

O LABORATÓRIO PORTÁTIL: UMA TRADUÇÃO SITUADA

[THE PORTABLE LABORATORY: A SITUATED TRANSLATION]

*Nara Miranda de Figueiredo **

Universidade Federal de Santa Maria, Brasil

*Paola Longo Mantovani ***

Universidade Estadual de Campinas, Brasil

*Emiliano Kelm Duet Chagas ****

Universidade Federal de Santa Maria, Brasil

RESUMO: A possibilidade de obter acesso objetivo à experiência subjetiva tem sido tópico de grande interesse na filosofia, psicologia, neurociência e demais áreas que empreendem a investigação da natureza da experiência subjetiva. Somado às metodologias em terceira pessoa, tradicionais do método científico, ocorre um amplo debate sobre o papel das metodologias em primeira pessoa no que concerne às suas possibilidades de prover conhecimentos capazes de informar às ciências cognitivas. Nesse contexto, o *Laboratório Portátil*, obra artística participativa de Francisco Varela, pode ser considerada um marco interdisciplinar que oferece visibilidade a três caminhos possíveis de investigação da experiência subjetiva em primeira pessoa, a saber, o introspeccionismo, a fenomenologia e as tradições contemplativas. Neste texto, (1) apresentamos uma versão traduzida desta obra, e (2) oferecemos uma contextualização histórica e teórica acerca de seu conteúdo.

PALAVRAS-CHAVE: Francisco Varela; experiência subjetiva; metodologia em primeira pessoa

ABSTRACT: The possibility of obtaining objective access to subjective experience has been a topic of great interest in philosophy, psychology, neuroscience and other areas that undertake the investigation of the nature of subjective experience. In addition to third-person methodologies, traditional to the scientific method, there is a wide debate about the role of first-person methodologies with regard to their possibilities of providing knowledge capable of informing cognitive sciences. In this context, The Portable Laboratory, Francisco Varela's participatory artistic work, can be considered an interdisciplinary landmark that offers visibility to three possible paths of investigation of first-person subjective experience: introspectionism, phenomenology and contemplative traditions. In this text, (1) we present a portuguese translation of his artistic work, and (2) we offer a historical and theoretical contextualization of its content.

KEYWORDS: Francisco Varela; subjective experience; first-person methodologies

* Filósofa, professora do Departamento e do Programa de Pós-Graduação em Filosofia da Universidade Federal de Santa Maria. Desenvolve pesquisa em temas relacionados e específicos em filosofia da mente e da linguagem, com foco na concepção enativista de continuidade entre vida, mente e linguagem. E-mail: nara.figueiredo@ufsm.br. ** Graduada em Filosofia (bacharelado) pelo Instituto de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP) e em Psicologia (CRP 06/201556) pelo Centro de Ciências da Vida da Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUCAMP). E-mail: p223071@dac.unicamp.br. *** Mestrando no Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal de Santa Maria. Graduação em Filosofia - Licenciatura Plena, pela Universidade Federal de Santa Maria (2022). Educador popular do Pré-Universitário Popular Alternativa. E-mail: emilianokelm@gmail.com

INTRODUÇÃO

A ciência e o método científico são amplamente considerados como as melhores e mais confiáveis fontes disponíveis de conhecimento sobre o mundo. O prestígio de tais fontes se deve principalmente ao seu rigor metodológico e a busca pela máxima objetividade científica. No entanto, os critérios que caracterizam o rigor do método científico não foram os mesmos ao longo da história da ciência, bem como da filosofia da ciência. Somado ao fato de que os critérios de acurácia científica se alteraram ao longo do desenvolvimento dessa área, quando pensamos sobre as ciências cognitivas, o estabelecimento de critérios científicos se torna ainda mais complexo, uma vez que o pesquisador é, em parte, o próprio objeto de interesse de pesquisa. E essa é a questão de fundo do *Laboratório Portátil*, a obra de Francisco Varela (1999) que trazemos neste texto, a saber, como é possível conhecer cientificamente a cognição, um objeto de pesquisa que é, por excelência, subjetivo?

Talvez nenhuma outra questão sobre a epistemologia da mente seja tão dominante na filosofia da mente e na psicologia quanto o problema do método científico nas ciências cognitivas ou o problema da subjetividade, que se refere às dificuldades de estabelecer bons critérios metodológicos para a investigação científica e, portanto, objetiva, de algo que é subjetivo, a saber, a mente ou a cognição. Para além das metodologias em terceira pessoa, já consolidadas como científicas e confiáveis, as metodologias em primeira pessoa ganham especial destaque principalmente no que tange a possibilidade de oferecerem uma resposta a esse problema ao proporem acesso objetivo à experiência subjetiva. Afirmam Kabat-Zinn e Davidson (2012) sobre a crescente consideração à perspectiva em primeira pessoa e a importância de Francisco Varela para esse processo ao longo das últimas décadas,

(...) até recentemente, a experiência interior era rejeitada em alguns círculos acadêmicos como meramente “subjetiva”, em oposição a “objetiva”. Agora está recebendo um segundo olhar como uma dimensão fenomenologicamente essencial e válida da experiência e do conhecimento humano. Essa visão mais balanceada, que reconfigura a experiência em primeira pessoa, deve-se em grande parte à Francisco Varela¹ (KABAT-ZINN; DAVIDSON, 2012, p.2, tradução própria).

Nesse contexto, objetivamos apresentar ao longo desse texto uma versão traduzida do *Laboratório Portátil*, uma obra artística participativa em forma de texto que, de maneira visionária, almejou oferecer acesso objetivo à experiência subjetiva a partir de três possíveis metodologias de primeira pessoa, quais sejam, o introspeccionismo, a fenomenologia e as tradições contemplativas. Ao que se segue, o segundo objetivo deste texto é o de explorar histórica e teoricamente o conteúdo de tal obra de arte, dando especial foco para a investigação das metodologias em primeira pessoa e as suas consequentes mudanças para a compreensão da cognição e da vida mental, assim como para as distinções notadamente influentes sobre o objetivo e o subjetivo, o interno e o externo.

Para aproximarmos-nos aos objetivos supracitados, na primeira seção, apresentamos uma contextualização da exposição de arte contemporânea na qual a obra de Francisco Varela foi exibida, enfatizando os dois principais movimentos que a motivaram: o convite à arte participativa, no lugar de uma exibição a ser exclusivamente contemplada, e a crescente tendência de promover a interação entre as artes e a ciência. Nesta exposição, o laboratório do cientista e o *atelier* do artista são provocativamente justapostos.

Na segunda seção, apresentamos a tradução propriamente dita da obra completa²

do autor, que consiste em um texto de uma página. Na terceira seção, trazemos um panorama das motivações teóricas de Francisco Varela e apresentamos o contexto histórico do desenvolvimento das ciências cognitivas que influenciaram os modos de investigação do subjetivo. Como veremos, os estudos iniciais sobre a consciência e a vida mental foram significativamente influenciados por um paradigma teórico que priorizou as perspectivas cognitivista e representacionista, e preteriu a fenomenalidade e a subjetividade. Seguindo o arcabouço teórico cognitivista, o progresso da neurociência e das tecnologias de mapeamento cerebral, possibilitaram o desenvolvimento e o prestígio das metodologias em terceira pessoa nas ciências cognitivas, que se caracterizam especialmente pela preocupação com descrições e dados objetivos e impessoais sobre a mente, obtidos majoritariamente por processos laboratoriais e experimentais. Esse cenário contribuiu para que o estudo da experiência subjetiva em primeira pessoa não mantivesse o mesmo ritmo dos avanços científicos das metodologias em terceira pessoa.

Assim sendo, enquanto os correlatos neurais da experiência consciente, obtidos, por exemplo, por meio das tecnologias de mapeamento cerebral, permitiram um crescente avanço epistêmico para as metodologias em terceira pessoa, a investigação científica em primeira pessoa encontrou muitos obstáculos para validar o acesso explanatório da experiência subjetiva e conquistar prestígio na comunidade científica. Desse modo, na subseção 3.1 apresentaremos as três metodologias em primeira pessoa sugeridas no Laboratório Portátil (1999), quais sejam, o introspeccionismo, a fenomenologia e as tradições contemplativas. De acordo com Varela (1999), tais métodos de acesso à consciência são formas de possibilitar objetividade à experiência subjetiva na medida em que estabelecem procedimentos e parâmetros que garantem a abertura para a validação intersubjetiva e para as descrições empíricas. Resguardadas as especificidades de cada uma das metodologias em primeira pessoa, todas preservam o paradigma central de que a experiência do sujeito e sua subjetividade são centrais para o processo de aquisição de conhecimento sobre o mundo e sobre a mente.

Além disso, tais metodologias rejeitam os tradicionais binômios entre sujeito e objeto, interno e externo, mente e corpo, agente e ambiente. Assim, segundo as metodologias em primeira pessoa, a realidade não se apresenta como uma externalidade ao organismo, a ser explorada e verificada externamente. Pelo contrário, consiste em um domínio relacional a partir do acoplamento do organismo com o meio. Essa perspectiva expressa a relação simbiótica entre o subjetivo e o objetivo e parece apresentar uma outra ontologia sobre a mente que está implícita nas metodologias em primeira pessoa propostas no Laboratório Portátil. Logo, na subseção 3.2 apresentaremos uma outra ontologia da mente que parece mais congruente com a epistemologia em primeira pessoa. Tal ontologia aproxima-se da perspectiva contemporânea enativista da mente e pode ser caracterizada como não-representacional, corporificada, relacional e experiencial. Francisco Varela foi precursor da ontologia enativa da mente.

Por fim, na subseção 3.4 apresentamos a objeção mais influente direcionada às metodologias de acesso em primeira pessoa e explicitamos a recusa de Varela e Shear (1999) diante dela. Para além da cautela usual da comunidade científica em relação a tais conhecimentos, vistos como imprecisos e parciais, uma outra objeção é direcionada ao cerne do seu empreendimento, a objeção hermenêutica, que pode ser formulada da seguinte maneira: Como é possível saber se, ao investigar a experiência subjetiva a partir de métodos em primeira pessoa, não se está alterando-a ou mesmo criando-a?

Em síntese, o principal objetivo desse texto é o de contribuir para as discussões que permanecem contemporâneas acerca da epistemologia e da ontologia da mente no

que tange ao estabelecimento de premissas teóricas e critérios metodológicos adequados para a investigação do subjetivo. Acreditamos que o debate sobre os métodos em primeira pessoa para aquisição de conhecimento sobre a mente nos levará a refletir sobre a própria natureza do que consideramos cognição, de modo a abdicar de paradigmas representacionistas e a radicalizar uma ontologia que seja mais abrangente, relacional e experiencial da mente e do subjetivo.

1. SOBRE A EXPOSIÇÃO: A JUSTAPOSIÇÃO ENTRE O LABORATÓRIO DO CIENTISTA E O ATELIER DO ARTISTA

O *Laboratório Portátil* é uma obra artística, em forma de texto, produzida pelo biólogo Francisco Varela, em 1999. Tal obra compôs inicialmente a exposição de arte contemporânea *Laboratorium*, que aconteceu entre 27 de junho a 3 de outubro de 1999, no *Provinciaal Fotografie Museum*, na Bélgica, com curadoria de Barbara Vanderlinden e Hans Ulrich Obrist³. Essa exposição foi organizada pelos curadores a partir da inspiração em dois movimentos, quais sejam: Primeiramente no trabalho de Anthony van Dyck, influente artista belga precursor de uma arte que propunha a superação dos parâmetros meramente contemplativos, em favor de uma arte participativa e interativa. A exposição foi uma forma de celebrar o aniversário de 400 anos do artista. Em segundo lugar, *Laboratorium* foi inspirado na crescente tendência, desde meados da década de 1960, da interação entre a arte e a ciência. Assim, os curadores idealizaram uma exposição interdisciplinar na qual “o laboratório do cientista e o estúdio do artista fossem explorados com base em vários conceitos e disciplinas”⁴ (GORMAN, 2020, p. 54). A exposição reuniu o trabalho de sessenta e seis artistas e cientistas/pesquisadores de distintas áreas do conhecimento, tais como o sociólogo francês Bruno Latour, o artista plástico Carsten Höller, o pesquisador Luc Steels, a filósofa Isabelle Stengers, além do biólogo Francisco Varela. Tal fato evidencia o caráter interdisciplinar da exposição e o compromisso com uma experiência múltipla e interativa para os espectadores. Resguardadas as especificidades das respectivas áreas, *Laboratorium* pretendeu explorar as interseções entre arte e ciência a partir dos seus distintos locais e especificidades de trabalho (OBRIST; VANDERLINDEN, 2001).

A pretensão de tornar o *Laboratorium* um experimento público, que ultrapassasse a mera exposição ou reprodução de informações ou objetos e engajasse o público-participante, buscou responder preocupações acerca do diálogo entre a arte e a ciência, tais como:

Como podemos superar a lacuna entre o vocabulário especializado da ciência, arte e o interesse geral do espectador, entre a *expertise* do profissional habilitado e as preocupações e preconceitos do espectador interessado? (...) O que significam os laboratórios? O que significam os experimentos? Quando tornar os experimentos públicos e quando os resultados são consenso do espectador?⁵ (OBRIST; VANDERLINDEN, 2001, p. 7, tradução própria)

Diante dessas preocupações, *Laboratorium* pretendeu oferecer ao espectador uma experiência ativa de emergência de sentidos, na qual a postura apenas contemplativa seria insuficiente para a experiência desejada. A obra de Varela se mostra altamente pertinente aos propósitos da exposição, uma vez que ultrapassa a mera contemplação e convida o espectador a se tornar o próprio laboratório de pesquisa e a compreender as manifestações específicas de sua própria existência. Em entrevista concedida aos curadores da exposição, Varela afirma “estar sempre interessado na interface entre a experiência vivida e o estudo científico”⁶ (OBRIST;

VANDERLINDEN, 2001, p. 61).

Laboratorium foi re-exibido na exposição *A Psiquê do Universo: Um tributo à Francisco J. Varela*, proposta por Nico Dockx e Raphaële Jeune em Phakt: Centro Cultural Colombie, na França, entre os dias 15 de janeiro a 14 de fevereiro de 2015. Nessa exposição, distintos materiais e arquivos do autor, como textos, imagens, vídeos, livros e entrevistas em áudio ficaram disponíveis ao público. A proposta dos curadores era oferecer uma experiência ativa ao público à medida que esses acessavam os materiais. Tal proposta foi elaborada a partir de diálogos, práticas de atenção plena, mobilização do corpo e atividades criativas⁷.

2.O LABORATÓRIO PORTÁTIL(1999)DE FRANCISCO J. VARELA: VERSÃO EM PORTUGUÊS DO ORIGINAL

Topografia: O estabelecimento de uma disciplina de pesquisa em ciência está vinculado à invenção de um lugar topográfico (o laboratório) que fornece a perspectiva para um conjunto de procedimentos ou gestos (os métodos, os experimentos). Quando esses dois polos são articulados em suas especificidades, uma nova disciplina de conhecimento pode surgir. A última disciplina emergente do Ocidente foi a psicologia experimental, na virada do século. Vamos agora inverter esta descrição e apontar para dentro, por assim dizer. O ser humano, em sua vida situada, constitui de fato um lugar topográfico (o corpo, o eu), onde procedimentos e gestos podem ser executados para explorar diretamente a própria experiência humana (a procura). Como em outros laboratórios, os procedimentos seguem um formato e constituem o conteúdo do que pode e se tornará manifesto.

Gestos: Nas tradições da sabedoria humana (sendo as mais notáveis o budismo, hinduísmo e taoísmo), esse *auto-laboratório* portátil o lugar para descoberta e transformação humana. No budismo, ele tem sido cultivado e refinado durante séculos por meio da prática da meditação sentada (*samatha-vipasyana*). Ele é um auto-laboratório também no sentido de que as práticas mudam e transformam quem o sujeito é levado a ser, como se o espaço do laboratório se tornasse uma perspectiva em movimento. Os ecos mais fracos de tais laboratórios portáteis, amplamente distribuídos e cultivados, emergiram três vezes de forma independente na Europa na virada do século. Em primeiro lugar, isso é em parte o que Freud inaugurou com a tradição da psicanálise. Em segundo lugar, na ciência moderna, os laboratórios portáteis foram introduzidos no início do século sob o nome de Introspeccionismo (escola de Wurzburg) e foram considerados o caminho principal para entender a mente. O introspeccionismo, no entanto, não foi assimilado pelo Ocidente e estes laboratórios portáteis foram descartados em favor dos laboratórios fixos da psicologia experimental. Finalmente, na filosofia Husserl introduziu uma nova linhagem da Fenomenologia baseada na prática da redução que busca a consciência e a sua constituição.

Faça isso: Torne-se o laboratório permanecendo parado ou sentando-se na almofada fornecida. Permaneça sem fazer nada. Relaxe sua postura e atitude. E observe, sutilmente, o que quer que emergja à experiência. Essa é a experiência. Observe a manifestação específica da mente como se fossem dados.

Repita quantas vezes puder este gesto de presença plena, de atenção plena. O laboratório agora é portátil e você pode levá-lo consigo onde quer que vá. Registre as suas descobertas!

3. METODOLOGIAS EM PRIMEIRA PESSOA: UMA OUTRA EPISTEMOLOGIA E ONTOLOGIA DA MENTE

A obra *Laboratório Portátil* está situada em um amplo debate sobre o papel das metodologias em primeira pessoa no que tange à investigação científica sobre a mente e a possibilidade de obter conhecimentos objetivos capazes de informar as ciências cognitivas. Mais especificamente, tal obra localiza-se em um cenário teórico de debate acerca da possibilidade de conhecer cientificamente a cognição, um objeto de pesquisa que é, por excelência, subjetivo. Assim sendo, essa seção tem por objetivo apresentar e discriminar as metodologias em terceira e em primeira pessoa nas ciências cognitivas, bem como os seus respectivos paradigmas teóricos subjacentes.

Como explicitado anteriormente, o contexto teórico de exposição do Laboratório Portátil foi marcado por amplos debates científicos sobre a epistemologia e a ontologia da mente. Mais especificamente, os primeiros estudos das ciências cognitivas foram fortemente influenciados por um estilo particular de filosofia da mente que priorizou o modelo cognitivista e representacionalista, e preteriu a fenomenalidade e a subjetividade (VARELA; SHEAR, 1999). A tese cognitivista ou representacionalista da mente, influenciada por Fodor (1975), sugere que sistemas cognitivos constroem, armazenam e manipulam representações mentais do mundo. Isso significa que as informações chegam ao organismo a partir de *inputs*, também nomeadas por entradas sensoriais, em seguida, são representadas mentalmente, organizadas, manipuladas e relacionadas com demais representações a fim de oferecer saídas comportamentais, ou *outputs*, para o ambiente externo (DE JESUS, 2015; PITT, 2022). Para tais teorias, os processos mentais são redutíveis a processos cerebrais.

Seguindo o arcabouço teórico cognitivista, o progresso da neurociência e das tecnologias de mapeamento cerebral, como os exames de tomografia computadorizada e a ressonância magnética, trouxeram amplos avanços científicos às ciências cognitivas ao possibilitarem a verificação dos correlatos neurais da experiência consciente. Esse cenário marcou o desenvolvimento e o prestígio das metodologias em terceira pessoa nas ciências cognitivas, que se caracterizam especialmente pela preocupação com descrições e dados objetivos e impessoais sobre a mente, obtidos majoritariamente por processos laboratoriais e experimentais. Assim afirmam Varela e Shear (1999),

A perspectiva em terceira pessoa, tida como o padrão do discurso científico, enfatiza ao extremo o aparente dualismo entre o interno e o objetivamente externo, e é a base para o reducionismo científico. As ciências cognitivas representam um desafio intrínseco a essa forma ‘pura’ de ciência objetiva, contudo, dado que o tópico estudado implica diretamente os próprios agentes sociais⁸ (VARELA; SHEAR, 1999, p. 9)

Portanto, o método em terceira pessoa, considerado o padrão científico, se propõe a revelar os objetos tais como são neles mesmos, independente dos observadores com que interagem e, dessa forma, reatualizam o paradigma tradicional de distinção entre o externo e o interno, bem como entre o objetivo e o subjetivo, preterindo a investigação dos dois últimos domínios, interno e subjetivo, à algo não científico e não confiável. Ao que se segue disso é que o estudo da experiência consciente ela mesma não manteve o mesmo ritmo e notoriedade dos avanços das metodologias em terceira pessoa, resultando em significativos prejuízos epistêmicos para o campo.

No entanto, a despeito da relevante dominância do paradigma cognitivista e representacionalista para as metodologias em terceira pessoa nas ciências cognitivas, as metodologias em primeira pessoa começaram a questionar tal paradigma e a oferecer novas possibilidades de investigação da mente e do subjetivo. Varela e Shear (1999)

defendem que a experiência vivida não pode ser reduzida aos correlatos neurais, isto é, que os dados fenomênicos da experiência consciente não podem ser minimizados aos dados obtidos através das metodologias em terceira pessoa. Sobre isso, afirmam os autores,

Aceitar a experiência como um domínio a ser explorado é aceitar a evidência de que a vida e a mente incluem a dimensão em primeira pessoa que é uma marca do transcorrer de nossa existência. Privar nossa investigação científica desse campo fenomênico equivale a amputar a vida humana de seu domínio mais íntimo, ou negar acesso explanatório da ciência à ele. Em ambos os casos o movimento é insatisfatório⁹ (VARELA; SHEAR, 1999, p. 4)

Os autores argumentam que a abdicação de conhecimento científico sobre o subjetivo impacta o acesso explanatório à um dos domínios mais relevantes da vida humana e sugerem que “o subjetivo é intrinsecamente aberto à validação intersubjetiva, se nos valermos de um método e um procedimento para fazê-lo”¹⁰ (VARELA; SHEAR, 1999, p.2). Logo, o questionamento seguinte que se apresenta é o de estabelecer critérios metodológicos satisfatórios para a investigação científica em primeira pessoa nas ciências cognitivas. Segundo os mesmos autores, a falta de credibilidade com que os conhecimentos adquiridos pela perspectiva em primeira pessoa tendem a ser vistos pela comunidade científica deriva do fato de que não são empregadas regulações metodológicas capazes de garantir a objetividade e a confiabilidade de tais dados. Diante disso, Varela e Shear (1999) sugerem dois critérios metodológicos para garantir o *status* científico das metodologias em primeira pessoa, são eles,

(i) prover um procedimento claro para o acesso à certo campo fenomênico e, (ii) prover um meio claro para a *expressão e validação* dentro de uma comunidade de observadores que tem familiaridade com procedimentos como em (i)¹¹ (VARELA; SHEAR, 1999, p. 6, grifos dos autores)

Tais critérios possibilitariam a validação intersubjetiva, assim como a abertura direta para as descrições empíricas, uma vez que os “relatos de metodologias em primeira pessoa devem ser considerados como elementos integrais de validação de proposições da neurobiologia, e não apenas informação coincidente ou heurística”¹² (VARELA, 1996, p.15). Fica evidente, portanto, que o objetivo de Francisco Varela, presente tanto no Laboratório Portátil (VARELA, 1999), quanto em demais trabalhos adjacentes (VARELA, 2001; VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2016), foi o de promover uma ciência da mente que reforce a perspectiva em primeira pessoa e rejeite a epistemologia tradicional do subjetivo, pautada nas metodologias em terceira pessoa e, portanto, no binômio representacionista interno versus externo.

3.1.Três caminhos para uma outra epistemologia da mente

A partir desse arcabouço teórico de crítica às tradicionais metodologias em terceira pessoa nas ciências cognitivas, Varela (1999) sugere, na obra Laboratório Portátil, três caminhos possíveis de investigação científica da experiência subjetiva, quais sejam, o introspeccionismo, a fenomenologia e as tradições contemplativas. Essa subseção tem por objetivo explicitar brevemente tais metodologias em primeira pessoa.

3.1.1.Introspeccionismo

O introspeccionismo ou introspecção pode ser caracterizado como um processo

epistêmico de aquisição de conhecimento dos estados mentais atuais e ocorrentes do sujeito cognoscente (SCHWITZGEBEL, 2024). A partir dessa caracterização, destacam-se as três condições necessárias para um processo de introspecção. São elas, (i) condição de mentalidade, ou seja, os alvos epistêmicos do introspeccionismo são exclusivamente os estados mentais, sejam eles crenças, desejos, emoções ou experiências qualitativas. Ao que se segue, a (ii) condição de primeira pessoa explícita que a introspecção é um processo de conhecimento dos estados mentais exclusivamente do sujeito cognoscente. Isso significa que não é possível introspectar os estados mentais de outra pessoa. Por fim, a (iii) condição de proximidade temporal do introspeccionismo determina que os estados mentais alvo de inspecção são necessariamente atuais ou ocorrentes. Schwitzgebel (2024) sugere que as características epistêmicas do introspeccionismo são a privacidade, a incorrigibilidade e a infalibilidade.

Sobre os aspectos históricos do desenvolvimento científico do introspeccionismo, esclarece-se que, embora os filósofos desde a antiguidade tenham conferido significativa importância à observação dos próprios estados mentais (SCHWITZGEBEL, 2024), a introspecção se constitui como uma vertente estruturada da psicologia científica apenas no século XIX. Cientistas como Hermann von Helmholtz, Gustav Theodor Fechner, Edward Titchener e, principalmente, Wilhelm Wundt contribuíram diretamente para o progresso neste campo ao investigarem os possíveis paralelos entre estímulos físicos e experiências qualitativas mentais. Mais especificamente, os autores buscavam respostas quantitativas a perguntas como: quão forte um estímulo precisa ser para ser conscientemente percebido? Qual é a relação matemática entre a intensidade de um estímulo e a intensidade da sensação qualitativa resultante? O quão diferentes dois estímulos precisam ser para que sua experiência consciente se diferencie significativamente? (VERMENSCH, 1999).

Fica evidente, portanto, que o método introspeccionista requeria o refinamento da percepção para possibilitar respostas adequadas e confiáveis sobre os próprios estados mentais. Sobre isso, uma das principais preocupações dos autores era com o estabelecimento de parâmetros para o refinamento e a replicação de seu método, prática que se tornou essencial para o desenvolvimento da psicologia moderna no século XX (VERMENSCH, 1999; SCHWITZGEBEL, 2024).

3.1.2. Fenomenologia

A fenomenologia caracteriza-se enquanto uma ampla tradição filosófica originada por Husserl (1982) e que fundamentou as obras de Heidegger, Sartre, Merleau-Ponty, Gibson, dentre outros. A tradição fenomenológica surge como uma reação ao reducionismo científico e ao método hipotético-explicativo, considerados como insuficientes para compreender os fenômenos a partir da experiência vivida. Em outras palavras, as explicações à luz do método positivista mostravam-se limitadas para a fenomenologia, uma vez que a busca pelo estabelecimento de cadeias explicativas e causais fragmenta o fenômeno e extrai dele a sua totalidade à medida que busca teorizá-lo a partir de uma dada perspectiva, um determinado recorte teórico específico (SMITH, 2018; KÄUFER; CEMERO, 2021; REIS, 2022).

Dessa forma, a fenomenologia propõe um movimento teórico em direção às coisas como elas são, abdicando-se de teorizações, hipóteses e conceitos criados de forma pregressa. A fenomenologia, portanto, estuda como os fenômenos se manifestam à consciência. E, para isso, utiliza-se do método da redução fenomenológica, que busca

suspender os pressupostos sobre o fenômeno, de forma a possibilitar um acesso direto e menos mediado por pré-concepções. Segundo Depraz, a redução fenomenológica

(...) não é simplesmente um método formal que torna possível uma análise teórica, uma justificação de princípio da experiência subjetiva, mas está totalmente enraizado numa práxis eficaz que proporciona acesso intuitivo à experiência interna¹³ (DEPRAZ, 1999, p. 97)

Além disso, tal como em outros métodos, a validação de tais descrições é dada mediante o seu compartilhamento com pares de modo a viabilizar o avanço em direção a descrições menos parciais que explicitem aspectos comuns e subjacentes à experiência investigada (SMITH, 2018; KÄUFER; CHEMERO, 2021).

Desse modo, enfatiza-se que, segundo a fenomenologia, o fenômeno só existe enquanto é manifestação na consciência, bem como a consciência só existe como consciência de algo. Essa, por sua vez, não existe de forma isolada, está sempre em relação. A consciência não é uma realidade substancial, é um movimento de apreensão dos fenômenos. Assim como não existe distinção entre sujeito e objeto na fenomenologia, fenômeno e consciência não são independentes, mas constituídos unicamente em relação. Não existe uma relação preponderante de um sobre o outro, eles se dão de modo dependente um do outro (VARELA; SHEAR, 1999; KÄUFER; CHEMERO, 2021).

É importante manter em mente essa concepção enativa de ciência quando pensamos sobre o diálogo entre as ciências cognitivas e a fenomenologia. Não manter isso em mente significa regressar a uma concepção objetiva de ciência, para a qual a experiência corporificada se torna simplesmente um outro objeto de investigação empírica¹⁴(VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2016, p. xxviii)

O que é importante destacar na caracterização das abordagens acima é o diálogo entre a fenomenologia¹⁵ e as ciências cognitivas e a abdicação de ambas de uma visão realista de ciência que desconsidera a experiência corporificada do próprio pesquisador.

3.1.3. Tradições Contemplativas

Além do introspeccionismo e da fenomenologia, as tradições contemplativas também podem ser consideradas exemplos de procedimentos de aquisição de conhecimento sobre a mente e o subjetivo. Nesse contexto, o trabalho de Varela culminou em programas de pesquisa em parceria com Dalai Lama¹⁶ sobre práticas meditativas e em avanços significativos na compreensão da nossa condição humana primordial, a saber, a de que somos seres vivos, cognoscentes e linguísticos (VARELA; SHEAR, 1999; HAYWARD; VARELA, 2013).

As tradições contemplativas citadas no Laboratório Portátil (1999) como precursoras dos métodos de investigação em primeira pessoa nas ciências cognitivas são o budismo, o taoísmo e o hinduísmo. Tratam-se de tradições de aquisição de conhecimento que potencializaram o acesso a experiências conscientes específicas. Segundo Wallace (1999), as práticas contemplativas permitem refinar a capacidade de perceber os próprios estados mentais e reportá-los com maior fidedignidade e acurácia. Um dos componentes fundamentais para o desenvolvimento e a precisão dos exercícios contemplativos é a prática de *mindfulness*¹⁷ ou atenção plena, um estado no qual o sujeito está mentalmente atento, em ideal equilíbrio entre a excitação e o relaxamento cognitivo, plenamente concentrado na vivência do momento presente e conscientemente alheio aos pensamentos sobre o passado ou futuro (Wallace, 1999; Williams; Kabat-Zinn, 2013).

(...) minha intenção sempre foi a de promover um novo tipo de sabedoria, enraizada em uma ciência cognitiva madura que é profundamente informada por práticas experienciais de transformação humana ética. O Budismo é uma importante fonte para esse esforço, mas meu objetivo não é defender esta tradição por si mesma, mas aproveitar sua rica filosofia e prática a fim de criar uma ciência cognitiva contemplativa e transcultural que faça justiça ao nosso pleno desenvolvimento de capacidades para despertar.¹⁸ (VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2016, p. xxix)

O trecho acima evidencia os objetivos de Varela, Thompson e Rosch (2016) no que tange a inauguração de um novo tipo de saber que foram fundados nos conhecimentos transdisciplinares das ciências cognitivas, na fenomenologia, bem como nas práticas contemplativas orientais, em especial o budismo e os seus saberes teóricos e práticos de *mindfulness* meditativo. Essa nova epistemologia da mente coloca a experiência no centro do processo de conhecimento e rejeita as premissas representacionistas e dicotômicas entre o objetivo e o subjetivo.

Por conseguinte, resguardadas as especificidades de cada uma das metodologias em primeira pessoa acima mencionadas, todas preservam o paradigma central de que a experiência do sujeito e sua subjetividade são centrais para o processo de aquisição de conhecimento sobre o mundo e sobre a consciência. Diante disso, Hayward e Varela (2013) respondem ao antagonismo criado entre objetivo e subjetivo:

Por que estamos presos apenas a essas duas alternativas extremas de subjetividade e objetividade? Porque profundamente enraizado no pensamento ocidental está a crença na dualidade de mente e matéria, sujeito e objeto¹⁹ (HAYWARD & VARELA, 2013, p. 24)

Dessa forma, a despeito das diferentes orientações teóricas específicas, o introspeccionismo, a fenomenologia e as tradições contemplativas rejeitam a distinção entre subjetividade e objetividade ao passo que se distanciam dos tradicionais binômios entre sujeito e objeto, interno e externo, mente e corpo, agente e ambiente. A abdicção de tais binômios justifica-se, pois, “sujeito e objeto são mutuamente interdependentes. Todos os fenômenos experienciados como sujeito e objeto surgem dentro e dependem da estrutura conceitual na qual estão designados”²⁰ (WALLACE, 1999, p. 179).

As metodologias em primeira pessoa defendem a circularidade entre interno e externo e, principalmente, entre subjetivo e objetivo. Sobre essa circularidade argumentam Varela, Thompson e Rosch (2016) que “o conhecimento científico não é a exposição da natureza da realidade tal como ela é em si, é uma *expressão da relação entre nossa cognição corporificada e o mundo que ela pretende conhecer*”²¹ (VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2016, p. xxvii, grifos próprios). Assim sendo, segundo as metodologias em primeira pessoa nas ciências cognitivas, a realidade não se apresenta como uma externalidade ao organismo, a ser explorada e verificada externamente. Pelo contrário, consiste em um domínio relacional a partir do acoplamento do organismo com o meio. Nesse sentido, as metodologias em primeira pessoa são também constitutivas do eu e transformam o organismo em um laboratório (portátil) (OBRIST; VANDERLINDEN, 2001, p. 62). Essa perspectiva expressa a relação simbiótica entre o subjetivo e o objetivo e parece evidenciar uma outra ontologia da mente que está implícita nas metodologias em primeira pessoa propostas no Laboratório Portátil. Essa outra ontologia da mente será discutida em detalhes na próxima subseção.

Por fim, vale notar que, segundo Varela e Shear (1999), as metodologias em primeira pessoa “não são fáceis e rápidas. Elas requerem dedicação prolongada e enquadramento interativo antes que significativos dados fenomênicos se tornem acessíveis e passíveis de validação”²² (VARELA; SHEAR, 1999, p. 11). Assim como o estudante de música refina sua capacidade de distinção entre sons, sendo

progressivamente mais apto a perceber nuances que antes lhe estavam ocultos, aquele que se engaja com os métodos de investigação em primeira pessoa aprimora seus modos de acesso à experiência e sua capacidade de discriminá-la. Como consequência, um dos objetivos centrais da proposta de Varela (1999) é a de que tal refinamento do acesso à experiência forneça descrições precisas capazes de informar as ciências cognitivas. Portanto, a perspectiva em primeira pessoa precisa ser cuidadosamente desenvolvida e aprimorada.

Em síntese, Varela (1996; 1999; 2001) defende a acessibilidade do campo subjetivo através de metodologias abertas à validação intersubjetiva e às descrições empíricas. As metodologias em primeira pessoa permitem o acesso explanatório da ciência a esse domínio e a contemplação ativa possibilitada pelas variadas formas de refinamento da atenção é em si mesma uma atividade laboratorial.

3.2. Uma outra ontologia da mente

Se as metodologias em terceira pessoa nas ciências cognitivas estão implicitamente influenciadas por uma perspectiva representacionalista e cognitivista da mente, as metodologias em primeira pessoa no mesmo contexto parecem fundamentar-se em uma outra ontologia da mente, não representacional e não condizente com o binômio interno e externo. A epistemologia em primeira pessoa nas ciências cognitivas parece basear-se em uma ontologia “em que nem a experiência nem os mecanismos externos tenham a palavra final” (VARELA, 1996, p.11), de modo que a proposição de uma perspectiva ampliada requer, portanto, “o estabelecimento explícito de constrições mútuas, influência e determinação recíprocas”²³ (VARELA, 1996, p.11). Dessa forma, essa subseção tem por objetivo apresentar e discutir uma ontologia da mente revisada e que seja mais condizente com a epistemologia em primeira pessoa para as ciências cognitivas apresentada anteriormente. Assim como afirmam Varela, Thompson e Rosch (2016), “nossa abordagem [será] a de criar uma “circulação” entre as ciências cognitivas e a experiência humana”²⁴ (VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2016, p. xx)

A crítica à visão realista da ciência enquanto o *corpus* de conhecimento que revela os objetos tais como são neles mesmos, independente dos observadores que com eles interagem se expressa na perspectiva enativista das ciências cognitivas, proposta por Varela, Thompson e Rosch (1991/2016) em anos anteriores à exposição do Laboratório Portátil. Amplamente ancorada na fenomenologia de Husserl, Heidegger e Merleau-Ponty, essa visão sugere que

(...) as representações científicas mapeiam as condições estruturais e dinâmicas do modo como o mundo é acessado por nós em várias escalas espaço-temporais, sendo destilações de nossa experiência corporificada enquanto observadores, modeladores e intervenientes²⁵ (VARELA; THOMPSON; ROSCH, 1991/ 2016, p. 27).

A perspectiva enativista compreende que a realidade não é meramente uma externalidade representada por agentes cognitivos, mas consiste de um domínio relacional que o organismo traz à tona a partir de seu acoplamento com o meio. No caso de humanos, esse acoplamento envolve uma dimensão afetiva e ocorre nos níveis orgânico, sensorio-motor e intersubjetivo (ver DI PAOLO, CUFFARI & DE JAEGHER, 2018; THOMPSON, 2016; ROLLA, FIGUEIREDO, 2021)²⁶. Essa perspectiva expressa a relação simbiótica entre o subjetivo e o objetivo e sintetiza a ontologia que está implícita nas metodologias em primeira pessoa propostas no Laboratório Portátil e também em obras adjacentes do autor (VARELA, 1996; 2001;

VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2016). Varela, Thompson e Rosch (2016) concebem

(...) a vida mental como um contínuo engajamento significativo entre agentes corporificados precariamente constituídos e os mundos de significados que realizam a partir das atividades auto afirmativas. A vida não está garantida (...) os dilemas de existir como um organismo vivo são os dilemas de regular os processos constitutivos e relacionais de acordo com normas e significados que se conectam, de maneira circular, com o próprio organismo como um conjunto concreto e frágil de fluxos autossustentáveis e como uma forma de vida historicamente situada²⁷ (DI PAOLO; CUFFARI; DE JAEGHER, 2018, p. 20-21)

Ao que se segue, segundo Thompson (2016), “o corpo vivo é um sistema que se auto produz e se mantém na medida em que atua ou realiza (*brings forth*) relevância, e os processos cognitivos pertencem ao domínio relacional do corpo vivo acoplado com o ambiente”²⁸ (THOMPSON, 2016, p. xxv, grifo próprio). Destaca-se a partir desse trecho a centralidade do domínio relacional com o ambiente para os processos cognitivos e para a epistemologia da mente. Isso significa que todos os processos, de natureza orgânica, intersubjetiva, social ou cognitiva, são co-construídos, não existem e não podem ser compreendidos de forma isolada ou fragmentada. Nessa perspectiva, rejeitando a dicotomia existente entre o idealismo e o realismo, Rolla e Figueiredo (2021) argumentam que a perspectiva enativa está em consonância com uma compreensão de que o mundo apenas existe na relação com os organismos, ou seja, organismo e ambiente se co-constituem e se co-determinam.

Dessa forma, a partir da proposta de uma nova ontologia da mente, argumentamos que a atividade engajada proposta na obra Laboratório Portátil (1999) é primordialmente construtiva do eu e não se configura como um meio de acesso ao eu internalizado das ciências cognitivas tradicionais. Uma nova epistemologia das ciências cognitivas pautada nas metodologias em primeira pessoa reforça a necessidade de uma ontologia enativista da mente. Essa nova ontologia parece contribuir para responder também às objeções endereçadas aos métodos em primeira pessoa, melhor detalhadas na próxima subseção.

3.3. Objeção aos métodos em primeira pessoa

A principal objeção endereçada às metodologias em primeira pessoa trata-se da chamada objeção hermenêutica que pode ser formulada da seguinte forma: Como é possível saber se, ao investigar a experiência subjetiva, não se está alterando-a ou mesmo criando-a? Varela e Shear (1999) respondem tal objeção afirmando que, de fato, a dúvida hermenêutica é inescapável, os métodos em primeira pessoa sempre dependerão de referenciais interpretativos que dão sentido à experiência. No entanto, rejeitar a investigação em primeira pessoa em função dessa aparente fraqueza resultaria em rejeitar todo o empreendimento científico tradicional em terceira pessoa, igualmente passível desta mesma objeção. O tipo de conhecimento produzido pelas metodologias em primeira pessoa é da mesma natureza dos conhecimentos adquiridos por vias científicas tradicionais, porque “quaisquer descrições que possamos produzir através dos métodos em primeira pessoa não são ‘fatos’ puros e sólidos, mas saberes potencialmente validados intersubjetivamente”²⁹ (VARELA; SHEAR, 1999, p.14).

Além disso, a objeção hermenêutica se compromete, de forma implícita, com a ideia de que a experiência subjetiva existe em si mesma, ou seja, de forma isolada e que pode ser apreendida sem influência do observador/ investigador. A epistemologia e ontologia da mente defendidas ao longo desse texto negam tal premissa, enfatizando o

caráter relacional das metodologias em primeira pessoa. A objeção hermenêutica perde relevância e potência ao compreendermos que ser o investigador, em parte, o próprio objeto de investigação não se configura enquanto uma fraqueza metodológica, uma vez que a investigação em primeira pessoa se fundamenta nos princípios de construção e determinação mútuas. Por fim, tal como no exemplo do músico que, com o estudo passa a ser capaz de fazer distinções mais precisas, percebendo o que antes lhe era incógnito, ao aplicar-se à prática das metodologias em primeira pessoa, tal discriminação da experiência é feita seguindo métodos específicos e não arbitrários.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo desse artigo, propusemos inicialmente uma contextualização histórica e teórica da exposição artística de arte contemporânea na qual a obra *O Laboratório Portátil* foi exibida, enfatizando os dois principais movimentos que a motivaram, a saber, o convite à arte engajada, no lugar de uma exibição a ser exclusivamente contemplada, e a crescente tendência de promover a interação entre as artes e a ciência. Em seguida, na segunda seção, apresentamos a tradução propriamente dita da obra completa. Diante disso, partimos na terceira seção para uma análise das motivações teóricas de Francisco Varela e apresentamos o contexto histórico do desenvolvimento das ciências cognitivas que influenciaram os modos de investigação do subjetivo. Como visto, os estudos iniciais sobre a consciência e a vida mental foram significativamente influenciados por um paradigma teórico que priorizou as perspectivas cognitivista e representacionalista, e preteriu a fenomenalidade e a subjetividade, possibilitando, por um lado, o desenvolvimento e o prestígio das metodologias em terceira pessoa de investigação da mente e, por outro, a desconfiança e o descrédito em relação às metodologias em primeira pessoa nas ciências cognitivas.

Na subseção 3.1, apresentamos as três metodologias sugeridas no *Laboratório Portátil* (1999), o introspeccionismo, a fenomenologia e as tradições contemplativas. Buscamos evidenciar que, a despeito de orientações teóricas específicas, as metodologias em primeira pessoa se comprometem igualmente com a experiência do sujeito e sua subjetividade para o processo de aquisição de conhecimento sobre o mundo e sobre a consciência, rejeitando os tradicionais binômios cognitivistas e representacionalistas que dicotomizam o mundo entre sujeito e objeto, interno e externo. Na seção 3.2, apresentamos uma outra ontologia da mente que parece mais congruente com a epistemologia em primeira pessoa. Tal ontologia aproxima-se da perspectiva contemporânea enativista da mente e pode ser caracterizada como não-representacional, corporificada, relacional e experiencial. Na seção 3.3, apresentamos, por fim, uma resposta à principal objeção endereçada às metodologias em primeira pessoa. Como vimos, a objeção hermenêutica se compromete, de forma implícita, com a ideia de que a experiência subjetiva existe em si mesma, ou seja, de forma isolada e que pode ser apreendida sem influência do observador/ investigador. A epistemologia e ontologia da mente defendidas ao longo desse texto negam tal premissa, enfatizando o caráter relacional das metodologias em primeira pessoa.

Desse modo, o objetivo central do artigo foi o de contribuir para as discussões ao apresentar ao leitor um panorama acerca da possibilidade de investigação do subjetivo e das principais metodologias que valorizam a subjetividade. Compreendemos que as metodologias de acesso em primeira pessoa radicalizam os debates sobre a importância da interdisciplinaridade na investigação científica, assim como colocam em dúvida os parâmetros das metodologias em terceira pessoa. Esclarecemos que nosso objetivo não

foi o de questionar a necessidade de métodos científicos críveis e confiáveis, mas o de alargar os limites epistêmicos definidos pelas tradicionais metodologias de acesso em terceira pessoa. A proposta de complementação dos métodos tradicionais ocorreu com o intuito de promover o debate sobre as formas de produzir conhecimento e expandir as vias de acesso do saber científico, intenção primordial de Francisco Varela.

Por fim, ao radicalizar a necessidade da inter-relação entre os diferentes métodos de pesquisa e as diferentes áreas do conhecimento, a proposta de Francisco Varela se situa na perspectiva enativista, uma das teorias da cognição mais proeminentes na contemporaneidade, da qual o autor foi precursor. Como vimos, essa abordagem da cognição enfatiza o papel do agente epistêmico enquanto coautor da realidade, sendo essa co-emergente ao acoplamento do organismo ao meio que envolve uma dimensão afetiva e contemplativa e ocorre nos níveis orgânico, sensorio-motor e intersubjetivo. As metodologias de acesso em primeira pessoa, portanto, possibilitam a ampliação explanatória do conhecimento científico, assim como alargam as possibilidades de ser e estar no mundo.

5.REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- DE JESUS, P. *Daniel D. Hutto and Erik Myin: Radicalizing Enactivism: Basic Minds without Content*. Cogn Comput, New York, v. 7, p. 392-396, 2015.
- DEPRAZ, N. The phenomenological reduction as práxis. In: VARELA F. J.; SHEAR, J. *The view from within: first-person approaches to the study of consciousness*. Bowling Green, EUA: Imprint Academic, 1999, p. 95-110.
- FODOR, J. A. *The Language of Thought*. New York: Thomas Y. Crowell, 1975.
- GORMAN, M. J. *Idea colliders: the future of science museums*. MIT Press, 2020.
- HAYWARD, J, W.; VARELA, F. J. *Gentle bridges: Conversations with the Dalai Lama on the sciences of mind*. Massachusetts: Shambhala Publications, 2013.
- HUSSERL, E. *Ideas Pertaining to a Pure Phenomenology and to a Phenomenological Philosophy*. Kersten, F. (Trad.) The Hague: Nijhoff: 1982
- KABAT-ZINN, J; DAVIDSON, R. (Ed.). *The mind's own physician: A scientific dialogue with the Dalai Lama on the healing power of meditation*. New Harbinger Publications, 2012.
- KÄUFER, S.; CEMERO, A. *Phenomenology: an introduction*. John Wiley & Sons, 2021.
- OBRIST, H.; VANDERLINDEN, B. *Laboratorium*. Dumont: Antwerpen Open: Roomade, [Antwerp], 2001.
- PITT, D. *Mental Representation*. In: ZALTA, E.N.; NODELMAN, U. (Ed.). *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*, 2022. Disponível em: <https://plato.stanford.edu/archives/fall2022/entries/mental-representation/>. Acesso em jan. 2024.
- REIS, R. R. *Câncer infantil, sofrimento e transformação: um ensaio fenomenológico*. Rio de Janeiro: Via Verita, 2022.
- ROLLA, G.; FIGUEIREDO, N. *Bringing forth a world, literally*. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, p. 1-23, 2021.
- ROSCH, E. (2016). Introduction to the Revised Edition. In: VARELA, F. J.; THOMPSON, E.; ROSCH, E. *The embodied mind: Cognitive science and human experience*. MA: MIT press, p. xxxv-lv, 1991/2016.
- SCHWITZGEBEL, E. *Introspection*. In: ZALTA, E.N.; NODELMAN, U. (Ed.). *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*, 2024. Disponível em: <https://plato.stanford.edu/archives/fall2022/entries/introspection/>. Acesso em jan. 2024.
- SMITH, D. W. *Phenomenology*. In: ZALTA, E.N.; NODELMAN, U. (Ed.). *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*, 2018. Disponível em: <https://plato.stanford.edu/archives/>

- sum2018/entries/phenomenology/>. Acesso em jan. 2024.
- THOMPSON, E. (2016) Introduction to the Revised Edition. In: VARELA, F. J.; THOMPSON, E.; ROSCH, E. *The embodied mind: Cognitive science and human experience*. MA: MIT press, p. xvii-xxxiii, 1991/2016.
- VARELA F. J; SHEAR, J. *The view from within: first-person approaches to the study of consciousness*. Bowling Green, EUA: Imprint Academic, 1999.
- VARELA, F. J. *Neurophenomenology*. Journal of Consciousness Studies, v. 3, n. 4, 1996, p. 330-49.
- VARELA, F. J. *The Portable Laboratory*. 1999.
- VARELA, F. J.; THOMPSON, E.; ROSCH, E. *The embodied mind: Cognitive science and human experience*. MA: MIT press, 1991/2016
- VARELA, F.; J. *Intimate Distances: Fragments for a Phenomenology of Organ Transplantation*. Journal of Consciousness Studies, v. 8, n. 5, p. 259-271, 2001.
- VERMERSCH, P. Introspection in practice. In: VARELA F. J; SHEAR, J. *The view from within: first-person approaches to the study of consciousness*. Bowling Green, EUA: Imprint Academic, 1999, p. 17-41.
- WALLACE, B. A. The Buddhist tradition of Samatha: Methods for refining and examining consciousness. In: VARELA F. J; SHEAR, J. *The view from within: first-person approaches to the study of consciousness*. Bowling Green, EUA: Imprint Academic, 1999, p. 175- 187.
- WILLIAMS, J. M. G.; KABAT-ZINN, J. *Mindfulness: Diverse Perspectives on Its Meaning, Origins, and Applications*. London and New York: Routledge, 2013.

NOTAS

- 1 Texto original: “(...) until recently, interior experience was dismissed in some academic circles as merely “subjective,” as opposed to “objective.” Now it is getting a second look as an essential and valid phenomenological dimension of human experience and knowledge. This more balanced view, reconfigured as first-person experience, is thanks in large measure to Francisco Varela” (KABAT-ZINN; DAVIDSON, 2012, p.2)
- 2 A tradução e publicação foram autorizadas por Amy Varela, detentora dos direitos das obras de Francisco Varela.
- 3 O Laboratório Portátil, assim como todas as demais obras expostas em *Laboratorium*, foram compiladas em um catálogo de mesmo nome produzido pela Dumont (OBRIST; VANDERLINDEN, 2001), uma editora fundada em 1956 e considerada uma das mais influentes editoras alemãs de arte atualmente.
- 4 Texto original: “the scientific laboratory and the artist’s studio were explored on the basis of the various concepts and disciplines” (GORMAN, 2020, p. 54)
- 5 Texto original: “How can we attempt to bridge the gap between the specialized vocabulary of science, art and the general interest of the audience, between the expertise of skilled practitioners and the concerns and preconceptions of the interested audience?” (...) “What is the meaning of laboratories? What is the meaning of experiments? When do experiments become public and when does the result of an experiment reach public consensus?” (OBRIST; VANDERLINDEN, 2001, p. 7).
- 6 Texto original: “I’m always interested in the interface between lived experience and scientific study” (OBRIST; VANDERLINDEN, 2001, p. 61)
- 7 Para mais informações sobre essa exposição ver: La Psyché de L’univers. (n.d.).

- Acesso em 2023. Disponível em: <https://lapsychedelunivers.wordpress.com/> e Phakt: Centro Cultural Colombie (2015). Ateliers du 14 janvier au 14 février. [Vídeo]. Disponível em: <https://vimeo.com/125230464>
- 8 Texto original: “The third-person, taken as the standard observer of scientific discourse, emphasizes to the extreme the apparent dualism between the internal and the objectively external, and is the basis for scientific reductionism in all its forms. The cognitive sciences represent an intrinsic challenge to this ‘pure’ form of objective science, however, since the topic under study directly implies the social agents themselves” (VARELA; SHEAR, 1999, p. 9)
 - 9 Texto original: “to accept experience as a domain to be explored is to accept the evidence that life and mind includes that first-person dimension which is a trademark of our ongoing existence. To deprive our scientific examination of this phenomenal realm amounts to either amputating human life of its most intimate domains, or else denying science explanatory access to it. In both cases the move is unsatisfactory” (VARELA; SHEAR, 1999, p. 4)
 - 10 Texto original: “The subjective is intrinsically open to intersubjective validation, if only we avail ourselves of a method and a procedure of doing so” (VARELA; SHEAR, 1999, p.2).
 - 11 Texto original: “(1) Providing a clear *procedure* for accessing some phenomenal domain, (2) Providing clear mean for an *expression and validation* within a community of observers who have familiarity with procedures as in (1)” (VARELA; SHEAR, 1999, p.6)
 - 12 Texto original: “disciplined first-person accounts should be an integral element of the validation of a neurobiological proposal, and not merely coincidental or heuristic information” (VARELA, 1996, p.15)
 - 13 Texto original: “(...) is not simply a formal method making possible a theoretical analysis, a justification in principle of subjective experience but is wholly rooted in an effective praxis which yields intuitive access to internal experience” (DEPRAZ, 1999, p. 97)
 - 14 Texto original: “It is important to keep this enactive conception of science in mind when we think about the dialogue between cognitive science and phenomenology. Not keeping it in mind means falling back into an objectivist conception of science, for which embodied experience becomes simply another object of empirical investigation. (VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2016, p. xxviii)
 - 15 Um dos desenvolvimentos da fenomenologia como uma metodologia científica de primeira pessoa são os estudos acerca da *micro-fenomenologia*, uma abordagem de investigação e descrição da experiência vivida inspirada essencialmente nos trabalhos de Francisco Varela. Para conhecer mais sobre essa abordagem, acesse: <https://www.microphenomenology.com/home>
 - 16 Tais programas de pesquisa deram origem ao *Instituto Mind & Life*, criado em 1987 por Francisco Varela, Dalai Lama (o décimo quarto líder do povo tibetano) e Adam Engle. A motivação principal dos três entusiastas das práticas meditativas foi a de contribuir para a interseção entre a investigação científica e as sabedorias contemplativas. Para saber mais, ver: Hayward & Varela (2013); <https://www.mindandlife.org/>
 - 17 *Mindfulness* ou atenção plena é uma das principais práticas meditativas originadas no budismo e remonta ao século V a.c. No entanto, na década de 1980 do século XX, tal prática ganhou considerável destaque quando foi incluída como uma disciplina do ‘Programa de Redução do Estresse Baseado em *Mindfulness*’ do

Centro Médico da Universidade de Massachusetts. Desde então, a prática de atenção plena tem sido considerada muito relevante em áreas diversas como medicina, psicologia e neurociências, e tem representado interesse crescente de estudos científicos. (WILLIAMS; KABAT-ZINN, 2013). Para uma visão atualizada de mindfulness dentro das ciências cognitivas, ver: Varela; Thompson & Rosch (2016).

- 18 Texto original: “my intention has always been to foster a new kind of wisdom, one rooted in a mature cognitive science that is deeply informed by experiential practices of ethical human transformation. Buddhism is an important source for this effort, but my aim is not to advocate for this tradition per se but rather to draw from its rich philosophy and practice in order to create a contemplative and cross-cultural cognitive science that does justice to our full developmental capacities for awakening (VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2016, p. xxix)
- 19 Texto original: “Why are we stuck with only these two alternative extremes of subjectivity and objectivity? Because deeply rooted in Western thinking is a belief in the duality of mind and matter, subject and object (HAYWARD & VARELA, 2013, p. 24)
- 20 Texto original: “...subject and object are mutually interdependent. All phenomena experienced as subjects and objects arise within and, dependence upon, the conceptual framework in which they are designated (WALLACE, 1999, p. 179)
- 21 Texto original: “scientific knowledge is not the exhibition of the nature of reality as it is in itself; it is an expression of the relation between our embodied cognition and the world that it purports to know” (VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2016, p. xxvii)
- 22 Texto original: “(...) first-person methodologies are not quick and easy. They require a sustained dedication and interactive framing before significant phenomenal data can be made accessible and validatable” (VARELA; SHEAR, 1999, p. 11)
- 23 Texto original: “neither experience nor external mechanisms have the final word” (...) “explicit establishment of mutual constraints, a reciprocal influence and determination” (VARELA, 1996, p.11)
- 24 Texto original: “Our approach was to create a “circulation” between cognitive science and human experience” (VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2016, p. xx)
- 25 Texto original: “Scientific representations map structural and dynamical features of how the world is disclosed to us at various spatiotemporal scales and of how we are able to act on or intervene in processes at these scales. In this way, scientific models are distillations of our embodied experience as observers, modelers, and interveners” (VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2016, p. xx)
- 26 Texto original: “A cognitive being’s world is not a pre-specified, external realm, represented internally by its brain, but is rather a relational domain enacted or brought forth by that being in and through its mode of coupling with the environment”. (THOMPSON, 2016, p. xxvii)
- 27 Texto original: “mental life as the ongoing meaningful engagement between precariously constituted embodied agents and the worlds of significance they bring forth in their self-asserting activity. Life has no guarantees (...) the dilemmas of existing as a living organism are the dilemmas of regulating constitutive and relational processes according to norms and meanings that connect, in a circular manner, with the organism itself as a concrete, fragile assembly of self sustaining material flows and as a historically embedded form of life” (DI PAOLO; CUFFARI; DE JAEGER, 2018, p. 20-21)
- 28 Texto original: “the living body is a self-producing and self-maintaining system that

enacts or brings forth relevance, and that cognitive processes belong to the relational domain of the living body coupled to its environment” (THOMPSON, 2016, p. xxv).

29 Ver: “Thus whatever descriptions we can produce through first-person methods are no pure solid ‘facts’, but potentially valid intersubjective items of knowledge” (VARELA; SHEAR, 1999, p.14).