse principalmente de un proyecto con PQNCD, decidí concebir el espacio de exploración del movimiento como un espacio que también podría ser el de una eventual presentación. Aunque esta idea original no se convirtió en una parte central de mi proyecto, evoco esta razón ya que estas transiciones, que ya son un desafío para los bailarines, serían aún más pronunciadas para PQNCD. La importancia de esta idea que me llevó a concebir el estudio de danza como un espacio escénico radica en el hecho de que fue un punto de partida para descubrir otras aperturas sobre la concepción de este espacio, ideas que desarrollaré a continuación.

A pesar de haber considerado la posibilidad de desarrollar la parte práctica de este proyecto fuera del estudio de danza, en espacios urbanos elegidos por los participantes, se me ocurrió

que, en experiencias anteriores, me había enfrentado a la importancia de abrir el estudio de danza a PQNCD (Pinheiro, 2019 y 2021). En esas experiencias, el estudio se convirtió en una especie de “suspensión del tiempo” (Bachelard, 1978), un paréntesis en la vida cotidiana de los participantes, proporcionando algo que, en ese momento, concebí como una ritualización de la práctica de movimiento en el estudio de danza (Pinheiro, 2018a).

### **Breve descripción del dispositivo de recopilación de información y la organización de los ciclos de sesiones de movimiento**

Durante y después de las sesiones de movimiento, utilicé diversos medios para recopilar información: entrevistas personales y colectivas, que variaban en cuanto a su estructura previa, es decir, que se situaban en un continuo donde un extremo correspondía a una conversación informal y el otro a una entrevista con un guion semiestructurado. Asimismo, tomé notas de campo y solicité comentarios escritos y orales a los participantes después de las sesiones. La intención de las entrevistas personales, realizadas después del primer ciclo de sesiones, fue profundizar y aclarar los comentarios de los participantes.

Se establecieron dos ciclos, cada uno con un número determinado de sesiones (ver tabla 1). En esencia, el segundo ciclo fue una consolidación del tipo de propuestas de exploración del movimiento que desarrollé con los participantes durante el primer ciclo de sesiones.

**Tabla 1.** Cuadro con el número de sesiones y duración de los dos ciclos.

	1º Ciclo	2º Ciclo
Nº de Sesiones	4	1
Nº total de horas	8	4

Durante el proceso de análisis de contenido de la información recopilada, emergieron una serie de tendencias: 1. Conciencia del cuerpo y del movimiento en el espacio, 2. Pertenencia al grupo, 3. Estados de ánimo en movimiento, 4. Integración de la música y el movimiento, 5. Diálogos internos que acompañan las experiencias cinestésicas. Al mismo tiempo, establecí conexiones entre lo que surgió del análisis de contenido, lo que desarrollé en las sesiones de movimiento y los textos de referencia, y todos estos aspectos confluyen en el desarrollo de mi escritura.

---

## Propuestas prácticas con el grupo de PQNCD

A lo largo de las sesiones de movimiento con este grupo, experimenté de manera incorporada la idea de simultaneidad. Necesité dinamizar y proponer diversas modalidades de movimiento, mientras intentaba comprender cómo los participantes respondían a tales propuestas, tomando notas al mismo tiempo sobre sus elecciones espaciales y cinestésicas. Cuando nos reuníamos para hablar sobre la experiencia de abordar estas tareas y ejercicios, quería escucharlos, observar el lenguaje corporal que se desarrollaba en conjunción con el lenguaje verbal, e intentaba tomar notas de las ideas que surgían en ese momento, en tanto me aseguraba de la fiabilidad de esas notas registradas gracias a la grabación de voz. Al hacer este registro, constantemente me encontré siguiendo un camino de palabras que surgían una tras otra, y observé cómo ese ritmo me llevaba a simplificar el discurso al registrar solo las ideas clave. Estas experiencias de simultaneidad me permitieron comprender que los registros eran significativos a pesar de la pérdida de cierta información.

Estas experiencias trajeron un paralelismo entre la danza y la escritura, ambas siendo ejercicios de transformación, siguiendo un camino que se desdobra y se vuelve laberíntico. Esta danza y esta escritura avanzan sin dirigirse a un punto específico, siempre orientadas por mi pregunta central de investigación. Incluso esta pregunta cambia de lugar, algo que me ocurrió en reflexiones relacionadas con el arte, la educación y la terapia, y las fronteras difusas entre estas áreas. Las respuestas que intenté crear son enigmáticas y se formaron a medida que encontraba estas conexiones. Para concebir estas relaciones, necesité escribir, fundamentar la investigación, tratando de traducir de manera concreta mi enfoque del enigma.

Para animar a los participantes a involucrarse en este tipo de práctica en la que encontramos conexiones entre lo que experimentamos internamente y nuestros movimientos, los orienté a través de la experiencia de la *Small Dance* de Steve Paxton. La *Small Dance* es una práctica caracterizada como una terapia que desarrolla el “poder personal y la fuerza de la presencia” del individuo, útil para la vida cotidiana en general (Turner, 2010). Esta referencia ha estado presente en mi investigación práctica y teórica relacionada con la forma en que acompaño a los participantes en el viaje de la toma de conciencia del “cuerpo propio”.

Mi interés en el perspectivismo nietzscheano (Cox, 1997), como ya he mencionado anteriormente, surgió de la necesidad de jugar con la dualidad entre las experiencias realmente vividas y la posibilidad de que estas sean creadas por los participantes. Esta forma de pensar me permitió complejizar y profundizar en las experiencias que propuse, brindando la opción de compartir recuerdos de situaciones que realmente sucedieron o de “nuevos recuerdos”

---

inventados, así como la creación de recuerdos híbridos, donde los límites entre la realidad y la ficción se desdibujan.

Al mismo tiempo, en las experiencias prácticas, quería mantener presente “el carácter fundamentalmente dialógico de la vida humana” (Taylor, 2009: 46), considerando el diálogo en su sentido amplio. En el caso del movimiento, me refiero al lenguaje corporal, al arte de bailar, como “formas de expresión a través de las cuales nos definimos”. Tanto a través de palabras como de movimientos, “somos iniciados en el lenguaje a través de la interacción con los demás”, y en las experiencias prácticas tenía la ambición de lograr que este intercambio ocurriera entre los participantes, especialmente considerando que colaboré con personas que no suelen bailar regularmente, por lo que tal experiencia fue igualmente una iniciación al movimiento.

### **Descripción del análisis de la información recopilada**

A continuación, comparto algunos de los comentarios de los participantes correspondientes a cada una de las tendencias emergentes, así como algunas de las observaciones que surgieron durante su análisis.

#### **Primera tendencia: conciencia del cuerpo y del movimiento en el espacio**

En la primera conversación grupal, tuve acceso a descripciones interesantes y sorprendentemente complejas por parte de los participantes con respecto al proceso de elección y las decisiones que tomaron durante las propuestas de tareas y ejercicios. Por ejemplo, una de las participantes (Constança) expuso su “conciencia del cuerpo y del movimiento en el espacio” de la siguiente manera:

“Encontré muy difícil tener una noción [...] de la totalidad del espacio y de las personas, y sentí la necesidad de equilibrar mi movimiento con el de los demás que estaban a mi lado”. En medio de esta descripción, notamos las reglas y marcos que la propia participante introdujo en el ejercicio para guiarse, elementos que van más allá de las indicaciones que di inicialmente. Este hecho parece indicar que algunos de los participantes necesitaron crear recursos propios para llevar a cabo sus experiencias. Constança parece haberse dado cuenta de su dificultad para conectarse con el espacio y los otros participantes, lo que la llevó a encontrar una forma personal de profundizar en su conciencia corporal y cinestésica.

---

Constança reflexionó de manera más intensa sobre la conciencia que tiene de sus movimientos, distinguiendo de la siguiente manera varios tipos de memoria que experimentó en una de las sesiones: “Una de las cosas que noto es que no tengo memoria y no es solo memoria... en el caso de los nombres, por supuesto, es una memoria intelectual... Pero en el caso de los movimientos, no sé si es solo una memoria intelectual... es como si el cuerpo no estuviera acostumbrado a memorizar cosas...”.

De forma complementaria, Constança exploró su percepción de la falta de conciencia corporal, específicamente una conciencia del cuerpo en el espacio sin utilizar la visión, afirmando lo siguiente:

Es como si el cuerpo no tuviera la capacidad de percibir tan bien lo que está a su alrededor... hubo un momento en el que estaba enrollada allí, así que no veía a nadie a mi alrededor... Perdí por completo la noción de dónde estaban todos los demás... y creo que esto tiene que ver con que no tengo ese entrenamiento... de que el propio cuerpo pueda hacerlo sin los ojos....

Al especificar esta característica de su falta de práctica en la conciencia corporal y la conciencia de su entorno, Constança dejó claro cómo la conciencia corporal abarca diversas dimensiones. Una de ellas “[...] que resulta de la transformación de la conciencia vigilante intencional [...]” (Gil, 2004: 2), que parece expresarse en el momento en que la participante observa cómo perdió la conciencia de lo que la rodeaba. Otra “[...] que surge de la mutación del cuerpo, que se convierte en una especie de órgano para capturar las vibraciones más finas del mundo”, que Constança identificó como una característica que le falta, comprendiendo así la necesidad de una práctica procesual para desarrollar y ampliar su conciencia corporal.

### **Segunda tendencia: pertenencia al grupo**

En su cuento “El gran inquisidor”, Dostoiévski (2012) pone a los dos hermanos Karamázov en un diálogo en el que uno de ellos crea toda una narrativa que, en esencia, tiene como objetivo cambiar su forma de pensar o, más precisamente, ridiculizar la fe de su hermano. Este cuento comienza con la visita de Cristo a la tierra y continúa con los eventos que se desarrollan a partir de allí, con un cardenal como personaje principal que ordena su encarcelamiento. A partir de ahí, la historia continúa con diálogos entre los dos, en los que discuten sobre la humanidad y, en cierto punto, el cardenal lamenta y acusa a la humanidad de tener como mayor tormento la “exigencia de comunidad” (p. 259).

---

Me sentí incluida en la acusación del cardenal, ya que constantemente intento encontrar un sentimiento de comunidad con los participantes. De hecho, al tener acceso a sus testimonios, pude comprobar que esta tendencia de búsqueda de ‘pertenencia al grupo’ fue claramente expresada por todos, de diversas formas. Como ejemplo, Miguel mencionó que “buscó encontrar el colectivo, el grupo, en un individuo que no fuera yo”. Otro ejemplo muestra esta búsqueda, aunque también menciona la dificultad y la frustración que esta búsqueda conllevó para Constança: “sabía que debía comunicarse con los demás cuerpos, pero no logré alcanzar la conciencia del grupo”. Constança, interpretando su propia limitación, agregó: y cuando [esa conciencia se alcanzó], fue de manera racional. Luego, la participante, que investiga la imagen y la escenografía, utilizando sus conocimientos, intentó aclarar la racionalidad de esa conciencia encontrada en términos de una posible geometría de la composición, que visualizaba cuando podía ver al grupo. En términos de conclusión, Constança expresó la siguiente interpretación de carácter filosófico: “Quizás todo esto esté implicado en algo en lo que he estado pensando y que es la forma en que la separación, que la mayoría de nosotros hacemos con el cuerpo, nos condiciona y nos impide actuar”.

Por su parte, cuando Carlos expresó sus expectativas sobre cómo se desarrollarían las sesiones, primero expresó una certeza, i.e., “la convicción de que formo parte de un grupo que está tratando de encontrar alguna armonía/expresión”. De manera complementaria, el participante también explicó la forma en que encontró para formar parte de la propuesta de improvisación, destacando su búsqueda de ‘pertenencia al grupo’:

Creo que intenté participar para no perder esa noción de grupo y tratar de ocupar siempre un lugar donde hubiera poca gente, llenar más la sala y estar atento al ruido... que se hacía, especialmente cuando había caminatas... [para] no estar todos caminando en el mismo lugar... así que alternar las posiciones... siempre estaba tratando de que... hubiera personas haciendo lo mismo... para estar integrado.

Este tipo de nuevos hitos creados por los participantes me sugirieron el proyecto de agregar reglas similares en otro ciclo de sesiones, probándolas con el grupo, creando nuevos ejercicios, cada vez más complejos.

Siguiendo el comentario de Carlos sobre su enfoque de encontrar movimientos comunes a los de otras personas durante el ejercicio, con la intención de integrarse en el grupo, Claudia observó cómo un movimiento unísono accidental le provocó un sentimiento de pertenencia y una gratificante sensación estética:



---

Sentí que estaba mucho más enfocada en mis propios movimientos, pero cuando había momentos en los que veía que estaba haciendo lo mismo que otra persona, o que casualmente hacíamos lo mismo, sentía una sensación de... tal vez de unión... lo encontré hermoso.

En complemento, Leonor describió otro momento de sincronía con otros participantes de la siguiente manera: “A veces había cosas que... era natural que el movimiento siguiera... que iba a ser así y era sincrónico... uno comenzaba a moverse y los demás... automáticamente se volvía sincrónico... ahí sentí que fue realmente espontáneo y sincrónico”. Estas declaraciones, además de enfatizar nuevamente el movimiento unificado, incluyen un término/concepto que parece estar presente en las prácticas de estas sesiones, es decir, “natural”, en relación con la aparición espontánea del movimiento en grupo.

### **Tercera tendencia: estados de ánimo durante el movimiento**

Para abordar esta tendencia, menciono nuevamente a Musil (2018) cuando el autor analiza a uno de los personajes en su novela *El hombre sin atributos*:

Ulrich simplemente presumía que una persona dotada de espíritu tiene todo tipo de inclinaciones intelectuales, de modo que el espíritu es anterior a las cualidades; él mismo era un hombre de muchos contrastes e imaginaba que todas las cualidades jamás expresadas en la humanidad reposan bastante cerca unas de otras en el espíritu de cada persona, si es que lo tiene (p. 134).

Comienzo el análisis de esta tercera tendencia con la citación anterior, pues esta autorreflexión elaborada por el personaje Ulrich me ayudó a pensar mejor en lo que ya había intuido, tanto a través de mi práctica de movimiento y cómo al bailar siento y atravieso diferentes estados de ánimo, como también, de manera más explícita, al escuchar y/o leer los testimonios de los participantes que introduciré a lo largo de esta sección.

Como ha quedado evidente a lo largo de este análisis de contenido, además de la *Small Dance*<sup>2</sup>, otro ejercicio que generó diversas reflexiones y comentarios de los participantes fue el *flocking* (formación de un enjambre de movimientos coordinados). Miguel se refirió a este ejercicio como un momento en el que se puede pensar y en el que el pensamiento y la libertad se fusionan. En sus propias palabras, “tu pensamiento está orientado como la libertad...

---

<sup>2</sup> Esta práctica consiste en permanecer de pie, observando los pequeños ajustes que hacemos para mantener la posición vertical.

---

entonces cuando el pensamiento y la libertad están juntos, algo sucede...”, revelando así un ejemplo de ‘estados de ánimo durante el movimiento’.

Curiosamente, teniendo en cuenta el concepto de “coreopolítica” propuesto por André Lepecki (2013), encuentro ecos y ramificaciones que se conectan con la práctica del *flocking* y específicamente con la observación de Miguel. Esta actividad parece facilitar el aprendizaje de formas de movimiento político, en las que existe la posibilidad de encontrar la libertad “al entregarse por completo a las propias acciones en el ámbito de una construcción colectiva, o de un plan coreográfico, [...] experimentando cómo moverse políticamente” (p. 26).

#### **Cuarta tendencia: relación entre la música y el movimiento**

La preocupación por la música me llevó a querer un músico que nos acompañara en las sesiones en vivo, para que hubiera una conexión y un intercambio circular, en lugar de sentirme presionada a “manipular” las dinámicas del grupo a través de mis elecciones musicales, y para tratar de aliviar esa sensación de necesidad de obedecer a la *autoridad* impuesta por la música, como Leonor expresó en su primera reflexión verbal. La participante también añadió que luchó con la elección entre concretar “las acciones o vivir la música”. Al mismo tiempo, Carlos describió esta imposición de la música en sus movimientos de manera apreciativa: “me gustó la forma en que sentí la música y su influencia en el ritmo y la forma de los movimientos”. En otras palabras, esta fue una forma de integrar la música y el movimiento.

Durante su entrevista personal, Leonor describió con más detalle el instante en que comenzó a tomar conciencia de su proceso de toma de decisiones sobre los movimientos que hacía y la forma en que incorporaba la música:

Ya no recuerdo cuáles fueron las acciones que diste... pero eran varios verbos [...] y luego hubo un momento en que dijiste: además de esas, pueden usar otro movimiento que les apetezca... y entonces... cómo podríamos usar otro movimiento que nos apetezca... cuando presté atención a la música... empecé a moverme para integrarme más con la música...

Mi sugerencia parece haber brindado un momento en el que la posibilidad de vincular sus movimientos a la música, incorporándola, se volvió más accesible para esta participante.

---

Leonor continuó describiendo este episodio:

Sólo cuando estaba tomando conciencia... es decir... permitiste que hiciéramos un movimiento propio... una acción nuestra... y es en ese sentido que dije: ah, tengo libertad [...] porque escuché la música y pensé... espera... ahora tengo libertad... no estoy limitada solo a tres acciones... entonces puedo integrarme mejor con la música...

Este ejercicio y, en particular, el instante en que ya podían incluir más movimientos además de los tres que sugerí inicialmente, no sólo permitió que esta participante tomara conciencia de procesos emergentes de esta relación entre la música y el movimiento, sino que también le brindó una sensación de *libertad* de movimiento y de elección en la forma en que los articulaba con la música. Esta sensación de *libertad* que Leonor describió en este contexto de “relación entre música y movimiento” evoca las extensas reflexiones hechas por Miguel sobre la conexión que encontró entre el *flocking* y la libertad, detalladamente descrita y analizada en la sección anterior, es decir, en la tercera tendencia: “estados de ánimo durante el movimiento”.

### **Quinta tendencia: diálogos internos que acompañan las experiencias cinestésicas**

Por último, comparto un tema que me ha fascinado por su faceta intrigante, esto es, los ‘diálogos internos que acompañan las experiencias cinestésicas’. Antes de sumergirme en las diversas situaciones en las que los participantes se expresaron acerca de sus ‘diálogos internos’ mientras se movían, introduzco otra cita del libro de Musil (2018) que me ayudó a profundizar mi comprensión de la importancia que se puede atribuir a nuestros ‘diálogos internos’:

Ulrich no consideró completamente insignificante lo que acababa de pensar. Pues si con el paso del tiempo las ideas comunes e impersonales se fortalecen por sí mismas, y las inusuales pierden interés, de manera que todas ellas se vuelven mediocres con regularidad mecánica, eso explica por qué, a pesar de las mil posibilidades que tendríamos ante nosotros, ¡el hombre común es un hombre común! (p. 134).

Un ejemplo de esta tendencia fue la conciencia de ‘diálogos internos parasitarios’, que Constança describió después de haber experimentado estar quieta; “justo al principio, cuando estaba parada... las palabras en las que estaba pensando... eran palabras del día de ayer...”. Este tipo de ‘diálogos internos’, que llamé parasitarios, ya me habían sido relatados en entrevistas que realicé con bailarines y músicos para describir estados perturbadores de su pleno rendimiento artístico, al reflexionar y describir lo que pensaban mientras bailaban, cantaban o tocaban un instrumento (Ásmundsdóttir & Pinheiro, 2022).

---

Posteriormente, Constança observó y describió la falta de conciencia de los diálogos internos mientras se movía, que parece ser su estado habitual: “Luego empecé a caminar y comencé a hacer lo que siempre hago... no sé en qué estoy pensando... estoy ahí... no estaba muy metida en el ejercicio y solo después, cuando empecé a tener que decir secretos... fue cuando volví...”. Estos comentarios me motivan, una vez más, a querer profundizar en la investigación en este tema de los diálogos internos mientras una persona se mueve.

### **Consideraciones finales**

En este artículo, he entrelazado y fusionado diversas líneas de pensamiento y concepciones teóricas y artísticas que han moldeado mi proyecto, utilizando estas teorías y conceptos como herramientas para desentrañar realidades, y centrándome en objetos a través de estudios de múltiples autores. En otras palabras, este artículo ha sido un ejercicio para encontrar un lenguaje plural a través de la combinación de varios idiomas y múltiples voces, tanto de artistas como de autores.

Para profundizar en la concepción de las ‘modalidades inclusivas de movimiento’, encuentro inspiración en las palabras de Barad: “hacer teoría requiere estar abierto a la vivacidad del mundo, dejarse seducir por la curiosidad, la sorpresa y la admiración [...] Las teorías son reconfiguraciones vivas y respiratorias del mundo. El mundo teoriza, así como experimenta consigo mismo” (2012: 207). De manera similar, a lo largo de este proceso, ha quedado claro que no se trata únicamente de la concepción y el diseño de las modalidades de intervención, sino más bien de cómo llevaré a cabo este proceso.

Al mismo tiempo, este trabajo, desarrollado a partir de fundamentos presentes tanto en la ‘danza inclusiva’ como en las ‘prácticas somáticas’, me ha llevado a construir mi propio discurso, recordándome las afirmaciones de António Henriques (2021): “Ninguna colección de discursos ni conjunto de enunciados [...] vive sin cruzarse con otros, ningún locutor es la fuente de su discurso, ningún elemento del discurso, sonido o unidad mínima de escritura, existe sin remitirse infinitamente a otro” (p. 524). Es importante resaltar esta naturaleza de la investigación en el campo de las artes y humanidades al final de este artículo, puesto que este tipo de investigaciones no reclama “verdades absolutas” (p. 524), lo que me motiva a seguir buscando una comprensión más profunda del objeto de estudio. Al mismo tiempo, este tipo de investigación académica “ejerce su rigor construyendo la pertinencia de elegir lo que se ha decidido investigar” (Henriques, 2021, p. 538), organizando dispositivos que garanticen su fiabilidad.

---

A través de estas reflexiones, he experimentado una especie de ‘juego de fragmentos’, mezclando varios temas que inicialmente podrían parecer distantes para descubrir la profundidad en el contexto de mi proyecto de investigación. Este ejercicio ha producido una ‘deriva’ o ‘ensueño’ (Bachelard, 1978) que me ha ayudado a ‘escenificar’ un conjunto de conceptos para pensar más profundamente sobre las problemáticas de mi investigación, otorgando énfasis y valor a lo que no parecía obvio para ser incluido en las reflexiones relacionadas con mi proyecto.

A lo largo de este proceso, he mantenido presentes varias características de la vida en comunidad, como ‘vivir fuera del tiempo’, que se produjo cuando los participantes se unieron con intenciones similares, “experimentando un tiempo fuera del tiempo” (Henriques, 2021, p. 533), mientras reflexionaban y experimentaban “fuera del yo-solo” (Ó, 2019, p. 372), concibiendo “el conocimiento como un estar junto a”.

### **Agradecimientos**

Este estudio es financiado por la Fundación para la Ciencia y la Tecnología de Portugal.

### **Referencias**

- Ásmundsdóttir, L. M. & Pinheiro, I. (2022). What Happens in Performers’ Minds? Dancers’ and Musicians’: Inner Conversations. *APRIA Journal*, 2nd of November.
- Bachelard, G. (1978). *A poética do espaço*. São Paulo: Abril Cultural.
- Bakhtin, M. (2022). *Problemas da obra de Dostoiévski*. São Paulo: Editora 34.
- Bataille, G. (2021). *A Experiência Interior*. Lisboa: Edições 70.
- Barad, K. (2012). On Touching – The Inhuman That Therefore I Am. *A Journal of Feminist Cultural Studies*, Vol. 23, 206–223.
- Benjamin, W. (2011). *Origem do Drama Trágico Alemão*. Belo Horizonte: Autêntica.
- Borges, J. L. (1999). *O Aleph*. Porto Alegre: Editora Globo.

- 
- Braun, N. & Kotera, Y. (2021). Influence of Dance on Embodied Self-Awareness and Well-Being: An Interpretative Phenomenological Exploration, *Journal of Creativity in Mental Health*, DOI: 10.1080/15401383.2021.1924910
- Cox, C. (1997). The “Subject” of Nietzsche’s Perspectivism. *Journal of the History of Philosophy*, Vol. 35 (2) 269–291.
- Dostoievski, F. (2022). *Diário do Escritor*. Lisboa: Relógio D’Água.
- Dostoiévski, F. (2012). *Os Irmãos Karamázov*. Lisboa: Relógio D’Água.
- Feldenkrais, M. (1987). *Awareness Through Movement: Health Exercises for Personal Growth*. Middlesex: Penguin Books Ltd.
- Forti, S. (2010). Materia Prima. In, M. Buckwalter (Ed.), *Composing while Dancing An Improviser’s Companion*. Madison: The University of Wisconsin Press.
- Gadamer, H.-G. (1996). *Vérité et Méthode*. Editions du Seuil.
- Gadamer, H.-G. (1995). *Langage et Vérité*. Editions Gallimard.
- Gil, J. (2004). Abrir o Corpo. In T. M. G. Fonseca & S. Engelman, (Eds.), *Corpo, Arte e Clínica* (pp.1-11). Porto Alegre: Ed.UFRGS.
- Ginot, I. (2014). *Penser les somatiques avec Feldenkrais: Politiques et esthétiques d’une pratique corporelle*. Lavérune: Éditions L’Entretemps.
- Ginot, I. (2013). Douceurs somatiques. *Repères, cahier de danse*, Vol. 32, 21-25.
- Giovagnoli, R. (2021). Habitual Behavior: Bridging the Gap between I-Intentionality and We-Intentionality. *Academia Letters*, Article 389.
- Heidegger, M. (2001). *Seminários de Zollikon*. São Paulo: Vozes.
- Henriques, A. (2021). A Grande Travessia: textos académicos para gente do risco e do movimento ousado. *Currículo sem Fronteiras*, Vol. 21, 523-539.



- 
- Jappe, A. (2008). *Guy Debord*. Lisboa: Antígona.
- Lepecki, A. (2013). Choreopolice and Choreopolitics: or the task of the dancer. *The MIT Press, Vol. 57, N. 4, 13-27*.
- Marques, A. & Xavier, M. (2013). Criatividade em Dança: Conceções, Métodos e Processos de Composição Coreográfica no Ensino da Dança. *Revista Portuguesa de Educação Artística, Vol. 3. 47-59*.
- Merleau-Ponty, M. (2005). *Phenomenology of Perception*. Taylor and Francis e-Library.
- Merritt, M. (2015). Thinking-Is-Moving: Dance, Agency, and a Radically Enacted Mind. *Phenomenology and the Cognitive Sciences 14 (1), 95-110*.
- Moscovici, S. (1988). Notes towards a description of social representations. *European Journal of Social Psychology, Vol. 18, 211-250*.
- Musil, R. (2018). *O Homem sem Qualidades*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Ó, J. R. (2019). *Fazer a Mão – Por Uma Escrita Inventiva Na Universidade*. Lisboa: Edições Do Saguão.
- Patton, M. (2015). *Qualitative research & Evaluation Methods*. SAGE Publications, Inc.
- Pereira, F. (2002). *Social construction of knowledge and social construction of self-concept: Thinking about learning in youth. Conférence non publiée proferée à la Fedora-Psyche Conference: Cognition, motivation and emotion: Dynamics in the academic environment*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Rancière, J. (2021). *Tempos modernos: arte, tempo, política*. São Paulo: n-1 edições.
- Sholl, R. (2021). Feldenkrais, Freud, Lacan and Gould: How to Love Thyself for Thy Neighbour. In R. Sholl (Ed.), *The Feldenkrais Method in Creative Practice: Dance, Music and Theatre* (pp. 69 - 91). London, New York, Oxford, New Delhi, Sydney: Methuen Drama.

- 
- Shusterman, R. (2012). *Thinking Through the Body: Essays in Somaesthetics*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Spatz, B. (2015). *What a body can do. Technique as Knowledge, Practice as Research*. London & New York: Routledge.
- Taylor, C. (2009). *A Ética da Autenticidade*. Lisboa: Edições 70.
- Turner, R. (2010). Steve Paxton's "Interior Techniques": Contact Improvisation and Political Power. *TDR/The Drama Review*, Vol. 54: 3 (207), 123–135.
- Varela, F., Rosch, E., Thompson, E. (1993). *The Embodied Mind: Cognitive Science and Human Experience*. Cambridge, MA: The MIT Press.
- Vörös, S. (2020). Mind Embodied, Mind Bodified: Merleau-Ponty and the Enactive Turn in Mind Sciences. *Études phénoménologiques – Phenomenological Studies*, Vol. 4, 91–117.