



ESCUITA PROFUNDA
uma técnica de sentidos para habitar a escuridão

DEEP LISTENING
a sensory technique to inhabit the darkness

Luciane da Silva

 <https://orcid.org/0000-0002-1723-719X>

 doi.org/10.70446/ephemera.v8i16.8198

**Escuta profunda -
uma técnica de sentidos para habitar a escuridão**

Resumo: A Escuta Profunda pode ser compreendida como um campo de encontros entre diferenças que, ao se entrelaçarem, constroem formas de relação baseadas na atenção, na sensibilidade e na escuta como práticas éticas. Essa abordagem convida à disponibilidade para ser transformado pelo espaço, pelo contexto - que é também cultura - e por toda a paisagem sensorial que atravessa o corpo. Nesse sentido, a escuta torna-se um gesto encarnado de reflexão sobre nossos modos de existência, abrindo caminhos para uma crítica ativa às formas hegemônicas de percepção, ancoradas na centralidade do olhar, nas certezas e na racionalidade cartesiana. Este artigo apresenta a Escuta Profunda em sua potência como prática educativa para o corpo que dança, enquanto também articula conceitos e saberes afrodiaspóricos que nos ajudam a compreender a imaginação como uma força de transformação. Desenvolvida originalmente em seu conteúdo sensorial pela musicista Pauline Oliveros e posteriormente aprofundada e recriada para o corpo que dança nos processos da Anikaya Dance Theater, a Escuta Profunda se expande aqui como ferramenta de criação e resistência, sustentando premissas para a interdependência e a escuta radical.

Palavras-chave: escuta profunda; dança; afrodiaspora; escuridão; imaginação.

**Deep listening -
a sensory technique to inhabit the darkness**

Abstract: Deep Listening can be understood as a field of encounters between differences that build forms of relationship based on attention, sensitivity, and listening as ethical practices when intertwined. This approach invites openness to being transformed by space, by context — which is also culture — and by the entire sensory landscape that traverses the body. In this sense, listening becomes an embodied gesture of reflection on our modes of existence, opening paths for an active critique of hegemonic forms of perception, anchored in the centrality of the gaze, in certainties, and in Cartesian rationality. This article shows Deep Listening in its potential as an educational practice for the dancing body, while also articulating Afro-diasporic concepts and knowledge that help us understand imagination as a force for transformation. Originally developed in its sensory content by musician Pauline Oliveros and later deepened and recreated for the dancing body in the processes of Anikaya Dance Theater, Deep Listening expands here as a tool for creation and resistance, sustaining premises for interdependence and radical listening.

Keywords: deep listening; dance; afrodiaspora; darkness; imagination.



1 Introdução

Ela atravessa o espaço em silêncio e se coloca no centro da sala. Logo atrás, outra pessoa se aproxima caminhando vagarosamente e assume seu lugar na retaguarda: não como sombra, mas como extensão sensível. Suas mãos tocam o corpo à frente com precisão delicada - uma repousa sobre as escápulas, essas asas adormecidas que habitam as costas; a outra se ancora na lateral da lombar, onde o corpo estabelece equilíbrio e propulsão. É então que a dança começa - evidente movimento rumo ao desconhecido.

Esta descrição, registrada durante um dos exercícios da metodologia, intitulada Escuta Profunda (EP), anuncia os principais fundamentos que orientam a proposta investigativa deste artigo: abordar uma metodologia para a dança que integra dimensões de organização motora, sensibilidade, pertencimento coletivo – todos orientados de modo contra-hegemônico. Os gestos descritos - toque lento sobre as escápulas e lombar, o fechamento dos olhos e o início de uma dança - sintetizam essa prática corporal que descentraliza algumas lógicas do universo das técnicas de dança frequentemente centradas no controle, na hierarquia e na previsibilidade. Propõe-se uma abordagem que valoriza a presença, a confiança mútua e a abertura para o imprevisível, tensionando os paradigmas que subjazem as noções de dança calcadas no individualismo e na virtuosidade pessoal.

2 O encontro com a Escuta Profunda

A prática da EP começa na experiência com a Anikaya Dance Theater¹, companhia sediada em Boston, EUA, da qual fui integrante entre os anos de 2017 e 2023 e com a qual sigo colaborando pontualmente como artista convidada. Trata-se de uma metodologia utilizada pela Companhia como dinâmica para agenciar atenção, presença e convivência tanto no treinamento diário do grupo quanto nas diversas interações que ocorrem nos *workshops* ao redor do mundo difundidos pela Companhia.

Tenho mobilizado a prática da escuta profunda nos contextos de ensino de dança no Brasil em diálogo com conceitos e perspectivas oriundos da afrodíspora e das epistemologias africanas, de modo a ampliar seus sentidos e também potencializar seu alcance político-poético. Ao ser entrelaçada a modos de existência e saberes marcados pela circularidade do tempo, pela vida comunitária e

¹ É uma companhia de dança teatro cuja prática artística entrelaça performance, engajamento comunitário e investigação crítica dos movimentos ligados ao autoconhecimento e à interdependência humana. Por meio de criações cênicas interdisciplinares, o grupo desenvolve uma abordagem que articula corpo, cultura e comunidade, difundindo performances que atravessam fronteiras geográficas ao mesmo tempo em que aprofunda reflexões sobre coexistência, escuta e transformação coletiva. O grupo, composto por 9 artistas da dança de 9 diferentes países - Egito, Indonésia, Benin, Turquia, Taiwan, África do Sul/ Índia, Palestina, Brasil e Estados Unidos, tem como elemento mobilizador a convivência na diferença. A companhia já se apresentou e desenvolveu trabalhos na Índia, África do sul, Ruanda, Botswana, Moçambique, Brasil e em diversos estados dos EUA.



pela centralidade do corpo como veículo de memória e escuta, a EP se adensa como a prática contra-hegemônica que é por natureza. Essa aproximação revela afinidades estruturais entre a escuta como forma de atenção radical e as formas de vida que historicamente produziram resistências e conhecimento a partir de outros modos de sentir, perceber e estar no mundo.

O conceito primevo de *Deep Listening*, aqui traduzido como Escuta Profunda, tem origem nas práticas da compositora e instrumentista Pauline Oliveros (1932- 2026), pioneira da música eletrônica experimental, que ao longo da vida dedicou-se a pesquisar as diversas facetas do som em termos físicos, musicais e enquanto experiência coletiva, chamando a atenção para a necessidade de entender a diferença entre ouvir e escutar. Sua proposição artística no campo da música² é atravessada por um desejo de construir práticas que operem como resistência às violências simbólicas do mundo, favorecendo processos de aceitação e respeito mútuo.

3 Sentidos do toque

O toque das mãos nas escápulas e região lombar desperta diversas camadas de percepção, combinando aspectos biomecânicos e afetivos. Trata-se de uma experiência que contempla tanto a escuta sensível quanto a ativação precisa de estruturas anatômicas. Esses toques orientam o movimento e também estimulam uma consciência corporal profunda, permitindo ao corpo se reorganizar a partir da relação com o outro e com o espaço.

Ao tocar a escápula, a comunicação se estabelece com trapézio, rombóide e elevador das escápulas - músculos que regulam o movimento dos ombros e as amplitudes dos gestos. A mão que toca a lombar sente a musculatura paravertebral, o quadrado lombar e os oblíquos que juntos ativam o centro de equilíbrio e de sustentação. A região da escápula tocada sutilmente serve como orientação da parte superior do tronco, sugerindo direção.

Já as mãos sobre a lateral lombar, próxima à crista ilíaca e quadrado lombar, acessam estruturas diretamente ligadas ao centro de gravidade e à organização do eixo corporal. A escápula oferece direção à lombar com base e confiança. Juntas, essas duas mãos criam um arco de condução energética que atravessa a coluna vertebral como uma onda contínua ou uma serpente da vida, lembrando o conceito da coreógrafa Germaine Acogny (1980). O toque não deve empurrar, nem puxar, mas propor e acompanhar.

² Pauline Oliveros propõe o conceito e alguns exercícios relacionados com a percepção do som, práticas de simultaneidade, antecedência e resposta. Esses elementos foram otimizados e levados para o campo das práticas corporais pela Anikaya Dance Theater adicionando toda uma dimensão tátil e motora que constitui uma parte importante da Escuta Profunda como metodologia para a dança.



Com os olhos fechados, a pessoa guiada ativa sentidos proprioceptivos sentindo sua posição no espaço, o contato com o solo e as oscilações do centro de massa. O corpo, que responde a menores e maiores variações de direção e ritmo, cultiva um estado de presença ampliado sendo acionado para uma espécie de guinada ativa. Ele deve entregar-se sem perder a autonomia, confiar sem se perder e sem deixar de sentir.

Quem está à frente conduz com o corpo inteiro, porém atento à transmissão de energia desde o centro (da terra e do corpo) para as extremidades. Quanto a pessoa de trás segue com os olhos fechados, desativando a visão e acendendo todos os outros sentidos - tato, propriocepção, olfato, sentindo a respiração do outro, ela não apenas segue, mas se rende, se afina. Assim, guiar e ser guiado não denota submissão. Cria-se um campo onde toque, linguagem, condução e partilha são fundamentos.

4 Técnica de sentidos

Ao abordar a EP em minhas aulas de técnica de dança sugiro elasticidade ao próprio conceito de técnica. Nesta abordagem, a técnica não se configura como um modelo fixo a ser seguido, mas uma ferramenta relacional que possibilita o trânsito entre os estados de presença, escuta e criação. O corpo, nesse contexto, é ciente de si e poroso ao seu entorno, disposto às forças que o atravessa e às histórias que o constituem.

A dança assim se inscreve no terreno do imprevisível, expressando aquilo que cada corpo carrega em suas anatomias históricas - marcadas pelo tempo, pela memória e pela vivência. Sem contar tudo o que pode vir a ser. Assim, a técnica não segue necessariamente uma estrutura linear de começo, meio e fim ao mesmo tempo que não se concretiza em um sistema, afastando-se da lógica racionalista moderna que busca ordenar e sobretudo controlar o movimento.

Sob essa perspectiva, é possível ressignificar a ideia de técnica a partir das danças dos “condenados da terra” - populações oprimidas pelos sistemas coloniais, alvos de desumanização e desmerecimentos sistemáticos e que são ao mesmo tempo sujeitos históricos e formadores de novos mundos (Fanon, 2022). Essas danças, historicamente desqualificadas por epistemologias coloniais como desprovidas de técnica, revelam, em suas formas de existir e resistir, saberes técnicos complexos. Assim, a técnica se entrelaça a uma escuta ética de si e do mundo, uma escuta que conecta a pessoa à coletividade e à memória, desestabilizando paradigmas hegemônicos de corpo, saber e criação.



5 Des-hierarquizar funções entre quem dança e quem presencia

Na prática da EP propõe-se uma ruptura consciente com as hierarquias convencionais entre quem dança e quem observa. Todos os participantes transitam entre diferentes posições: ora assumem o papel de dançarina (o), conduzindo à frente, ora ocupam o lugar de audiência, posicionando-se atrás e tocando com as mãos regiões do corpo como as escápulas e a lombar. A figura de quem dança, nesse contexto, não se associa à ideia de intérprete virtuoso ou centralizador, mas é reconhecida como uma mediadora sensível - alguém que se compromete com a integridade da experiência e com a clareza da mensagem que se manifesta no meio do gesto, do espaço e da temporalidade da ação performativa. Ao mesmo tempo, a audiência é convocada a participar dessa escuta compartilhada em que o sentido da dança se constrói exatamente no entre corpos, tempos e percepções.

A prática convoca a pessoa que dança a engajar-se eticamente na escuta e na transmissão coletiva, sendo esta um fluxo compartilhado, sustentado pela escuta do corpo. Vista como um modo de treinamento, a EP pode ser um modo privilegiado de consciência profunda sobre si, mas sempre em diálogo com o coletivo. A pessoa que lidera a dança assume uma responsabilidade na condução da experiência - que deve ser horizontal e responsiva ao conjunto. Assim, des-hierarquizar funções torna-se uma prática de reorganização das relações e dos anseios.

6 Fechar os olhos e habitar a escuridão

A EP pode ser entendida como um conjunto de encontros e relações para despertar nossos recursos. Prevê igualmente que nos deixemos transformar pelo espaço e pelo contexto (que é também cultura). É preciso perceber nosso corpo e toda paisagem sensorial que o atravessa. A EP possibilita, na esfera macro, refletir sobre nossos modos de existência e nesse aspecto sugiro a premissa do “habitar a escuridão”, profundamente engajada com as epistemologias afro-atlânticas, como crítica à perspectiva única da visão, marca forte das sociedades ditas ocidentais, calcadas nas verdades do olhar, nas certezas daquilo que se vive e o que revela - a lógica cartesiana do mundo.

Habitar a escuridão implica doar uma forma de percepção do mundo orientada pela opacidade, uma espécie de direito que cada cultura tem de preservar sua complexidade sem a necessidade de se fazer entender nos termos dos outro, conforme propõe Édouard Glissant (2021), e pela aceitação da incerteza como parte constitutiva da experiência. Trata-se de uma postura que se distancia da busca por total transparência e controle racional, valorizando, em contrapartida, o mistério, o indizível e o segredo. Habitar a escuridão, portanto, é acolher o que não se revela plenamente, abrindo-se à complexidade, à ambiguidade e à pluralidade de existências que não se inscrevem na linear certeza.



Faço aqui um breve exercício de digressão histórico-comunitário. Em 2015, estive em Oakland, Califórnia, para uma temporada de orientação artística com a coreógrafa Amara Tabor-Smith. Durante esse período, tive a oportunidade de conviver, nos ensaios e nas experiências cotidianas, com uma comunidade de mulheres negras engajadas em práticas artísticas, redes de cuidado e processos de cura. O lema “abraçar a escuridão” era repetido com certa frequência nas reuniões nas quais participei, tornando-se um imperativo ético e estético que tinha como apelo construir solidariedade e ajuda mútua, incentivar formas estéticas que explorassem resistência e liberação, ao mesmo tempo que propunha a busca por espaços de cura e transformação. Ali evidenciava-se de forma vivencial que o gesto de voltar-se para dentro, de perceber a si e à ancestralidade, constitui um ato radicalmente contra-hegemônico e um caminho para ativar a imaginação - esse dispositivo de mudança -, especialmente em um mundo moldado por lógicas que associam a escuridão ao vazio, à ignorância e à uma espécie de magia primitiva. Ao quebrar com tal lógica, que no limite marginaliza o invisível, o que não se explica, e abraçar a escuridão, revela-se como caminho forte para o reencantamento e a ativação da imaginação como força transformadora.

7 Tempo e ritmo interno

Na EP há uma demanda por recuperar os ritmos que dão sentido e estão em conexão com o tempo vivenciado. Essa premissa nos remete à proposta do *Ritmo como eterno organizador*, da coreógrafa peruana Victoria Santa Cruz. Para a pensadora, o ritmo é um princípio que estrutura e dá sentido à vida. Não trata-se apenas de uma forma, mas uma espécie de força ontológica que organiza e integra a convivência. Na EP, esse ritmo provém do interior e se expande para o coletivo.

Não trata-se de uma escuta corporal guiada, mas uma escuta mobilizada pelo anseio coletivo. Respirar e mover junto exige que percebamos tempo e espaço como um *continuum*, sem final ou começo. Talvez a própria lógica do tempo espiralar, uma temporalidade flexível, que rompe com lógicas lineares e progressivas (Martins, 2021).

O toque implica em uma partilha de mundos, criando tempo e espaços singulares. Ele pode gerar ternuras e tensões, afinal alcançar a fluência não é um destino certo. Às vezes lidamos com a paralisação, a confusão ou o desentendimento. Compreender a outra pessoa e sua dança, com toda complexidade que isso infira. Assim, a EP é também um exercício para lidar com as contradições das coisas e das pessoas. O toque, fortemente relacional e político, não admite neutralidade - tocar é também assumir responsabilidades.

8 Perspectivas Bantu-kongo - reciprocidade e campo vibracional



A energia que dá base à presença e aos estados de atenção em práticas corporais coletivas extrapolam as dimensões físicas do movimento. Ela é alimentada por forças sutis que emergem dos corpos de cada participante. Costumeiramente chamamos isso de fluxos de energia e estes criam campos relacionais que se transparecem nas frequências, afetos e escutas.

Ao estudarmos as perspectivas cosmológicas Bantu-kongo, especialmente na obra de Bunseki Fu-kial (1934-2013), traduzida e interpretada por Tiganá Santana (2024) entendemos a relação como trocas invisíveis e baseadas na reciprocidade energética - um princípio segundo o qual tudo o que é emitido retorna e tudo o que é sentido também é enviado – sentir, emitir e receber ondas e vibrações.

Diversas obras da antropologia dedicaram-se a compreender a reciprocidade como um princípio estruturante das relações sociais (Mauss, 2003; Lei-Strauss, 1949; Sahlins, 1972). Esse princípio abrange a circulação de energias, presenças e memórias, operando como práticas de organização do espaço e da convivência. Tais trocas produzem vínculos e configuram formas de habitar o mundo marcadas pela relação, interdependência e cuidado mútuo.

9 Considerações finais

A Escuta profunda, ao convocar uma presença ampliada que envolve corpo, memória, tempo espiralar e alteridades, afirma-se como uma metodologia que ultrapassa os limites da técnica aplicada à dança. Ela se inscreve como prática ética e política de cuidado, de produção de sentido e de reorganização sensível do mundo. Ao reconhecer que a organização de cada corpo é atravessada por processos coletivos e dinâmicos, essa abordagem propõe um deslocamento radical dos paradigmas hegemônicos que priorizam a razão cartesiana, a perspectiva do sentido do olhar e da individualidade. Associada a perspectivas oriundas das espitemologias afrodiáspóricas, a Escuta Profunda valoriza saberes encarnados, relacionais e ancestrais, apontando caminhos para a criação de mundos possíveis para todos. Assim, ela se apresenta não apenas como metodologia artística, mas como prática para o bem viver.



Anikaya Dance Theater – Espetáculo *Conference of the Birds*

Imagem 1 – Cena de *Conference of the Birds* – Inside the Mystery



Fonte: Arquivos da Companhia Anikaya Dance Theater, 2023

Imagem 2 – Cena de *Conference of the Birds* – Inside the Mystery



Fonte: Arquivos da Companhia Anikaya Dance Theater, 2023



Imagem 3 – Cena de exercício durante workshop *Migrations*



Fonte: Arquivos da Companhia Anikaya Dance Theater, 2023



Referências

- ACOGNY, Germaine. *Danse africaine*. Dakar: Les Nouvelles Editions africaines, 1980.
- FU-KIAU, Kimbwandende kia Bunseki. *African cosmology of the bantu-kongo: principles of life and living*. 2 ed. Nova Iorque: Athelia Henrietta Press, 2001.
- FU-KIAU, Kimbwandende Kia Bunseki. *O livro africano sem título: cosmologia dos Bantu- Kongo*. Tradução e nota à edição brasileira de Tiganá Santana. 1. ed. Rio de Janeiro: Cobogó, 2024.
- GAMARRA, Victoria Santa Cruz. *Ritmo: el eterno organizador*. Seminário afroperuano de artes Y letras: Lima, 2004.
- GLISSANT, Édouard. *Poética da Relação*. Tradução de Marcela Vieira e Eduardo Jorge de Oliveira. Rio de Janeiro: Bazar do Tempo, 2021.
- LÉVI-STRAUSS, Claude. *As estruturas elementares do parentesco*. ed. rev. São Paulo: Vozes, 2012.
- MARTINS, LEDA MARIA. Performances do tempo espiralar: poéticas do corpo tela. Belo horizonte. Cobogó, 2021.
- MAUSS, Marcel. A dádiva: forma e razão da troca nas sociedades arcaicas. São Paulo: Edições 34, 2003.
- OLIVEROS, Pauline. *Deep Listening: A Composer's Sound Practice*, Universe. New York, 2005.
- SAHLINS, Marshal. *Economia da idade da Pedra*. São Paulo: Cosac Naify, 2004.
- SILVA, Luciane Ramos. Elas conjuram: Amara tabor Smith em uma casa cheia de mulheres negras, *Omenelick2Ato*, São Paulo, 2017. Disponível em: <https://www.omenelick2ato.com/fotografia-e-cinema/elas-conjuram> . Acesso em: 08 out. 2025.



Biografia acadêmica

Luciane da Silva - Universidade Estadual de Campinas (Unicamp)

Pós-graduação em Artes da Cena, Instituto de Artes (IA), Unicamp, Campinas, São Paulo, Brasil.

E-mail: luciane2@unicamp.br

Financiamento

Não se aplica

Aprovação em comitê de ética

Não se aplica

Conflito de interesse

Nenhum conflito de interesse declarado

Contexto da pesquisa

Não declarado

Direitos autorais

Luciane da Silva

Contribuição de autoria (CRediT)

Não se aplica

Licenciamento

Este é um artigo distribuído em Acesso Aberto sob os termos da Creative Commons 4.0

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.pt-br>.

**Modalidade de avaliação**

Autora Convidada

Editores responsáveis

Altemar Di Monteiro

Anderson Feliciano

Histórico de avaliação

Data de submissão: 16 ago. 2025

Data de aprovação: 16 ago. 2025