

7 Abraçando o mistério

Se nós vamos encorajar a nós mesmos e aos outros para sensações profundas acerca das pessoas e dos lugares, necessitamos de caminhos empíricos de expressão criativa -- para evitar a depressão, a repressão e a agressão. Como fazemos para encontrar desafio e cultivar criatividade em nossa vida e em nosso trabalho?

Olhe para ou imagine uma porta. Conforme você a atravessa perceba a sua aproximação, o passar através dela e o resultado disso:

- Comece caminhando. Você é simplesmente um ser humano caminhando. Caminhe o seu próprio caminhar.

- Qual é a fronteira entre caminhada e movimento? Onde é que a palavra "movimento" aterrissa em seu corpo? Seja ousado. Você é um ser humano; movimentando-se. Essa palavra altera suas escolhas?

- Qual a fronteira entre movimentar e dançar? Qualquer estilo, tradição cultural, ou movimento pessoal está incluso. Seu corpo tem sabedoria sobre dançar; é seu direito inato.

- Qual o limiar entre dançar e dançar rusticamente? Investigue o que quer que isso signifique para você.

- Qual é o a fronteira entre uma dança rústica e performance? Você pode estar realizando uma fala em frente a um grupo, pode estar dedicado a uma conversação desafiante, ou estreando uma nova dança em frente a centenas de pessoas. Qual é a sua experiência corporificada do performar?

- Qual a linha entre performar e meditar? Convide os entremeios. Agora você está meditando conforme se move – movimento de corpo inteiro.

- Qual a fronteira entre meditação e caminhada?

Investigando novamente essa sequência, continue caminhando pelo espaço. Cultive a lacuna entre saber e não saber, o ecótono de incertezas que dá margem para respostas criativas:

- Qual é a fronteira entre caminhar e mover-se?

- Entre mover-se e dançar?

- Entre dança e dança rudimentar?

- Entre dançar rusticamente e performar?

- Entre performance e meditação?

- Meditar e existir?

- Dance sua própria dança. Investigue qualquer linha que capture sua imaginação. As fronteiras, completando um ciclo, nos levam de volta ao processo de “chegada” -- praticando a presença.

Às vezes nós não temos as palavras, mas sabemos a partir da experiência que as qualidades evocativas da música e da dança nos

conectam com esferas mais amplas, como a gigantesca floresta de algas ondulando silenciosamente logo abaixo da superfície do oceano..

Humanos não criam movimento, nós participamos de um universo movente.

As pessoas também são natureza, não de forma dicotomizada, mas sim, uma coisa só.