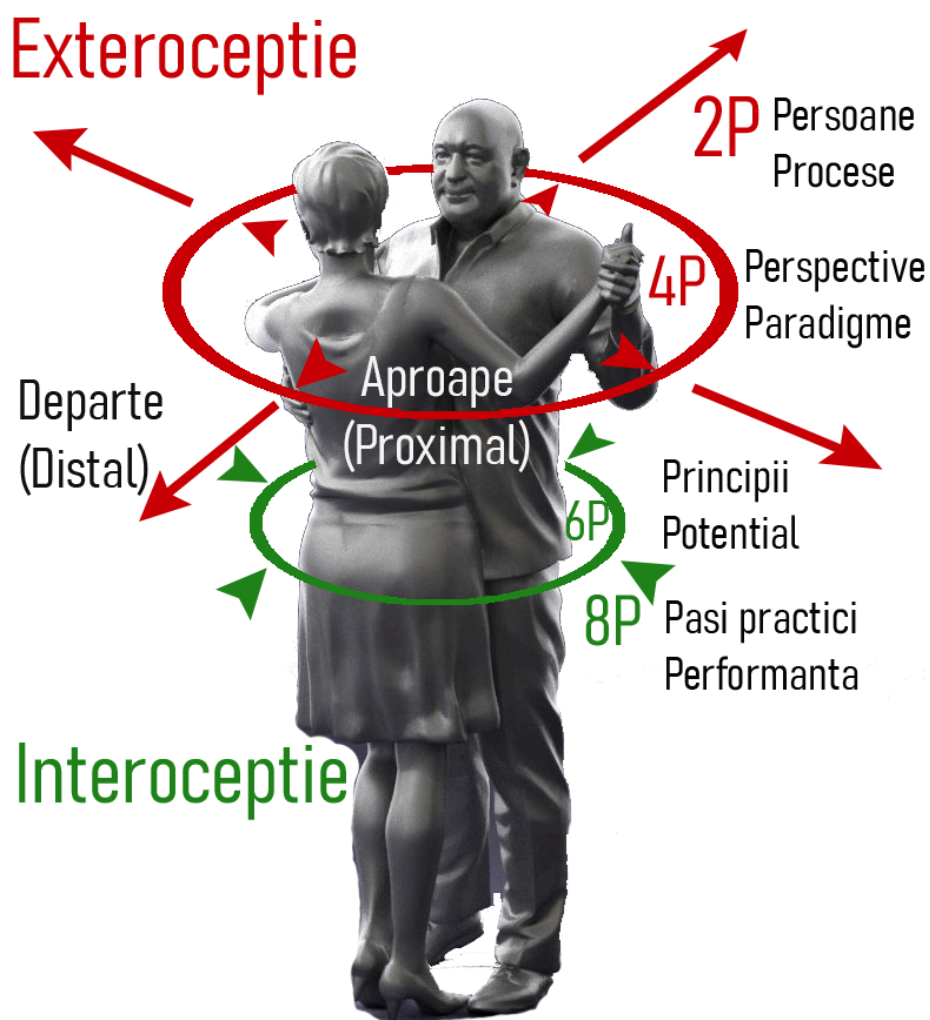


DanceCoaching MINDSET 8P

schimbi mintea > <schimbi dansul

*"Don't wish it was easier, wish you were better.
Don't wish for less problems, wish for more skills.
Don't wish for less challenge, wish for more wisdom."
(Jim Rohn)*



INTRO

Colectia TangoCoaching este o serie de scrieri si instrumente practice pentru dansatori, cu scopul de a-si atinge obiectivele si a-si defini mai bine succesul. Ele s-au nascut din ani de experienta practica, mult studiu, programe personale de formare, dar si cercetare actuala. Pe scurt, le-am scris cu un singur gand in minte: ca tu sa fii un dansator/ o dansatoare de succes!

Contextul actual de dans, fie national, fie international, urmeaza trendurile macroeconomice, transformand dansatorul intr-un obiect de bun consum, prins intr-un joc economic si cultural nevazut: performanta ia locul bucuriei de a dansa, competitia transforma camarazi de arta in dusmani de moarte, elevii iau prea usor si fara responsabilitate locul mentorilor, profesorii vand arta doar elitelor loiale, cursurile de dans au ajuns sa fie fie trivializate, pe motivul placerii simple, fie mult prea complexe, 'pour les connaisseurs', evenimentele de dans se organizeaza in principal pentru a crea si consolida aliante si poli de putere, persoanele cu bani cumpara influenta maestrilor si dicteaza curricula etc.

In acest fenomen complex de intretesere a intereselor macro ale scolilor de dans, politicilor, institutiilor de dans cu interesele personale micro ale instructorilor si profesorilor, elevul de dans pare ca are cea mai mica putere. In realitate, de multe ori fara sa realizeze, participantii la dans (elevi) isi cedeaza puterea de buna voie, nestiind regulile, abtinandu-se sa vorbeasca, evitand sa 'deranjeze', dorind sa se integreze, cautand validarea si aprecierea celor din jur (colegi, instructori, profesori, maestri) chiar cu pretul vanzarii libertatii si compromiterii propriilor valori.

In "Povestea celor 4 Scaune" povestesc la cine este adevarata putere in dans: la elevul de dans. Pe scurt, intr-o zi la o masa-protocol eram eu (Lucian Stan, soferul si elevul de dans), maestrul meu national de dans Vasile Constantin (Generatia9, Bucuresti), profesorul lui, Markus Homm (Germania, finalist mondial), si mentorul tuturor, Bryan Watson (UK, multiplu campion mondial, cu peste 20 de titluri internationale). Intrebat de Bryan la ce ma gandesc, eu am baiguit ceva de genul ca sunt foarte fericit ca am alaturi la masa trei somitati in dans. Atunci m-a intrebat:

"Stii cine este cel mai important om de la masa asta?"

Eram convins ca stiu raspunsul; i-am spus bucuros si mandru, mai ales ca facusem o ora privata cu el: "Tu esti!" S-a uitat la mine si a spus: ***"Cel mai important om de la masa asta esti tu, elevul de dans! Fara tine, niciunul din noi nu am fi aici!"***

CE ESTE MINDSET8P?

MINDSET8P este un instrument practic creat de subsemnatul, incorporat in lucrarea de Master de Dans "Profesor, Coach, Mentor de Dans pentru Dansatori" (Lucian Stan, MA with Distinction, Middlesex University, Londra 2020-2023). Pot spune ca a fost citit si verificat de expertii de dans din comisie, dar si de profesorii indrumatori Dr. Helen Kindred si Dr. Adeshola Akinleye.

MINDSET8P m-a ajutat sa imi inteleg viziunea si filosofia de dans, sa imi cristalizez popriul dans, sa ma bucur de el, sa incorporez toate tehnicile si punctele de vedere - uneori contradictorii - ale maestrilor de dans (peste 15 stiluri de dans, peste 300 de profesori), gestionand cu succes momente firesti de energii distructive: furie, frustrare, coplesire, confuzie, blocaje, dezamagire.

MINDSET8P a fost creat initial pentru a simplifica procesul de integrare a tehnicilor de dans (din stiluri diferite) intr-un model coerent si pentru a expune aceste tehnici publicului larg pe intelesul fiecaruia, indiferent de experienta prealabila de dans. Ulterior, a devenit un instrument tactic (pedagogic, de predare) pentru dansatorii mai experimentati, dar si un instrument strategic pentru profesorii de dans, aflati in specializare.

DE CE SA FOLOSESTI INSTRUMENTUL MINDSET8P?

Ai cel putin 3 situatii critice in care sa incerci macar o data acest instrument (fie folosind foaie de hartie si pix - recomand, fie cognitiv, doar in minte):

1. EXISTA O DIVERGENTA DE OPINII de dans (tehnice, muzicale, fizice, artistice, culturale) cu anumite persoane si nu stii ce sa faci/ cum sa te comporti
2. EXISTA EMOTII PUTERNICE, NECONSTRUCTIVE, intre tine si partenerul tau de dans si nu stii cum sa te faci vazut/a sau auzit/a
3. EXISTA O MIZA FOARTE MARE la mijloc, cand are loc un dans, performance, competitie, scena, predat (asteptari, emotii, public, muzica, act performativ sau pedagogic).

MINDSET8P te ajuta sa ramifici acest context critic, de multe ori provocator, in 8 parti accesibile si mai usor de gestionat. Sa privesti acelasi lucru, situatie, idee, act dansat, sau chiar persoana, prin 8 filtre diferite.

Sunt sigur ca te va ajuta in dansul tau, intrucat m-a ajutat si pe mine in toate momente mele grele de dans si in majoritatea deciziilor importante.

CUM FUNCTIONEAZA INSTRUMENTUL MINDSET8P?

Simplu: analizezi onest doar PATRU INTREBARI, apoi FACI UN PAS IMPORTANT in directia pe care o doresti in drumul tau de dans/ cariera/ tango!

MINDSET8P contine 4 perechi de elemente:

- 2p Persoane (P1) si Procese (P2)
- 4p Perspective (P3) si Paradigme (P4)
- 6p Principii (P5) si Potential (P6)
- 8p Pasi practici (P7) si Performanta (P8)

Pentru a fi mai usor de gestionat aceste elemente am introdus

criteriul de sensibilitate proximala: departe (distal), aproape (proximal)

criteriul de vector atentional: exteroceptie (spre exterior), interoceptie (spre interior)

-exteroceptie= mediul extern, tot ce este relevant pentru minte si cele 5 simturi "externe" (auz, vaz, tactil, gust, miros), legat de stimulii de mediu si de relatia cu altii

-interoceptie = mediul intern, tot ce este relevant pentru centrul/ nucleul fiintei tale, legat de meditatie, introspectie, feeling, stari unice (states qualia), sentimentul de "acasa", 3 simturi interne (visceroceptia, interoceptia, proprioceptia), legat de stimulii interni si de relatia cu tine, inclusiv intuitia ("gut feeling").

Exemplu de aplicare al MINDSET8P

Sa spunem ca am o decizie critica de luat: sa merg la campionatul mondial de tango, sa organizez un eveniment major de dans, sa imi gestionez bugetul de dans, sa imi gasesc un partener compatibil de dans, sa decid la care petreceri de dans sa merg, cu cine sa colaborez etc

Fisa MINDSET8P (vezi urmatoarea pagina) te forteaza sa privesti decizia ecologic, din 8 unghiuri diferite:

-2p Persoane (P1) si Procese (P2): (cu) CINE doresc/ este nevoie sa lucrez (ideal, mediu, minim) si CE procese sunt implicate in decizia mea. Ce mecanisme si ce consecinte se leaga de activitatea mea dorita? Cine ma poate ajuta si care agenti sunt favorabili in ce imi doresc sa fac? Dar nefavorabili?

-4p Perspective (P3) si Paradigme (P4): din ce perspective privesc ce imi doresc sa fac? Ce filtre limitate am si cum pot sa le "curat" sa am o putere mai mare? Am credinte limitative sau privesc dansul meu dintr-o paradigma care nu ma ajuta? (ex. Sunt un dansator cu doua picioare stangi si greoi, de care vor rade toti din public vs sunt un dansator energetic, de lumina, care are o mostenire de lasat). Care ar fi o perspectiva mai puternica pentru tine? Ce-ar fi daca gandesti altfel, simti altfel, faci altfel lucrurile?

-6p Principii (P5) si Potential (P6): Care sunt valorile mele? Ma va ajuta sa cresc ca om sau dansator? Este nevoie de compromisuri? Sunt dispus sa am o disciplina si sa fiu dedicat ei? Care este potentialul profund pe care nu il accesez momentan? Ce pot sa fac maxim, dar inca nu stiu?

-8p Pasi practici (P7) si Performanta (P8): Care este primul pas critic pe care trebuie sa il fac? Ce actiuni sunt importante si urgente? Cum imi masor performanta? Cat de realist, onest, bland sunt cu mine?

MINDSET8P [noteaza-ti visul/ obiectivul/ intrebarea/ decizia/ dorinta/ provocarea ta]

.....
.....

PERSOANE & PROCESE Exteroceptie-Departe (Distal)

Intrebări cheie: (cu) CINE? CE? (Cu cine sa colaborez? Cine/ce imi da putere/ ma creste?)

Raspund simplu, ca un observator agil, obiectiv (elimin judecata/ naratiunea proprie)

.....
.....
.....

Note personale:

PARADIGME & PERSPECTIVE Exteroceptie-Aproape (Proximal)

Intrebare cheie: CUM? (Cum vad lucrurile? Cum ar fi daca da? Cum ar fi daca nu?)

Raspund onest, multifacetat, imaginand scenariile ideale, medii si cele minime (modeste):

.....
.....
.....

Note personale:

PRINCIPII & POTENTIAL Interoceptie-Aproape (Proximal)

Intrebare cheie: DE CE? Care imi sunt visurile/ motivele/ valorile/ principiile?

Raspund profund la chemare (intuitie), in relatie cu valorile si credintele mele profunde:

.....
.....
.....

Note personale:

PAS UNIC & PERFORMANTA Interoceptie-Departe (Distal)

Intrebare cheie: Ce pas unic aleg sa fac acum? Cum stiu ca mi-am atins succesul dorit?

Raspund curajos la actiune cu incredere, imputernicire, asumare, responsabilitate:

.....
.....
.....

Note personale:

MINDSET2P PERSOANE & PROCESE

EXTEROCEPTIE-DEPARTE (DISTAL)

Intrebare cheie: CINE? sau CE?



MINDSET2P "Persoane & Procese" te indeamna sa te gandesti serios cum raspunzi la intrebari precum:

- CINE ma ajuta sa cresc si sa evoluez in aceasta provocare/ vis/ dorinta/ obiectiv?
- cu CINE doresc/ trebuie sa lucrez si cum ar arata aceasta colaborare la nivel ideal, mediu, sau minim acceptat de mine?
- CE procese externe sunt implicate in decizia mea? Inteleg contextul pe deplin?
- Ce mecanisme se leaga de activitatea mea dorita? Exista variabile de incertitudine, care ies de sub controlul meu? Exista lucruri neprevazute?
- Pe CINE afecteaza ceea ce fac? Ce consecinte si asupra cui?
- Cine ma poate ajuta si care agenti sunt favorabili in ce imi doresc sa fac? Dar nefavorabili?
- Care este puterea / balanta intre a ma descurca singur si a ma lasa ajutat de altii?

Persoanele la care te gandesti si cu care alegi sa colaborezi in dans/ tango/ cariera sau performanta sunt agentii tai de educatie, sprijin si crestere personala/profesionala. Ei te pot imputernici (iti dau puterea, daca le permiti) sau te pot limita (iti iau puterea, daca le permiti).

Aceste persoane pot fi:

:: profesorul/ instructorul de tango

:: mentorul/ maestrul de tango (vezi si pdful Appendix2 din teza de Masterat Lucian Stan "Dance Teacher Coach Mentor-3 ways to Dancers' Education" Middlesex University Londra 2022 [link](#))

:: partenerul/a de tango

:: grupa de tango/ grupul de prieteni

:: scoala de tango, comunitatea locala, nationala

:: 20 agenti educatori de tango (vezi si pdf-ul AppendixA [Dancers and Agents of Education](#))

MINDSET4P PARADIGME & PERSPECTIVE

EXTEROCEPTIE-APROAPE (PROXIMAL)

Intrebare cheie: CUM? (Cum ar fi daca da? Cum ar fi daca nu?)



MINDSET4P "Paradigme & Perspective" te indeamna sa te gandesti serios, onest, rational (gandire critica, dar fara criticul de arta) la intrebari precum:

- Cum gandesc? Ce filtre/credinte limitative am si cum pot sa le depasesc?
- Care ar fi o viziune/ reformulare care sa imi dea o putere mai mare?
- Care ar fi o paradigma in care sa dansez la potentialul meu maxim?
- Ce-ar fi daca as gandii/ simti/ antrena/ comporta/ conecta altfel?
- Care ar fi pespectivale eficiente (resurse minime) si eficace (randament maxim)?
- Exista moduri neexplorate de gandire si cartografiere experientiala?
- Care este Default Mode Network in care dansez, ca obisnuinte/ habits? Ma ajuta?
- CUM ar fi daca as spune DA? CUM ar fi daca as spune NU?

:: pentru perspective de educatie de tango vezi si pdf-ul AppendixF.Educatorul in sec.21 [link](#)

:: pentru schimbari de paradigme in metoda de predare/ invatare vezi si pdf-ul TransdisciplinaryPedagogy 2021 [link](#)

::pentru a vedea de ce tangoul este un dans unic si legatura sa cu Dance Teacher Coach Mentor, vezi si pdful Appendix.Tango1 [link](#)

:: pentru o directie despre cum devin profesorii mentori vezi si modelul CM3T Capability Maturity Model for Mentor Teachers din pdf AppendixD. [link](#)

:: pentru 4 paradigme Dansatorul Mecanic, Energetic, Cuantic, Constiinta, vezi pdf AppendixC [link](#)

MINDSET6P PRINCIPII & POTENTIAL

INTEROCEPTIE-APROAPE (PROXIMAL)

Intrebare cheie: DE CE?



MINDSET6P "Principii si Potential" este cel mai puternic factor decizional, intrucat este conectat direct cu dorintele, visurile, valorile, credintele, principiile de viata interne, etica personala si profesionala, experienta de viata. Mai mult, deciziile sunt afectate si de modul constient, preconstient, subconstient si inconstient de fiintare (being) si devenire (becoming).

MINDSET6P te ajuta sa raspunzi integru la chemarea interna si la intuitia proprie, legate direct de intrabi precum:

- De ce imi doresc asta? Care sunt motivele pentru care fac/ simt/ ma comport astfel?
- Care sunt valorile mele? Este nevoie de compromisuri?
- Ce fac ma ajuta sa cresc ca dansator/ partener/ om?
- Sunt dispus sa am o disciplina si sa fiu dedicat ei?
- Care este potentialul profund pe care nu il accesez momentan? Ce pot sa fac la maxim/ minim, dar inca nu stiu ce/de ce ma motiveaza/ inspira?
- Pana unde sunt dispus sa merg? Imi asum consecintele si pot fi tras la raspundere pentru ce [nu] fac in dansul meu?
- Cum pot fi mai raspunzator? Dar mai centrat?

MINDSET6P PRINCIPII interne (Purpose) & POTENTIAL se leaga de principii si valori personale, inclusiv viziune personala, mostenire in dans/tango, si, de ce nu, menirea/scopul ultim al vietii:

:: pentru psihologia performantei vezi si pdf AOL2.Psychology for Practice and Performance [link](#)

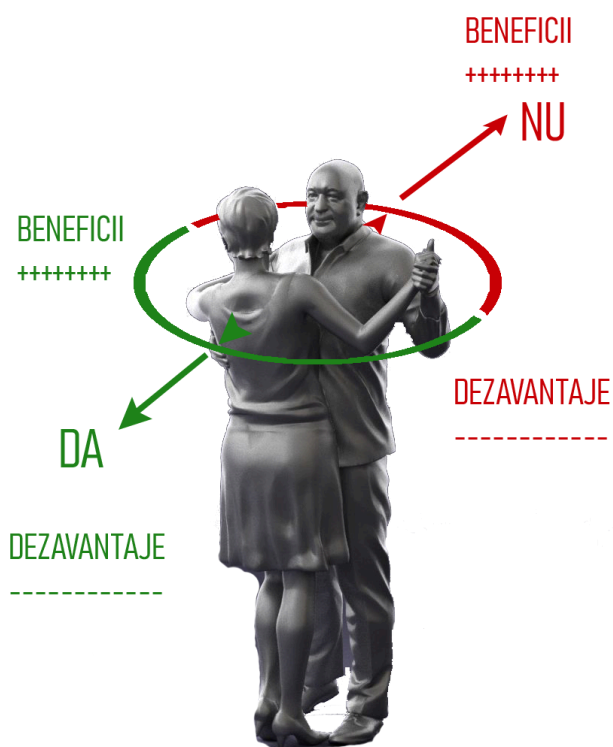
:: pentru invatarea motorie, antrenamet si dezvoltare personala in dans vezi DC-PDP (DanceCoaching- Personal Development Plan) www.stango.ro/dancecoaching

Un instrument deosebit de testare a deciziei personale, fundamentat pe MINDSET6P Principii si Potential este cadranul de mai jos: BENEFICI/ PIERDERI, DA/NU

Pe o foaie de hartie, deseneaza doua linii perpendiculare. In cele patru cadrane, scrie:

-in stanga sus-jos: Beneficiile si Dezavantajele daca Da (DA+ DA-)

-in dreapta sus-jos: Beneficiile si Dezavantajele daca NU (NU+ NU-)



MINDSET8P PRIM PAS & PERFORMANTA

INTEROCEPTIE-DEPARTE (DISTAL)

Intrebare cheie: CE? (CARE?)



Ultima parte din MINDSETUL8P "Pasi practici si Performanta" se refera la conceptul de Rezilienta si Prioritizare, pentru a atinge performanta dorita in dans. Te obliga sa te opresti din ruminatie (gandire permanenta, griji permanente insotite de indecizie si inactiune, imaginarea de scenarii negative, foarte putin/ deloc probabile a.k.a "scenarita cronica").

Te obliga sa iti iei inima in dinti, sa faci act de prezenta si sa treci la actiune:

- Care este primul pas critic pe care trebuie sa il fac acum? O actiune pe care daca as intreprinde-o restul decurge firesc din ea si toate celelalte se rezolva mai usor?
- Care este imaginea succesului?
- Ce actiuni sunt importante+ urgente/ importante+ neurgente/ neimportante+ urgente/ neimportante+ neurgente?
- Cum imi masor performanta? Dar antrenamentul? Cum ma evaluez?
- Cat de realist/a, onest/a, bland/a sunt cu mine?

PRACTICA & PERFORMANTA se leaga direct de:

:: antrenamentul de dans, practica neasistata, practica asistata, orele private, orele de grup

:: obiective atinse (de rezultat, de performanta, de proces)

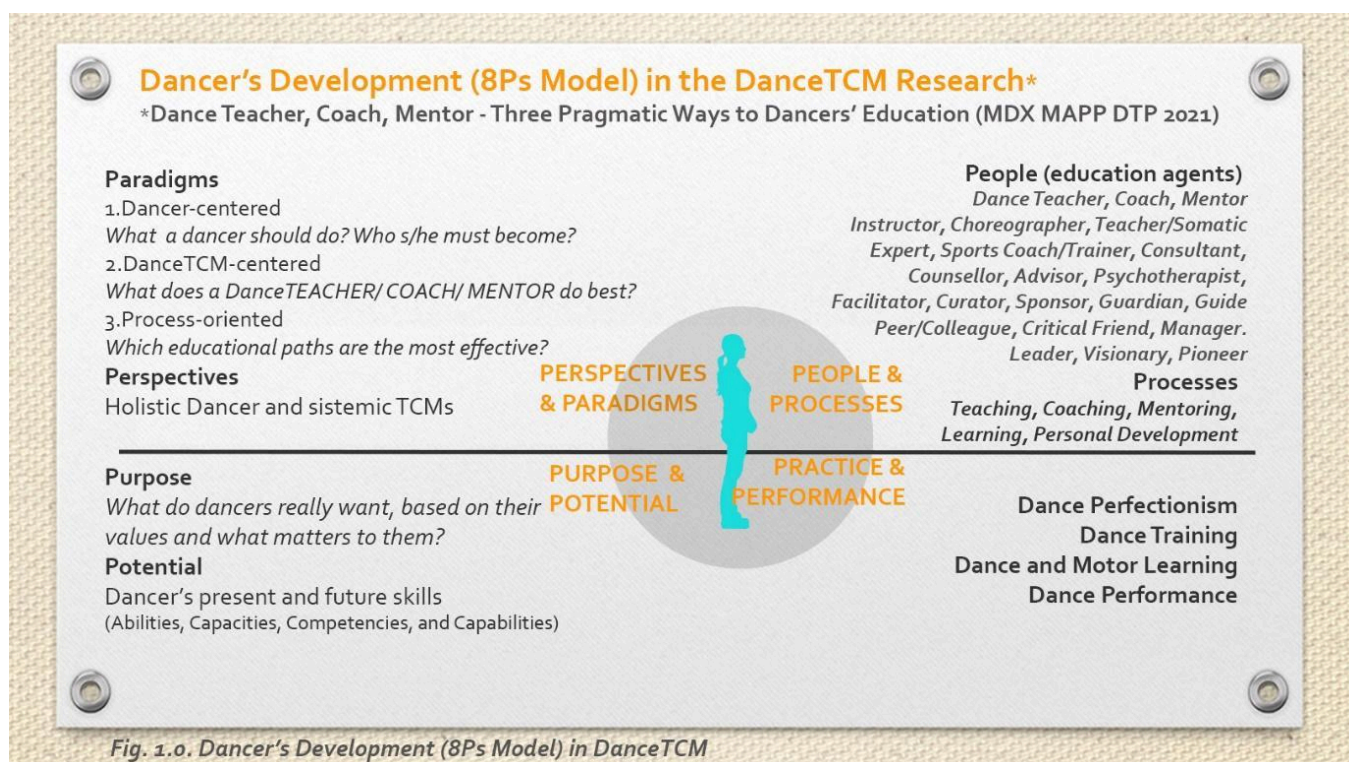
:: evaluarea dansatorului de 360grade: 90 (prof), 180 (maestrul interior), 270 (partener), 360 (comunitate/ peer-grup)

:: gestionarea perfectionismul in dans: perfectionistul constructiv (striving) vs perfectionism destructiv (worry)

:: Calea personala de Dans/ Tango; pentru dansatorul sistemic si 6 profiluri de tango vezi TangoABC1.FUNDAMENTE www.stango.ro/tangoabc1

Extrase din lucrarea de master "Profesor, Coach, Mentor de dans pentru Dansatori"

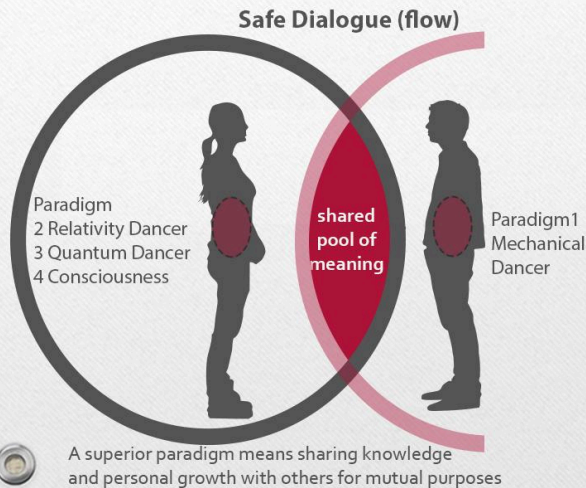
"Profesor, Coach, Mentor de Dans pentru Dansatori" (Lucian Stan, MA with Distinction, Middlesex University, Londra 2020-2023). Pot spune ca a fost citit si verificat de expertii de dans din comisie, dar si de profesorii indrumatori Dr. Helen Kindred si Dr. Adeshola Akinleye.



FOUR DANCE PARADIGMS and DANCE COMMUNICATION

*personal proposed model using
 -tango couple's third volume (Dinzel, 2000)
 -shared pool of meaning (Patterson, 2012)
 -quantum creativity (Goswami, 2017)

C.R.I.B. tool is used for difficult, unsafe, different-paradigm conversation.
 A crucial conversation involves: 1. high-stakes 2. strong emotions
 3. opposing opinions. The dialogue is seen as a shared pool of meaning,
 whose safety should be built.



C.R.I.B. tool for Dialogue

- Recognise** the purpose behind the strategy
 what you have to do (strategy) is different from what you want (goal)
- Commit** to seek mutual purpose based on dialogue (fill the pool of shared meaning)
- Invent** a mutual purpose when having different objectives a higher level encompassing goal for both partners
- Brainstorm** new ways & strategies for the couple think out of the box, creativity, harmony, efficient/effective performance

Fig. 3c. Four Dance Paradigms and Communication

DIFFERENT PARADIGMS of TANGO LEADING

- 4 Action (the dancer executes the meaningful movement)
- 3 Preparation (the dancer deploys the motor program, on efferent way)
- 2 Vibration (of the body and heart, static anticipating, gamma neurons)
- 1 Intention (multiple creativity, decision making, meaning sharing)

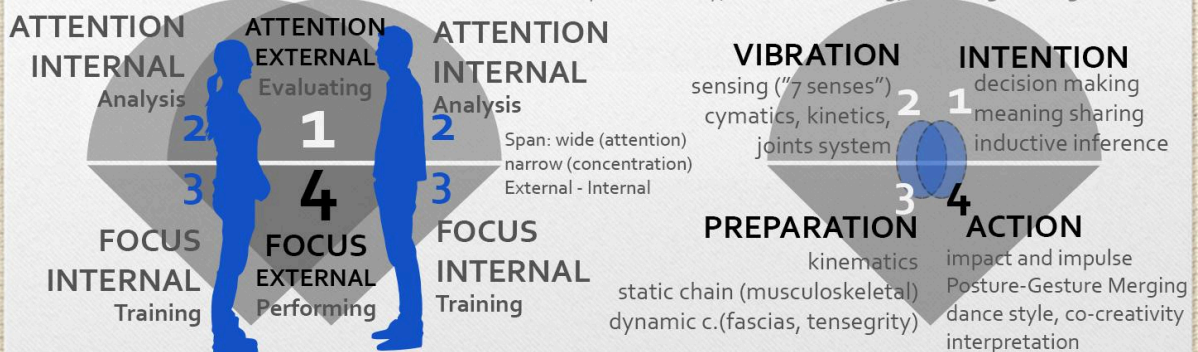


Fig. 3b. Different Paradigms and Tango Leading

FOUR DANCE PARADIGMS

Paradigm 3. The Quantum Dancer

- dance based on the laws of Quantum Physics
- i.superposition:
- ii.wave collapse
- iii.quantum jump
- iv.entanglement (non local correlation)
- quantum co-creativity (fundamental and situational)

Paradigm 4. The Consciousness

- the 'path of saints'
- consciousness is the fundamental of every manifestation, including matter (Goswami, 2014)
- reality can not be understood by the human mind, but only through revelations (Tutea, 1993)

Paradigm 2. The Relativistic Dancer

- dual aspects of energy (atom, wave) and relativity (Einstein)
- non-deterministic cause-effect for movement; probability of movement in the complex system theory; inductive inference
- holistic dancing (thinking, sensing, feeling, intuiting)
- flow state; harmonious dance communication/ connection
- music vibration and statesthesia (static sense of joints)
- intention (anticipation) (both afferent and efferent pathways), preparation for movement, then action

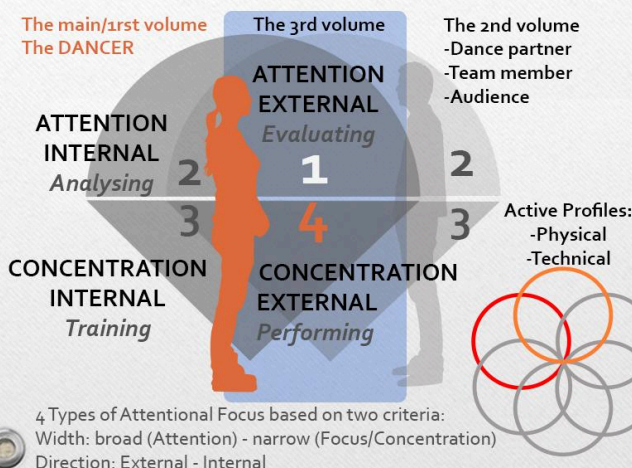
Paradigm 1. The Mechanical Dancer

- laws of biomechanics (Newton), body levers
- impact and impulse, deterministic cause-effect for motion and movement, deductive reasoning
- Posture and Gesture Merging, dancing *on* the music (accents)
- kinetics and kinematics, static chain (musculoskeletal) & dynamic chain (fascias, tensegrity); kinesthesia (sense of movement)
- physical preparation for deployment (action) (efferent pathways)

Fig. 3a. Four Dance Paradigms

Paradigm 1*. THE MECHANICAL DANCER

- *personal proposed model using
- 1.the tango third volume (Dinzel, 2000)
- 2.four types of attentional focus (BIHub, 2020)
- 3.systemic dancesport performance (Nastase, 2011)

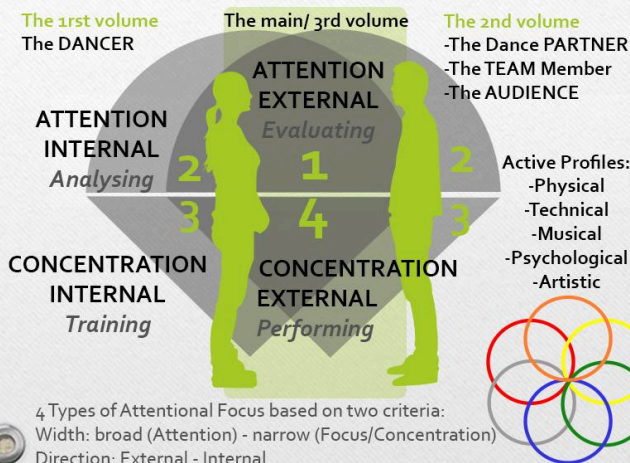


- dance based on the mechanical laws (Newton) (action/ reaction, inertia, static/dynamic forces/vectors, gravitational forces, acceleration, pendulum, force momentum)
- focus on the correct motion and movement, not their meaning
- individual biomechanics: first, second, and third class levers in the body; gross motor skills = movements related to large muscles (legs, arms, trunk); fine motor skills = movements that involves smaller muscle groups (hand, wrist).
- the sense of movement: kinesthesia, kinetics (source of movement) and kinematics (trajectory of movements);
- focus on segmented, singular actions, or separated parts of a whole for better dance results, outcomes and executions (steps, figures, poses, shapes, choreographical lines)
- the dance 'destination' is more important than the journey
- space and time are external dancing tools
- dancer's energy is often a theoretical concept
- the dancer learns and associates contingencies (motor units) with the motor engrams (neural motor imprints)
- the music is something external with which the dancer is synchronizing their movements (music is a stress/ anxiety factor)
- encourages the mechanical leading in dance (with active, passive moments/dancers); two dance profiles active (physico-technical)
- dance response (4) based on stimuli (1), following a logical sequential timeline: 1-evaluation, 2-analysis, 3-decision making, 4-performance

Fig. 3.1. Paradigm 1. The Mechanical Dancer

Paradigm 2*. The Relativistic Dancer

- *personal proposed model using
- 1.the tango third volume (Dinzel, 2000)
 - 2.four types of attentional focus (BIHub, 2020)
 - 3.systemic dancesport performance (Nastase, 2011)



-dance based on the laws of relativity in Physics (Einstein); space and time are relative when moving at high speed; the energy is dual: atoms and wave; space-time distorted by perception

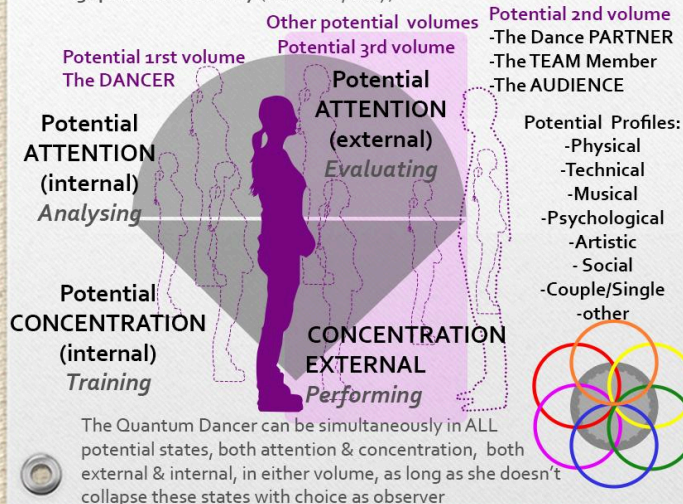
- dance communication/ connection with the partner/team member/ audience for meaning transfer and co-creativity
- in Argentine tango couple: the sense of a 'four-legged animal' -both the sense of movement (kinesthesia) and of joints system (statesthesia); less individual kinematics, more couple kinetics
- holistic, synergic action, based on free-will (couple's decision-making); non-deterministic causal chain (cause-effect)
- focus on the process itself and dance attempts, not results; dance 'journey' as important as the 'destination'
- space and time are integrated into the dancer's energy
- dancers are aware of the two neurobiological separated items in motor/dance learning: the motor engram/program and their protagonists (motor units); they trust their bottom-up and top-down thinking, and create a unique emergent inductive couple inference
- steps and dance figures are pretexts, creative and challenging conjunctures and constraints for communication/ personal growth
- music is inner vibration; dancers resonate with the music and other partners through thinking, feeling, sensing and intuiting
- no mechanical dance leading, only energetic, subtle intention
- dance response (4) based on couple synergic decision (1), using a real-time, non-sequential, parallel inference, based on dancers' 1.evaluation, 2.analysis, 3.training, 4.performing

4 Types of Attentional Focus based on two criteria:
Width: broad (Attention) - narrow (Focus/Concentration)
Direction: External - Internal

Fig. 3.2. The Relativistic Dancer

Paradigm 3*. The Quantum Dancer

- *personal proposed model using
- 1.the tango third volume (Dinzel, 2000)
 - 2.four types of attentional focus (BIHub, 2020)
 - 3.quantum creativity (Goswami, 2017)



-dance based on the laws of Quantum Physics

- superposition*: one quantum object/ particle can be simultaneously in many places;
- wave collapse*: quantum objects can not be measured in ordinary time-space conditions (when measured, these objects become solid, losing their wave property);
- quantum jump*: a quantum object does not translate, but jumps from one position to another;
- entanglement (non local correlation)*: if one quantum particle is observed, this affects its paired particle, no matter the distance between the two entangled objects

- matter is created from consciousness, thus there is no need for signal transmission between consciousness/mind and matter (the former chooses the potentiality from itself)
- quantic perception on time and space; communication and feeling/ sensing in dance couple happen instantly (due to quantum particles within dancers)
- 'do-be-do-be' simultaneous process
- the intention for making a dance move or leading the dance represents a quantum thought, individual and collective; the decision-making in a dance couple/relationship with audience is a creative quantum process: simultaneous presence of ego-self (rational, continuous, determined, linear, local, personal, simple hierarchy) and quantum self (creative, discontinuous, synchronous, holistic, nonlocal, transpersonal, entangled hierarchy)

The Quantum Dancer can be simultaneously in ALL potential states, both attention & concentration, both external & internal, in either volume, as long as she doesn't collapse these states with choice as observer

Fig. 3.3. Paradigm 3. The Quantum Dancer