

José Carlos Franco de Lima<sup>1</sup>  
Lisiane Machado Aguiar<sup>2</sup>  
Inara do Nascimento Tavares<sup>3</sup>

---

# A ARTE DE ETNOGRAFAR VIVÊNCIAS NA RODA DO LAVRADO: EXPERIÊNCIAS, REGISTROS E PARTILHAS

## THE ETHNOGRAPHYART IN THE CIRCLE OF LAVRADO: EXPERIENCES, RECORDS AND SHARING

### Resumo

A intenção principal deste artigo é oferecer algumas reflexões metodológicas sobre o registro etnográfico de vivências grupais de percepção corporal, biodança, danças circulares, yoga e meditação. Iniciamos apresentando o conceito de vivência e de corpo desenvolvidos na Roda do Lavrado, ação de extensão realizada no âmbito do Projeto de Extensão Apoio aos Refugiados em Roraima do Instituto de Antropologia/UFRR. As vivências fazem parte de uma revolução silenciosa, porém contínua na construção de uma cultura do *bem viver* baseada na integralidade da vida humana. O corpo é a base de nossa experiência relacional. Desse modo, as dinâmicas grupais realizadas na Roda do Lavrado visavam, entre outros objetivos, o desenvolvimento do olhar disponível, a escuta sensível e o tato consciente nas práticas de percepção corporal. Esse enfoque centrado na experiência corporal em grupo e no registro posterior dessas vivências esteve presente de forma contínua nos encontros realizados. Logo, observamos que a etnografia das vivências, mais do que uma técnica, é a arte de registrar e expressar os biorrelacionamentos.

Palavras-chave: antropologia do corpo; registro etnográfico; vivências.

### Abstract

The main intention of this article is to offer some methodological reflections on the ethnographic record of group experiences of body perception, biodance, circular dances, yoga and meditation. We begin by presenting the concept of experience and body developed in the Roda do Lavrado, an extension action carried out within the scope of the Extension Project for Support for Refugees in Roraima of the Institute of Anthropology

- 
- 1 Docente de Antropologia da Universidade Federal de Roraima. Mestre em Sociologia Política (PUC/SP), doutor em Antropologia (PUC/SP), pós-doutor em psicologia social (Unesp). Facilitador em percepção corporal.
  - 2 Docente de comunicação da Universidade Federal de Roraima. Mestre em Comunicação Unisinos/RS, doutora em Comunicação e Informação (UFRGS), pós-doutora em Letras (UFRR). Instrutora de yoga.
  - 3 Docente da Universidade Federal de Roraima/Instituto Insikiran de Formação Superior Indígena. Doutoranda do Programa de Pós-Graduação de Ciências Sociais em Desenvolvimento, Agricultura e Sociedade – CPDA/UFRRJ. Focalizadora em Danças Circulares.

of the Federal University of Roraima, Boa Vista, Brazil (UFRR). The experiences are part of a silent revolution, but it continues to build a culture of good living based on the integrality of human life. The body is the basis of our relational experience. In this way, the group dynamics carried out at Roda do Lavrado aimed, among other objectives, at developing an available gaze, sensitive listening and conscious touch within the body perception practices. This focus, centered on the bodily experience in groups and the subsequent recording of these experiences, was continuously present in the meetings. Therefore, we observe that the ethnography of experiences, more than a technique, is the art of recording and expressing bio-relationships.

Keywords: body anthropology; ethnographic records; experiences.

## 1 INTRODUÇÃO

O objetivo principal deste artigo é oferecer reflexões metodológicas sobre o registro etnográfico de vivências. Nos baseamos na experiência da Roda do Lavrado, atividade realizada no Projeto de Extensão Apoio aos Refugiados em Roraima da Universidade Federal de Roraima (UFRR). Iniciamos com a prática de danças circulares. Em 2018, incorporamos a percepção corporal e a biodança. Em 2019, a yoga e a meditação. Além de ser uma atividade de extensão universitária, inserimos a atividade no programa da disciplina Antropologia do Corpo, ofertada no currículo do curso de bacharelado em Antropologia da UFRR.

Pedimos aos participantes que fizessem relatos e registros das vivências. Uma questão desafiadora se apresentou: como registrar vivências grupais estando imerso nelas? As reflexões a seguir são uma tentativa de sistematização dos fundamentos e balizamentos para uma etnografia de vivências.

Queremos inicialmente apresentar o conceito de vivência com o qual estamos trabalhando na Roda do Lavrado. Vivências são momentos grupais nos quais buscamos sentir de forma consciente nosso corpo em movimentos integrativos: seus processos orgânicos, sua fluidez, suas interações com os outros e com o ambiente. São momentos para dedicarmos cuidados ao nosso corpo, de trocas afetivas e da criação de movimentos corporais. As vivências são momentos de ruptura com a rotina diária. É um tempo dedicado a experimentar padrões de percepção distintos daqueles padrões usados cotidianamente.

Nossa intenção é desenvolvermos através das vivências novos esquemas de percepção e movimentação corporal que sejam incorporados ao nosso cotidiano. É sair do conforto de hábitos corporais restritivos para experimentar diferentes possibilidades. São momentos de exercício da criatividade.

As intenções que estabelecemos numa vivência agenciam um campo sinérgico que envolve ações, ao mesmo tempo, terapêuticas, meditativas,

pedagógicas e recreativas. Integram as dimensões sociais, físicas, emocionais e intelectuais dos participantes.

A vida de uma pessoa é uma singularidade (Guattari; Rolnik, 2011). A dimensão sociocultural, física, emocional e mental compõe uma *sinfonia*. Nossas estruturas cognitivas são construídas nas relações sociais e condicionam a interpretação dos acontecimentos existenciais. Os rizomas socioculturais de tempo, de espaço e de significados que introjetamos ao longo de nossa vida. As estruturas emocionais configuradas em nossas relações afetivas e as estruturas intelectivas adquiridas em nossa vida social são alguns componentes desses esquemas cognitivos.

Nosso bem-estar é precioso. Ele é acompanhado pela autoaceitação e aceitação do outro. Aceitação aqui implica em sair da posição de controlador para a posição de observador e de experimentador. Deixamos que os acontecimentos corporais e relacionais se manifestem, aconteçam. É percebermos os fenômenos corporais e relacionais acontecendo. Autoimagem e alter-imagem se constituem nas relações socigrupais. Somos seres em relação-com. Somos organismos porosos e relacionais. Nesse sentido, autoestima e reconhecimento social caminham juntos nas vivências. Perceber-se é sempre um processo relacional que envolve reconhecimento mútuo. Por isso, a abertura emocional é fundamental para que as vivências nos tragam novos aprendizados. Vivências são encontros. Buscamos que o espaço grupal seja um espaço de acolhimento onde os participantes se sintam seguros para permitir que as emoções se manifestem.

As vivências fazem parte de uma revolução silenciosa, porém continua na construção de uma cultura do bem viver baseada na integralidade da vida humana. Uma forma de espalhar pelo mundo a notícia de que é possível cuidar do nosso corpo e cuidarmos uns dos outros.

O corpo é a base de nossa experiência relacional. Nossos corpos são organismos vivos que interagem de forma contínua com o ambiente. Quando falamos em ambiente incluímos o mundo imaginário, dimensões desconhecidas e formas de energias imperceptíveis. Campos sólidos, líquidos, gasosos, eletromagnéticos, vibracionais, fotocionais que, entre outros, compõem os ambientes do universo no qual vivemos.

Somos uma sequência de fatos vivos. Nos constituímos como microambientes em rede que compõe um organismo. Uma das ações que essa organização espacial permite é a circulação de nutrientes e substâncias – além de ser um microcosmo para seres microscópicos como bactérias –, bem como a movimentação no campo gravitacional (Keleman, 1992, p.16).

O corpo humano se configura nas interações socioambientais. As heranças genéticas e as interações sicionaturais geram padrões somaticamente configurados. Os padrões somáticos revelam nosso modo de ser no mundo, fazem parte da inteligência corporal. A configuração corporal é a forma pela qual percebemos o mundo e a nós mesmos. Os limites entre o ambiente interno e externo são tênues e porosos. Mas é possível percebê-los, quando se trata de corpo físico.

O movimento de dentro para fora e de fora para dentro é uma constante da vida humana. A tal ponto que nossa identidade se constitui e se transforma nesse processo de comunicação permanente. Interpretamos o que vivemos segundo nossas representações simbólicas ou esquemas de percepção. Somos seres interativos, uma vez que nos comunicamos com o meio circundante. Este trecho da canção “Serra do Luar” de Walter Franco expressa poeticamente com muita profundidade essa condição de interatividade contínua do ser humano: “Viver é afinar um instrumento. De dentro pra fora, de fora pra dentro. A toda hora, a todo instante. De dentro pra fora, de fora pra dentro”.

Perceber o próprio corpo é de grande importância no decorrer das relações e processos sociais nos quais estamos envolvidos. O que sentimos se expressa em termos corporais. A consciência refinada do próprio corpo é uma habilidade necessária para registrar as experiências das vivências na Roda do Lavrado. Perceber o corpo em-relação-com é estar presente.

Nosso corpo revela nossa atitude diante da vida e expressa nossas atitudes nos trabalhos de percepção corporal em grupo. Emoções e imaginação se expressam espontaneamente pela linguagem corporal, na maioria das vezes de forma inconsciente. A palavra é usualmente a forma mais utilizada para revelarmos nossas posturas existenciais. Porém a comunicação humana é um conjunto que envolve imagens visuais, auditivas, táteis, cinestésicas, olfativas, palativas, além de estruturas sintáticas e quadros de representação simbólicas. As emoções compõem a comunicação humana tanto quanto os conceitos. Nesse sentido, o registro das vivências se aproxima da intuição poética, dando espaço para imprecisões e incertezas. Tanto o registro quanto o compartilhamento dos registros dão margem a releituras ou ressignificações.

## **2 ESTAR PRESENTE: VIVENCIAR, REGISTRAR E COMPARTILHAR**

A etnografia das vivências aqui proposta é baseada na pesquisa-ação participante, é um encontro. Registramos, investigamos e refletimos fazendo parte da ação grupal. O que supõe estarmos disponíveis para perceber o outro para além das palavras. É olhar, é tocar, é observar, é interagir, é expor-se, é estar

no aqui e agora. O direito ao bem-estar e à beleza, a construção de vínculos afetivos e de espaços de diálogo compõe o horizonte utópico do campo relacional no qual nos movemos.

A pesquisa participativa acadêmica tem enfrentado dificuldades para combinar posturas acadêmicas com as posturas propostas pelas abordagens integrativas. O mundo universitário é permeado de cobranças e mecanismos de controle institucionais; temos observado que os estudantes que vêm para a Roda do Lavrado trazem expectativas condicionadas às experiências da rotina universitária. Os participantes da comunidade que vêm para a Roda do Lavrado, geralmente, têm, prioritariamente, expectativas mais voltadas ao bem-estar.

Figura 1 – Foto do Projeto de Extensão Roda do Lavrado de Roraima – UFRR



Fonte: Roda do Lavrado DCS Roraima ([entre 2017 e 2018]).

Nossa intencionalidade orienta nosso campo de ação. Cada atividade ou ação específica que vá surgindo nesse movimentar-se coletivo comporá uma sinfonia improvisada. Nesse campo se manifestará o que nos habita e atravessa, inclusive pesares, lamentos e dores. Os grandes temas perenes e pontuais presentes em nossa sociedade se manifestarão. Porém, as formas como serão abordados ou *digeridos* nos momentos coletivos dependerão de cada situação. Nossa presença é um deixar-se levar intervindo<sup>4</sup>.

4 Um exemplo foi o segundo turno das eleições de 2018: nossos encontros aconteciam no Malocão do Insikiran, um espaço aberto, ao lado de uma rua muito movimentada do *campus* universitário. Estávamos expostos num momento de avanço e manifestações de forças retrógradas e repressoras. A angústia e o medo se manifestaram nas práticas de danças circulares e percepção corporal, bem como nas partilhas verbais depois das práticas. A sensação de proteção e pertença resultante das práticas nos encorajou a encarar a vitória da política reacionária.

Propomos um estado meditativo que consiste na intensificação da percepção do aqui e agora. Uma tentativa de suspender ou atenuar nossas representações significativas do mundo, até mesmo todo desejo de “fazer” alguma coisa. É interagir com os companheiros da vivência, com cuidado e prudência. Um estado de atenção presente, o contrário de um estado dispersivo da consciência.

E os pressupostos: princípios, teorias, conceitos, valores, técnicas de observação e intervenção? Trazemos para o *aqui e agora da ação* que estamos envolvidos e permitimos que sejam colocados, abandonados ou reformulados quando necessário. Nos permitimos propor e improvisar diferentes procedimentos. A situação concreta nos guia.

Em todo caso é importante conhecer os espaços institucionais e abordagens com os quais estamos trabalhando, inclusive identificando as relações internas de poder. É importante buscar informações sobre os movimentos culturais com os quais estamos trabalhando: biodança, yoga, meditação, *selfhealing*, danças circulares, por exemplo.

Figura 2 – Fotos do Projeto de Extensão Roda do Lavrado de Roraima – UFRR



Fonte: Fotos de Roda do Lavrado DCS Roraima ([entre 2017 e 2018]).

O campo intencional é também um campo espaço-temporal. Nossos encontros aconteceram no segundo semestre de 2018 no Malocão Cultural do Instituto Insikiran, na UFRR, e no primeiro semestre de 2019, nas quartas-feiras, das 18 às 22 horas, no Centro de Referência ao Imigrante da UFRR, esse último gerido pelo Alto Comissariado da Organização das Nações Unidas (ONU) para Refugiados e pela Reitoria da UFRR, em espaço com muitos protocolos. Mesmo assim as vivências subvertem nossos marcos referenciais de tempo-espaço ao entrarmos num estado diferenciado de percepção. Quando compartilhamos de forma verbalizada ou registramos a experiência vivida, nossa percepção provavelmente tenha voltado ao seu padrão usual, por isso o relato de experiência e o registro das vivências serão uma releitura do vivido, nunca uma descrição objetiva do acontecido.

### **3 UM CORPO QUE DANÇA: AS DANÇAS CIRCULARES COMO MOVIMENTO VITAL**

Os primeiros encontros da Roda do Lavrado foram mobilizados pela dança circular como prática de cuidado e bem-estar. Como expressão do corpo, as danças circulares e sua proposição de “dançar juntos” é movimento integrador de sentimentos, pensamentos, comunicação e das transformações que acontecem no corpo individual e coletivo.

O movimento das danças circulares ou danças circulares sagradas tem como precursor o bailarino e coreógrafo alemão Bernhard Wosien, que em 1976 sistematizou essa prática e experiência na comunidade de Findhorn (Escócia) (Wosien, 2002). No Brasil, o movimento das danças chegou em 1984, com base na experiência de Carlos Solano, brasileiro que vivenciou a experiência de conhecer e dançar em Findhorn (Moya, 2021). Desde então, as danças circulares se popularizam no Brasil e no mundo, com rodas e festivais, convidando todos os corpos a descobrir em si o movimento de dançar.

Como experiência na Roda do Lavrado, observávamos que as pessoas que chegavam à roda – como estudantes matriculados em uma disciplina eletiva ou como pessoas da comunidade que correspondiam ao convite – chegavam curiosas e tímidas. Muitas afirmações sobre “não saber dançar, não ter ritmo” eram verbalizadas pelos participantes, e no decorrer das vivências, descobriam em si a potência de um corpo que dança. Essa descoberta, muitas vezes, foi compartilhada no momento final de partilha, no qual expressávamos em palavras como a vivência da roda repercutia em nossos corpos.

O exercício de trazer a experiência da dança para o corpo e de nomear movimentos e sensações corporais faz parte da compreensão de que nossos

corpos carregam memórias, sentidos, ação. Muitas vezes, as elaborações sobre sentimentos, emoções, percepções de si apareciam numa dança em que o corpo reagia “mais feliz, mais animado”, ou em danças com “dificuldade de movimentar mãos e joelhos”. Reconhecer o corpo e os movimentos, longe de ser uma afirmação de impossibilidade de expressão do dançar, era compreendido e colocado no lugar do cuidado de si. A dança circular como expressão do cuidado de si que se expressa no coletivo que baila. Sobre o cuidado e suas dimensões, acionamos aqui o sentido cunhado por Boff (2013, p. 35), que afirma:

Cuidado é uma atitude de relação amorosa, suave, amigável, harmoniosa e protetora para com a realidade, pessoal, social e ambiental. Metaforicamente podemos dizer que o cuidado é a mão aberta que se estende para a carícia essencial, para o aperto das mãos, os dedos que se entrelaçam com outros para formar uma aliança de cooperação e união de forças.

Entendendo cuidado sobre essa dimensão, apresentamos algumas construções e reflexões da experiência coletiva de fazer essa roda girar. Por meio das experiências como focalizadora – como é chamada a pessoa que conduz as danças e sustenta o corpo coletivo e individual do dançar – uma vez que a condução, ao ser partilhada coletivamente, revela outros sentidos, gerando afetos que também atravessam o dançar. A preparação da roda abrange desde a harmonia do espaço, a construção do centro da roda, a seleção das músicas e o convite aos dançantes.

Em relação à harmonia do espaço, as rodas aconteciam no Malocão Cultural do Insikiran, na UFRR. Com a roda, esse espaço, muitas vezes, utilizado somente para eventos começou a ganhar o caráter de sala de aula, o que justificava a solicitação de limpeza semanal. Transformar esse espaço em sala de aula ampliava a possibilidade, para muitos dos estudantes, de perceber outros espaços educativos e de troca.

O centro de roda é um elemento muito importante para a dança. Essa representação pode ser um elemento simples no centro da roda, que ajuda o círculo a se alinhar coletivamente. Fizemos algumas experiências de centro: um cesto, que ao final guardava por escrito algumas impressões dos bailantes sobre a vivência da roda, uma mandala pequena colorida, plantas e alimentos para compartilhar, objetos trazidos pelos dançantes. Em algumas rodas tivemos a experiência de crianças pequenas, que sempre atraídas para o centro da roda, viveram e nos propiciaram a experiência de um centro vivo energético.

Uma sequência básica de músicas e danças de harmonização individual, harmonização coletiva, brincadeiras/danças de pares, danças complexas e danças de gratidão eram previamente preparadas para a roda. A roda girava com



uma média de 8-10 danças, que variavam em sua execução conforme o grupo. Também havia mudanças demandadas pela energia do grupo, ou mesmo a repetição de danças que exigiam mais atenção e presença.

As danças de harmonização individual buscavam alcançar a dimensão do cuidado de si, como mantras de energização de partes do corpo e danças que moviam o elemento da água para limpeza. Importante destacar esse momento de conectar-se ao corpo para condução da roda no coletivo. Essas danças eram quase sempre conduzidas com passos individuais em roda, sem dar as mãos, buscando construir a presença do corpo indivíduo para o círculo.

A harmonização coletiva fluía pelas danças de roda fechada ou aberta, já com as mãos dadas. O exercício de dar as mãos na condução da energia – uma mão dá, outra mão recebe – era repetido coletivamente ou individualmente em vários momentos da roda. Esse compromisso de construir com as mãos dadas um campo harmônico, amigável e seguro era rapidamente assumido pelos dançantes. Quando chegava alguém na roda que não havia participado do momento inicial, logo era agregado na construção coletiva na harmonização pelo gesto de dar as mãos.

As danças de harmonização coletiva focavam nas danças dos povos. Apresentar a vivência e história de outros povos com base na dança faz parte da base das danças circulares. Danças gregas, ciganas, africanas, danças de roda brasileiras, danças indígenas construía esse espaço. Além do dançar, também está presente as intenções que as danças invocam: danças de casamento, de festa, danças rituais e outras. Como focalizadora, o exercício de contar as histórias das danças e dos povos estabelecia um compromisso importante de honrar os ancestrais da dança – uma vez que o corpo que baila reconhece os ritmos e as energias envolvidas – e construía a memória do corpo ao dançar. Sobre as danças indígenas, meu compromisso como mulher indígena era fazer reverberar esse conhecimento de forma aterrada aos sujeitos e territórios indígenas, sem deixar que caísse em estereótipos e generalizações.

Nas danças de harmonização coletiva, as brincadeiras e danças de pares eram muito apreciadas na roda. Os corpos bailantes reagiam com muita alegria e leveza nas brincadeiras. Os corpos visivelmente experimentavam o sentimento de descoberta do próprio corpo e movimentos, rompiam a barreira do medo, pois se permitiam correr, pular, saltar, agachar. Esse ponto é muito interessante. Observar os corpos que chegavam à roda e suas limitações – dores no joelho, pés, pouca flexibilidade; e no decorrer das danças, e em especial nas brincadeiras, ver o corpo livre de qualquer limitação inicial, rompida a barreira do medo. O grito, a gargalhada, as vozes em alto tom expressavam o despertar do corpo bailante.

As danças de pares e as danças complexas exigiam mais tempo e integração do grupo, e resultavam em uma grande satisfação no aprendizado coletivo do dançar. Quando afirmamos danças complexas, nos referimos aos passos, às trocas de tempo e aos giros, que inicialmente geravam bloqueio no aprender. Nesse momento, expressões de “não conseguir, não dá certo” eram verbalizadas e facilmente capturadas por todos. Manter a energia do grupo e o foco era essencial nessas danças.

Um ponto importante nessa experiência foi manter a dança, independentemente do seu grau de dificuldade, e o grupo experimentar nos vários corpos, individuais e coletivo, a fluidez dos movimentos. Havia passos que não eram aprendidos, momentos de dúvida individual sobre o que fazer e a entrega para a condução do coletivo, que harmoniza os sujeitos. A aliança de cooperação e a união de forças ficava evidente nesses momentos de aprendizado coletivo.

As danças de gratidão buscavam trazer a todos a energia de encerramento da vivência, que continua a reverberar nos corpos por muito tempo. Uma vez criado no corpo o registro da dança, dificilmente o corpo esquecerá as emoções, sentimentos, sentidos provocados no bailar. Para essas danças, passos simples e músicas cantadas ajudavam na conexão. Retomando a afirmação de Boff (2013, p. 35) sobre o cuidado, neste momento de encerramento “o cuidado é a mão aberta que se estende para a carícia essencial”. O corpo coletivo balançando levemente e respirando. O silêncio, a troca de olhar. O beijo que circula a roda toda. Nesse momento, acontece a integralização da vivência:

Neste momento final o corpo físico está pulsando em uníssono com o ritmo da terra, o corpo etéreo está energizado, o corpo emocional está tranquilo, o corpo mental está alerta e ativado para pensamentos refinados e sutis. A nossa alma, nossa força interior, pode então irradiar luz e alegria, pois nosso aparato físico, emocional e mental se alinhou, dando-lhe espaço para se fazer presente (Ramos, 1998, p. 188).

A dança sagrada se integra como uma técnica de meditação ativa e, portanto, de integração holística. São técnicas que, através do movimento, nos levam a realizar a conexão interior e a integralização das vivências.

#### **4 YOGA + MEDITAÇÃO = OLHAR DISPONÍVEL, A ESCUTA SENSÍVEL E O TATO CONSCIENTE**

A extensão universitária é uma das funções sociais da universidade, que tem por objetivo promover a participação da população. De acordo com os dados do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA) e o Fórum Brasileiro de

Segurança Pública (FBSP) no último Atlas da Violência de 2023, Roraima aparece como o estado com o maior índice de homicídios contra mulheres, principalmente, as negras e as indígenas.

Além disso, os relatórios da ONG Human Rights Watch (2017, p. 1) apontam como “[...] o estado mais letal para mulheres e meninas no Brasil”. Os números evidenciam o resultado do acúmulo de opressões e violências que as mulheres negras e indígenas sofrem (Cerqueira; Bueno, 2023). Em 2023, conforme informações disponibilizadas no *Anuário Brasileiro de Segurança Pública*, Roraima é o estado brasileiro que tem os mais altos índices de estupro de vulnerável por 100 mil habitantes. Por meio desse panorama e dos dados levantados propomos trabalhar práticas de meditação e yoga<sup>5</sup>. Diante da grande demanda social e de rotinas cada vez mais estressantes, faz-se necessária a utilização de técnicas que proporcionassem às pessoas mais qualidade de vida. Pensando nisso, promovemos o estímulo à busca do autocuidado e a sensibilização da população de Boa Vista (RR) sobre as práticas de meditação e yoga como auxílio à melhoria da saúde e, conseqüentemente, das relações coletivas.

Com a yoga, incorporamos não apenas posturas, mas exercícios de respiração, concentração, relaxamento e meditação. A meditação consiste em um instrumento de fortalecimento físico, emocional, mental, social e cognitivo, que promove a concentração, auxilia na percepção sobre as sensações físicas, emocionais e amplia a autodisciplina no cuidado à saúde. Desenvolvemos o aprendizado da meditação clássica de calma e estabilidade (shamatha/shine) e a *experiência* com práticas expressivas e ativas.

E o que seria a *experiência*? Segundo Bondía (2002, p. 21), “A experiência é o que nos passa, o que nos acontece, o que nos toca”. O autor ainda nos indica que não é aquilo que *se* passa. É o que acontece com a gente, de forma a transformar-nos. A experiência é diferente da informação. Enquanto uma nos propõe vivenciar, a outra cancela a experiência. A informação nos permite saber muitas coisas, e no exercício de estar bem-informados, buscamos sempre por mais informação. Mas a busca excessiva por ela pode fazer com que nada nos aconteça, pois ela retira nossa experiência (Bondía, 2002).

A informação é fundamental, mas somente ela, sem a experiência, não é capaz de pensar práticas emancipadoras apenas pelo seu próprio exercício. E a experiência, por muitas vezes, se constitui de vivências que não constam nos manuais, mas que nos oferecem uma perspectiva crítica capaz de impulsionar a criatividade.

---

5 As práticas integrativas e complementares já são reconhecidas pelo Ministério da Saúde, por meio da Portaria nº 849/2017.

A maioria dos componentes do grupo de 2019 teve poucos contatos com yoga e meditação antes da Roda do Lavrado. Os momentos de meditação, segundo relatos, propiciaram serenidade e experiências inéditas. Nas aulas de yoga foram trabalhados não apenas exercícios, mas um sistema integral. De acordo com Vishnudevananda (2011), a sabedoria antiga da yoga apresenta cinco princípios básicos: asanas (posturas), pranayamas (respiração), relaxamento (meditação), energia dos alimentos (ayurvêda) e a filosofia da yoga (teoria). Nas aulas, todos esses sistemas foram compartilhados com os alunos. Essas experiências ocorriam sempre com a prática e, posteriormente, com o compartilhamento teórico e do registro de vivências das atividades realizadas na última semana, em confluência com as novas percepções geradas.

As dinâmicas grupais realizadas na Roda do Lavrado visavam, entre outros objetivos, o desenvolvimento do olhar disponível, a escuta sensível e o tato consciente nas práticas de percepção corporal. Esse enfoque centrado na experiência corporal em grupo e no registro posterior dessas vivências esteve presente de forma contínua nos encontros da Roda do Lavrado.

Nossa visão nos permite fazer a conexão com o ambiente. É um canal de ligação sensorial entre nosso interior e o exterior. Ao nos conectarmos com nossa visão, nos conectamos com a luz e a obscuridade, com a natureza, com o ambiente físico e uns com os outros de maneiras fundamentais, simples e belas. Exercícios como correr de costas, olhar atentamente os detalhes, olhar ao longe e olhar perto nos permitem desenvolver a habilidade de colocar nossa atenção nas imagens visuais que nos chegam. Os nossos sentidos nos ligam internamente uns aos outros, com o nosso ambiente e conosco, mas talvez nenhum faça isso com mais intensidade do que o sentido da visão (Schneider, 2012, p. 20).

A escuta sensível proposta por René Barbier (2007) se orienta nessa mesma direção. Essa postura se aproxima da poiesis da fenomenologia e da não-ação do taoísmo. É um momento de observação, disponibilidade e contemplação. À medida que vamos nos relacionando mediados pelas ações culturais que acompanhamos ou desenvolvemos, vamos construindo laços e formando imagens uns dos outros. À medida que vamos nos deparando com desafios macrossociais presentes no cotidiano dos grupos, vamos delineando quadros teóricos. Se permanecemos atentos ao movimento da vida no cotidiano estaremos sempre reelaborando esses quadros de referência. A escuta sensível apoia-se na empatia. O pesquisador deve saber sentir o universo afetivo, imaginário e cognitivo do outro para “compreender do interior” as atitudes e os comportamentos, o sistema de ideias, de valores, de símbolos e de mitos (Barbier, 2007, p. 94).

A escuta sensível busca a aceitação incondicional da manifestação do outro. Evita projeções de significados e análises do discurso do outro. Busca compreender sem aderir às opiniões ou se identificar com o que é enunciado ou praticado. É um processo de comunicação em que o etnógrafo expõe suas emoções, seu imaginário, suas perguntas, seus sentimentos profundos. Ele está presente. Inclusive ele pode deixar de trabalhar com um grupo se algumas condições se chocarem com seus valores básicos ou com a sua filosofia de vida.

Temos aqui uma aproximação das posturas meditativas do zen-budismo e do taoísmo em que a mente deixa de lado a interpretação das coisas para somente estar presente sem julgá-las ou extrair conclusões dos acontecimentos. Vivemos mergulhados na palavra e no silêncio.

As músicas utilizadas nas yogas, danças circulares e biodanças formam o campo sonoro para vivências em grupo. Aqui a escuta sensível é “deixar-se levar” pela música e pelas coreografias propostas. Saímos do binômio escuta-fala para o trinômio escuta-dança-interação grupal.

Voltemos à questão da escuta sensível no processo de registro etnográfico. Estamos todos presos a esquemas de percepções ou quadro de representações simbólicas que nos chegam de nossa família, de nossa classe social, de nosso ambiente de trabalho, de nossos amigos, de nossa religião, enfim, de nossa cultura. Os diversos papéis sociais e o *status* social que assumimos nas organizações sociais em que estamos inseridos condicionam a nossa percepção dos mundos nos quais vivemos. Entendemos esse assumir como introjetar esses papéis, ou seja, nos identificamos com eles. Passamos a definir quem somos com base no desempenho desses papéis. Mesmo com esses condicionamentos é possível estarmos abertos a outros modos de existência (Barbier, 2007, p. 95).

É preciso saber apreciar o “lugar” diferencial de cada um no campo das relações sociais para poder escutar sua palavra ou sua capacidade “criadora”. Antes de situar a pessoa no seu “lugar”, comecemos por reconhecê-la na sua capacidade de pessoa complexa, dotada de uma liberdade, de uma imaginação criadoras (Barbier, 2007, p. 95).

A psicanálise introduziu o conceito de transferência e contratransferência na psicologia. O paciente projeta angústias e desejos sobre a figura do terapeuta e, inversamente, o terapeuta projeta sobre o paciente os seus desejos (Kupermann, 2017). Esse fenômeno também ocorre nas relações de trabalhos corporais em grupo. Pode acontecer que projetemos sobre os outros as nossas expectativas, nossas frustrações, nossos recalques, nossas idealizações.

É importante participarmos de espaços de interlocução onde possamos falar sobre nossas experiências e expressar nossos sentimentos. O grupo funciona como um espaço de escuta para nós.

A escuta sensível não está assentada na interpretação dos fatos. Examinamos as ciências humanas, mas conscientes dos limites e das incertezas contidos nesses conhecimentos. Nesse plano, a escuta sensível é mais arte do que ciência, pois evita impor modelos interpretativos e de referência. É um silêncio diante do outro (Barbier, 2007, p. 97).

A atribuição de sentido cabe num segundo momento. O etnógrafo dispõe de conhecimentos antropossociais trazidos de sua experiência e leituras em ciências sociais que ele pode colocar à disposição do grupo, se este desejar.

O tato é um sentido que está difuso por todas as partes do corpo. Estende-se por toda a superfície da pele. O tato nos fornece informações sobre temperatura, textura, volume, densidade e forma dos seres. Pressão, dor, prazer, temperatura, movimentos, fricção, espasmos, calafrios e gozo são alguns elementos envolvidos com o tato. O tato nos permite tomar consciência do corpo.

O tato consciente é uma forma de desenvolver a consciência corporal de si, dos outros e dos objetos que compõem o ambiente. A construção de nossa imagem corporal está em grande parte condicionada ao tato consciente. Ele também estimula a respiração, a circulação sanguínea e as sinapses nervosas. Estimular a percepção superficial e profunda da pele também estimula o sistema imunológico e digestivo. O tato consciente é a base do contato consciente (Dascal, 2008, p. 86-87).

Pelo contato ultrapassamos os limites de nossos corpos. Interagimos. Pelo contato incluímos em nossa percepção o campo do espaço que nos rodeia. Ampliar essa capacidade nos permitirá aumentar o nosso potencial de comunicação. A atenção é dirigida intencionalmente para além dos limites do próprio corpo e consiste na troca ativa consigo mesmo, com os objetos, com as outras pessoas. Contato consciente é conexão criativa, podendo chegar a ser simbiótica. A exploração do eixo e dos centros de gravidade é parte fundamental da experiência do tato consciente, pois o contato se dá no movimento corporal (Dascal, 2008).

O abraço é um exemplo desse perceber o outro e expor-se ao outro. A finalização da Roda do Lavrado com a troca de abraços é um rito de confiança, proteção e encontro. Abraçar é se aproximar. Abraços acolhedores, completos, aconchegantes. Essa proximidade corporal nem sempre é possível, predisposições e interdições culturais, muitas vezes, são tendências que inviabilizam aproximações desse gênero. A incorporação do tocar no fazer etnográfico é um

desafio que deve ser encarado com prudência, pois depende da disponibilidade do grupo com o qual se está trabalhando. Tocamos também objetos. As coisas têm vida social. Esse exercício consiste em pegar as coisas e senti-las. Textura, peso, densidade. Prestar atenção também às sensações que elas nos causam.

As coreografias e dinâmicas de grupo envolvem o tato combinado com ritmo e movimentos corporais. O registro etnográfico desse tipo de experiência é uma das questões metodológicas que se apresentaram durante a Roda do Lavrado.

## 5 CONSIDERAÇÕES SOBRE O REGISTRO DE VIVÊNCIAS

A documentação e registro dos fatos vividos durante o processo das vivências grupais é um procedimento adotado por participantes que desejam ter um registro pessoal das experiências. Também é produzida pelos facilitadores para compor um material informativo para compartilhar ou divulgar as abordagens integrativas, buscar reconhecimento destas no âmbito acadêmico e desenvolver a capacidade de etnografar vivências. Estamos aqui diante de um grande desafio, pois envolve experiências pessoais e grupais; representações conceituais e poéticas. Esta proposta é um exercício de presença relacional. Mais do que uma técnica, a etnografia das vivências é a arte de registrar e expressar os biorrelacionamentos.

Chamaremos de *pasta rascunho* esse conjunto de anotações que o participante-etnógrafo faz, no qual põe tudo o que tem vontade de anotar no fervilhar da ação ou na serenidade da contemplação. Nesse momento não se está preocupado com os efeitos de estilo. São textos, desenhos, poesias, riscos, rabiscos, fotos, vídeos, citações, narrativas espontâneas, códigos abreviados, palavras perdidas, frases desconexas. Também pode ser fluente, escultural ou delineado por uma plasticidade peculiar. Aqui nos emprenhamos em registrar o que nos parece importante. Destaques. Nessa pasta somos capazes de escrever de qualquer modo e sobre qualquer pessoa ou situação. Há uma intimidade nesta pasta rascunho a que somente o autor ou pessoas muito próximas e confiáveis devem ter acesso. Pierre Barbier denomina *diário rascunho* esse emaranhado de referências múltiplas a acontecimentos, reflexões, comentários científicos ou filosóficos, devaneios, sonhos, desejos, poemas, leituras, reações afetivas (Barbier, 2007, p. 138). No contexto da dança circular, pode conter também canções e coreografias. Na yoga, posturas, mudras e técnicas de respiração.

O caderno de anotações, o *notebook* ou o celular são recursos práticos para anotar *insights* e observações. O multifone é um instrumento que pode ser útil por ser funcional (gravador de voz, câmara, bloco de notas). O diário de campo

é um instrumento que nasceu com a etnografia (Barbier, 2007). Nele registram-se, além das informações provindas dos pesquisados, questões íntimas e pessoais do pesquisador-participante. Ele tem um caráter de sigilo e intimidade. Normalmente faremos esse registro após as vivências, ao chegar em casa ou em outro momento. É interessante fazer o diário rascunho com as emoções ainda “borbulhantes”, porém muitos *insights* e imagens podem vir nos dias que separam uma vivência da outra.

A organização desse banco de dados (diário de campo, fotografias, vídeos, áudios e documentos) é o passo seguinte. Os arquivos são organizados de forma a serem acessados com facilidade. É sempre interessante salvar em cartões de memória e HD. Quanto ao salvamento em nuvens, depende do tipo de dados armazenados, pois há o risco de quebra de sigilo. Pode-se avançar para a formação de um acervo com informações sobre as vivências. São vestígios presentes dos ocorridos. Elementos para o exercício ficcional da elaboração e análise de representações relacionais. Nele colocamos momentos previstos, mas também situações inusitadas, imprevistas. Nele registramos o material etnográfico, nossas análises, nossos sentimentos e os acontecimentos relacionados aos demais participantes. Nele cabe também o dia a dia de uma instituição.

Por fim, denominaremos *diário elaborado* os relatos que fazemos com base na pasta rascunho e no banco de dados para apresentar a grupos, publicar em revistas ou eventos científicos, ou quando os pesquisadores quiserem dizer alguma coisa para alguém ou para uma instituição. Também quando queremos falar para os colegas como foi a vivência retomamos nossa pasta rascunho e buscamos informações. Sobre o fazer etnográfico,

Eu o faço com um tipo de escuta flutuante do que já está escrito, deixando-me levar pela ressonância criadora à deriva analógica. Dessa maneira, outras reflexões, outros fatos vêm-me à memória os quais registro imediatamente. Depois eu componho o texto do que eu quero transmitir a alguém. Parto da ideia que eu tenho uma estima verdadeira pelo meu leitor ou meu ouvinte. Eu me obrigo a apresentar-lhe um texto trabalhado, respeitando assim sua qualidade de leitor. Meu texto deve tocá-lo no mais profundo do seu ser, interrogá-lo sobre suas ‘evidências’ (Barbier, 2007, p 138).

A transformação desses materiais em um acervo público ou aberto aos membros e simpatizantes do grupo deve ser encaminhada com cuidado. Imagens e fatos que envolvam situações constrangedoras ou privadas nem sempre podem ser expostas sem a autorização dos envolvidos. As estratégias de caráter participativo para definir que informações serão apresentadas e para quem dependerá das condições reais de cada ação, bem como o uso de imagens deve ser precedido por um livre consentimento por parte dos pesquisados. Vivemos em



uma sociedade com fortes tendências ao individualismo e à espetacularização. Temos testemunhado a popularização de redes sociais que constituem grupos de relação no âmbito virtual em detrimento a vivências cooperativas de grupos presenciais. Essa também é a sociedade da incerteza: um oceano de informações está acessível via internet, muitas vezes contraditórias. As identidades sociais e pessoais são postas em dúvida a todo momento. Diante desse quadro, as vivências colaborativas e criativas propostas na Roda do Lavrado são experiências para lidar enquanto *communitas* (Turner, 2008), ou seja, de forma comunitária com a fluidez e a construção de (com)vivências harmoniosas e criativas. Espaços para lidar com os mais diversos temas da existência humana.

## REFERÊNCIAS

- BARBIER, R. *A pesquisa-ação*. Brasília, DF: Liber Livro, 2007.
- BOFF, L. *O cuidado essencial: na vida, na saúde, na educação, na ecologia, na ética e na espiritualidade*. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2013.
- BONDÍA, J. L. Notas sobre a experiência e o saber de experiência. *Revista Brasileira de Educação*, Rio de Janeiro, n. 19, p. 20-28, abr. 2002.
- CERQUEIRA, D.; BUENO, S. (coord.). *Atlas da violência: 2023*. Brasília, DF: IPEA, 2023. Disponível em: <https://www.ipea.gov.br/atlasviolencia/arquivos/artigos/9350-223443riatlasdaviolencia2023-final.pdf>. Acesso em: 10. mar. 2024.
- DASCAL, M. *Eutonia: o saber do corpo*. São Paulo: Ed. SENAC São Paulo, 2008.
- FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA. *17º Anuário Brasileiro de Segurança Pública*. São Paulo: Fórum Brasileiro de Segurança Pública, 2023. Disponível em: <https://forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2023/07/anuario-2023.pdf>. Acesso em: 25. fev. 2024.
- FOTOS DE RODA DO LAVRADO DCS RORAIMA. Roraima, [entre 2017 e 2018]. Facebook: Roda do Lavrado DCS Roraima. Fotos. Disponível em: <https://www.facebook.com/rodadolavradoDCS/photos>. Acesso em: 22. mar. 2024.
- GUATTARI, F.; ROLNIK, S. *Micropolítica: cartografias do desejo*. 11. ed. Petrópolis: Vozes, 2011.
- HUMAN RIGHTS WATCH (Organização). Americas. “Um dia vou te matar”: impunidade em casos de violência doméstica no estado de Roraima. [New York]: HRW, 2017. Disponível em: <https://www.hrw.org/pt/report/2017/06/21/305134>. Acesso em: 25. fev. 2024.
- KELEMAN, S. *Anatomia emocional*. São Paulo: Summus, 1992.

- KUPERMANN, D. *Estilos do cuidado: a psicanálise e o traumático*. São Paulo: Zagodoni, 2017.
- KUPERMANN, D. *Transferências cruzadas*. São Paulo: Escuta, 2014.
- MAUSS, M. As técnicas do corpo. In: MAUSS, M. *Sociologia e antropologia*. São Paulo: Cosac & Naify, 2003.
- MOYA, L. F. *Danças circulares sagradas: a sobrevivência das danças circulares a partir da imagem do corpo-dançante e o trabalho de Bernhard e Maria Gabriela Wosien*. Curitiba: Appris, 2021.
- RAMOS, R. C. L. (org.). *Danças circulares sagradas: uma proposta de educação e cura*. São Paulo: Triom, 1998.
- RODA DO LAVRADO DCS RORAIMA. Roraima, [entre 2017 e 2018]. Facebook: Roda do Lavrado DCS Roraima. Disponível em: <https://www.facebook.com/rodadolavradoDCS/>. Acesso em: 22. mar. 2024.
- SCHNEIDER, M. *Saúde visual por toda a vida*. São Paulo: Cultrix, 2012.
- SERRA DO LUAR. [Compositor e intérprete]: Walter Franco. In: Youtube. Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=-09U\\_jpiyeY](https://www.youtube.com/watch?v=-09U_jpiyeY). Acesso: 22. mar. 2024.
- TURNER, V. *Dramas, campos e metáforas: ação simbólica na sociedade humana*. Niterói: EdUFF, 2008.
- VISHNUDEVANANDA, S. *O livro de Yoga completo e ilustrado*. Porto Alegre: Mosca 2011.
- WOSIEN, M.-G. *Dança sagrada: deuses, mitos e ciclos*. São Paulo: Triom, 2002.