

MARCIA MARIA STRAZZACAPPA HERNÁNDEZ

O CORPO EM-CENA

Campinas

1994

MÁRCIA MARIA STRAZZACAPPA HERNÁNDEZ

Este exemplar corresponde à
redação final da Tese defendida
por Márcia Maria Strazzacappa
Hernández e aprovada pela
Comissão julgadora em

Data: 2-9-94

Assinatura: 2-9-94

O CORPO EM-CENA

CAMPINAS

1994

Dissertação apresentada como exigência
parcial para obtenção do título de
MESTRE EM EDUCAÇÃO na área de
concentração: Metodologia de Ensino à
Comissão Julgadora da Faculdade de
Educação da Universidade Estadual de
Campinas, sob a orientação do Prof.
Dr. Joaquim Brasil, Fontes (Júnior))

Comissão Julgadora:

Fontes
Palma
Alenda

Dedicatória

Percebo no decorrer do meu trabalho a presença de dois mestres. Um que me toca o corpo, que me amolda. Outro, intuitivo, que me lança perguntas, que me provoca. É claro que ambos me falam ao corpo e a alma. Somos unos. O que me toca o corpo, o coração registra e o que é falado ao coração, mesmo que em segredo, o corpo escuta.

Estes dois mestres são José Antonio Lima e Luis Otávio Burnier. Cada qual dentro de sua magia, falando sobre coisas que, por vezes, crêem distintas, mas que têm o mesmo cerne: o artista.

Escrevendo este texto, me vem à mente os dizeres de cada um e vejo-me como catalizadora e ao mesmo tempo perpetuadora de seus pensares. Um mais concreto. Outro sonhador. Seus pensamentos se completam em mim aqui.

É a eles que dedico este trabalho.

agradecimentos

A CAPES, aos formandos em Artes Cênicas da turma de 93, aos alunos da graduação em Interpretação Teatral do Departamento de Artes Cênicas, ao Núcleo Interdisciplinar de Pesquisas Teatrais LUME, aos pesquisadores do Projeto Oficina do Movimento- em especial a Ana Lúcia Mariolani e Rogério Migliorini, a Dona Anna, a meus pais e a pequena Giulia, por sua paciência nos momentos de minha ausência.

índice

Introdução - Um olhar sobre a metodologia.....	01
Capítulo I - Constatações	
Como o ator em formação domina seu corpo em movimento.....	11
Uma tentativa.....	43
Capítulo II - Em busca de uma técnica.....	53
Capítulo III - Técnicas Corpóreas Introdução	
definição de uma técnica corpórea básica para a formação do ator.....	77
Capítulo IV - Conclusões	
A questão da técnica.....	128
Bibliografia -	i

Resumo

O **CORPO EM-CENA** estuda e discute a questão das técnicas corporais na formação de atores.

O texto apresenta num primeiro capítulo uma análise das respostas corporais dos atores em formação diante das novas propostas estéticas teatrais que resgatam a maestria do corpo em cena.

Essa análise foi feita a partir da óptica da dança, sobre um grupo de atores de diversas formações técnicas que desenvolveram oficinas-montagem durante os anos de 1991, 1992 e 1993.

No segundo capítulo é relatada a elaboração e aplicação de dois cursos ministrados em caráter experimental, com o intuito de instrumentalizar tecnicamente os atores. A partir dos resultados obtidos da aplicação destes cursos, sistematizou-se uma disciplina corporal básica intitulada **Técnicas Corpóreas: Introdução**. Essa disciplina é ministrada na graduação em Interpretação Teatral do Departamento de Artes Cênicas da UNICAMP, e representa o conteúdo do terceiro capítulo.

Na conclusão retoma-se a questão da técnica corporal ao se discutir sua importância para a formação plena do ator. O ator é o seu corpo. Seu corpo em cena. Seu corpo en-cena.

INTRODUÇÃO

Um olhar sobre a metodologia

"Iben Rasmussen, atriz dinamarquesa do Odin Teatret, solicitou ao bailarino Cesar Brie, recém chegado ao grupo, que lhe "mostrasse alguma coisa", a fim de avaliá-lo. Ele começou imediatamente uma performance impecável, realizando giros, saltos, atento para aproveitar os poucos minutos que tinha para mostrar todo o seu virtuosismo. Quando terminou, Iben olha para ele e exclama: 'Você falou, falou, falou e não disse nada.'"¹

Ao ouvir essa estória pela primeira vez, fiquei refletindo sobre o meu fazer artístico. Será que sou uma bailarina medíocre que fala, fala, fala e não diz nada? Mas o que é esse falar e não dizer nada ? (...) Por que uma atriz realiza tal leitura do fazer de um bailarino? O que os atores têm que os bailarinos não têm? Há uma arte exclusiva do ator e outra exclusiva do bailarino? (...) Por que esta dicotomia entre a dança e o teatro?

As novas estéticas teatrais, que chegam ao Brasil a partir de meados dos anos 80, buscam diminuir esta distância existente entre o teatro e a dança. Assim, não se limita a abrangência desses fazeres especificando até onde vai um e a partir de onde começa o outro, mas mescla-se o fazer de cada um. Nesse contexto surgiram expressões como *teatro-dança*, *teatro corporal*, *teatro de metáforas*, *teatro coreográfico*, *teatro antropológico*.

¹ Odin Teatret é uma companhia teatral dinamarquesa fundada e dirigida por Eugenio Barba. Essa companhia realiza pesquisas na área da Antropologia Teatral, uma corrente que estuda o homem em situação de representação nas diversas manifestações culturais. Esse fato foi narrado pelo próprio Cesar Brie em uma de suas visitas ao Brasil em 87.

O surgimento dessas novas estéticas, no entanto, exige o surgimento de um novo artista, capaz de responder prontamente às novas solicitações. Não basta saber representar. O ator deve ter domínio de seu corpo, de seu movimento, deve ter ritmo, musicalidade, precisão. Porém, o que tem acontecido é que não temos artistas preparados para essas novas propostas.

Isto decorre do fato de que nas escolas de formação de atores, ou seja, nos cursos superiores de arte dramática e em cursinhos preparatórios de atores, o corpo ainda é um objeto de estudo secundário, ficando restrito a disciplinas como "expressão corporal" e "dança". Essas disciplinas, além de apresentarem uma carga horária mínima, têm como objetivo principal proporcionar momentos de relaxamento e lazer, e não oferecer um embasamento técnico. Assim são realizados exercícios e jogos aleatórios, isto é, cada dia é oferecida uma atividade que não tem nada a ver com a desenvolvida anteriormente, pois não importa o que é feito desde que os indivíduos "se soltem, se mexam". A realização desse tipo de atividade não contribui para o desenvolvimento do domínio do movimento corporal do ator e esse acaba por não corresponder às expectativas atuais do mercado de trabalho.

Como solução imediata para suprir a necessidade crescente desse novo mercado, vê-se cada vez mais um número maior de indivíduos com formação em dança ocupando os espaços dos atores. Não porque não existam carências no trabalho do bailarino, mas pela crença de que é mais fácil

fazer um bailarino adquirir, em pouco espaço de tempo, um bom treino vocal (assim como perder vícios estéticos determinados por algumas técnicas), do que fazer um ator adquirir, no mesmo espaço de tempo, o domínio corporal de um bailarino.

A presente dissertação de mestrado é uma reflexão sobre o meu próprio fazer artístico e profissional e a partir dessa reflexão uma análise sobre o como e porquê realizar trabalhos corporais na formação de atores.

Com formação em educação e dança e trabalhando num núcleo de pesquisas teatrais da Universidade Estadual de Campinas, LUME², iniciei uma busca em desenvolver uma metodologia de trabalho corporal para atores. Minha formação fez com que ao me aproximar do trabalho teatral observasse o desenvolvimento corporal dos atores com olhos de quem teve uma rígida formação técnica, onde o domínio do movimento era a garantia da qualidade de expressão.

Diversos trabalhos junto ao teatro se seguiram a partir de então. Foi através destas experiências, longe do palco, que pude colher um rico material para o desenvolvimento de meu trabalho. Primeiramente como tradutora-intérprete e produtora de companhias teatrais estrangeiras que vieram ao Brasil participar dos Festivais Internacionais de Teatro de

² Núcleo Interdisciplinar de Pesquisas Teatrais-LUME tem como enfoque principal a codificação e sistematização de técnicas corpóreas e vocais de representação não-interpretativa para o ator a partir do estudo das manifestações culturais brasileiras.

Campinas - FIT³. Mais tarde, no palco, participei como atriz-bailarina de oficinas-montagem⁴ ao lado de diretores estrangeiros que desenvolviam pesquisas embasadas no corpo do ator, recuperando a maestria do corpo e do movimento em cena.

As oportunidades de estar do lado de fora das montagens, e poder acompanhar desde processo até as discussões dos diretores sobre o trabalho cênico dos atores em formação, enriqueceram minhas observações.

Para a presente dissertação falarei em específico de três oficinas-montagem cujos diretores foram:

Larry Tremblay, ator e diretor canadense, professor de interpretação e técnicas corporais na Universidade de Quebec. Tremblay estudou Kathakali⁵ com o mestre Kalamandalan na Índia. Meu contato com ele se deu através do acompanhamento como tradutora-intérprete de sua trupe durante seu workshop em Campinas (1990) e a montagem do espetáculo "Le Milles Grues". Em 1991 Tremblay voltou ao Brasil com oficina-montagem denominada "Antígona", onde remonta o texto clássico de Sófocles utilizando o gestual do Kathakali.

Natsu Nakajima, bailarina Butoh, coreógrafa e diretora japonesa. Nakajima realizou uma oficina com atores-

³ Os FIT- Festival Internacional de Teatro de Campinas aconteceram nos anos de 1990, 1991 e 1992.

⁴ Oficina-montagem - curso compacto, com duração de 15 a 30 dias que resulta na montagem de um espetáculo teatral. O conteúdo do curso não é transmitido na forma de aulas técnicas ou teóricas, mas na vivência prática de se produzir um espetáculo profissional.

⁵ Kathakali uma das seis danças sagradas indianas.

bailarinos brasileiros, onde remontou o espetáculo "Sleep and Reincarnation from the Empty Land"(1991). O Butoh, estética criada por Hijikata e difundida na América por Kazuo Ohno, representa para o Japão o que a dança moderna foi para os Estados Unidos e Europa: o rompimento com as tradições. Participei como produtora do espetáculo, acompanhando os ensaios e analisando o trabalho dos atores diante dessa nova, e até então desconhecida, estética.

Toni Cots, ator e diretor espanhol com rígida formação em danças balinesas⁶. Cots foi por dez anos ator do Odin Teatret, onde desenvolveu pesquisa sobre o teatro antropológico. Participei como atriz-bailarina da oficina-montagem denominada "Instalação Guanabara", baseada nas obras de Gauguin(1992). Cots contava com uma equipe de cinco profissionais entre atores e cenógrafos. Dentre eles Laura Colombo, que realizava a preparação corporal dos atores do coro baseada nos exercícios corporais de Grotowski.

Cabe ressaltar que as oficinas ministradas por esses diretores contaram com a presença de estudantes da graduação em artes cênicas e em dança, profissionais e amadores de teatro e de dança de Campinas, São Paulo e demais cidades da região. Algumas oficinas contaram com a presença de atores de outros estados do Brasil, como Rio de Janeiro, Minas Gerais e Bahia. Essa heterogeneidade enriqueceu o trabalho

⁶ As danças balinesas (da Ilha de Bali) são ligadas diretamente às práticas religiosas. Codificada não apenas no gestual de cada passo e posição de mãos e pés, como nas cores presentes no figurino e maquilagem.

de observação e comparação proporcionando momentos de confronto e análise das respostas corporais dos diversos artistas acima especificados.

A pesquisa não seguiu uma metodologia pré-estabelecida. Essa foi se delineando no fazer, na busca pessoal de solucionar questões.

Por que os atores têm dificuldade em copiar movimentos?(...) Por que os atores não terminam⁷ suas seqüências? Por que a separação entre o fazer de um bailarino e de um ator? Como apresentar trabalhos corporais para atores que perderam a consciência da existência de seu corpo?

No primeiro capítulo serão apresentadas as observações das respostas corporais dos atores em formação frente às montagens cênicas que se baseavam nas novas estéticas teatrais.

Estas observações, foram feitas no decorrer desses anos de trabalho junto a atores, ao participar das oficinas, quer como tradutora, quer como atriz-bailarina, quer como simples espectadora, suscitaram questionamentos quanto as origens das dificuldades corporais dos atores, o que conduziu a uma análise mais aprofundada sobre as técnicas corporais

⁷ *terminar* uma seqüência ou um movimento significa, apresentar o ponto final desses, permanecendo uns segundos com a imagem congelada. Assim, os espectadores podem "ver" o fim da ação, podem "registrar" a imagem final.

oferecidas nos cursos de formação de ator, contida na segunda parte do capítulo.

No segundo capítulo são apresentadas duas experiências realizadas no sentido da codificação de um método de trabalho corporal para atores. A primeira: o oferecimento de um curso em caráter experimental aos alunos de teatro das Universidades Federais de Porto Alegre e Santa Maria; e a segunda: a realização de um trabalho de preparação corporal dos alunos formandos em Interpretação Teatral do Departamento de Artes Cênicas da Unicamp, para a montagem do espetáculo *Taucuauaa Panhé Mondo Pé*.

O terceiro capítulo aborda a criação e aplicação de uma técnica corporal básica para a formação de atores, introduzida como disciplina extra-curricular no curso de Interpretação Teatral do Departamento de Artes Cênicas da Unicamp.

No quarto capítulo são expostas as considerações finais referentes à prática dessa disciplina e é discutida a questão da técnica.

Esse texto é constituído por um tecido de vozes. Em alguns momentos, há a concordância - A voz surge para frisar a afirmação. Em outros a discussão, o debate - As vozes se contrapõem apresentando diversos pontos de vista. Em outros momentos, o silêncio, o vazio - A voz se cala - Impasse.

Essas vozes referem-se a teóricos do movimento, a diretores brasileiros e estrangeiros com quem trabalhei, a

antigos mestres e a colegas de jornada. Algumas dessas vozes se referem à minha própria voz no passado, perpetuada em diversos Diários de Bordo que foram sendo escritos no decorrer de minha trajetória enquanto aluna de graduação, dançarina, pesquisadora do movimento corporal e mestranda.

Chamo de Diário de Bordo, - embora não seja *diário* no sentido exato da palavra -, os cadernos de capa dura que utilizo para fazer anotações de cursos, de descobertas, de inquietações. Meus Diários de Bordo confundem-se com o tempo...

Não sei exatamente quando começou a prática desse registro. Há cadernos com anotações de aulas de dança de diversas técnicas, temas para coreografias futuras, algumas críticas referentes a determinadas colocações em aula, diversas dúvidas.

Para não confundir as fontes tenho um caderno de cada cor. Para a dissertação trabalhei especificamente sobre três: O vermelho, que se refere ao trabalho realizado com os alunos graduandos em Artes Cênicas do Instituto de Artes da turma de 1993. O amarelo, às notações de vários cursos que ministrei em Campinas, Porto Alegre-RS, e interior de São Paulo. O azul às minhas inquietações constantes, ele mistura observações de meu trabalho técnico pessoal com anotações das aulas que ministrei no departamento.

Há também observações de aulas que fiz, como o trabalho com o mestre Lee, bailarino chinês que ministrou um curso de quatro meses sobre Ópera de Pequim, observações do trabalho

dos atores suíços do Teatro Sunil, que ministraram oficinas sobre o treinamento de ator (Maria Bonzanigo) e sobre o Clown (Danielle Finzi Pasca) e anotações sobre as oficinas que participei no Festival Internacional de Teatro de Campinas - FIT.

Há outros Diários de Bordo que são citados no texto. Tratam-se dos diários dos alunos da graduação em Artes Cênicas que cursaram as disciplinas que ministrei em 1993, "Técnica Corpórea: Introdução", "Técnica Corpórea: Dança" e "Dança, Música e Ritmo II".

Quando comecei a escrever tinha em minha frente uma infinidade de cores de "Diários de Bordo", vários programas de espetáculos, os Diários de Bordo dos meus alunos, e diversos textos rascunhados no computador.

Além da coleta de material durante as oficinas, as pesquisas desenvolvidas sobre o movimento corporal do homem moderno realizada no Projeto Oficina do Movimento contribuíram para o desenvolvimento do meu trabalho.

Esse grupo de pesquisa - Projeto Oficina do Movimento-, era orientado pelo então professor de anatomia, cinesiologia e fisiologia aplicadas à dança do Departamento de Artes Corporais da UNICAMP, José Antonio Lima. Médico e cinesiologista, Lima orientava nossas investigações somando seus conhecimentos oriundos da medicina aplicados a um grupo de diversas formações técnicas (dança clássica, moderna, dança espontânea, capoeira, break e danças nordestinas).

Esse grupo se reunia quatro vezes por semana, numa carga horária de 12 horas semanais, após o horário normal das aulas. Nos encontros ficávamos experimentando movimentos, comparando exercícios das diferentes técnicas, descobrindo possibilidades motoras, analisando os diferentes resultados encontrados da aplicação de um mesmo exercício em indivíduos com formações corporais distintas. Isso só era possível dada a heterogeneidade do grupo, tanto em formação, quanto em tempo de dedicação a uma mesma técnica.

Desse trabalho de pesquisa, dois foram os resultados: o primeiro a codificação de uma seqüência de exercícios de força e alongamento musculares denominada "condicionamento motor para o artista cênico" e a segunda foi a montagem de um espetáculo intitulado "Quadros de uma exposição", sobre a música homônima de Mussorgski, que mostrou que era possível se chegar a um resultado estético a partir de uma pesquisa técnica.

As pesquisas e estudos cinesiológicos desenvolvidos no Projeto Oficina do Movimento durante esses anos rendeu ao orientador do Projeto o Prêmio APCA-Associação Paulista dos Críticos de Arte por "melhor pesquisa em dança". Essas pesquisas somadas aos conhecimentos de minha formação em dança, em específico as teorias de Rudolf von Laban, é que deram subsídio teórico para a análise sobre o movimento corporal dos atores e para a definição da disciplina Técnica Corpórea: Introdução, objeto da presente dissertação de mestrado.

CAPÍTULO I

Constatações:

como o ator em formação domina seu corpo em movimento.

*"É inegável o encanto da perfeição mecânica inerente aos movimentos da fala e gesticulação. É um prazer enorme ouvir uma fala com boa dicção e presenciar gestos apropriados, nos quais parece completa a vitória do espírito sobre a matéria. O ator individual que atinge esse nível de fascínio na representação se coloca num grau elevado da escala da perfeição."⁸
(Rudolf Von Laban - Domínio do Movimento)*

Apresento na primeira parte desse capítulo um dossiê das observações feitas no decorrer desses anos sobre o trabalho corporal dos atores em formação. Este material foi colhido durante a realização das oficinas-montagem anteriormente especificadas, e nos cursos de técnicas corporais por mim ministrados em 92 e 93. Este dossiê aponta os problemas mais frequentes apresentados pelos atores no que se refere especificamente ao trabalho corporal, não sendo levantadas as questões referentes à voz e à representação.

Agrupados em cinco itens, de acordo com a gravidade das dificuldades, ou seja, considerando-se o quanto cada problema interferia na qualidade do fazer de cada ator em formação, temos:

a - indisciplina

b - incapacidade de observação/reprodução de movimento

⁸ Rudolf Laban. *O domínio do movimento*, São Paulo, Summus, 1981; p.26

- c - falta de domínio de (um) vocabulário
- d - falta de domínio de conceitos técnicos
- e - dificuldade de percepção da relação espaço-temporal

Cada item será analisado separadamente e ilustrado com vários exemplos.

Embora ordenadas em segmentos, essas problemáticas se interpõem. A falta de domínio de um vocabulário, está diretamente ligada à falta de domínio de conceitos técnicos. Assim como a indisciplina acentua todas as demais dificuldades, de observação e reprodução de movimento, de percepção da relação espaço-temporal, de apreensão de conceitos técnicos, etc.

Na segunda parte são analisadas as técnicas corporais oferecidas em grupos teatrais e nos cursos de formação de atores.

a)...(In) disciplina

Um dos primeiros e mais gritantes problemas apresentados era a *disciplina*. Disciplina aqui é entendida não como a condição de subordinação a um regulamento imposto de fora para dentro, mas no sentido da percepção da *organicidade interior*, do respeito a uma lógica fisiológica de realizar os movimentos partindo-se dos exercícios mais leves e fáceis para os mais pesados e complexos, dos mais lentos para os mais rápidos, e assim por diante.

As técnicas corporais codificadas apresentam na sua prática exercícios que chamamos de "educativos" ou "preparatórios". Esses exercícios são realizados como preparação para movimentos mais complexos, que exigem mais da musculatura e das articulações, ou que significam a utilização de um maior número de grupamentos musculares.

Na *dança clássica*, por exemplo, o treino inicia-se na barra, com o apoio das mãos ou da mão, depois seguem os exercícios no centro, com pequenas variações e em seguida os exercícios nas diagonais, onde são executadas também as grandes variações.

Desta forma pode-se dizer que a estrutura de uma aula de dança clássica segue um "crescendo" sendo os exercícios da barra preparatórios para os do centro e estes, por sua vez, são preparatórios para as variações nas diagonais.

Esta condição de "preparatórios" não se encontra apenas na estrutura da aula. Cada segmento desta estrutura -

barra, centro, diagonais - apresenta seu próprio "crescendo", ou seja, seus próprios exercícios preparatórios.

Na barra, por exemplo, inicia-se o trabalho primeiramente com as duas mãos apoiadas sobre ela e realiza-se pequenos e lentos movimentos com as articulações dos pés-tornozelos e cabeça. Em seguida, ao lado da barra e com o apoio de apenas uma das mãos, realiza-se os *battements tendus* mais rápidos, *glissé*, *demi* e *grand pliés* em primeira, segunda, quarta e quinta posições. As posições dos pés, definidas por Beauchamp em 1700 e seguidas até hoje também seguem uma ordem crescente de dificuldade. Crianças que estão iniciando sua aprendizagem posicionam-se apenas em *primeira* e *segunda*, mais tarde é introduzida a *terceira* posição como preparatória para a *quinta*. A *quarta* e a *quinta* só aparecerão mais tarde, quando o pequeno bailarino já adquiriu noção do *en dehors*⁹ e do posicionamento correto do quadril.

Klauss Vianna costumava dizer que a aula de dança clássica começa com as mãos apoiadas na barra porque sugere a mesma relação da criança que está aprendendo a andar - ela precisa do apoio do adulto. Seus primeiros passos, ainda desequilibrados, são sustentados pelas mãos atentas dos pais que lhes oferecem segurança. Assim é a barra ao bailarino que inicia seu treino: o apoio firme que lhe confere segurança e sustentação.

⁹ *en dehors* - significa movimento de rotação para fora. Na posição dos pés cada pé aponta para um lado.

"Quando falo em disciplina e organização não me refiro a atitudes ditadas do exterior, mas ao ato de se dar organização, de se estabelecer uma disciplina interna. Penso que é muito difícil alguém se sujeitar a qualquer tipo de condicionamento exterior sem que esteja de alguma forma propenso internamente a aceitá-lo"¹⁰

Klauss relaciona o condicionamento exterior e a disciplina interna como inerente à técnica. É interessante ressaltar que é inerente a toda e qualquer técnica o condicionamento, assim como para se adquirir uma técnica é imprescindível a disciplina.

Toda arte implica num ritual. Disciplina compreendida também no sentido de ritual, de respeito aos outros.

O indivíduo atento a sua organicidade realiza seu trabalho corporal com a mesma dedicação com que se entrega a um ritual sagrado.

"Os atores são indisciplinados e seus movimentos não são limpos. Realizam uma série de movimentos desnecessários ao pedido e não têm clareza de que estão fazendo isso. O comportamento também não ajuda muito. Conversam o tempo inteiro e não respeitam seu próprio espaço de trabalho, nem o trabalho dos colegas. Não se entregam ao ritual do 'jogo de atuar' - 'estar' antes de 'fazer'." (Diário de Bordo - 09-set-92)

Como apresentado acima, a prática da dança já traz dentro do seu fazer um caráter disciplinar e ritualístico. Parece ser inerente não só à dança como às demais práticas corporais codificadas.

"Lembro-me das aulas de mímica do Prof. Burnier. Antes do início de cada aula participávamos de um ritual: Do lado de fora da sala, aguardávamos o sinal sonoro das batidas dos bastões que o professor emitia de dentro da sala. A cada batida -três ao todo- tínhamos que responder prontamente também com uma batida de bastão. Era impressionante como ao primeiro toque as atenções ficavam todas voltadas à porta. Não se

¹⁰ Klauss Vianna. *A Dança*. São Paulo, Siciliano, 1990; p.85

ouvia sequer a respiração das pessoas. Ao término das batidas a porta se abria e lá estava o professor distribuindo, um por um, os cordões verdes.(...) Era muito evidente a importância desse ritual. Criava um clima de concentração tão forte antes mesmo de se pisar na sala. Aí as pessoas já entravam com outro espírito para o trabalho.

(...)Os cordões verdes eram distribuídos um a um. Cada um tinha o seu, personalizado. Eles eram utilizados nos dois primeiros exercícios da aula, a *Victoria de Samotràcia* - trabalho de aquecimento composto por extensão e flexão da coluna - e a *oferenda*. Nunca entendi o porquê da cor do cordão. Na capocira as cores dos cordões têm um significado. Você vai trocando de cordão à medida que vai se aprimorando tecnicamente, passando dos cordões mais escuros até alcançar o branco; mas no curso de mímica, a cor do cordão foi sempre verde. Quando questionado sobre isso, Burnier respondia assim como seu grande mestre Etienne Decroux o fazia: 'Por que o verde? - vocês me perguntam. Por que não o verde?'" (Anotações de aula - março/abril-87)

Podemos citar outros exemplos. Nas técnicas circenses, além de se preparar o corpo partindo-se de exercícios mais simples como rolamentos, cambalhotas, ponte, parada de mão; há a preparação do "espírito" do indivíduo para a execução de elementos mais complexos.

Muitos exercícios que são realizados em dupla exigem a confiança mútua dos companheiros e isso também é trabalhado no início do treino através de pequenos jogos e brincadeiras. Não basta os indivíduos de um grupo se conhecerem, eles devem se tocar e permitir-se tocados. Todos os corpos, parados ou em movimento, são circundados por espaço. Chamamos este espaço próximo ao corpo de "Kinesfera"¹¹ ou "esfera do Movimento". Todos os pontos da Kinesfera podem ser alcançados com qualquer membro do corpo.

¹¹ Termo definido por Rudolf von Laban (1879-1959) um dos mais importantes estudiosos do movimento que desenvolveu um método e uma terminologia para análise do movimento humano. Seu trabalho será abordado mais tarde no Capítulo III.

Esse espaço próximo ao corpo, espaço pessoal, é constantemente protegido por nós. Só permitimos que adentrem esse espaço, pessoas de nosso conhecimento e simpatia. Essa condição muda de cultura para cultura. Um inglês raramente cumprimenta uma pessoa que acabou de conhecer com um beijo no rosto. Ele estende o braço com firmeza e mantém o tronco ereto e distante todo o tempo. Já o brasileiro, assim que foi feita a apresentação, estende a mão ao mesmo tempo inclina o tronco e apresenta o rosto para ser beijado. O limite da kinesfera varia de cultura para cultura e de indivíduo para indivíduo dentro de uma mesma cultura. Quando observamos indivíduos dentro de um ônibus urbano cheio, seu espaço pessoal é invadido por mãos e braços de outros indivíduos que tentam se segurar nos bancos e nas barras. Nessa situação específica, há uma "permissão" para a invasão da kinesfera, mesmo que esta invasão não se refira a pessoas conhecidas. Porém essa aceitação se extingue a partir do momento em que o ônibus se esvazia e que há mais espaço para ser ocupado dentro dele. Caso um indivíduo persista em se manter bem próximo ao outro, isso será visto como falta de respeito. O que até uns minutos atrás era perfeitamente aceitável, passa a ser inaceitável e abusivo.

"Não existe nada que o homem mais tema do que ser tocado pelo desconhecido"¹²

Assim Elias Canetti inicia seu livro *Massa e Poder* definindo a formação e o papel das massas que propõem a

¹² Elias Canetti. *Massa e Poder*. Brasília, Universidade de Brasília, 1960; p.11

inversão desse temor de ser tocado, tão inerente ao ser humano.

"Somente quando imerso na *massa* é que o homem pode escapar deste temor em relação ao contato. Esta é a única situação na qual o temor se transforma no seu oposto. (...) Assim que uma pessoa se abandona à massa, ela deixa de temer o seu contato. Neste caso ideal, todos são iguais entre si. Nenhuma diferença conta, nem mesmo a dos sexos. Qualquer pessoa que se aperte contra nós, torna-se idêntica a nós mesmos. De repente, tudo acontece como que *dentro de um só corpo*."¹³ .

O que acontece quando o homem está numa massa é que há a expansão de sua kinesfera para a dimensão do todo. Seu espaço pessoal passa a ser o espaço social. O mesmo ocorre quando se está dirigindo um automóvel ou uma bicicleta. O que nos dá a dimensão da extensão da bicicleta é que incorporamos o objeto à nossa kinesfera, ou seja, o objeto passa a ser a extensão de nosso corpo. E da mesma forma que, quando caminhamos evitamos esbarrar nos objetos e nas demais pessoas, ao dirigirmos o mesmo se procede, dentro da imagem de proteção de nossos espaços pessoais.

Numa aula onde a atividade desenvolvida propõe o toque, este tocar deve ser trabalhado, uma vez que representa a invasão direta da kinesfera do outro.

Assim, pode-se afirmar então que, da mesma forma que existem os "educativos" técnicos para os exercícios de acrobacia circense, existem também os "educativos psicológicos" para a execução desses. Caracterizando-se como

¹³ id. *ibidem* p.12

dois grupos distintos de educativos, porém complementares e imprescindíveis.

A disciplina nesse caso se faz mais urgente. Em todo trabalho corporal, que implica num relacionamento que requer confiança mútua, os indivíduos devem estar mais atentos na execução dos exercícios e mais receptivos.

Exemplo de exercícios educativos em outras técnicas:

Capoeira: o treino desta técnica corporal (luta dançada) inicia-se com a ginga. A ginga é um passo básico da capoeira e está presente em toda a luta\jogo. Implica num movimento pendular que trabalha a extensão dos braços para um lado e para outro e extensão\flexão das pernas.

A partir da ginga inicia-se a *cocorinha* e a *negativa*, posições que exigem mais da articulação do joelho, por ser uma flexão mais profunda. É também nesses exercícios que se introduz o apoio das mãos ou da mão no chão, porém ainda com o apoio dos pés, ou seja, o peso se divide entre pés e mãos.

Os lançamentos com as pernas, "meia-lua", "meia-lua-de-compasso", "rabo-de-arraia", começam com um movimento mais simples, de elevação da perna a partir de uma flexão que se desenvolve numa extensão para frente, (equivalente a um *developpé devant* na dança clássica) chamada "benção".

Os giros, saltos e acrobacias: como o "macaco", "queda de rim" virão depois, partindo de pequenas "estrelas" e "paradas-de-mão", onde é trabalhada a força dos braços e o equilíbrio para a sustentação do peso do corpo.

Na **dança moderna**, que aboliu as sapatilhas, o uso da barra e a simetria excessiva, o treino inicia-se no chão, sentado ou deitado - depende da escola, porém sempre numa situação mais estável, ou seja, com o centro de gravidade mais próximo ao chão e com maior número de apoios. Fica-se em pé somente na segunda parte da aula, depois de ter trabalhado bem as articulações dos tornozelos, joelhos e coxo-femural. Assim como a ginga na capoeira nos reporta ao movimento de respiração, na dança moderna os exercícios de contração-relaxamento (*contraction & release*) e de queda e recuperação (*fall & recover*), acompanham essa imagem da respiração.

Os exercícios partem dos movimentos mais lentos para os mais rápidos e das combinações mais simples para as mais complicadas, como por exemplo, a combinação de movimento de cabeça, pernas, tronco e braços.

Na **Ópera de Pequim**, o crescendo da aula se dá através dos exercícios energéticos do TCHI-CUM. Esses exercícios servem para centrar a energia do corpo, equilibrando-a. Os primeiros movimentos são *para dentro* - centrando. Até o olhar se volta para o interior do ser, mantendo os olhos ligeiramente fechados. Em seguida, vêm os movimentos *para fora*, de expansão e saudação, de ligação entre Terra e Céu, Homem e Universo. Todos esses movimentos são executados bem lentos com uma respiração constante e coordenada com cada movimento. Em determinado gesto deve

ocorrer a inspiração, em outros a expiração, e assim por diante.

Depois desta etapa de aquecimento, compreendida por eles como *preparação do corpo e espírito*, passa-se ao treino dos movimentos da Ópera de Pequim propriamente dita, com o aprendizado dos três passos básicos das mãos e pés. É bem diferente o movimento masculino e feminino. O primeiro impõe força, com movimentos diretos e firmes. O segundo, feminino, é leve e indireto, porém preciso.

Os primeiros movimentos são realizados no lugar, considerados estáticos. A dificuldade aumenta quando iniciam-se os deslocamentos e os giros, juntando as formas e movimentos de braços, tronco e pernas com o deslocamento no espaço em círculos ou em linhas tortuosas ou diretas.

A disciplina e a tradição oral do rito

Alguns padrões de comportamentos, alguns rituais, são passados de geração em geração sem que se questione ou mesmo que se perceba sua existência. Em dança, por exemplo, não se concebe atrasos em aulas práticas ou ensaios. O bailarino recebe e cumpre essa norma sem nunca ter pensado no assunto. Uns acreditam ser apenas um luxo do "maître" ou do diretor, mas, independentemente de pensarem dessa forma, cumprem assim mesmo a regra. Na verdade é inconcebível chegar atrasado numa aula porque isso significa a perda dos exercícios de aquecimento e da preparação para as demais atividades do dia, seja a continuação da própria aula ou o desenvolvimento do ensaio.

Não se encosta na barra, nem se senta, ou se recosta durante uma aula prática, mesmo que o professor esteja dando uma longa explicação. Isso não deve acontecer porque ao relaxar apoiando o corpo, toda a tonicidade adquirida até então pela musculatura, se esvai. Portanto, sentar, deitar e recostar durante as atividades técnicas é prejudicial para o desenvolvimento do trabalho corporal.

Outro exemplo que ilustra a relação disciplinar do bailarino com o seu espaço de trabalho é o fato de que nunca se deve atravessar a sala pelo meio dela -a menos que solicitado pelo professor- nem se deve passar entre o professor e um aluno que está dançando. Isso porque o espaço central da sala é como se fosse o palco - sagrado. Só se adentra nesse espaço quando se está dançando. Não se passa, também, entre aluno e professor porque isso impediria, mesmo que momentaneamente, a visão deste sobre o estudante e uma possível percepção de algum erro.

Essas regras não estão escritas em lugar algum, porém elas existem e são transmitidas juntamente com os exercícios técnicos, seguindo uma tradição oral da disciplina e do rito.

Essas regras não fazem parte do mundo dos atores. São poucos os grupos e companhias teatrais que acreditam e estimulam a disciplina em seu meio. Podemos observar nas oficinas-montagem que os atores em formação não viam seu espaço de trabalho, nem mesmo seu espaço cênico, isto é, o local onde acontece a representação, como um "lugar

sagrado". Como os espetáculos das oficinas-montagem foram concebidos para espaços alternativos, ou seja, não convencionais, as delimitações entre cena e platéia não eram claramente definidas por boca de cena, rotunda, pernas, como é o caso do palco italiano¹⁴. Nessa situação específica, o ator deve ser o primeiro a fazer esta delimitação da cena, a criar este espaço cênico, através do respeito e dessa consciência. No entanto, o que se constatava era uma total degradação do espaço, *profanando-o* com frequência, fumando, falando, sujando o piso com sapatos empoeirados, restos de comida, etc.

¹⁴vide figura p 28.

b) ...capacidade de observação e reprodução

O segundo problema apresentado refere-se ao fato dos atores serem incapazes de repetir uma seqüência de movimento, embora capazes de decorar um texto. A dificuldade começava aí. O ator não estava preparado, ou não é preparado para *observar*, no sentido de ver e compreender o que vê. Essa dificuldade se manifesta não devido a uma incapacidade física de fazê-lo, mas por uma falta de prática, de treino. Prática de observar o movimento e reproduzi-lo, levando em conta todos os elementos que compõem um movimento: sua forma, seu desenho no espaço, seu ritmo, sua intensidade de força e fluência.

"Pude observar que num grupo de dez atores realizando a observação e reprodução de um mesmo movimento, três restringiram sua observação às mãos e braços; dois ao movimento dos pés; outros dois ao movimento do tronco; dois ao deslocamento no espaço e um ficou completamente atrapalhado não fazendo nada. Este último quando interrogado afirmou: 'Era tanta coisa para olhar, que eu olhei tudo e não vi nada!'" (Diário de Bordo - set-92).

O treino de dança, de artes marciais e de certos atores orientais se baseia praticamente na observação/reprodução de movimentos. O mestre (ou o professor) apresenta o gesto, executando-o, e em seguida seus discípulos (alunos) o imitam. Em algumas culturas, tradições são mantidas através da capacidade do povo de

observar e reproduzir fielmente o observado, perpetuando manifestações por gerações e gerações.

Essa capacidade de observação/reprodução é inerente a todo e qualquer indivíduo. Quando crianças, ainda em fase de desenvolvimento, nossa educação se dá através da observação/reprodução da fala e do gestual adulto, a maneira de comer, de sentar, de gesticular. Sem nos darmos conta dessa capacidade, vemos indivíduos que têm o mesmo "tique" do pai, ou a mesma maneira de caminhar da mãe, a mesma risada da avó, e ingenuamente não sabemos de onde vieram. Como se tudo isso nos passasse despercebido.

Sobre a questão da importância da observação, Pinok e Matho¹⁵ afirmam:

"(...) Um ator pode ser chamado para representar a fome sem jamais ter tido fome, ou a loucura, a avareza. Ele deve fazer uso de seu senso de observação, informar-se sobre as manifestações desta ou daquela forma de alegria, e através de um lento trabalho de assimilação, digerir-los, fazê-los seus para se tornarem uma personagem acreditável."¹⁶

O artista no seu trabalho corporal diário deve acordar essa capacidade por vezes já adormecida. Diversos treinos desenvolvidos por atores orientais e bailarinos

¹⁵ Pinok e Matho são os nomes artísticos das atrizes, mímicas e pedagogas Monique Bertrand e Mathilde Durnont. Discípulas de Etienne Decroux, desenvolveram trabalhos relacionados à pedagogia do movimento na França.

¹⁶ Monique Bertrand e Mathilde Durnont. no original: "Il se pourrait qu'un acteur soit appelé à jouer la faim sans jamais eu faim, ou la folie, ou l'avarice. Il doit faire appel à son sens de l'observation, s'informer sur les manifestation de telle ou telle forme de folie, et par un lent travail d'assimilation, les digérer, les faire siennes pour devenir un personnage vraisemblable." *Expression corporelle-mouvement et pensée*. Paris, Vrin, 1979, p.62. Trad. do autor.

desenvolvem essa capacidade de ver e compreender o movimento. Esses treinos sensibilizam todos os sentidos, preparando o artista para ver e ouvir com a unidade de seu corpo. O ato de "ver" não se restringe aos olhos. A técnica corporal aguça todos os sentidos. Faz com que o corpo todo se transforme numa enorme boca, ouvido, nariz, olhos e mãos.

c)...domínio do (de um) vocabulário

Os diretores estrangeiros encontraram dificuldades para trabalhar com atores brasileiros no que tange ao vocabulário e à execução de movimentos corporais.

Quando digo dificuldade quanto ao **vocabulário** não me refiro à língua estrangeira, mas à dificuldade de compreensão de um vocabulário comum ao corpo.

Quando realizei alguns cursos de dança no exterior, era notório que, apesar de cada aluno ter uma procedência bem diferente (Turquia, Itália, França, México, Noruega, Holanda, Japão, Bélgica, Grécia, etc.) todos tínhamos um vocabulário comum: a técnica de dança. Era através dessa linguagem que nos comunicávamos.

Outro problema detectado refere-se ao *vocabulário espaço-corporal*. Chamamos de espaço-corporal porque se refere à relação *corpo-corpo* e *corpo-deslocamento no espaço*. Esse vocabulário é de domínio do bailarino que no seu treino cotidiano, refere-se todo o tempo a ele. Fala-se da musculatura anterior, posterior, dos membros superiores, inferiores, movimentos para dentro e para fora. Assim, a segmentação do corpo, como mostra o gráfico (fig.1), é objeto de estudo no processo de aprendizagem do bailarino; porém aquilo que é domínio para um é confusão para outro.

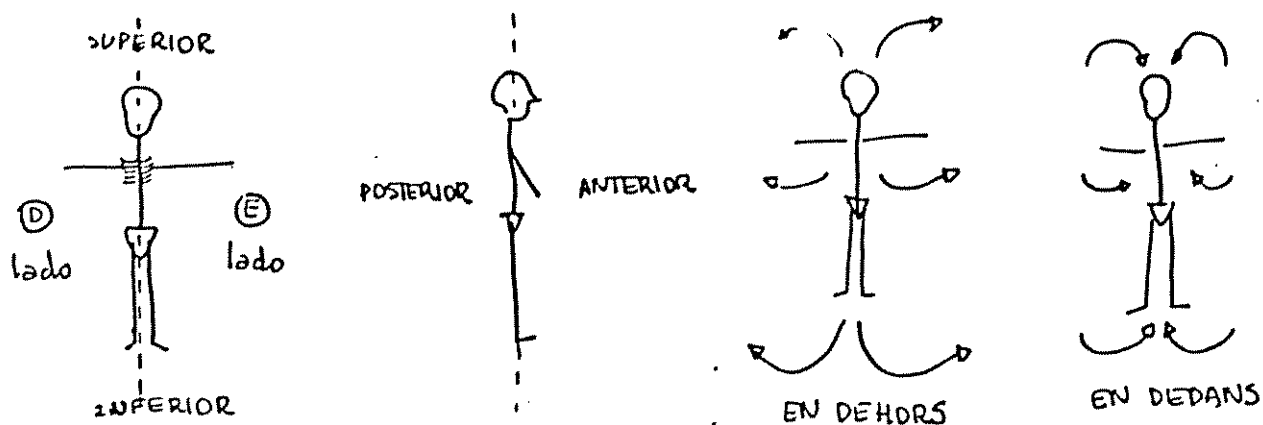


Fig 1 - segmentação do corpo humano

O ator confunde algumas nomenclaturas como: anterior com superior; movimentos *en dehors* com *en dedans* (*en dehors*=rotação para fora e *en dedans*=rotação para dentro). A confusão aumenta quando este corpo - que já tem frente, trás, lado, em cima e embaixo, - se desloca no espaço - que apresenta a mesma tridimensão (altura, largura e profundidade). Fica ainda mais complicado quando esse espaço é uma sala de aula comum e não um palco italiano. O palco italiano possui uma única frente estabelecida pelo posicionamento da platéia (Fig. 2).

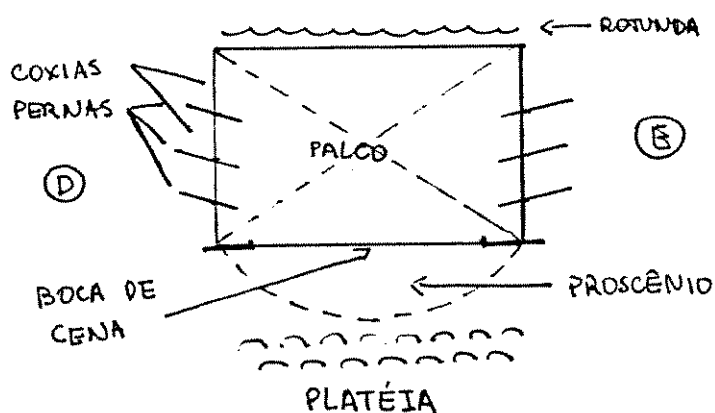


Fig 2 - palco italiano

Numa sala de aula, geralmente retangular, costuma-se estabelecer a frente optando-se pela lateral mais ampla e a partir dessa frente, estabelece-se as diagonais, o centro, as laterais direita e esquerda (Fig. 3). Porém essa divisão está no imaginário do indivíduo. Isso é senso comum, é de domínio do bailarino.

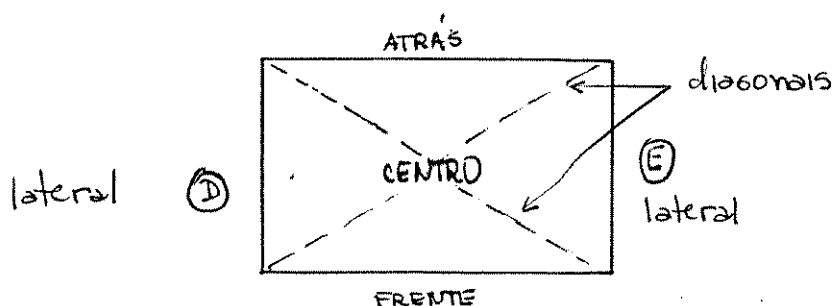


Fig 3. divisões espaciais em sala de aula

Para o ator, a nomenclatura espaço-corporal mescla-se com o todo. Por exemplo: Executar um movimento de elevação *frontal* da perna direita. Se é solicitado que execute esse movimento *de frente*, - o ator deve posicionar *a frente* do seu corpo para *a frente* do espaço. Parece óbvio. Porém, pude observar que, como o movimento era de elevação *frontal* da perna, para o ator que executa o movimento, este já é *para a frente*, mesmo estando de lado para a platéia. Em determinados momentos o referencial é o próprio corpo do indivíduo, em outros o espaço. A *frente* do corpo será sempre a mesma não importando de que jeito se esteja, a frente do espaço é definida pelos olhos do espectador, podendo assim se alterar ou ser redefinida. Esta confusão decorre da constante alteração de referencial, às vezes dentro de uma

mesma técnica - para determinadas nomenclaturas o referencial é o corpo, em outros momentos é o espaço.

Por exemplo, se se solicita às pessoas que, deitadas no chão, levantem o braço direito, uns elevam o braço perpendicularmente ao chão (fig.4-A), outros paralelo ao chão (fig.4-B). Os primeiros utilizaram o referencial espaço, os outros o referencial corpo. Assim, o 'para cima' do espaço é diferente do 'para cima' do corpo.

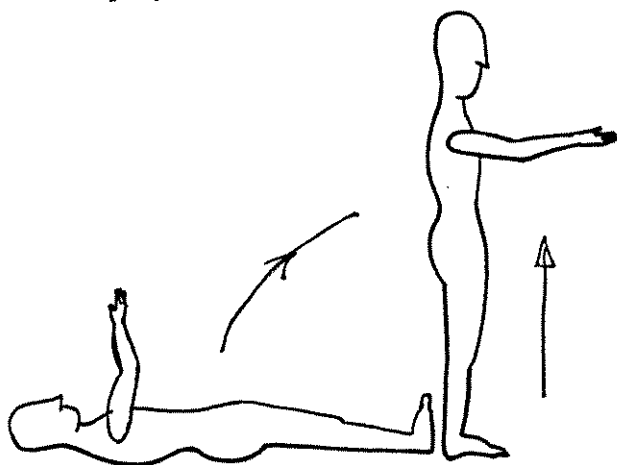


Fig.4 A - para cima = para frente



Fig.4 B -para cima = para cima

Neste caso, o elevar de braço correto é o que usou o corpo como referencial. Isto também é padrão. A movimentação dos membros acontecerá sempre em relação *ao corpo*, e não ao espaço: elevação, aproximação, afastamento, etc.

Em relação ao corpo temos: 'frente, atrás, anterior, posterior, superior, inferior, laterais, diagonais do corpo. Em relação ao espaço temos: para cima, para baixo, para frente, para trás, -expresso normalmente por 'descer' (quando se vai à frente em direção à platéia) e 'subir' o

palco (quando se afasta da platéia em direção ao fundo): diagonais e laterais direita e esquerda.

Durante os treinos percebe-se uma dificuldade também quanto a questão da lateralidade. O ator ao tentar reproduzir um movimento apresentado pelo professor segue uma tendência de copiá-lo como espelho, desconsiderando a direita e esquerda do corpo.

d)...domínio de conceitos técnicos

Outra dificuldade diz respeito a determinados conceitos muito utilizados nas práticas corporais: saber diferenciar o *movimento* da *frase de movimento*, *ponto inicial* e *ponto final*, *começo-meio-fim* do movimento e *começo-meio-fim* da frase de movimento, distinção de *movimento* e *ação*, partitura corporal, frase de ação, etc.

Na linguagem falada e escrita é fácil perceber e ter consciência das frases e das orações. Na linguagem do corpo, do movimento, também há estas construções, porém são muito mais sutis, o que torna difícil para um iniciante da arte de "escrever" com o corpo, perceber sua existência e definição.

Ter a percepção da relação entre a *seqüência de movimento* e o *movimento*, ambos com construções que iniciam e concluem um pensamento: que têm começo, meio e fim; que têm sujeito e verbo; que expressam uma idéia, apresenta-se como uma tarefa difícil para o ator. Assim como ter percepção da relação espaço-temporal contida numa frase de movimento e num movimento sozinho. Jacqueline Robinson, coreógrafa e estudiosa da dança afirma:

"A frase é perfeitamente familiar ao nível da linguagem, por ser uma estrutura orgânica, que veicula um pensamento organizado. Identicamente, ela é sensível, visível ao nível da linguagem coreográfica.

A frase motora se inscreve no espaço, no tempo, ela é propulsada pela energia e animada pela motivação. Ela é objeto e veículo."¹⁷

¹⁷ Jacqueline Robinson no original: "(...) La phrase est chose parfaitement familière au niveau du langage, car elle est une structure organique, véhiculant une pensée organisée. Identique, en fait, elle est sensible, visible au niveau du langage chorégraphique.

Porém, da mesma forma que o pensamento não antecede a palavra, o mesmo ocorre com o movimento. Pensamento e palavra caminham juntos, um delineando o caminho do outro. Portanto a frase, seja escrita, falada ou de movimento, não veicula um pensamento organizado como afirma Robinson, mas vai organizando esse pensamento a medida que ela se constrói. Não pensamos antes de nos mover. O movimento e o pensamento acontecem juntos e nutrem-se mutuamente.

Na criação coreográfica, pode-se partir de uma idéia, de um pressuposto e até de movimentos pré-elaborados mentalmente. Porém o que ocorre é que quando se vai colocar em prática esses pensamentos (movimentos), na busca do corpo de responder ao estímulo mental, o corpo delineia outro caminho, por vezes mais criativo, por vezes menos, e o pensamento acompanha esses movimentos como num diálogo.

Um exercício interessante foi apresentado certa vez numa oficina de Clown¹⁸ oferecida pelo ator suíço Danielle Finzi Pasca do teatro Sunil. O exercício consistia em ter um boneco (vivido por um ator) comandado por duas *ânimas*, ou almas. Assim, em grupos de três pessoas, uma fazia o boneco, aquele que será movido e cujas palavras serão colocadas em sua boca; e as outras duas faziam as almas, uma que

La phrase motrice s'inscrit dans l'espace, dans le temps, elle est propulsée par l'énergie, et animée par la motivation. Elle est objet et véhicule" *Éléments du langage chorégraphique*, Paris, Vigot, 1981; p. 63, trad. do autor.

¹⁸ Clown - vem do inglês *clod* que quer dizer camponês, pessoa simples. Em português é compreendido por palhaço, porém a palavra *palhaço*, vem do italiano *pallia* que quer dizer palha. Na tradição circense, os palhaços faziam suas roupas com tecido de colchão recheadas com palha para não se machucarem ao cair. O clown não é palhaço no sentido circense, o clown é o ingênuo, o poeta. Quem melhor ilustra o sentido do clown é Chaplin.

comandava o movimento do corpo e outra que comandava o texto da voz. Corpo e palavra. As duas "almas" funcionam como o pensamento do indivíduo, numa situação onde o pensamento antecede a ação. Em determinado momento, as duas almas se confundem e o corpo executante, o boneco, começa a responder aos estímulos mesclando-os.

Um outro exercício apresentado era o de ser sua própria ânima, ou seja, comandar antecipadamente seus próprios movimentos. Era apresentada uma situação específica (idéia pré-elaborada) e os comandos deveriam partir dessa idéia.

Por exemplo:

Situação oferecida: uma tourada. O pensamento comanda: *Fique em pé com os pés paralelos. Levante lentamente o braço direito à frente com os dedos da mão fechados como se segurando um pano. O braço esquerdo abre-se para o lado. As duas mãos estão fechadas. Inicie um movimento de torção do tronco para o lado esquerdo, sem tirar os pés do chão. Quando chegar na máxima extensão retorne e torça o tronco para o outro lado. Traga o braço esquerdo à frente do corpo e dirija os dois braços para o lado direito. O olhar fixa o touro que está na diagonal esquerda...* E assim por diante.

A cada comando, uma ação. No começo o exercício transcorre lento e à medida que você vai se familiarizando com a proposta o pensamento confunde-se com a ação. Você não

sabe mais se primeiro comandou o seu corpo ou se a ação aconteceu e você descreveu o trajeto do corpo no espaço.

Podia-se perceber também a distância que existe entre imagem e ação. Quando pensamos num movimento ele está livre da ação da gravidade, dos limites das articulações e das leis da física. Assim, posso ter uma imagem genial de um movimento de saltar girando permanecendo quatro segundos no ar. Antes mesmo de realizar o movimento percebo que é impossível sustentar um salto por tanto tempo. Porém o que a imagem faz é alterar a maneira como se realizar este salto. Posso até chegar a tentar este movimento e o pensamento faz com que o salto apresente outra intenção e, no mínimo, fique mais sustentado.

Um outro exercício consistia em dois bonecos possuírem as mesmas âlmas de voz e corpo. Portanto os comandos eram os mesmos, mas os resultados eram distintos. Aqui denotava-se primeiro a dificuldade com o vocabulário. Quem fazia a *alma de corpo* tinha que ser exato em sua explicação, portanto tinha que utilizar um vocabulário adequado. Às vezes o comando estava claro, mas a dificuldade se apresentava em quem respondia à solicitação. Era interessante observar como cada corpo respondia a um mesmo comando de formas distintas, apontando alguns pontos de dificuldades cruciais em relação à compreensão do vocabulário, como visto anteriormente.

Por exemplo: a alma de corpo emitia o seguinte comando para os dois atores: *levantem os braços até em cima*

e coloquem as mãos na cabeça. Um dos atores levantou os braços pela frente e o outro pelos lados; um ficou com os cotovelos abertos e com as mãos sobre as orelhas (como se tapando os ouvidos) e o outro com as mãos na região frontal do crânio e com os cotovelos fechados, escondendo o rosto. O mesmo comando com duas respostas diferentes. Isso aconteceu porque a alma não especificou o trajeto dos braços, nem o ritmo da subida, nem em que parte da cabeça era para colocar as mãos, fazendo cada qual da sua maneira.

No teatro ocidental, ou seja, feito por e para uma sociedade logocêntrica, há a predominância do texto, da fala, do texto vocal, sobre o texto corporal, ou partitura corporal. O corpo fica para um segundo plano. Isso é perceptível tanto no trabalho de preparação do ator, como na preparação das obras, nos ensaios, nos aquecimentos; como em cena, durante a apresentação. A ênfase maior está no texto e na ação que o personagem realiza ao dizer esse texto.

Por exemplo: Dirigiu-se até a mesa, pegou um copo que estava sobre ela e disse: "Está acabado", bebendo o conteúdo do copo. Nos ensaios o ator se preocupará no "como interpretar o personagem que se dirige até uma mesa, pega um copo, diz sua fala e bebe." interpretando¹⁹ o clima sugerido pelo autor, de tensão, surpresa, medo.

¹⁹ Não entraremos na questão de *interpretação e representação*. O ator, primeiro a interpretar o texto, apresentará a sua interpretação deste, que por sua vez será reinterpretado pelos espectadores, então pode-se afirmar que quem interpreta os espetáculos é o espectador. O ator representa.

Na preparação dessa cena, o ator irá repetir inúmeras vezes a fala até decorá-la, e a ação também será repetida, porém sem a preocupação com a exatidão e com a precisão. Isso porque, dada a característica de nossa sociedade moderna, onde a palavra tem maior peso que as ações do corpo, o ator em formação não está atento às qualidades distintas que a sutil alteração de um único movimento confere à mesma ação: dirigir-se até a mesa- pegar o copo- dizer o texto- beber. Quantas maneiras distintas existem de se realizar uma caminhada? De pegar um copo? De se falar um texto? De se beber? Quando se modifica um elemento, o que se altera é apenas o *movimento* ou é a *ação* que é alterada? O que cada caminhada sugere ao ator que a executa e ao espectador que a observa? Serão estas *mesmas* ações semelhantes? Iguais? Distintas?

e)...percepção da relação espaço-temporal

Essa dificuldade ficou evidente em vários momentos das oficinas, assim como em aulas técnicas, quando era solicitada a realização de um mesmo movimento com variação rítmica.

Se tomarmos a música como ponto de partida, percebemos que a notação musical é feita através de símbolos gráficos- a nota, dispostos ordenadamente num espaço - a pauta. Cada símbolo equivale a uma duração do som, (mínima, semínima, colcheia, etc.) e a disposição espacial das notas na pauta, a altura, (dó, ré, mi, fá, sol, lá, si). A grosso modo, poderíamos afirmar que a junção entre esses fatores é que compõe a melodia, os acordes, a harmonia, enfim, que define a música. Então temos:



Em dança temos um movimento, que apresenta uma forma e que é executado num espaço específico por um determinado tempo. Novamente a relação espaço-tempo.

"Converter a duração sonora em formas no espaço é, a partir de um estudo técnico: repartir igualmente o gesto numa duração exata, com um certo dinamismo, dentro de um plano ou volume definidos. São também precisos: o ponto de partida, a trajetória, o ponto de chegada do movimento. A aprendizagem do movimento de dança é, no começo, uma ligação estreita com a cadência: battements na barra, vitalidade igual, dupla, ralentar...Tenta-se colocar o movimento na cadência imposta do exterior que lhe dá uma amplitude determinada, em função de uma certa *eficácia*."²⁰

²⁰ Monique Bertrand e Mathilde Dumont. op. cit., p.37. trad. do autor

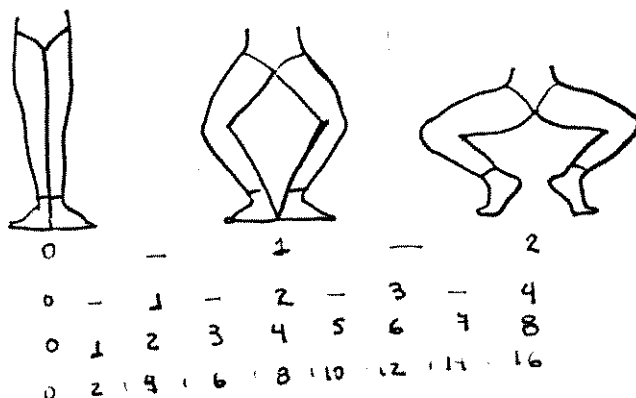
O ator em formação tem a noção primária desta relação espaço-temporal. Ele sabe diferenciar um movimento rápido de um movimento lento; tem noção de que executar um mesmo movimento em 2 tempos é executá-lo mais rápido do que se o executar em 16.

No entanto, quando este ia, por exemplo, realizar um exercício de subir e descer, flexionando as pernas, em dois, quatro, oito, e dezesseis tempos, o resultado era desastroso.

Considerado um exercício simples, onde não há movimentação de tronco nem braços, a dificuldade se mostrava para o ator na questão da divisão do movimento pelo tempo pedido.

O trajeto executado pelo indivíduo da posição de pé - com as pernas esticadas - para a posição agachada - com as pernas flexionadas - é direto, ou seja, não há movimentos adicionais. O indivíduo vai diretamente de uma posição a outra o que denominamos em dança de *movimento direto*.

Mesmo trajeto = mesma distância = mesmo espaço
tempos distintos (2, 4, 8, 16)



O movimento contínuo de subida e de descida deve percorrer o mesmo espaço. O tempo se altera, porém o espaço deve ser dividido de forma equilibrada, para garantir que o movimento permaneça contínuo mesmo com a alteração do tempo. Para que isso aconteça, no entanto, é necessário o controle da fluência do movimento, conseguido através da técnica.

Esse princípio é de conhecimento e domínio do bailarino, pois seu treino diário é repleto de exercícios que utilizam essas relações de tempo X espaço. No caso do ator que não tem domínio sobre essa relação básica, executar um movimento contínuo de subir e descer com variação rítmica apresenta-se como um exercício de grande dificuldade.

O que normalmente acontecia era que os atores executavam o movimento proposto, segundo eles, "dentro da contagem". Isto é, se era em quatro tempos, chegavam à posição final na contagem "quatro". Se em dezesseis, no dezesseis. Para eles não importava se durante o trajeto ralentavam ou aceleravam o movimento, se no final conseguiam terminar o exercício na contagem pedida.

contagem

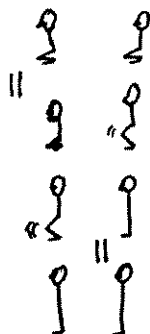
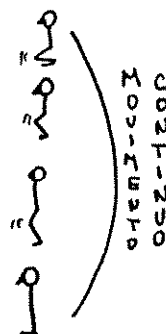
1

2

3

4

movimento

A
C
C
E
L
E
R
A
D
OR
A
Z
A
N
T
O

Quando me deparei com atores diante dessa problemática, a primeira leitura que fiz dessa constatação era de que os atores não conseguiam perceber a relação espaço-temporal do movimento.

Durante as aulas costumo brincar dizendo : "Vocês recebem a mesada e não podem gastá-la num só dia, porque ela é mesada, ou seja, para o mês. Vocês têm trinta dias para ir gastando o dinheiro. Neste exercício é a mesma coisa, vocês não podem gastar quase toda a contagem - quinze de dezesseis tempos - para chegar até de cócoras e apenas um tempo para ficar de pé. Seria a mesma coisa que gastar 90% da mesada no primeiro dia e ter que viver o resto do mês com apenas 10%. Vocês têm que ir controlando o gasto da contagem para a subida. Na metade do caminho, vocês devem ter gasto a metade da contagem." (Diário de Bordo - abril/93).

Após a explicação, tudo parecia extremamente óbvio. Foi então que percebi que os atores compreendiam *mentalmente* o exercício, porém não conseguiam fazê-lo *fisicamente*.

Então a questão não era de percepção da relação espaço-temporal, mas sim, de controle muscular, de preparo físico. Problema de falta treinamento técnico, que possibilita o domínio do movimento, o controle da fluência, da dosagem de energia empregada para realizar um mesmo movimento rápido e em outro momento lento. Quanto mais lenta a execução do exercício proposto (flexão das pernas) mais evidente ficava esta questão da falta de preparo físico, pois as pernas dos atores chegavam a tremer tanto, que mesmo a uma boa distância era perceptível a vibração.

O que no princípio parecia uma questão simples de falta de percepção da relação espaço-temporal, no fundo camuflava uma das questões fundamentais para o trabalho do

ator, apresentando-se como uma problemática muito mais séria: falta de domínio de uma técnica corporal.

Na verdade todas as demais dificuldades têm como origem comum esta carência:

É o estudo de uma técnica que propicia o desenvolvimento das noções espaciais e temporais; a aquisição de uma técnica que permite o domínio de um vocabulário e de seus conceitos. É o treino de uma técnica que possibilita o desenvolvimento da capacidade de observação/reprodução de movimentos. É através da dedicação a uma técnica que se incorpora a disciplina - tão fundamental para a arte.

Será que estes atores não tiveram em suas formações contato com nenhuma técnica?

Uma tentativa

Buscando respostas para esta pergunta - Será que estes atores não tiveram em suas formações contato com nenhuma técnica?- o objeto da observação passa a ser outro: as escolas de formação de atores, enfocando o quê, e como são oferecidas as técnicas corporais.

Alguns cursos superiores de teatro, (como o curso de graduação em Artes Cênicas da UNICAMP), grupos e companhias teatrais buscaram nas técnicas de dança o complemento para a formação do ator, e/ou a preparação técnica corporal dos atores para espetáculos. Percebe-se que muitos recorreram à técnica de dança clássica, mais conhecido por Ballet Clássico. Estes recorreram a essa técnica específica acreditando ser esta "a base para as demais danças" ou como afirmam muitos "o clássico é a base para tudo".

Muitas vezes, quando se pensa em dança, vem-nos logo à mente a dança clássica. Isso não acontece por acaso. A dança clássica, que surgiu na corte francesa e que foi difundida nos meios de elite da Europa e América, foi a primeira técnica de dança a ser codificada no Ocidente moderno. Isso se deu graças ao apoio precioso de Luis XIV, o Rei Sol, que apaixonado pelas artes dançantes patrocinava espetáculos, incentivava artistas, e financiava publicações. O primeiro registro escrito sobre a técnica de dança foi patrocinado por ele. A seguir viriam outras obras como as "*Lettres sur la danse et sur le ballet*", de

Jean Noverre, em 1760. Também a primeira companhia profissional que se tem notícia no Ocidente foi composta por bailarinos clássicos financiados pelo rei Luis XIV, em 1713, uns anos antes de sua morte. Por ter sido a primeira técnica a ser codificada, também foi a primeira a fazer escola, tornando-se tradicional e bem difundida na Europa e União Soviética. Por ser codificada de forma tão rígida e didática é a técnica que apresenta maior facilidade de transmissão. Suas terminologias são utilizadas até hoje pelas demais técnicas de dança modernas e contemporâneas, como por exemplo, *Plié*, *Battements*, *sautés*, *en dehors*, *en dedans*. Em qualquer parte do mundo uma aula técnica inicia-se na barra, com *pliés*, *battements*; desenvolve-se no centro com *ports-de-bras*, pequenas variações, *adagios*, pequenos e médios saltos e finaliza-se na diagonal com grandes saltos e grandes variações. Pode-se observar que mesmo as diferenças estéticas de escola para escola (Royal, francesa, russa, cubana, Ceccetti) são apenas estilos coreográficos - posição mais aberta de um braço, perna mais alongada, - detalhes que não alteram a codificação original, e que na verdade apresentam apenas algumas impressões da aculturação que a técnica sofreu.

A extrema codificação da dança clássica e a possibilidade de utilização de suas terminologias nas demais técnicas de dança é que alimenta a crença de que a dança clássica é a base para todas as demais técnicas de dança.

A técnica de dança clássica serve para quem quer dançar o ballet clássico; assim como a técnica de dança moderna serve para o moderno; as artes marciais para as artes marciais; a capoeira para a capoeira, e assim por diante.

Maribel Portinari afirma em seu livro *História da Dança* que quem dança o clássico pode dançar o moderno, mas que o inverso não é verdadeiro, afinal um bailarino moderno é incapaz de realizar 32 "fouettés"²¹, pois "o treino do bailarino clássico é muito longo, mais rígido e faz do virtuosismo uma meta."²² Isso é fato, porém, o bailarino clássico, dada a rigidez de seu treinamento diário, adquire vícios posturais bem característicos que o impedem de executar outros movimentos com a destreza exigida pela técnica moderna. Isso só é possível se o bailarino clássico também se submeter ao treino da dança moderna. A dança clássica priva os movimentos da coluna e em contrapartida valoriza o uso demasiado das pernas. Já a técnica moderna, além da não utilização de sapatilhas, dá ênfase ao movimento da coluna, propõe giros fora do eixo, trabalha quedas, possui uma estética que prima a assimetria, etc.

²¹ *fouettés* - passo da dança clássica que implica na combinação da execução de pirueta e *grand-rond-des-jambes en l'air*. É considerado um passo de extrema dificuldade e está presente nas variações dos solistas dos grandes ballets como *O Lago dos Cisnes*, *Dom Quixote*. O número 32 representa a quantidade máxima de fouettés que a bailarina é capaz de realizar durante sua variação. O fouettés bem executado implica na sequência dos giros sem o mínimo deslocamento no espaço, permanecendo do primeiro ao trigésimo segundo perfeitamente no centro do palco.

²² Maribel Portinari. *História da dança*. Nova Fronteira, Rio de Janeiro, 1989, p.134.

As técnicas de dança têm um fim em si: preparar o indivíduo para a execução de determinada estética. Porém, se as técnicas de dança têm esse fim, e se o ator não tem por objetivo dançar nenhum desses estilos, por que então adotar técnicas de dança na formação do ator? Ou, por que introduzir dança no currículo de graduação de Artes Cênicas?

E ainda, considerando que nenhuma técnica de dança serve como base para outras técnicas, o que as técnicas de dança têm em comum que contribuem para a formação do ator?

Deve-se repensar esta disciplina no currículo? ou repensar o conteúdo dessa disciplina? Uma coisa parece certa, é importante a contribuição do estudo de uma técnica corporal na formação do ator. Mas que técnica? Por que não acreditar na eficiência de uma técnica de dança para passar os princípios corporais?

Primeiro, porque para se absorver o conteúdo que o estudo e prática da dança proporcionam, seriam necessários anos de dedicação ao puro treino da técnica de dança. Um treino diário, onde a repetição contínua de exercícios e movimentos, imprimem no corpo do indivíduo essas informações. Porém, a grade curricular do curso de graduação em Artes Cênicas não permite a expansão da carga horária desta disciplina específica. Mesmo porque o objetivo do curso não é formar bailarinos, mas atores com um bom preparo corporal.

Segundo, porque optar por uma técnica de dança, seria estar optando por uma estética. E qual seria esta estética? Quem a definiria?

Terceiro, a imposição de uma determinada estética implicaria na dificuldade de alguns e na resistência de outros, pois a técnica possui movimentos e posições já codificadas.

Como cada indivíduo busca realizar atividades corporais que estejam ligadas aos seus anseios pessoais, como apresentar uma técnica fechada, ou seja, não oferecer diversas opções de técnicas aos alunos do curso de formação em Artes Cênicas?

É sabido que os indivíduos têm seu próprio *tipo de movimento*, o que chamamos de *repertório de movimento*. Mesmo que ele não tenha consciência disso, o seu tipo de movimento fala muito sobre aspectos de sua personalidade²³. Assim, pode-se afirmar que o indivíduo vai desenvolver determinado tipo de movimento de acordo com sua afinidade por ele. Quando se trabalha uma determinada técnica de dança, determinada estética, está se trabalhando na verdade um determinado tipo de movimento. Esse tipo de movimento, por sua vez, pode ser compatível ou não com as expectativas de movimento do indivíduo, isto é, ao seu *pensar* o movimento.

²³ Estes estudos são realizados por psicólogos que trabalham com terapia corporal, ou *gestalt-terapia*, como Frederick Peris, Pierre Weil, Alexander Lowen, Françoise Mezières, Thérèse Bertherat, entre outros. Esta questão não será aprofundada no presente texto, uma vez que se distancia do objeto de análise.

Quando as pessoas decidem realizar trabalhos corporais, optam por atividades que têm a ver com sua personalidade ou com suas expectativas, com seu modo de ser e de se movimentar. Assim uns praticam yoga, outros aeróbica, uns optam por aulas de sapateado, outros por jazz, danças de salão, e assim por diante. As pessoas aqui ilustradas realizam estas atividades em seu momento de lazer, buscando um outro aspecto da prática da dança - o lúdico. Num curso de formação de atores, o treino corporal apresenta muito mais um caráter técnico do que lúdico, embora este último esteja sempre presente.

Assim sendo, é ilusório se impor uma técnica/estética acreditando que todos vão se dedicar da mesma forma e obter os mesmos resultados.

Robinson ilustra as divisões entre os vários caminhos ou aplicações das técnicas de dança, ao elaborar um gráfico que chama de "a árvore da dança". (*l'arbre de la danse*).

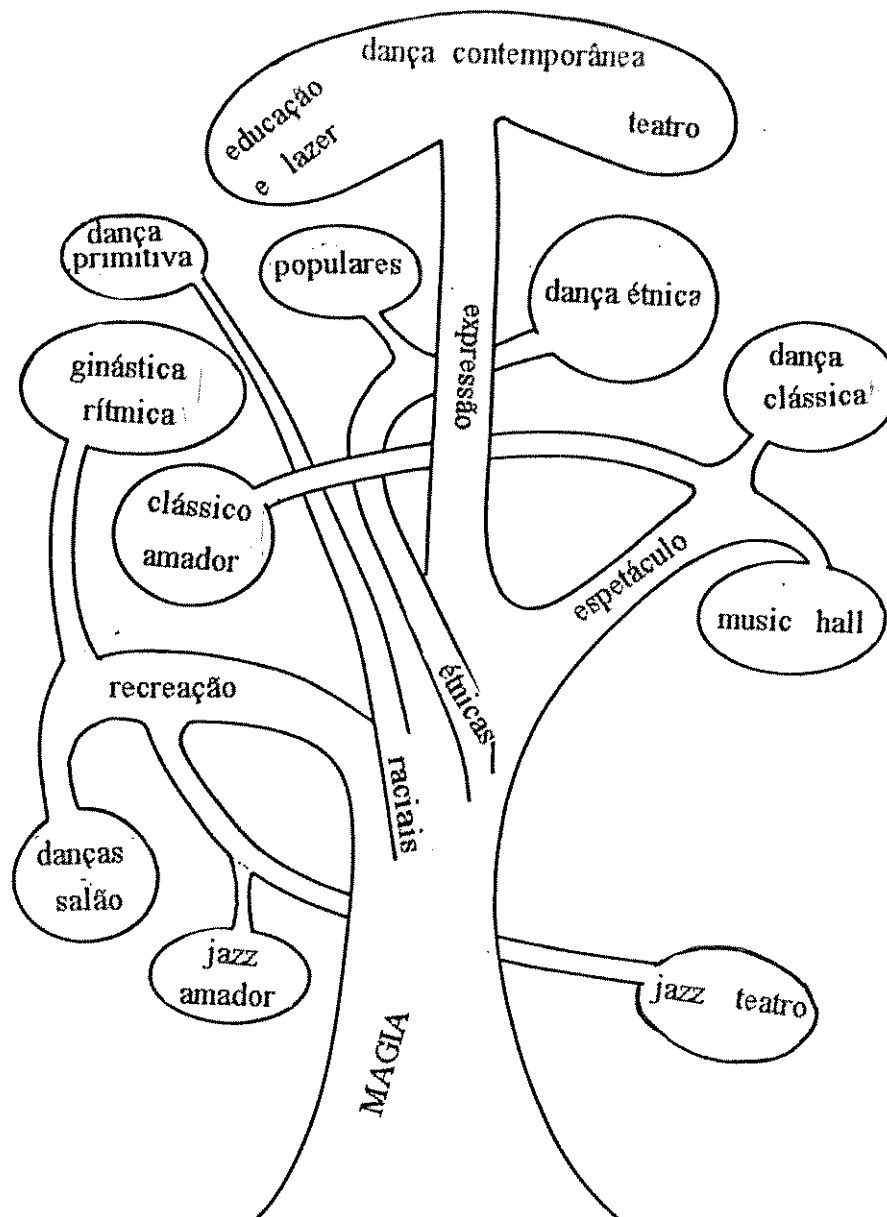


fig. 5. L'arbre de la danse pour Jacqueline Robinson

Toda dança, não importa qual estética, surge da profundidade do ser humano, da magia e adquire diversas funções a partir de três motivações principais: expressão, espetáculo e jogo.

A expressão é a motivação mais significativa da dança, (apresentando-se no gráfico como o tronco principal), uma vez que a dança, enquanto linguagem, tem a função primeira de expressar. É nesse tronco que encontraremos o teatro, a educação e lazer e a dança contemporânea.

Ao redor desse tronco, com uma bifurcação para a recreação e outra para o espetáculo, estão as danças

populares. Robinson fez essa divisão, uma vez que considera a localização das danças folclóricas um pouco ambígua. Enquanto expressão de uma comunidade, rito e jogo, essas manifestações são atualmente mais conhecidas através de seus espetáculos.

Há ainda as manifestações populares consideradas puras, ou seja, que não perderam seu carácter original de rito, que Robinson localizou num tronco à parte, entre a recreação e a expressão, chamando-o de danças primitivas.

No tronco *recreação* encontramos as danças amadoras, as danças de salão, a ginástica rítmica, e o jazz, todas técnicas praticadas por indivíduos sem interesse profissional. Percebe-se que o jazz, teve sua origem na recreação, profissionalizando-se posteriormente, ao encontrar seu carácter espetacular. O inverso aconteceu com a dança clássica. De origem estritamente espetacular (para espetáculo) e profissional com o decorrer dos anos ganhou adeptos amadores, que buscam essa técnica rígida como complemento de sua educação formal.

Atualmente acrescentaríamos nesta árvore a aeróbica, provavelmente no lugar da ginástica rítmica, e as danças de rua. Estas últimas tiveram sua origem nos guetos dos negros norte-americanos, e ganharam adeptos em todo o mundo, como é o caso do rap, do funk, do break, do step. Muitas dessas danças já saíram das ruas e ganharam as academias.

Há algumas danças brasileiras que hoje também são ensinadas em academias, como o forró, o samba, que são

ministradas ao lado do tango e da valsa, em cursos de dança de salão, que encontram cada vez mais interessados.

Esta diversidade de escolas e estilos de dança se propagando em todos os lugares é fruto de uma procura intensa que a dança vem instigando nos indivíduos. Cada vez mais um número maior de homens e mulheres de diversas idades procuram na dança, seu aprimoramento pessoal e físico como a desenvoltura, o relaxamento.

Esta realidade não está longe dos alunos do curso de Interpretação Teatral da Universidade. Quando questionados no primeiro dia de aula sobre que atividades corporais realizavam, um leque de opções se abriu, encontrando até adeptos da dança-do-ventre.

Nos cursos superiores de dança no Brasil, são várias as aulas técnicas obrigatórias apresentadas e, mesmo que um aluno opte por um estilo ou outro, deve fazer todas as demais técnicas. Há cursos de dança moderna, dança clássica, danças regionais brasileiras, capoeira, danças orientais, etc. Porém no caso do estudo da dança é diferente. O bacharel em dança deve ter vivenciado ao máximo diversas técnicas, diversas estéticas. Porque esse é seu objeto de trabalho.

Num paralelo, poderíamos afirmar que também ocorre o mesmo com os alunos de Artes Cênicas que estudam as diversas correntes teatrais através da história do teatro. Porém no caso do trabalho corporal, esse não é, a princípio, seu objeto de trabalho. Portanto o trabalho corporal tem outra

finalidade: o de instrumentalizar tecnicamente o ator para que apresente um *corpo-em-cena* com uma qualidade diferenciada.

A arte do ator é efêmera, assim como a do bailarino. Sua arte acontece em seu fazer, em sua ação. A sua obra está em *seu corpo*, seu *corpo-em-cena*, seu *corpo-em-vida*. Assim as aulas corporais devem ter uma preocupação primeira de oferecer, seja de forma lúdica ou reflexiva, espaço de auto-conhecimento, estudo e reflexão sobre este *corpo que faz*, este *corpo que atua*, este *corpo que é visto*.

Qual o objeto de estudo do ator? As escolas teatrais? A representação? Não deveria ser o estudo do corpo? O ator, assim como o bailarino, é o seu corpo. Sua arte está nele. No Ocidente ainda se separa o ator do bailarino. No Oriente o 'performer', o 'ator-bailarino' é uno. (...) Quem representa? Quem realiza ações? O ator ou o bailarino? O que eu sou? Atriz? Bailarina? (Diário de Bordo -22- outubro-93)

CAPÍTULO II

Em busca de uma técnica

*"Os componentes básicos das catedrais são pedras, cujo peso as destinaria a cair na terra. Improvisavelmente, estas pedras parecem não ter peso, aéreas, como se tivessem uma espinha dorsal para cima, com uma intensidade, uma voz que canta, se eleva, voa. É este o segredo da arquitetura, mas também da "vida" do ator: a transformação do peso e da inércia, por meio do jogo das oposições, em energia que voa. O teatro, como a arquitetura, é saber descobrir a qualidade das tensões e modelá-las em ações."
(Eugenio Barba- Além das Ilhas Flutuantes)²⁴*

Se as técnicas de dança servem para preparar o indivíduo para uma determinada estética -que não é o objetivo do teatro-, mas ao mesmo tempo a aquisição de uma técnica contribui para o trabalho do ator - afinal o ator é o seu corpo- como solucionar este impasse? Como adquirir as informações colhidas em anos de prática de uma técnica específica sem vivenciar essa prática? Seria isso possível?

Foi então que, a nível experimental, elaborei um curso de técnica corporal específico para atores onde abordaria elementos trabalhados na dança (consciência corporal, ritmo, percepção espacial, disciplina, análise dos elementos que compõem o movimento, desenvolvimento da capacidade de observação, diferenciação de movimento e ação, estudo da ação dramática, expressividade) numa prática que não se caracterizava como técnica.

²⁴Eugenio Barba. *Além das Ilhas Flutuantes*. Unicamp e Hucitec, Campinas e São Paulo, 1991.

Primeira experiência nesse sentido foi num curso intensivo de cinco dias ministrado em Porto Alegre na Semana de Antropologia Teatral e Cultura Brasileira, promovido pela Secretaria Municipal de Cultura de Porto Alegre e Fundação de Apoio à Pesquisa do Estado do Rio Grande do Sul-FAPERGS.

O curso para um grupo de 20 atores, alunos das Universidades Federais de Santa Maria e de Porto Alegre, representou uma primeira tentativa de criar uma metodologia de trabalho corporal para atores que apresentasse o mesmo conteúdo do treino da dança, porém sem o caráter de uma aula de dança convencional, ou seja, sem o treino da técnica, só os princípios.

A turma foi dividida em dois grupos de dez: grupo A e B. Ao grupo A foi solicitado que criassem três ações livres e ao grupo B três movimentos. Diz-se "livres" porque não foi imposta nenhuma especificidade de tempo, espaço ou forma. Os atores poderiam criar qualquer ação ou movimento.

Essa segmentação entre ação e movimento (que será retomada no terceiro capítulo), tão utilizada no teatro, apresenta-se muito mais como uma condição didática. Segmentar o movimento da ação serve para enfatizar as nuances existentes em cada um, e assim melhor estudá-los.

Mover-se é uma ação, assim como a ação se manifesta no movimento. O que modifica essa relação é quando este fazer se apresenta num espaço específico chamado palco. Nesse espaço cada gesto toma uma dimensão diferente, um

significado diferente, daí a preocupação que se tem com a perfeição da gesticulação e a importância que se dá a este corpo que se move, ou melhor, este corpo que realiza a ação. Nessa dimensão a ação passa da simples ação para a ação dramática. Assim, cada movimento que acontece no espaço do palco é um movimento com sentido.

O ator, quando está num palco, é um corpo visto dentro de um fragmento de espaço e tempo delimitado pelo cenário e pela boca de cena e cujos observadores, os espectadores, são cúmplices da ação que se transcorrerá ali. Isso se dá devido a um pacto firmado entre ator e espectador quando este último entrou no teatro e se predispôs a assistir ao espetáculo. Essa é uma das magias do teatro.

Alguns atores acreditam que para se estar no palco e para que suas ações sejam vistas em plenitude deve-se ampliá-las ao máximo, tanto gestos como voz. Ainda é prática comum nos cursos de voz para atores, ouvir-se a seguinte afirmação: "quando você está num palco deve falar de forma que a velhinha surda sentada na última fileira da platéia ouça o que você está dizendo".

O que certos atores se olvidam é que o corpo do ator em cena é um corpo visto através de uma lupa. Seu gesto, por menor que seja é visto, pois seu corpo é um corpo visto, um corpo observado. Quando o ator exagera em sua movimentação, essa se perde no excesso de gesticulação e fica sem sentido. Seria o mesmo que oferecer ao espectador um out-door, (que é uma foto muito ampliada) para ser visto bem de perto. O que

se vê são pontos coloridos, mas é impossível definir a imagem e detectar o todo.

Se observarmos num teatro, minutos antes da cortina se abrir, um indivíduo qualquer que de dentro do palco coloca o dedo indicador pelo vão da cortina, mesmo sendo esse seu gesto mínimo, tomará proporções gigantescas. Porque este dedo será visto através de uma lupa, logo este único dedo torna-se um todo visto.

Porém se o palco tem esta magia de ampliar o corpo do ator, poder-se-ia pensar que basta estar no palco e se movimentar para o espetáculo acontecer. Não. O ator deve ter domínio do seu corpo e do seu movimento.

Se pegarmos o cinema como exemplo, percebemos que a câmera faz os olhos do espectador. Na verdade, o diretor do filme, que é o primeiro espectador, define os olhos dos demais espectadores. Nesse caso, o corpo do ator também é um corpo visto, porém o que é visto é ditado pelo diretor, o ângulo, por quanto tempo, o close, etc.

Tanto no palco, na rua, quanto no cinema, o corpo do ator é um corpo visto, porém o que modifica é que no palco é o ator que faz o zoom, o close, que apresenta o ângulo da câmera.

No cinema, se o resultado obtido não está de acordo com o esperado, corta-se e repete-se a cena. No teatro o corte e a repetição não são possíveis, pois o teatro é tempo presente.

Desta efemeridade da obra teatral, ou melhor, da obra cênica -onde temos a dança, a ópera, a música e o teatro-, é que decorre a importância da precisão e do domínio do movimento do ator, apresentando-se como requisitos básicos o estudo, primeiro do corpo, depois do espaço e por último da relação entre ambos, que implica no movimento e na ação. O movimento e a ação são resultantes da atuação deste corpo (ator) neste espaço (cena). O corpo em cena. O corpo encena. E a lapidação deste movimento e desta ação é a obra de arte.

No curso em Porto Alegre, ao codificarem os três movimentos e as três ações e apresentarem ao grupo, os dois grupos A e B tiveram mais 10 minutos para criarem um único movimento intermediário.

Movimento intermediário, como o próprio nome já diz, é aquele que intermedia, que "está entre". Ele faz a ligação entre duas posições distintas, isto é, da final de uma para a inicial de outra. Foi solicitado um único movimento de ligação, para que os atores alterassem suas posições realizando um movimento direto. Se solicitasse a adição de um *movimento direto* entre as ações, dúvidas surgiriam - o que é movimento direto? Dessa forma, os alunos realizaram seus movimentos intermediários e compreenderam que, quando se liga dois pontos de forma objetiva e com o uso econômico de articulações, temos um movimento direto.

Por exemplo, se a posição final da ação-1 era sentado, e a próxima ação começava na posição em pé, o ator terá que se levantar para assumir a próxima postura. *Levantar*, então será seu movimento intermediário e deverá ser realizado de forma objetiva.

Outra constatação feita era de que a posição inicial de um movimento intermediário era a posição final da ação anterior e a posição final dele coincidia com a inicial da ação subsequente.

Então temos uma única seqüência, formada por três pequenas ações e dois movimentos intermediários ficando:

AÇÃO-1 + movimento intermediário + AÇÃO-2 + movimento intermediário + AÇÃO-3



"Alguns atores apresentaram dificuldades para acrescentar apenas um movimento intermediário. Eles questionavam: 'O que define que o que eu estou fazendo é só um movimento?' Respondia: 'Faça e descubra!' (...) Aos poucos foram percebendo a presença do *impulso*, como se a cada movimento precisasse um impulso novo. Eles perceberam que ao realizar um único movimento, seu início está no impulso e seu final quando o impulso se esgota.

Outros conseguiram relacionar o impulso à direção no espaço. Quando mudo de direção no espaço, tenho que dar um novo impulso, logo tenho um novo movimento."(Diário de Bordo- nov - 92)

Na parte final do trabalho do dia, posicionados em semi-círculo, cada um por sua vez, foram apresentadas as seqüências. À medida que iam fazendo, algumas questões eram

levantadas como: Vocês acham que isso é movimento ou ação? Quantos movimentos vocês lêem nesta seqüência? Vocês perceberam o ponto inicial e final da seqüência de movimentos dele?

As perguntas, nesse primeiro momento, não eram para serem respondidas. Pretendia-se apenas, através delas, chamar a atenção para determinados pontos, o que claramente se reverteu no trabalho de cada um. Era nítido que após os comentários feitos sobre o trabalho de um colega o seguinte se apresentava mais atento em sua execução, tentando não incorrer nos mesmos erros.

Nos dias subseqüentes as seqüências foram trabalhadas e codificadas até a perfeição de sua execução. No último dia do curso, foi lançada a proposta: transformar o que era ação em movimento e o movimento em ação.

Os atores, acostumados a fazer um teatro onde só se vê rosto e mãos, têm uma tendência muito grande a reduzir sua representação à gesticulação e à máscara. Quando foi apresentada a proposta, uns recorreram a esse caminho, e foram detidos na primeira tentativa.

Neste trabalho não era permitida a utilização de esteriótipos, nem de máscaras, que seria muito fácil para o ator: Alterar sua seqüência de movimento introduzindo uma forte expressão facial indicando uma ação, ou vice-versa.

Assim, para realizar as transformações e impossibilitados de seguirem pelo caminho mais fácil, tiveram que experimentar o trabalho apenas sobre o

movimento corporal. Uns se queixavam que estavam com "as mãos atadas", ou que "era impossível fazer as alterações sem introduzir um trabalho de máscaras".

Depois de muitas tentativas conseguiram chegar a um resultado. Para isso cada ator alterou um dos fatores que compõem o movimento, embora sem ter consciência disso. A medida que iam mostrando suas novas seqüências (alteradas) ao grande grupo, pequenos comentários eram feitos por mim, apontando o que haviam modificado, se o ritmo, se a direção espacial, se a força empregada, etc.

Através dessas colocações eles se conscientizavam que os fatores eram sempre os mesmos: tempo, (ou ritmo: rápido-lento), direção (ou posicionamento no espaço), peso (intensidade de força empregada, muita-pouca) e fluência.

Perceberam também que era possível fazer um trabalho em cima do movimento corporal puro, sem esteriótipos, clichês ou máscaras. E que não havia "imagens" ou "psicologismos" na proposta.

O ensino e prática de dança e de determinadas técnicas corporais se pauta sobre três informações: uma visual - o aluno observa e imita; uma sonora - escuta e faz; e outra abstrata - imagina e busca. O professor demonstra o exercício, explicando-o com palavras e sugerindo imagens para sua melhor compreensão.

O professor sugere diversas situações para que o aluno consiga executar o exercício solicitado da forma desejada, por exemplo:

"Façam este *port-de-bras* como se oferecendo flores á platéia" – a imagem de *oferecer flores* é apresentada para que o movimento de braço não seja tão mecânico.

Usadas em grande escala algumas imagens fazem história. É o caso do "fechar o zíper da calça", ouvido quase que em toda aula técnica em várias partes do mundo. As pessoas quando vão fechar seus zíperes encolhem a barriga. Essa imagem serve para indicar ao bailarino a sustentação do abdômen durante a realização dos exercícios, e funciona 100% porque se trata de uma imagem de uma situação vivida. Quem nunca fechou o zíper de uma calça?

Há outras imagens que são utilizadas com muita freqüência, como por exemplo: "Prendam uma moedinha no bumbum", para indicar a colocação da pelve durante a realização do plié. Porém, tanto essa imagem como dezenas de outras, "façam o *grand-battement* como se levassem um soco na barriga"; "sustentem o *balance* como se a beira de um abismo"; sugerem situações, ou propõem ações contrárias ao que realmente deveria ser realizado, ou então, partem de pressupostos completamente equivocados: "no *grand-battement en avant* utilizem a musculatura posterior da coxa para elevar a perna"; "o eixo gravitacional sustenta nosso peso", resultando num uso equivocado das imagens. No entanto, não nos aprofundaremos nessa questão.

Quando uma imagem não funciona o professor apresenta outra até que alcance o almejado. Estas imagens (de sala de aula), chegam de forma distinta para cada indivíduo, o que faz com que o professor lance mão de diversas imagens para expor um mesmo exercício. A imagem que

para um funciona de uma determinada maneira, para outro surte efeito contrário e vice-versa. Nesse caso de sala de aula a imagem não é aquilo que se vê, ela é meio, é imaginada.

Quando no curso com os atores em Porto Alegre afirmava que não havia "imagens nem psicologismos" é porque o trabalho foi dirigido para que não houvesse a interferência das abstrações normalmente presentes no trabalho do ator ou bailarino. O desafio era trabalhar com o que estava lá, o corpo e o movimento que este corpo produziu, não com a lembrança, com os significados, que resultam nos estereótipos e nas máscaras. O ator deveria aprimorar seu trabalho a partir da utilização do movimento puro.

Para ilustrar melhor esse sentido, um paralelo pode ser feito com a poesia concreta. Quando se escreve pensando na palavra pelo seu som, não pelo seu significado. "O poema concreto é uma realidade em si, não um poema sobre"²⁵. Nessa a sonoridade das palavras é a razão de sua existência, é o que lhe dá sentido, se há a necessidade de algum.

"A dança pode ser considerada como a poesia das ações corporais no espaço.(...) Sua significação não é sempre de matiz dramático; na realidade, é frequentemente musical e sofre influências do conteúdo emocional e da estrutura da música que a acompanha. Por conseguinte, os movimentos visíveis do corpo na assim chamada dança musicada engendram, no espectador, reações ao nível de sensação. (...) Os desenhos visíveis da

²⁵Eugen Gomringer apud. Carlos Faraco e Francisco Moura. *Língua e literatura*, São Paulo, Atica, 1982, p.334

dança podem ser descritos em palavras mas seu significado mais profundo é verbalmente inexprimível.²⁶

O movimento, quando pensado só como a junção entre os quatro fatores que o compõem: forma, peso, tempo e fluência, pode ser chamado de movimento puro.

Em outro momento, da criação, a imagem é utilizada não como o meio de se chegar a um resultado esperado, mas enquanto fim. O artista cria para que as pessoas vejam a imagem do seu fazer, a sua obra. A imagem não é memória, é visual. O ator realiza determinada movimentação para que o espectador leia determinada imagem.

O diretor espanhol Toni Cots utilizava as pinturas de Gauguin como ponto de partida para sua criação. (Uma imagem visual suscitando a produção de uma outra imagem). Ele as apresentava aos atores e pedia que cada um criasse um sketch. Depois, um por um lhe mostrava o que havia criado e Cots ia limpando²⁷ os movimentos.

Certa vez, Cots interferiu na seqüência de um ator solicitando-lhe que retirasse um movimento de braço, porque o considerou "excessivo". O ator olha com estranheza para ele e afirma: "Não posso retirar este gesto, porque ele se refere à maneira como minha mãe ..." Cots corta sua explicação, olha para o rapaz e exclama: "Não me importa o que esse gesto significa para você. Não quero saber de sua

²⁶ Rudolf Laban. *Domínio do movimento*, Summus, São Paulo, 1981; p.53.

²⁷ *limpar* no léxico teatral significa lapidar, retirar os excessos, retirar aquilo que não serve para o propósito em questão. Toda obra cênica passa por esta etapa de "limpeza".

estória. Sei que esse gesto não serve para mim, para o que eu quero. Tire-o".

Se esse ator, ao codificar sua seqüência se baseasse exclusivamente no movimento, estas questões não interfeririam. Digo, se ao codificar e não ao criar. O momento de criação é único, é exclusivo do ator, do criador. Se no ato da criação, veio-lhe a mente a imagem do "gesto de sua mãe", muito bem. O ator deve guardar essa sensação, e aprimorar o seu movimento, buscando ser fiel, não à lembrança, mas à energia do ato da criação. Para que isso aconteça o ator deve estar preparado para captar as sutilezas, as pequenas nuances, os detalhes que compõem cada gesto, enquanto gesto, não enquanto memória. Pois o momento de criação é único. É muito mais salutar basear-se no existente, no palpável, que é o movimento, - que é concreto; do que na recordação, na lembrança, na emoção do momento, - que é abstrato.

Assim, poder-se-ia afirmar que o ator cria baseado (ou não) numa imagem (lembrança) e codifica baseando-se numa outra imagem (visual) que é o movimento. O movimento é a imagem (idéia) vista. E para a presente proposta de trabalho o que importa é o movimento. Este é nosso objeto, nossa matéria prima.

Quando questionados na discussão final da aula sobre o que haviam compreendido sobre ação e movimento, caberia ressaltar uma resposta interessante:

"Ação é verbo: Correr, lançar, pegar. Movimento é poesia" (Beatriz - Porto Alegre - RS- nov-92)

O tempo foi curto, mas os resultados obtidos foram satisfatórios, considerando-se uma primeira experiência. Começava-se a ser esboçado um caminho para a elaboração de um trabalho corporal para atores, ainda não chamado técnica.

A segunda experimentação viria em seguida, em janeiro de 1993, quando os alunos formandos do curso de graduação em Artes Cênicas da UNICAMP solicitaram ao prof. Luis Otávio Burnier, então coordenador do Núcleo Interdisciplinar de Pesquisas LUME, que dirigisse a montagem-formatura de sua turma. O convite foi aceito e o trabalho foi dividido com os demais atores pesquisadores do Núcleo, do qual sou integrante. Realizamos uma primeira reunião com o grupo de 11 formandos, onde foi estabelecido o cronograma de trabalho. Fixamos primeiramente a etapa de preparação técnica do ator -preparação corporal e vocal- principal eixo da pesquisa desenvolvida no LUME.

A carga horária de trabalho era intensiva: de oito a dez horas por dia, entre treinos técnicos corporais e vocais. Era responsável por três das oito horas de trabalho.

Como não conhecia o grupo com quem ia trabalhar, e mesmo tendo informações sobre as disciplinas que cursaram durante os três primeiros anos do curso de interpretação teatral do Departamento, não sabia ao certo que tipo de trabalho corporal eles haviam realizado. Iniciei, então, um

trabalho de condicionamento motor, apresentando-lhes alguns conceitos básicos sobre o corpo humano e o movimento.

Este trabalho de condicionamento motor - primeiro resultado de três anos de pesquisa sobre o movimento corporal humano, desenvolvido junto ao Projeto Oficina do Movimento²⁸ - se resume numa série de trinta exercícios de força e alongamento musculares que podem ser realizados diariamente por artistas cênicos e que são básicos para o desenvolvimento de qualquer outra atividade corporal, seja dança, técnicas circenses, acrobacia, capoeira, ou mímica.

O processo se desenvolveu a partir da seleção de alguns exercícios físicos comumente trabalhados em aulas de dança e educação física. Com esses exercícios iniciamos um estudo detalhado sobre qual grupamento muscular eles envolviam, explorando a melhor forma de realizá-los, analisando qual a tonicidade muscular adequada para a realização de determinada atividade, etc. e através dessas experimentações definimos uma série de 30 exercícios que devem ser feitos seqüencialmente, isto é, seguindo a ordem estabelecida.

Essa ordem foi definida levando-se em conta dois fatores: 1º* trabalhar cada grupamento muscular como um todo, ou seja, esgotar as possibilidades de uma determinada musculatura antes de passar para a seguinte, realizando-se primeiro os abdominais (centro do corpo) com flexões de braço intercaladas e em seguida exercícios para pernas e

²⁸ vide Introdução, p.08

braços. 2^a* - executar os exercícios de forma que não haja excessivas alterações de posição, iniciando-se a seqüência deitado no chão, depois sentado e terminando em pé.

Ao esboçarmos a seqüência, que foi sendo adaptada com o decorrer dos anos, pudemos observar que cada indivíduo recebia e executava os exercícios de uma forma muito pessoal. Cada um apresentava uma dificuldade (ou facilidade) específica. Foi-nos apontado, então, um dos principais fundamentos dos trabalhos corporais: **respeitar as individualidades.**

Em aulas práticas corporais comuns a tendência do professor é de aguardar uma resposta padronizada de movimento de seus alunos. E a tendência dos alunos, por sua vez, é buscar ao máximo seguir o modelo de corpo e de movimento pré-fixado pelo professor ou pela técnica.

Neste nosso trabalho de pesquisa que resultou na codificação de um método de condicionamento motor para o artista cênico, o padrão de movimento existe, porém não enquanto uma forma externa, *do movimento pelo movimento*, mas enquanto uma **consciência cinesiológica do movimento**. O indivíduo realiza o exercício com a consciência do que está fazendo. Não busca seguir um modelo, mas antes, entender o que está vendo e adaptar o exercício ao seu físico, às suas peculiaridades, à sua história, ao seu ritmo.

Considerando-se essa seqüência como um bom ponto de partida, iniciei a primeira etapa do trabalho de preparação corporal dos formandos em Artes Cênicas, apresentando-lhes estes exercícios e analisando como eles os executavam. Aos poucos ia solucionando dúvidas que surgiam sobre alguns termos empregados nas explicações como: eixo gravitacional, centro de gravidade, tônus, força, apoio, base, postura, contração muscular, alongamento, e demais nomenclaturas técnicas.

"Na exposição dos primeiros exercícios da seqüência de força (abdominais e flexão de braços) apresentei alguns princípios básicos sobre postura, contração muscular, tônus, apoio, alavanca, somatória de vetores de força, direção de força. Enfatizei a importância da musculatura abdominal para manter a curvatura da coluna lombar, para não se bascular o quadril ao elevar ou flexionar as pernas.

Apresentei a relação existente entre o que acontece com a minha coluna quando estou em pé e quando estou deitado, fazendo que com esta experimentação (deitar mantendo as curvas naturais da coluna cervical e lombar) o indivíduo adquira consciência da atuação da musculatura abdominal."(Diário de Bordo 19/01/93)

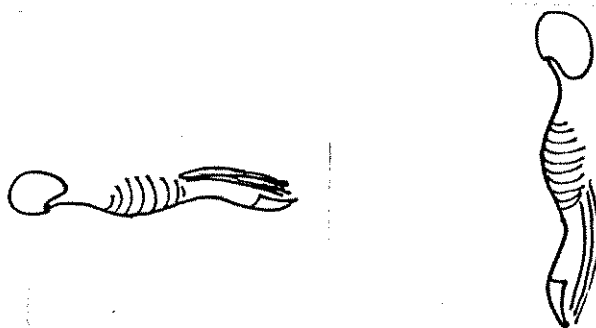


Fig. 6 - as curvas da coluna cervical e lombar e o músculo do abdômen

Foi detectado nesse momento uma primeira deficiência na formação técnica corporal destes alunos, e que se assemelhava muito a uma das chamadas "dificuldades" apresentadas pelos atores em formação que trabalharam com

diretores estrangeiros: o domínio do vocabulário corporal²⁹.

Os exercícios da sequência de força e alongamento foram apresentados aos poucos. Noções básicas em cinesiologia eram apresentadas através dos exercícios. A cada introdução de um novo exercício, uma longa explicação sobre a musculatura envolvida, o porquê de se executar de determinada maneira e não de outra comumente utilizada, resolução de dúvidas pessoais, etc. Embora o trabalho tenha uma metodologia muito específica, não havia o rigor de uma aula técnica. Muitas vezes as descobertas dos alunos suscitavam outros tipos de investigações, alterando o rumo do trabalho do dia:

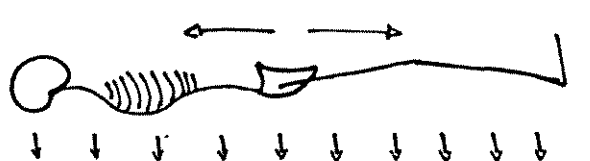
"O trabalho de força hoje seguiu um caminho diferente, porém muito interessante. Grandes e interessantes foram as discussões e investigações decorrentes de uma pergunta aparentemente tola do Gerson: 'O meu corpo pesa mais ou menos quando estou contraído? Isto é, se eu subir numa balança e me contrair todo, pesaria mais ou menos?' É claro que permanecendo na Terra, com ação da gravidade constante não haverá alteração do meu peso, uma vez que o peso = massa X força da gravidade ($P=mg$). Porém o que levou esse aluno a realizar tal questionamento? O que havia por trás desta questão? Seguramente, para um aluno que chegou ao nível universitário, conhecimentos da física mecânica fizeram parte de seus estudos. Porém, percebo que nesse momento o que estava 'pensando' não era sua cabeça e sim seu corpo. Ele havia 'ouvido' sua *sensação corporal* durante os exercícios, que lhe suscitou o questionamento.

Após uma semana de trabalho este grupo começa a 'se ouvir', a 'se perceber' enquanto um corpo composto por várias partes unidas entre si, que respondem a estímulos, que interagem,... Neste 'se ouvir', o rapaz 'percebeu' uma alteração no seu *modo de estar*

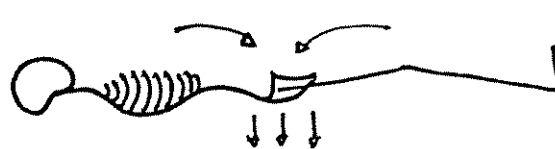
²⁹ vide capítulo I, p.24

quando *contraído* e quando *relaxado*, o que lhe dava a sensação de pesado e leve nessas diferentes situações.

A partir desse questionamento abandonamos os exercícios da sequência de força e iniciamos uma série de experimentações: 1- carregar um companheiro de menor peso e estatura em duas situações - relaxado e contraído; 2 - unir as forças do grupo para carregar um companheiro estendido no chão em duas situações: tenso e relaxado; 3- carregar um companheiro com tensão centrada no abdômen.



A: CONTRAÍDO = peso se "distribui" por igual



B: RELAXADO = o centro "pesa mais"

Todos passaram pela experiência de carregar e ser carregado nas duas situações (contraído e relaxado).

Após as experimentações as opiniões eram diversas. Iniciou-se um debate. As descobertas de um contribuíam para a descoberta de outros, até que todos chegaram a uma conclusão comum: a musculatura abdominal é importante na sustentação do corpo, o que dá a sensação de *leveza* ao movimento.

Renato deu um exemplo que ilustra muito bem a descoberta do dia: Carregar um colchão d'água pouco cheio e carregar um colchão d'água completamente cheio. É mais 'fácil' carregar um colchão completamente cheio, pois há uma tensão contida, uma pressão que auxilia no seu deslocamento e transporte. Ao se tentar suspender um colchão meio cheio, eleva-se um lado e a água escorre para o outro lado e vice-versa. Não há tensão superficial, portanto a água não exerce pressão contra a parede do colchão, nem contra a mão que suspende o colchão, dificultando assim o seu transporte.(...)

Terminei o trabalho do dia acrescentando que, para se executar movimentos, estar relaxado significa 'pesar', ficar pesado. Você cede ao chão o seu peso, exigindo mais da musculatura para se deslocar. Quando se está deitado ou sentado, ou mesmo em pé, querendo simplesmente estar (entenda-se este 'estar' não como 'estar presente') o relaxar implica em 'leveza'. Ou seja, dependendo da situação, *preparar o corpo para o movimento* ou *preparar o corpo para o repouso*, o estar *tenso* e o estar *relaxado* podem assumir caráter de peso ou leveza." (Diário de Bordo - 27/01/93)

Quando foi finalizada a explicação e apresentação de toda a sequência de força e alongamento, os alunos a

realizavam todos os dias sob orientação externa. A sequência de força era realizada três vezes por semana e a de alongamento todos os dias após o trabalho corporal geral.

Era interessante observar como que em pouco tempo de trabalho diário a postura corporal deles se modificara. As meninas do grupo já conseguiam realizar de três a cinco flexões de braço. Nos primeiros encontros elas mal saíam do chão.

Os avanços no campo dos alongamentos não eram tão evidentes assim. Os resultados começaram a aparecer tímidos após uns três meses. Isso causava certo desconforto nesses atores sedentos por 'estar em forma'. Mas essa questão também era discutida e explicada: O intuito do trabalho de condicionamento motor não é a de preparar atores com capacidade de "colocar a perna na cabeça", mas atores com consciência da importância do trabalho corporal e dos exercícios de alongamento como compensatórios dos exercícios de força. A ação do músculo é se contrair, faz parte de sua natureza. No nosso dia-a-dia os músculos são requisitados para se contraírem, ou seja, para a força, raramente para o alongamento.

Finda esta primeira etapa - apresentação dos exercícios de condicionamento motor para artistas cênicos - iniciei a segunda etapa do trabalho que chamei de análise do repertório de movimento do ator. Foi nessa etapa que os problemas mais sérios apareceram, apresentando-se muito

mais relacionados à formação desses atores do que às suas dificuldades pessoais.

Iniciei essa etapa com um trabalho introdutório de percepção da relação espaço-temporal - exercício de subir e descer em diversas contagens -, e de desenvolvimento da observação - através do jogo de *telefone sem fio*³⁰ com movimentos.

O exercício de subir e descer, consistia em realizar o movimento de levantar e deitar, passando pelas posições: deitado, sentado, de cócoras e em pé. As contagens iam se modificando, acelerando o movimento. (32, 16, 8, 4, 2 e 1) Quando chegava na contagem de um tempo, o movimento se transformava praticamente em um salto do chão para a posição em pé, e depois numa queda para o chão.

Na brincadeira do telefone sem fio, eles próprios perceberam suas dificuldades em copiar o movimento do vizinho. Uns alegavam o fato de não saber 'o que olhar primeiro.'

Para começar o trabalho de análise do repertório de movimento dos atores parti do estudo da diferença entre ações e movimentos, seguindo o mesmo processo do curso realizado em Porto Alegre.

³⁰ O *Telefone sem fio* é uma brincadeira infantil. Os participantes fazem uma fila. Quem começa deve falar uma frase ou palavra no ouvido do vizinho. Este, por sua vez, deve falar o que ouviu no ouvido do outro, e assim por diante. O último da fila fala em voz alta para todos o que ouviu. O engraçado é que a frase dita no início se transforma completamente em outra no final a medida em que vai passando por cada um. Neste caso o que é passado adiante não é uma frase falada, mas um movimento.

Como o grupo era pequeno, onze formandos ao todo, não havia a necessidade de se dividir a turma, podendo todos trabalharem juntos na criação das ações e movimentos.

Havia uma expectativa muito grande em relação ao grupo, afinal estavam trabalhando o corpo desde janeiro e o progresso no que se refere à consciência corporal e demais noções era notório. Porém, não foi bem o que aconteceu.

"O que está acontecendo com estes atores? Solicito que façam uma ação e a codifiquem. Eles, completamente estáticos, movem o dedo até a orelha. Será que de tanto falar em postura, no apoio dos pés no chão, na musculatura abdominal, estes alunos são incapazes de se movimentarem? Têm medo de 'perder' a postura adquirida? Têm medo de 'sair' do eixo?"

(...) 'O que é ação para vocês?' Eles pensam para responder. 'Não quero respostas verbais, nem divagações teóricas. Quero que o corpo de vocês me diga: ISSO É UMA AÇÃO.' (...) Eles continuam imóveis."

"O que fazer?" (Diário de Bordo - 07-abril-93)

O problema foi discutido no LUME. Nossa primeira constatação era de que eles nunca se arriscavam. Podíamos ficar horas treinando, eles faziam tudo direitinho, e só. Faltava algo que não sabíamos o que era. Decidiu-se então que cada pesquisador do LUME iria assistir o trabalho do outro. Assim, durante uma semana nos revezamos assistindo o treino de todos.

No dia em que Burnier foi assistir meu trabalho com os formandos ele não se conteve em apenas assistir e entrevistou:

"Ferdinando, o que você está fazendo?"-perguntou dirigindo-se ao rapaz que acabara de mostrar sua ação.

'Matando um bicho, uma...barata' -respondeu

'Ah! - exclamou Burnier - é assim que você mata uma barata?'

'Não, eu não estou matando uma barata *de verdade*'

'Então, o que você está fazendo?-interroga mais um vez Burnier

'Estou *imitando* o ato de matar uma barata.'

'Ah, sim. Você está imitando... Então você não está agindo...'

'Sim estou. Estou matando uma barata de mentirinha' acrescentou Ferdinando

'Não, não está porcaria nenhuma. Quer ver só? Olha lá uma barata! Vai! Mata!'-
apontando para o chão logo atrás dele.

O aluno deu um pulo e bateu com força sua mão no chão sobre a *barata*.

'Você deixou escapar. Corre, pega! Olha ela lá' - Burnier aponta a outra extremidade da sala.

E com um outro salto Ferdinando bate a mão com mais força sobre a barata.

'Xi, -exclama Burnier- apareceu outra lá... e mais outra aqui, Mata!!!'

E o rapaz de um giro para um lado e de um salto para outro, jogou-se no chão e matou as baratas. Seu corpo foi respondendo prontamente a cada nova barata que aparecia.

Burnier olha para os demais alunos e diz:

'Vocês viram o Ferdinando matar a barata?'

Silêncio.

'Viram ou não viram?'- grita.

'Vimos' - respondem timidamente.

'Mas, havia alguma barata lá?'- questiona ainda.

'Não sei.' - responde uma. 'Está tudo confuso'

Burnier manda esta aluna ir lá *matar a barata* e o processo todo se reinicia. (Diário de Bordo, 12-abril-93)

Essa história da barata ficou conhecida no departamento todo. Os alunos faziam brincadeiras sobre o "teste da barata". Porém o que era interessante é que através dessa forma lúdica e descompromissada eles conseguiram compreender as entrelinhas: "para haver uma ação é necessário estar inteiro nela, se atirar nela".

Etienne Decroux, mímico francês, acreditava que só *há ação quando há o envolvimento da coluna*.³¹ A princípio discordava dessa afirmação, pois é possível realizar uma ação apenas com um dos meus membros, ou simplesmente com o direcionamento do olhar. Depois que vi a formanda "colocar o dedo na orelha" para indicar sua ação, compreendi o que Decroux queria dizer.

Sua afirmação não é literal, não se refere ao *deslocamento* da coluna para que a ação aconteça; mas ao *envolvimento* da coluna, do eixo do corpo, do seu centro. E *envolvimento* não é *deslocamento*, é simplesmente uma presença, um estar. O movimento deve partir do centro para ser uma ação. Deve ter uma alma, não só uma forma.

"(...) Burnier começou uma série de comentários sobre as 'pseudo-ações' que cada um havia feito, esmiuçando uma das primeiras relações entre ação e movimento, ao exemplificar:

'SAIA!' - batendo o pé ao mesmo tempo em que apontava a porta com o indicador.

Como o aluno não saiu...

'Saia já da sala! SAIA ! Fora!' caminhando em direção ao aluno e fazendo pequenos movimentos com a cabeça indicando a porta.

'Vocês viram?' - exclamou. ' A ação é a mesma - mandar embora. Os movimentos foram distintos'. - concluiu. (Diário de Bordo - 12-abril-93)

Não quis entrar em discussão, uma vez que não era o momento, mas seguramente as ações eram distintas. O verbo da ação era o mesmo: mandar sair - mas o como de cada ação era distinto.

³¹ Afirmação feita no decorrer do curso de mímica ministrado pelo prof. Burnier, no primeiro semestre de 87.

No primeiro, movimentos diretos: Manda sair, bate o pé e aponta a porta. Todos movimentos incisivos - socar (Laban). O movimento diz: FAÇA.

No segundo, não há movimento das mãos, há o deslocamento do corpo em direção à pessoa numa situação de enfrentamento. As mãos imóveis como se guardassem energia para um golpe vindouro. A cabeça, com pequenos "socares" repetitivos, expressando uma tensão. O movimento diz: FAÇA, SENÃO...

FAÇA. ≠ FAÇA, SENÃO...

FAÇA (ponto) é diferente de FAÇA (vírgula) SENÃO (reticências).

Portanto, não é a mesma ação. Alterou-se o movimento, logo se alterou a ação.

Mais tarde em discussão com Burnier ele afirmava que "posso ter vários movimentos para expressar uma mesma ação", pois "ação é o resultado de um impulso interno, que se manifesta através do movimento corporal, que resulta numa ação física". Então na situação acima, alteraram-se os movimentos das ações físicas (intenção tornada visível) mas a ação (intenção) continuou a mesma: mandar sair.

Detectei nesta nossa conversa que nossos léxicos são distintos. O que para mim, bailarina, chamo de ação, em sua conceitualização é ação física. Atores e bailarinos por vezes falam a mesma linguagem com vocabulários diferentes.

"Quando perguntei aos formandos o que diferenciava o movimento da ação eles responderam:

'Quando penso em fazer movimentos eu só faço, não penso. O movimento acontece sozinho. Quando vou fazer uma ação, há sempre uma estorinha por trás, um subtexto.'
(Ana Cris Colla)

'Quando penso em ação, penso em verbo' (Ana Elvira Wu)

'Quando faço movimento não trabalho com nenhuma imagem, quando faço uma ação, tenho que ter uma imagem, um objetivo' (Fábio Leirias)

'A ação é o movimento em plenitude' (Gabriel Nunes)³²

Questionei então: 'Segundo esta óptica apresentada por vocês, seria verdade afirmar então que *o ator é um fazedor de ações e o bailarino um fazedor de movimentos?*' (Diário de Bordo - 19 de março -93)

Essa questão referente a ação e movimento será retomada e aprofundada no próximo capítulo, quando forem apresentados o programa e a metodologia do curso Técnicas Corpóreas: Introdução.

³² Por autorização dos alunos autores destas afirmações dada a poesia contida em seus dizeres, seus nomes verdadeiros foram mantidos. Nos outros exemplos, por questões éticas, foram utilizados pseudônimos.

CAPÍTULO III - TÉCNICAS CORPÓREAS: INTRODUÇÃO

definição de uma técnica corpórea básica para a formação do ator

*"La connaissance et la pratique d'une géographie du
corps et de son enveloppe spatiale font partie intégrante de
la formation de l'acteur"*
(Larry Tremblay - *Le crâne des théâtres*)

Depois das duas experiências apresentadas anteriormente, com os alunos do Rio Grande do Sul e principalmente com os formandos em Interpretação Teatral, ficava evidente a importância do conteúdo que estava sendo apresentado. Isso se confirmou num apelo:

"Este trabalho a gente tinha que ter feito no primeiro ano e não no último ano de graduação, nessa altura do campeonato. Ele é um trabalho básico. Não faz sentido a gente estar estudando estruturas de movimento, fazendo análise de ação, descobrindo sobre o nosso corpo, sobre o tipo de movimento da gente, ... Nós deveríamos já estar além. Deveríamos ter *chegado* com isso para trabalhar com vocês e não o contrário. (Jésser Souza - reunião de avaliação- março-93)

O Departamento de Artes Cênicas, frente a proposta do Ano da Graduação instituído pela Reitoria, estava em fase de avaliação. Várias questões estavam sendo levantadas referentes ao currículo, à carga horária do curso, ao vestibular, à capacitação docente, etc., que resultou num primeiro estudo sobre alteração curricular.

Havia um consenso de que as disciplinas técnicas de voz e corpo deveriam ter carga horária maior. Dada a

impossibilidade imediata de se alterar o catálogo, criaram-se três disciplinas extra-curriculares³³ para servirem de reforço para as técnicas obrigatórias.

Isso aconteceu no primeiro e segundo semestres de 1993 para os alunos do primeiro ano da graduação em Interpretação Teatral do Departamento de Artes Cênicas. Dentre as disciplinas extra-curriculares incluídas, a **Técnicas Corpóreas: Introdução**, cujo programa apresento a seguir:

Programa do curso de TÉCNICAS CORPÓREAS: INTRODUÇÃO

Objetivo geral: instrumentalizar o ator para as demais técnicas corporais subseqüentes: dança, circo, mímica, expressão corporal, improvisação, etc.

Objetivos específicos: desenvolver a percepção espaço-corporal, a capacidade de observação e reprodução de gestos, estudo do corpo humano, análise do corpo em movimento, estudo rítmico.

Módulo I: o corpo do ator- estudo prático do corpo humano - estudo das estruturas ósseo-musculares

.o corpo no espaço: vocabulário espaço-corporal, estudo e utilização do espaço e sua relação dramática.-

.o corpo do ator está. Estudo da presença do ator.

Módulo II: estudo do movimento - o corpo do ator fala.

Módulo III: estudo das ações - o corpo do ator age - expressa.

³³Na UNICAMP os cursos são oferecidos de acordo com um sistema de créditos. O aluno deve completar um número x de créditos em três tipos de disciplinas: obrigatórias, eletivas e extra-curriculares. No curso de graduação em Artes Cênicas não há disciplinas eletivas, só as obrigatórias. Daí ser oferecida pelo departamento uma matéria extra-curricular. Como o curso transcorre apenas no período da tarde, uma das propostas era a inclusão de disciplinas extra-curriculares no período da manhã.

Para essa disciplina foi reestruturado o trabalho de condicionamento motor do Projeto Oficina do Movimento, de modo que fosse incluída uma atividade de percepção corporal e motora para os atores. Esse trabalho seria o conteúdo do primeiro módulo. Para o segundo e terceiro realizei uma adaptação do curso desenvolvido com os atores em Porto Alegre. Assim, ficou esboçado o presente esqueleto.

Na disciplina Técnicas Corpóreas Introdução, o primeiro contato que o indivíduo tem com o seu corpo em movimento parte de seu próprio repertório de movimento, sua maneira pessoal de se locomover, de se movimentar, ou seja, dos movimentos que está habituado a realizar constantemente.

aquecimento corporal

Iniciamos o curso pelo assunto aquecimento. São lançadas as perguntas: Por que as pessoas se aquecem antes de práticas corporais? Para que serve o aquecimento antes das atividades corporais? É sugerido que cada um inicie seu próprio processo de aquecimento. Durante a realização são analisados o tipo de atividades desenvolvidas.

As pessoas muitas vezes se aquecem sem saber realmente para que serve o aquecimento, ou que tipo de exercícios são aconselhados para o aquecimento.

Pude constatar o número excessivo de alunos que realizavam movimentos bruscos com o tronco no intuito de aquecer sua coluna, exercícios comumente praticados por jogadores de futebol entrando em campo: levantamento frontal da perna com torção da coluna em oposição. Outros que partiam de exercícios de alongamento profundo, como *spacatto*³⁴. Em ambos os casos correndo o risco de sofrerem lesões graves.

Outra constatação: a realização com freqüência de aquecimentos considerados "psicológicos", isto é, exercícios mentais reflexivos de auto-sugestionamento, sem o desenvolvimento de movimentos corporais. Por exemplo:

Deitados no chão, olhos fechados, relaxem. Deixem o seu corpo fluir... Sintam o peso de cada parte do seu corpo que toca o chão... e daí em diante. Esse tipo de trabalho tem um efeito relaxante e deve ser realizado ao final das aulas. Ele é importante para que os alunos sintam o que modificou em seus corpos depois de terem realizado uma série de experimentações, de movimentos. O problema é que alguns professores apresentam esse tipo de atividade como aquecimento e, após terem sugerido aos alunos para relaxarem, iniciam os laboratórios onde todos têm que correr, saltar, ficar sobre as mãos, etc. É neste preciso

³⁴*spacatto* - exercício de alongamento da musculatura posterior e interior da perna que consiste no total afastamento entre elas. Pode ser realizado de frente ou para os lados.

momento que acontecem as lesões físicas, pois um corpo relaxado perde seu reflexo, suas defesas.

Certa vez um aluno sofreu uma lesão séria no joelho durante uma aula de interpretação. Quando questionado ele afirmou que havia feito "uns dez minutos" de aquecimento antes de saltar. "Fiz tudo direitinho" - afirmou. "Deitei no chão, respirei fundo, pensei nas minhas articulações..." A culpa não é do rapaz, é da desinformação de alguns professores que sugerem aos alunos o relaxamento muscular como preparação da musculatura e das articulações, como aquecimento.

"A musculatura relaxada perde suas defesas. Para realizar ações, a musculatura deve estar tensa, preparada, pronta para."³⁵

Depois de verificar os tipos de aquecimentos apresentados, é solicitado a todos que, deitados no chão, espreguicem-se. É interessante observar como as pessoas reagem diante de tal solicitação. Espreguiçar é para ser feito em casa, não em público. Pelo menos é o que dita a boa educação. Bocejar também é considerado um ato desrespeitoso, pois é compreendido como desinteresse e cansaço. Porém espreguiçar é um ato que apresenta características interessantes para o indivíduo que tem este costume, pois isotonifica as musculaturas do corpo, ou seja, iso=igual, tônico=tônus, isto é, equilibra o tônus do corpo, relaxando

³⁵ afirmação feita em aula por José Antonio Lima - anotações de curso, set 86.

regiões musculares tensas e tonificando grupamentos ou regiões musculares muito relaxadas. Segundo Gerda Alexander, pesquisadora do movimento que criou a eutonia, o tônus é definido como "a atividade de um músculo em repouso aparente"³⁶. Logo, pode-se deduzir que o músculo está sempre em atividade mesmo que não ocorra movimento.

O bocejo é compreendido como o espreguiçar da musculatura do rosto. Assim, espreguiçar e bocejar não só é salutar como necessário e deve ser realizado toda a vez que o corpo solicita.

Os animais sempre que vão alterar suas posições, espreguiçam-se. Se observarmos os animais domésticos, como os cães de estimação, por exemplo, percebemos que todas as vezes que se levantam, mesmo que seja para avançar em algum estranho que tocou a campainha, o cão corre para latir mas não deixa de se espreguiçar.

Como cada corpo apresenta características próprias e cada indivíduo chega em sala de aula, ou de trabalho com histórias bem específicas é necessário oferecer uma atividade que "equilibre as energias" do grupo. Para uns a aula é o primeiro trabalho corporal do dia; para outros já é a segunda atividade. Uns vieram para a aula de ônibus, outros de carro, e há os que vieram de bicicleta ou a pé, ou seja, cada aluno se apresenta no início da aula com um tônus

³⁶ Gerda Alexander. *Eutonia*, São Paulo, Martins Fontes, 1979; p.12.

específico determinado pela atividade realizada anteriormente.

O espreguiçar é importante antes do início das atividades físicas de sala de trabalho porque é através dessa ação que se criará uma unidade tanto no corpo do indivíduo (isotonia) como no grupo. Poderíamos até dizer que o espreguiçar é o *aquecimento do aquecimento*, onde os que estão afobados relaxam e os sonados despertam.

Espreguiçar consiste numa série de movimentos contínuos, lentos, fortes e sustentados. Os membros (braços e pernas) movimentam-se para fora e longe do centro, buscando sua máxima extensão. O mesmo acontece com a coluna que se flexiona, estende e torce.

É nesse momento do espreguiçar que o indivíduo toma o primeiro contato com o seu corpo em situação de trabalho corporal. Será então nesse momento que se iniciará o processo de concentração estando atento ao que seu corpo tem a dizer: as pequenas dores localizadas, algumas tensões, etc.

Após o espreguiçar o corpo apresenta um tônus mais alerta, mais vivo, que é o adequado para a atividade.

Ao se iniciar o processo de aquecimento propriamente dito o indivíduo deve estar atento a algumas condições: clima do dia (calor, frio), horário do trabalho (manhã-

primeira ou segunda atividade do dia; tarde - após o almoço; à noite), tipo de atividade corporal que se realizará a seguir (saltos, quedas, giros, exercícios de sustentação, equilíbrio, etc.), assim como levar em conta as especificidades corporais apresentadas por cada indivíduo (corpo flexível, hipotônico, gordo, alto, etc.).

Em dias muito quentes as atividades de aquecimento devem ser mais leves, uma vez que o corpo já está aquecido. Em dias frios, deve-se atentar para movimentos mais dinâmicos, que aquecem mais rapidamente e focalizar as articulações das extremidades: pés e mãos.

Quando a atividade é realizada pela manhã, se logo cedo, deve-se optar por algo mais leve, para ir "acordando" o corpo paulatinamente, se já é a segunda atividade, o corpo já está seguro, podendo dar um aquecimento mais rápido. Se a atividade for logo após o almoço, atentar para não realizar movimentos de giros amplos com a cabeça, nem exercícios muito rápidos, o que poderia propiciar enjôos.

Se o trabalho do dia enfoca acrobacia, devem ser trabalhadas as articulações do pulso, tornozelos e joelhos, além, é claro, de um bom aquecimento da coluna. Todo trabalho que sugerir saltos, pequenos ou grandes, deve-se enfatizar os movimentos de rotação das articulações dos pés-

tornozelos, que são as que mais sofrem com o impacto do salto.

Todas estas colocações parecem óbvias, e deveriam ser, porém constatamos que até mesmo indivíduos com formação em dança desconheciam essas regras básicas, realizando seus aquecimentos por pura tradição. Uns admitem que sentem uma "necessidade física" de fazê-lo - "meu corpo pede"- afirmam. Porém, o que oferecem ao corpo nem sempre era exatamente o que ele estava precisando.

A apresentação sobre o como e porquê fazer aquecimento antes das práticas corporais se dá nos primeiros encontros, porém o assunto continua como tópico da disciplina durante o decorrer do curso. As explanações se desenvolveram através da proposta de que a cada dia um aluno sugira um tipo específico de aquecimento seguido de discussão sobre este.

módulo I: o corpo do ator

Parti, em seguida, para o primeiro módulo do curso: estudo do corpo humano.

Este estudo se faz através de atividades coordenadas onde os estudantes vão experimentando movimentos e descobrindo o que são capazes ou não de realizar. Descobrimos ou redescobrimos que o corpo é formado por

ossos, músculos, ligamentos, articulações, regiões duras e regiões moles, ossos longos e ossos chatos, que possui diversos tipos de articulações, e que são as articulações que possibilitam o movimento.

A partir da exploração individual, onde são executados os movimentos pertencentes ao repertório de cada um, passa-se à exploração do movimento do outro, ou seja, observa-se o que o outro está fazendo e tenta-se imita-lo.

"A execução de movimentos criados por outras pessoas permite descobrir dificuldades que não se conheciam, já que cada um oculta inconscientemente suas maiores fraquezas nos seus próprios estudos de movimentos."³⁷

Neste processo, são percebidas as limitações pessoais, e as diferenças existentes de um corpo para outro. O movimento de flexão da coluna que um realiza com facilidade, pode representar na dificuldade de outro, assim como a elevação de perna de outro representa um problema para o primeiro, e assim por diante. Nessa atividade é desenvolvida também a capacidade de observação e imitação de movimentos.

O corpo, para este módulo, é segmentado de forma didática. Estudamos a coluna, a cintura pélvica e a cintura escapular. Mais especificamente: o tronco (coluna e cabeça); os membros inferiores (pernas e pés) e os membros superiores (braços e mãos).

³⁷ Gerda Alexander, op.cit. ; p. 42

É dado um enfoque muito especial à coluna vertebral, uma vez que os maiores problemas que aparecem referem-se a esta região específica.

O material utilizado para as exposições sobre o corpo humano é um esqueleto desmontado, isto é, com ossos soltos, onde é possível tocar cada osso, montar, encaixar e desencaixar articulações, comparar tamanhos e formas, apalpar, etc.

Primeiro há o toque no próprio corpo. O indivíduo se toca, apalpa-se. Depois há o toque no outro, levando-se em conta a preparação para que esse tocar aconteça tranquilamente, ou seja, sem criar resistências³⁸. O aluno toca o companheiro, tenta identificar o que há numa saliência, numa região mole, numa concavidade, etc. Depois, com os ossos nas mãos, fica-se imaginando a musculatura ao redor, sua densidade, tamanho, extensão. Posiciona-se os ossos em várias atitudes, comparando-as com a postura de um indivíduo ao lado.

Nesse estudo sobre o corpo humano, algumas desmitificações são feitas. Cabe ressaltar que os alunos que chegam ao curso de interpretação teatral hoje, assim como aos demais cursos da universidade, são frutos de uma *geração saúde*, do *culto ao corpo* dos anos 80. Esse modismo criou dois extremos de atitudes:

³⁸vide capítulo I - p.16

De um lado indivíduos que não respeitam seus limites, que exageram nos exercícios físicos, que praticam toda e qualquer atividade da moda com o intuito de estar em forma, estar bem, enfim, "ter saúde".

No outro extremo encontramos indivíduos insuflados por um "orientalismo zen", que implica numa exagerada preocupação com o corpo, que acaba por coloca-lo numa redoma de vidro, impedindo-o de realizar qualquer atividade física, para não correr riscos de se machucar.

Embora com respostas opostas - excesso ou ausência de atividades corporais - percebi em ambos os casos uma total desinformação que leva à alienação.

Durante as aulas combatia esses dois tipos de comportamento, buscando sempre exemplificar, propor que eles próprios vivenciassem diversas situações, até encontrarem suas verdades.

Quando apresentado nesse primeiro módulo o estudo do corpo humano a partir da análise do próprio corpo, um dos primeiros *dogmas* do culto ao corpo é quebrado: não existe um corpo modelo, um padrão perfeito que deve ser alcançado ou seguido. Cada indivíduo tem um corpo que é fruto de sua história (genética e de vida), de seu meio, sua educação, sua situação social, o clima da região onde vive, e outros

fatores que influenciam o modo de ser e de se movimentar de cada um.

Não há um modelo externo de um corpo ideal. Há um padrão de comportamento postural, não enquanto forma, mas enquanto conhecimento desta estrutura corporal, consciência das possibilidades de cada articulação, de cada musculatura, de cada indivíduo.

Outro dogma colocado em cheque: "para se realizar movimento é necessário estar relaxado". Este pensamento, na verdade, é anterior a esta geração. Aflorou na década de 70 no auge do surgimento da anti-ginástica e das técnicas corporais chamadas alternativas.

"Estar em pé é estar vencendo a força da gravidade". - afirmava em aula.

Fique em pé e pense nessa afirmação. Perceba quantas musculaturas tiveram que ser ativadas para proporcionar esta façanha: **estar em pé**. E para permanecer nesta posição por mais tempo, quantas outras ações musculares não são necessárias? Relaxe uma perna e veja o que acontece com o resto do corpo. Ele pende, desmorona para o lado. Se você relaxar as duas pernas juntas, você cairá no chão. Duas conclusões: 1- Estar em pé, mesmo estando parado, é estar realizando movimento. Logo, há movimento mesmo quando não há deslocamento do corpo no espaço. 2- Se estar em pé é estar realizando movimento, e para estar em pé preciso que a

musculatura de minhas pernas se contraíam, não se realiza movimentos estando relaxado.

Esta crença de que se deve estar relaxado para se realizar movimentos parte de um pressuposto equivocado. Acredita-se que estando relaxado, o corpo economiza energia, ou seja, gasta menos. No entanto o que ocorre é exatamente o oposto.

"É preciso mais energia para movimentar um corpo mole e relaxado do que outro tenso e tonificado"³⁹

Outro fator que alimenta essa crença é o fato de tensão ser entendida por força exagerada da musculatura. Isso, claro, não é salutar. Todo excesso é prejudicial. A contração excessiva de uma determinada musculatura implica no travamento das articulações correspondentes e consequentemente na não fluidez do movimento.

No entanto, isso não justifica o pensamento da importância de se relaxar. O indivíduo deve ter um tônus adequado para a atividade que irá desenvolver, ou seja, mais tenso para a realização do movimento e mais relaxado para o descanso.

Para melhor visualizar essa questão, vamos recuperar o exemplo acima: Estando em pé, se você contrair exageradamente a musculatura de suas pernas, experimente, você não sairá do lugar. Pois a contração excessiva impede o

³⁹ Gerda Alexander. op.cit.; p12

movimento de deslocamento espacial, embora haja, como vimos anteriormente, movimento. Este pode ser chamado de movimento estático. Não há deslocamento espacial embora haja uma vibração que produz um "estar" diferenciado do "estar em pé" do dia-a-dia. Ninguém fica em pé com uma tensão exagerada das pernas, apenas com a tensão necessária para a permanência nessa postura.

Outra crença amplamente difundida é que o esqueleto, isto é, nossa estrutura óssea se sustenta sozinha, "basta estar perfeitamente alinhada".

Se tentarmos colocar um esqueleto -destes de laboratórios de anatomia- em pé, perceberemos que, se não fossem os arames, barbantes, borrachas e presilhas, os ossos não permaneceriam nem um segundo alinhados. Logo, afirmar que a estrutura se sustenta sozinha é desconhecer a ação da musculatura, dos ligamentos, dos tendões, etc.

A musculatura, sem a estrutura óssea, também não tem função. Assim, ossos, ligamentos e músculos não podem ser pensados sozinhos. Cada qual tem sua função independente, mas ao mesmo tempo dependem da ação dos demais.

O trabalho de conscientização corporal não se esgota neste primeiro módulo. As oportunidades de estarmos fazendo descobertas são constantes durante o curso. Cada situação

suscita uma movimentação diferente, que, por sua vez, implica na utilização de partes diferentes do corpo.

Após esta primeira etapa de vivências corporais, onde o indivíduo aguça os seus sentidos para uma maior consciência de seu corpo, colocamos este corpo no espaço, apresentando a segunda noção: o corpo do ator está.

A obra de arte cênica tem um período de preparação dividido em quatro momentos distintos: 1º- treino técnico; 2º- criação da obra; 3º- ensaios (em sala de trabalho e no espaço cênico) e 4º- apresentação pública.

O bailarino, desde a primeira etapa *treino técnico* desenvolve o conceito espacial. Esse continua na *criação da obra*, nos *ensaios* e culmina na *apresentação*. Isso devido ao fato do estudo e treino ser feito em frente a um espelho, onde desenvolve a noção de que é um corpo visto, porque ele se vê. Daí decorre sua preocupação estética, que quando exagerada vira narcisismo. O bailarino sempre dançará para alguém. Na frente do espelho ele analisa as formas, procura a harmonia das linhas, aguçando seu senso estético. O bailarino procura ser seu primeiro espectador.

A presença do espelho em sala contribui para a assimilação do conceito espacial: a frente da sala costuma ser a parede do espelho (que por sua vez é colocado na

lateral mais ampla)⁴⁰, e a partir desta, definem-se o fundo, as laterais, as diagonais, o centro.

O ator também passa por esses momentos de preparação da obra, do treino técnico à apresentação pública; no entanto, o mundo do ator em formação faz uma viagem diferente. O ator adentra o seu próprio ser, busca encontrar sua essência, seu mais íntimo. São horas e horas de laboratórios no intuito de recuperar sensações, lembranças. As salas de trabalho de atores raramente têm espelhos, e quando têm são utilizados apenas em determinadas situações, permanecendo a maior parte do tempo atrás de cortinas fechadas. Raramente se define uma única frente para os atores. Durante os laboratórios cada um se posiciona aleatoriamente na sala. Assim, o trabalho com conceito espacial acontecerá apenas na terceira, ou seja, no momento do ensaio da obra em cena.

Na disciplina Técnicas Corpóreas: Introdução, o trabalho espacial com os atores passa primeiro por um momento de exploração e identificação do espaço. Sempre que um aluno vai apresentar algum movimento criado, ele se dirige a um local anteriormente delimitado como "espaço cênico". Os demais alunos - sua platéia - também tomam seus

⁴⁰ vide Capítulo I, p.27

lugares. A partir daí, o ator se instala, apresenta sua posição inicial e realiza sua sequência.

Saliento a importância da disciplina e de se chegar a esse espaço cênico com uma *presença diferenciada*. Não é mais Fulano ou Sicrano que se dirige até a cena. É a personagem, o ator-bailarino, a criação.

Este estudo é aprofundado mais tarde, quando, no próximo módulo de análise sobre o movimento e a ação, os atores trabalharão na criação e codificação de sequências. E a partir dessas, o estudo do espaço será mais detalhado.

Neste preâmbulo, no entanto, o ator já percebe a importância de se chegar -e estar- nesse espaço de outra forma, no mínimo, com um tônus diferenciado.

Muitos atores e diretores teatrais referem-se à presença cênica como o trabalho de oposições. O simples "estar de pé", como vimos acima, já representa essa oposição. O ator precisa, no entanto, ter consciência dela.

Muitas vezes ao se tentar mostrar essa "presença", o ator expande o peito, dilata o abdômen, sem no entanto se embasar na essência, que é o trabalho da *oposição*.

Ao ler estas palavras, estando sentado, experimente se soltar para o chão. Seu corpo fica largado, passando a sensação de que está mais pesado, - não há trabalho de oposição. Agora, procure se expandir. Perceba que para que a

expansão aconteça você irá precisar de seus apoios, ou seja, pés contra o chão e quadril contra a cadeira. Você perceberá que é necessário exercer uma pressão maior contra esses apoios. Ao exercer esta pressão você estará criando uma oposição. Há uma contra-ação acontecendo para que a ação aconteça. Você quer se expandir para o ar, para fora e para isso busca o chão, pressiona. Ao pressionar seus apoios contra o chão você sentirá uma alteração no tônus de seu corpo, e perceberá a presença de uma energia, de uma vida, de uma tensão, isso é a oposição – o caminho para a presença cênica.

"Todas as tradições teatrais que elaboram normas para o comportamento dinâmico do ator - o que chamamos codificação -, têm como meta sobrepujar o natural, o espontâneo e, portanto, o automatismo. Construir uma nova tonicidade muscular: um 'corpo dilatado'. Todas as tradições partem do mesmo princípio - uma deformação do natural que desemboca nos diferentes resultados, o que denominamos estilos."⁴¹

Eugenio Barba afirma que todas as técnicas buscam sobrepujar o natural, a *técnica cotidiana*, criando uma nova tonicidade, o que a antropologia teatral denomina de *técnica extra-cotidiana*. No ballet clássico, por exemplo, o bailarino se posiciona com os pés abertos, *en dehors*⁴². No Kathakali, os dançarinos se locomovem retirando o dedão do chão e pisando sobre as bordas externas da planta do pé. Na mímica, o peso do corpo sempre está fora do ponto de apoio

⁴¹ Eugenio Barba. *Além das Ehas Flutuantes*, Campinas e São Paulo, Unicamp e Hucitec, 1991; p.94

⁴² *en dehors* - movimento de rotação para fora. Vide Capítulo I, p26

real, criando a ilusão de empurrar, flutuar, etc. Em todas essas técnicas, a criação da codificação quebra o automatismo, como afirma Barba, porém cria outro.

Desta forma não existe um fazer "extra-cotidiano", pois todas as técnicas criam um novo condicionamento, um novo automatismo, que passa a ser o "cotidiano" do ator ou do bailarino, pois esses novos automatismos acompanham o indivíduo em qualquer situação que ele se encontre.

O que se modifica nesta relação é a capacidade do ator e do bailarino que adquiriu uma técnica, de ter domínio do movimento, domínio do tônus muscular. Assim ele pode se utilizar desta técnica sempre que necessitar, pois, mesmo sem pensar, ela já está ali. É um automatismo, um condicionamento.

"(...) a função tônica tem a propriedade de regular a atividade permanente do músculo, que condiciona nossa postura e faz com que a musculatura esteja preparada para responder rapidamente às múltiplas solicitações da vida.

Por isso é tão importante adquirir o maior domínio possível do tônus, do qual depende todo o comportamento." ⁴³

As técnicas buscam uma nova tonicidade muscular alterando o fazer cotidiano, enquanto uma maneira objetiva de conseguir a atenção para o corpo, e conseqüentemente, a alteração da tonicidade. É mais fácil ouvir e sentir um corpo numa posição inusitada do que tentar percebê-lo em situações do dia a dia. Andamos sempre sobre nossos pés, e

⁴³ Gerda Alexander. op.cit.; p.12

só percebemos nossa maneira de pisar quando os pés doem após uma longa caminhada. Ou só nos damos conta de como utilizamos nossa mão direita (ou esquerda, no caso do canhoto), quando, por algum problema, vemo-nos impedidos de utiliza-la. Ao tentar utilizar a outra mão, a falta de hábito, de automatismo, cria uma atenção especial para esse membro, até que um novo automatismo se instale e novamente não percebamos o seu fazer.

"O que chamamos de espontaneidade não são mais do que reflexos condicionados, reações que realizamos sem nos darmos conta (...) automatismos que nos atam e dos quais não podemos nos livrar"⁴⁴

Os automatismos, segundo José Antonio Lima, não atam mas socorrem o indivíduo no seu fazer cotidiano, de cultura, de sociedade.

"O aprendizado motor do indivíduo se dá passando do movimento reflexo para o movimento voluntário e daí para o automático quando não é mais intermediado pela razão e é sustentado pelos reflexos adquiridos. Sem esse tipo de procedimento seríamos todos geléias musculares ou atetóides e isto seria "espontaneidade" sim, em toda a sua verdade. Esses automatismos não nos atam, mas socorrem, auxiliam. (...) Em verdade nós somos esses automatismos transformados em movimento visual."⁴⁵

Concluo este terceiro tópico - estudo da presença do ator, salientando o quão importante é para o artista o desenvolvimento da consciência e domínio sobre seu corpo, seu movimento, seu tônus, deixando claro que isso só se consegue através da vivência de uma técnica. A técnica que condiciona, que cria automatismos.

⁴⁴ Eugenio Barba, op. cit., p.95

⁴⁵ Afirmação de José Antonio Lima em discussão em sala de trabalho, abril 91.

módulo II: estudo das ações

Para este segundo módulo estava previsto o estudo do movimento. No entanto, com o desenvolvimento do curso, detectei que para esse grupo em específico seria mais salutar iniciar o presente trabalho de análise de movimento e ação a partir das ações, uma vez que esse conceito já estava sendo trabalhado em outra disciplina do curso.

Vários teóricos e estudiosos do movimento sistematizaram o movimento corporal do homem. Dentre eles temos Jean Noverre, François Delsarte, Emile Dalcroze, mas foi Rudolf von Laban, um húngaro radicado na Inglaterra, quem mais se aprofundou.

Laban criou um método e uma terminologia para a análise do movimento humano a partir de observações sobre o comportamento corporal em várias situações e culturas: lutas, ações cotidianas dos homens na rua, relacionamento entre mãe e filho, o homem no trabalho, os soldados em preparação para a guerra, os homens em rituais, etc. Essas observações foram realizadas em diversos países, uma vez que, filho de oficial do exército austro-húngaro, acompanhava seu pai nos diversos postos que ocupou, na Alemanha, na ex-Tchecoslováquia, no Norte da África e depois na Inglaterra, onde se estabeleceu. Suas pesquisas se iniciaram no começo do século XX, e seguem até hoje nos Centros de Pesquisa sobre a Arte do Movimento por ele fundados.

Seu sistema de notação em dança e movimento é conhecido por Labanotation. Esse sistema é um dos mais utilizados para o registro de coreografias na Europa e Estados Unidos. Seu trabalho é utilizado também em diversas aplicações: educação, psicologia, terapêutica, medicina, teatro e dança.

Laban constatou que todo e qualquer movimento corporal era composto por quatro fatores simultâneos. Estes fatores são: força, tempo, espaço e fluência. Cada um desses fatores apresenta gradações que variam entre dois pólos extremos. Assim temos força ou peso (forte e fraco), tempo (rápido e lento), espaço (direto e indireto) e fluência (livre e controlada). As nossas emoções e demais sensações manifestadas pelo corpo são resultados das combinações entre as variantes dos fatores que resultam nas chamadas **dinâmicas** (socar, pontuar, flutuar, deslizar, sacudir, chicotear, pressionar e torcer).

Para o presente módulo, serão aplicadas apenas as noções sobre os fatores de movimento: espaço, tempo, peso e fluência; não sendo trabalhadas as dinâmicas.

A proposta se inicia solicitando aos alunos que busquem ações no seu cotidiano que sejam executadas com a maior utilização do espaço.

Diferentemente de como foi aplicado no curso em Porto Alegre e com os alunos formandos, divide-se o espaço

em níveis e solicita-se um movimento em cada nível: alto, médio e baixo.

Se imaginarmos um indivíduo em pé, vemos duas extremidades: a do topo da cabeça e a da sola dos pés. Assim temos o nível alto, que corresponde ao espaço circundante e acima da cabeça; o nível médio, ao redor da cintura, no meio do corpo, entre o alto e o baixo; e o baixo, que corresponde ao espaço próximo ao chão. Dizemos, então, que um corpo está descendo quando esse se movimenta em direção ao chão e aos pés, e subindo quando parte do chão para a direção da cabeça e ao alto.

Exemplo de ações cotidianas nos diversos níveis:

Pegar os sapatos debaixo da cama (baixo)

Lavar o rosto na pia (médio)

Pendurar roupa no varal (alto)

A repetição seguida desses movimentos leva a sua sistematização e codificação e será a partir destas três ações, *abaixar* para pegar os sapatos, *flexionar-se* para frente para lavar o rosto e *estender-se* todo para pendurar a roupa, que chamaremos de "matriz", que o curso se desenvolverá.

primeira etapa

Chegar à perfeição da execução das matrizes 1, 2 e 3. Isso se dará através de sua repetição, de seu treino, estando atento para reproduzir com precisão a sua forma, seu

deslocamento no espaço, o seu ritmo, a sua intensidade de força.

Esse trabalho é individual onde cada ator tenta desenvolver a sua própria metodologia para a sistematização de suas ações. Uns optam por pegar só o movimento dos braços, para depois estudar o deslocamento no espaço. Já outros trabalham primeiro o deslocamento para depois pegar os detalhes de cabeça e mãos. Não interfiro nesse momento, pois cada um deve descobrir a sua forma pessoal de decorar a própria criação.

Nessa etapa é definida a matéria prima que será utilizada para as demais etapas. Assim, todas as alterações solicitadas têm o mesmo ponto de partida: a matriz.

segunda etapa

A partir da matriz alterar apenas um fator que compõe o movimento: **TEMPO**.

Início o estudo pela alteração desse fator por ser o que apresenta maior facilidade de compreensão e assimilação. Raramente aparecem dúvidas quanto ao como modificar o tempo da matriz.

A alteração pode se dar das seguintes formas: acelerar o movimento - executando-o mais rápido; ralenta-lo - tornando-o lento ou acrescentar uma pausa no meio do movimento.

Codifica-se a seqüência com essa modificação - que chamaremos de seqüência 1-A, 2-A e 3-A, respectivamente.

terceira etapa

Alterar outro fator, a Força ou PESO. Codificar a sequência com essa modificação - que chamaremos de sequências 1-B, 2-B e 3-B.

Peso é entendido como a quantidade de força empregada para responder a determinado estímulo, ou seja, intenção. Assim, pode-se dizer que um movimento é forte ou fraco. Forte quando a força empregada para realizar a movimentação é muita. E fraca, quando essa força parece inexistente.

Para melhor visualizar, dizemos que o Kung-Fu apresenta peso forte e o Tai-Chi-Chuam peso leve.

Ao apresentar esse fator, no entanto, surgem algumas confusões. Quando se fala peso vem à mente a imagem de algo pesado e não da intenção- forte ou fraco. Assim, uns não alteram a quantidade de energia empregada, mas mimetizam sua ação movimentando-se como se suportassem um peso enorme nas costas, por vezes até fazendo caretas.

Outro problema é quando a ação em si já possui um peso muito característico, que, se não empregado de forma plena, impede o acontecimento da ação. Por exemplo, saltar. A ação *saltar* possui uma intenção bem definida, que, se não empregada de forma plena, o salto não ocorre, ou seja, não há a ação. Assim, a alteração do fator peso nessa ação levaria à sua total descaracterização. No entanto, quando esse problema apareceu no grupo, resultou muito mais como um exemplo interessante, do que como uma problemática em si.

Ele serviu para ilustrar duas coisas: a primeira de que cada ação, cada movimento tem seu peso específico. E a segunda de que a alteração desse fator, altera a ação, criando outra. Isso ficou perceptível.

quarta etapa

Alterar o fator **ESPAÇO**. Codifica-se essas alterações que chamaremos de seqüências 1-C, 2-C e 3-C.

Segundo Laban, todo e qualquer corpo é circundado por espaço, no entanto há várias definições. Há um espaço, dentro do corpo que é chamado espaço interno. Há um outro espaço próximo ao corpo, visto anteriormente, que chamamos de kinesfera. Um terceiro espaço, de relacionamento com as kinesferas de outras pessoas, que é o espaço social. E um quarto espaço, que é chamado de espaço geral.

Há ainda a divisão espacial em planos e níveis⁴⁶, onde a referência não é mais o corpo do indivíduo, e sim as três dimensões: altura, largura e profundidade. Assim temos o plano da porta (altura e largura), da mesa (largura e profundidade) e da roda (altura e profundidade).

No entanto, não trabalharemos sobre esses conceitos espaciais apresentados por Laban, embora utilize suas divisões em níveis como premissa para que os atores criem ações bem distintas umas das outras.

O cerne deste trabalho não é constatar de quantas formas distintas posso colocar meu corpo no espaço, mas o

⁴⁶ A divisão dos níveis foi exposta na pag. 87

quanto essas modificações alteram a leitura e interpretação do meu fazer, de minha ação.

Para tal propósito, seguiremos outro tipo de análise:

A questão da utilização do espaço cênico não é nova. O estudo da sua simbologia, de sua força dramática é desenvolvida por vários teatrólogos e diretores. Mas foram os coreógrafos que mais se aprofundaram na questão, uma vez que o espaço é tido como um dos materiais mais importantes para a criação em dança.

"O espaço é o material do dançarino, assim como o som é do músico, a pedra ou a argila do escultor."⁴⁷

Doris Humphrey, bailarina norte-americana e uma das maiores coreógrafas de sua época, escreveu um livro intitulado *The art of making dances*, que é considerado por diretores e coreógrafos contemporâneos um tratado sobre a criação coreográfica. Nesse livro Humphrey analisa e estuda a utilização do espaço cênico e a sua simbologia dramática. Embora escrito para dança, sua análise contribui para o trabalho do ator.

Para Humphrey, uma mesma cena ou movimento pode adquirir sentidos completamente opostos dependendo de sua localização no espaço: centro do palco, cantos, fundo, frente, laterais; e a posição do ator ou bailarino nesse

⁴⁷ Jacqueline Robinson no original: "L'espace est le matériau du danseur, tout comme le son est celui du musicien, la pierre ou l'argile celui du sculpteur". Op. cit.; p. 49, trad. do autor.

espaço: de frente, de lado, de costas; e sua atitude: atravessando, avançando, retrocedendo, etc.

Humphrey analisa essas diferenças pegando como exemplo uma movimentação simples: *caminhar para a frente*.

Quando o bailarino parte da coxa superior e caminha em diagonal para o proscênio, ele atravessa o palco passando por regiões fortes e fracas. Os cantos referentes às coxas superiores e inferiores (vide fig 7) apresentam verticais fortes da cena, pois ao percebermos o palco em sua tridimensão, esses cantos coincidem com a junção entre fundo e laterais e com a sustentação da caixa cênica. O mesmo não ocorre com as entradas referentes às coxas laterais, cuja localização não coincide com nenhuma intersecção. Quando o bailarino atinge o centro do palco, alcança o clímax da cena. As regiões entre o centro e as verticais são consideradas regiões fracas. À medida que o bailarino vai se aproximando da vertical do proscênio, recupera sua força:

"Sua vertical (do canto inferior) é remanescente do ponto de partida. É outro lar, não tão forte mas familiar, ou é a entrada de uma tumba? A figura desaparece, cortada fora como por uma facada pela última vertical engolidora. Um simples caminhar, mas quão dramático e pulsante em todas suas aplicações! (...) Quando alcança a saída, onde está perto de nós, estamos preocupados com ele. Ele não é mais uma abstração mas um ser humano próximo."⁴⁸

⁴⁸ Doris Humphrey no original: "(...)Its vertical is reminiscent of the original departure. It is perhaps another home, not so strong but familiar, or is it the entrance to a tomb? The figure vanishes, cut off like a knife thrust by the final engulfing vertical. Just a simple walk, but how dramatic and pulsating in all its applications! (...) As he reaches the exit, where he is close to us, we are concerned about him. He is no longer an abstraction but a fellow human being." *The art of making dances*, Grove, New York, 1988, p.77.

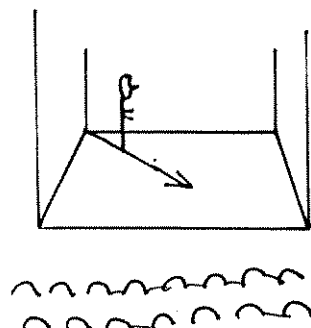


fig.7

Neste trabalho o objetivo é fazer o aluno experimentar e constatar, através de sua vivência e da observação do trabalho dos colegas, as diferenças, por vezes sutis, que existem ao realizar uma mesma ação em diversas posições no espaço.

Embora aparentemente simples, a alteração desse fator gera sempre dúvidas. Ao se tentar alterar o espaço, altera-se muitas vezes a forma da ação. Para nosso estudo a forma se apresenta na posição inicial e final, sendo então permitida a alteração no trajeto entre estes dois pontos, que se resumem em espaço direto e indireto.

Na nossa sociedade ocidental, onde se lê da esquerda para a direita, entrar no palco no sentido contrário ao da leitura causa um impacto. Esse impacto é ainda maior quando, além de seguir o sentido contrário ao da leitura, enfrenta-se a platéia, descendo o palco em diagonal. (vide fig.8) Sendo considerada a diagonal de maior força. Nas variações⁴⁹ dos grandes ballets clássicos, os bailarinos entram em cena pela diagonal mais forte. Essa entrada cria um clima de

⁴⁹ *variação* - nomenclatura utilizada em dança que designa a parte da coreografia ou *pass-de-deux* onde o casal solista executa os passos de maior complexidade técnica.

expectativa, causa um impacto. A força está nesta contração. Agir contrário ao habitual.

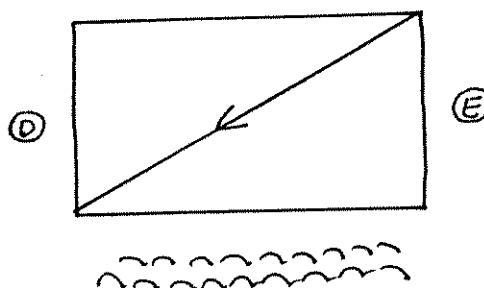


fig. 8

Apesar de toda a evolução tecnológica, dos avanços dos recursos cênicos, da iluminação computadorizada, dos palcos móveis, dos efeitos especiais, o espaço cênico continua com as mesmas características, delimitações e simbologias da época de seu surgimento.

quinta etapa

Encontrar movimentos de ligação entre 1, 2 e 3 para que as três pequenas seqüências se tornem uma única seqüência. Movimentos de ligação, como o próprio nome já diz, implica nos movimentos utilizados para unir o ponto final de uma seqüência ao ponto inicial da próxima⁵⁰. Esse movimento de ligação não é aleatório. Ele tem um objetivo preciso: Partir de A para chegar a B, no entanto deve ser codificado, por mais simples que seja.

Assim teremos:

Matriz = 1 + 2 + 3

seq. A = 1-A + 2-A + 3-A

⁵⁰ vide Capítulo II, p.50

seq. B = 1-B + 2-B + 3-B

seq. C = 1-C + 2-C + 3-C

Durante o curso surgiu uma questão: Como desenvolver a curto prazo a capacidade de observação? Como saber se a observação está sendo desenvolvida?

Foi solicitado aos alunos então, que trouxessem para as aulas um caderno brochura de capa dura para anotarem suas observações sobre a aula, o tema trabalhado, suas descobertas, etc. Sempre eram oferecidos os quinze minutos finais da aula para que os alunos adquirissem o hábito da escrita. Esse trabalho tinha por finalidade desenvolver a capacidade de observação e notação dos atores.

"Por vezes me acho extremamente *professora primária*- no bom sentido - quando exijo que o caderno seja brochura e não espiral, para evitar que folhas sejam arrancadas inutilmente, ou que sejam passadas a limpo - Diário não se passa a limpo! Quando exijo que escrevam sempre nos quinze minutos destinados a isso ao final de cada aula e não em casa - para não correrem o risco de, ao saírem da sala, perderem ou esquecerem todas as sensações que tiveram durante o trabalho, etc. (...) Mas ao mesmo tempo que me sinto meio *professora primária*, tenho certeza de que este é o caminho. Precisamos recuperar valores! Precisamos desenvolver a disciplina. Não há arte se não há disciplina. (Diário de Bordo -07- maio -93)

Esse trabalho se estendeu à notação das observações feitas sobre as seqüências apresentadas por cada um ao final de cada etapa. Os alunos se posicionam em semi-círculo e com os diários em mãos, tecem seus comentários sobre o trabalho que o colega apresentou. Foi criada uma dinâmica, onde cada ator por sua vez se dirigia ao espaço cênico, mostrava sua seqüência e retomava o seu lugar. Aguardávamos alguns

minutos para todos terminarem de escrever e só então realizava meus comentários finais.

Escrever sobre o movimento dos outros, geralmente, é mais fácil do que sobre o seu próprio. Porém essa prática se reverteu na melhora de qualidade das anotações sobre o próprio trabalho.

módulo III: estudo do movimento.

Neste módulo é realizado o mesmo processo de criação e codificação de seqüências, da primeira à quinta etapa, porém com o conceito movimento.

sexta etapa

Finda as cinco etapas nos dois módulos, o processo se conclui com a apresentação da seguinte proposta: Transformar a seqüência de ação em movimento e a de movimento em ação.

O aluno tem como material para esse trabalho todas as seqüências codificadas, as matrizes (de movimento e de ação), e as seqüências com os fatores alterados (tempo, peso e espaço); podendo escolher qualquer uma delas para a transformação.

Partindo de todas as informações que adquiriram durante as experimentações, os alunos trabalham individualmente por uma hora até codificarem a sua nova seqüência.

Novamente aqui é frizado que o trabalho deve transcorrer única e exclusivamente sobre o material elaborado por eles durante o curso, não sendo permitida a introdução de máscaras, expressões faciais, esteriótipos, nem a alteração da forma.

Para que esta alteração ocorra, parte-se do princípio de que o aluno assimilou as diferenças entre movimento e ação.

Esta proposta foi apresentada como **avaliação final** do curso, que foi dividida em dois momentos: 1ª- a realização da seqüência modificada e 2ª- a anotação do trabalho do colega numa folha avulsa.

Desta forma cada aluno foi avaliado em suas situações: pelo desenvolvimento da sua seqüência (levando-se em conta a qualidade da movimentação, a precisão na execução e o cumprimento da proposta); e pela capacidade de observação e anotação sobre as seqüências dos colegas.

Assim, tinha em mãos os comentários dos colegas sobre o trabalho de cada um, além das minhas anotações. Através desses comentários, é que realizava a avaliação da capacidade de observação e anotação desenvolvida no semestre, que havia sido acompanhada pela leitura esporádica dos diários.

Era interessante como as anotações feitas sobre o trabalho do outro apresentavam questões sobre o próprio trabalho do indivíduo. Por exemplo: Um aluno A fez a seguinte observação sobre a seqüência de B: *Boa execução da movimentação. Um pouco vaga a mudança de seu tônus.* Estranhei essa colocação uma vez que os demais colegas afirmavam justamente o contrário: "*Ótima alteração de tônus, olhar preciso*"; "*Olhar interessante no movimento de acordar*"; ou ainda "*olhar preciso, certeiro, forte como o seu tônus*"⁵¹. Era nítida, no trabalho de B, a utilização do olhar como parte da ação. Mais nítida ainda a alteração

⁵¹ Diário de Bordo de alunos do curso de Interpretação Teatral, setembro 1993.

da seqüência aumentando o tónus do movimento. Então, como esse aluno não tece nenhum comentário sobre o olhar de B e ainda por cima faz essas observações sobre o seu tónus? Não sabe o que ou como observar? Mas isso foi trabalhado tanto durante o semestre!

Então, fui olhar minhas anotações sobre o seu trabalho pessoal e constatei que ele apresentava algumas dificuldades referentes justamente ao fator Peso. Até então, essas dificuldades eram consideradas normais. Após a avaliação fiquei mais atenta quanto a esta questão. Pude constatar também que a maior crítica de alguns colegas sobre o desenvolvimento de sua seqüência era a falta *de intenção no olhar, olhar perdido, sem vida*⁵². A avaliação desse aluno sobre o trabalho do colega, acabou por desvendar duas carências suas que haviam sido, até então, consideradas menos relevantes.

Concluído o período de avaliação, que é sempre acompanhado de um certo clima de tensão, iniciamos uma série de experimentações. Foi solicitado ao grupo que trouxesse um objeto cênico, um pedaço de tecido, um jornal, um bastão. Esse objeto deveria ser introduzido na seqüência já codificada. Isso se apresentava como um problema. Como introduzir um objeto que já tem uma forma, um símbolo, um peso, uma história, numa seqüência que também já tem sua forma, sua história?

⁵²Diário de Bordo de alunos do curso de Interpretação Teatral, agosto 1993.

A questão, no mínimo, criava uma tonicidade diferente. O objetivo nesse momento não era encontrar o belo, o estético, era criar problemas. Conectar o incompatível.

Os alunos trabalharam com esse elemento de dificuldade e apresentaram suas "novas" seqüências com os objetos.

Constatei que os olhos estavam mais atentos, pois os comentários eram mais substanciais. Também eles começavam, após tanta repetição, a decorar o movimento do outro.

Então solicitei que deixassem o objeto de lado ao mostrarem pela segunda vez o trabalho. Caras de dúvida e espanto: Como deixar o objeto de lado se foi tão difícil introduzi-lo na seqüência?

Desafio.

Ao executarem, pedia para não perderem a partitura original, nem o peso, nem a intenção do gesto.

Depois, iniciamos uma série de brincadeiras juntando seqüências de um com a de outro, e fazendo uma colagem entre elas. A cada nova colagem, uma nova leitura. Cada um, assumindo o papel de diretor, ia sugerindo outro tipo de montagem, ou a introdução de uma outra posição espacial, outro peso, etc. Sempre seguido de comentários e discussões a respeito. Algumas montagens nos reportavam a estórias ou situações conhecidas como, uma mãe discutindo com o filho; um indivíduo tendo um pesadelo; um casal de namorados, etc. Quando essas estórias surgiram, ficava visível o quanto era

possível transformar um movimento puro, ou uma ação com simbologia própria, numa outra estória completamente diferente, criando toda uma outra dramaturgia. Essas experimentações mostravam também, quão rico era para a criação trabalhar sobre o movimento.

Além da avaliação prática, acima especificada, solicitei um trabalho escrito onde eles deveriam dissertar sobre o que assimilaram dessa viagem sobre o movimento e a ação.

Apresento a seguir, na íntegra, a dissertação de um aluno que elucidou de forma interessante sua compreensão da questão.

"Em situações normais de vida, creio ser totalmente subjetivo a classificação em movimento e ação. Por tudo poder receber o nome de ação (andar, estar parado, olhar) a tendência é internalizar a classificação. Só que, se poderíamos chamar de movimento aquele nosso andar tão distraído que às vezes passamos reto pelo nosso objetivo, um observador externo pode classificá-lo como ação por não termos perdido no nosso caminhar nem a tonificação, nem um ritmo forte.

Por esse e vários exemplos semelhantes acho que só podemos falar do binômio ação-movimento (separando-os) em situações de representação teatral. Aqui há um segundo problema: num palco convencional, *tudo* se converte em ação para os olhos do espectador. Este converte em signo qualquer objeto que tenha caído em cena (que tenha sido deixado em cena) e procura significados para qualquer gesto (mesmo o mais insignificante) feito pelo ator. Assim, reduzo o estudo para uma situação de representação fora-palco.

Ao observar um gato adulto vemos que ele não gasta nenhuma gota a mais de energia, não mexe nenhum músculo a mais do que os estritamente necessários para o movimento. Quando ele entra em "estado de alerta" continua desenhando o mesmo movimento no espaço, mas com uma energia (digo, um gasto de energia) maior do que o necessário, como se o ar se tornasse mais denso. Um filhote já gasta mais energia do que o

necessário constantemente: *é um estado permanente de atuação*, o corpo *todo* responde aos estímulos sempre com um gasto de energia *maior* que o necessário.

As crianças também estão nesse estado permanente de atuação e percebe-se uma criança "adultizada" naquelas que resguardam (diminuem a quantidade de movimento com) o tronco, optando por movimentos localizadores e periféricos (cabeça, mãos).

Assim, na atuação, movimento é tudo que não exige mais do que o gasto de energia estritamente necessário para a sua concretização e ação tudo o que gasta mais energia que o necessário, quer por utilizar oposição de movimentos, quer por utilizar um equilíbrio de luxo, quer por exigir do corpo mais atenção na execução do movimento que o necessário." (Fernando, novembro 1993)

No exemplo acima, algumas considerações devem ser feitas: Não há um *gasto maior de energia* na movimentação do gato adulto quando ele entra em estado de alerta. O que ocorre é que *lemos* o seu aumento de tonicidade muscular como maior gasto de energia. Na verdade não apenas o gato, como todos os animais sadios, gastam a energia necessária para a movimentação que vão fazer.

O filhote também não gasta mais energia que o necessário para sua movimentação. Podemos afirmar que, em relação ao gato adulto, ele gasta mais, simplesmente porque se movimenta mais que o outro..

No entanto há diferenças no *estado de alerta* do gato adulto e no *estado permanente de atuação* do filhote no que se refere ao tônus. No adulto seu tônus é mais forte, no filhote embora se movimente mais, gaste mais energia que o adulto, seu tônus sofre constantes alterações. Isso devido ao fato de que o filhote, assim como uma criança em desenvolvimento está em fase de experimentação, de

descobertas, o que leva ao excesso de movimentação, uma vez que é através de seu corpo que ela descobrirá o mundo ao seu redor.

O aluno conclui afirmando que o movimento gasta apenas a energia necessária para o intento, e a ação gasta mais. Porém, como vimos na explicação acima sobre os gatos, não é o gasto de energia, sua quantidade, que se altera e sim sua qualidade, sua *tonicidade*, que cria uma alteração no fazer do ator. E esta tonicidade, como afirmou o aluno, pode ser adquirida quer pela utilização da oposição, do equilíbrio de luxo⁵³, ou pela simples atenção maior ao movimento durante a realização da ação.

Esta dicotomia entre ação e movimento, apresentado no curso, é discutida por teatrólogos e diretores teatrais. Os estudiosos do movimento, no entanto, não fazem essa segmentação. Para Laban, por exemplo, o movimento é definido como uma ação corporal. Laban quando definiu as suas oito dinâmicas a partir da combinação entre os fatores que compõem o movimento denominou-as utilizando verbos: socar, flutuar, deslizar, torcer, chicotear, sacudir, vibrar e pressionar. Os verbos são comumente utilizados por atores para expressar ações. *Socar* não é uma ação? Assim como *flutuar*, *deslizar*, *torcer*...? Não são todas essas ações? Logo, poder-se-ia concluir que: se um movimento apresenta em

⁵³*equilíbrio de luxo* - termo criado por Eugenio Barba que designa um "equilíbrio inutilmente complicado, aparentemente supérfluo e que requer muita energia" Eugenio Barba e Nicola Savarese. *The Secret Art of the Performer*. ISTA, London, 1985 p. 69. tradução do autor.

sua alma uma ação, movimento é ação, assim como a ação acontece através do movimento.

Um nenê se movimenta para expressar seus desejos e inquietações. Como ainda não sabe falar, resta-lhe o corpo para se manifestar. Ele chora e se remexe quando está com fome; esperneia quando está com cólicas; expande-se todo e sorri quando vê um rosto familiar. É através de seus movimentos que o adulto lê e interpreta suas necessidades. É através do movimento que o nenê se comunica. Mover-se para este pequeno indivíduo é sua ação....

A criança à medida que vai crescendo, e devido a vários fatores, vai substituindo seu movimento pela fala. Crianças que têm alguma deficiência no aparelho fonador (gagueira, mudez ou surdez) são geralmente taxadas de agressivas por estarem constantemente batendo e empurrando seus coleguinhas de turma. No entanto o problema não é a agressividade, é que esta criança encontra no movimento a sua maneira de se comunicar, de se expressar, diferentemente das outras crianças que, para chamar a atenção do colega, gritam com ele. O grito não é entendido como agressivo.

Nessa substituição do movimento pela fala, que vai cada vez mais se acentuando à medida que a criança vai se tornando mais velha, o movimento passa para um segundo plano, embora continue presente e sendo lido. Porém a ação, agora está no falar.

Uma criança sadia se movimenta o tempo todo. "esta criança não pára" - exclamam muitas mães. O primeiro sintoma de que uma criança não está bem, física ou psicologicamente é quando ela fica quieta, não se movimenta. Mesmo que ela não manifeste sua indisposição, não diga o que está sentindo, seu corpo fala e é ouvido.

Como explicado nos capítulos anteriores, essa segmentação entre ação e movimento está diretamente ligada à separação que se faz entre o fazer do ator e do bailarino, entre o teatro e a dança, separação esta presente nas artes cênicas ocidentais. O ator é considerado, a grosso modo, um fazedor de ações, e o bailarino, um fazedor de movimentos.

Laban, relaciona os fazeres de atores e bailarinos, diferenciando a mímica, considerada como a manifestação teatral que mais utiliza o corpo como veículo de expressão, da dança ao afirmar que "o movimento em dança pura, não necessita adaptar-se aos caracteres, às ações, às épocas e às situações, mas o faz na dança-mímica que, virtualmente, é uma ação sem palavras."⁵⁴

Para melhor elucidar essa questão, analisaremos o seguinte exemplo:

Cursava aulas de francês numa escola chamada Interclass⁵⁵. A diretora, Madame Coudry afirmava, "não se pode nadar fora de uma piscina". Pode-se *imitar* o gesto de

⁵⁴Rudolf von Laban. *Domínio do movimento*. Summus, São Paulo, 1981, p.23

⁵⁵Interclass - Instituto de Psicolinguística e Pesquisas Pedagógicas. Campinas - SP.

nadar, estilizando o movimento dos braços e cabeça, mas não se pode *nadar* se não se está dentro d'água. Assim, sem o meio não acontece a ação, há o movimento de nadar, mas não há a ação nadar. Ela utilizava esta imagem para expressar o método em que a escola se baseava para o ensino/aprendizagem de uma língua estrangeira. Segundo esta metodologia, para se aprender uma língua deve-se estar dentro de um contexto, de uma situação (a piscina).

O curso se desenvolvia como um jogo. Havia uma regra básica que era: ao chegar na escola era terminantemente proibido falar o português. Em sala de aula, desenvolvíamos atividades onde era apresentada uma situação específica. Cada aluno recebia um cartão com um sketch das ações que deveria cumprir. Um aluno não sabia o conteúdo do cartão do outro, nem com quem ia "contracenar". Depois de uns minutos estudando a proposta, os grupos eram fixados e na frente de todos, de improviso, tínhamos que "nadar", ou seja, "representar" a situação.

A piscina continuava não existindo. Não estávamos no *Café de Paris*, como sugeria o cartão. Mas havia a magia, o jogo. Hoje percebo o quanto que aprendi sobre representação nessa escola, embora fosse outro o objetivo.

Certa vez num dos sketches enfrentei a seguinte situação:

O cartão dizia algo como: *atenda a porta*. Não havia mais nenhuma sugestão. Era o cartão mais sucinto que havia recebido. O companheiro da dupla saiu da sala para se posicionar na porta. Fiquei aguardando. Uns minutos depois, bate na porta. Pergunto quem é. Não há resposta. Bate novamente. Pergunto mais uma vez. Nada. Resolvo ir até lá e abrir, afinal a ação que tinha que fazer era "atender a porta".

Ele entra na sala abruptamente trajando um paletó, um chapéu, uma barba e um bigode, e com um arma na mão. Diz:

- *Haut les mains !*

Num salto para trás, quase sem fôlego devido ao susto, grito:

- *Mon Dieu. Au secours ! Au secours !*

A turma cai na gargalhada e não conseguimos continuar a cena. Depois de alguns goles d'água, e todos mais calmos, (embora ainda fosse possível escutar alguns risinhos), a professora explica que, embora não conseguindo dar continuidade ao diálogo, um ponto positivo ela conseguiu captar no exercício. Já começávamos a *pensar* em francês. Isso se justificava pelo fato de que na hora do susto, ao invés de gritar "socorro", "Virgem Maria", ou qualquer outra interjeição em português, a primeira palavra que veio à mente foi em francês. De onde pode-se concluir que, embora tudo fosse fictício, havíamos mergulhado na *piscina*.

"Não se pode nadar fora de uma piscina".

No teatro, dada a magia, ao pacto que se cria entre ator e espectador, que Laban chama de "corrente magnética entre dois pólos"⁵⁶, há a possibilidade de haver essa ação de nadar mesmo com a ausência do meio aquoso. Porém para que isto aconteça é necessário que haja uma movimentação precisa, um tônus adequado, uma presença cênica, que como um ímã crie esse magnetismo do qual fala Laban; para que a magia se complete, apareça o virtuosismo, (não o de quem realiza trinta e dois *fouettés* sem sair do lugar), mas aquele virtuosismo do ator que, com um gesto simples, tira o fôlego da platéia e faz com que os espectadores vejam sua personagem nadar em cena.

⁵⁶ Rudolf von Laban., *Domínio do Movimento.*, Summus, São Paulo, 1981, p.26.

considerações finais sobre a disciplina

Técnicas corpóreas: Introdução:

Algumas considerações objetivas podem ser feitas em relação ao conteúdo e metodologia da disciplina Técnicas Corpóreas - Introdução:

1. Tentar fazer com que todos os alunos vivenciem todas as etapas é praticamente impossível dada a quantidade de alunos por turma - 25. Acredito que uma forma interessante de se apresentar o programa para que ele fique completo, é dividir a turma em dois grupos distintos, como realizado em Porto Alegre, onde um trabalhará com o conceito de movimento, (assim todas as seqüências criadas serão sobre o movimento); e o outro grupo trabalhará com o conceito ação.

Um grupo observará o outro grupo, absorvendo também os seus conceitos, ouvindo os comentários tecidos sobre o trabalho de um e de outro. No final do semestre, o grupo que trabalhou o movimento, irá transformá-lo em ação e o grupo que trabalhou ação irá transformá-la em movimento. Após a apresentação das seqüências modificadas dar-se-á a discussão final. Esta será provavelmente mais rica, uma vez que um grupo vivenciou *a fundo*, isto é, estudou com maior atenção o movimento ou ação. É sabido que toda a vez que se aprofunda

mais um determinado assunto, mais subsídios se tem para a compreensão e discussão de temas pertinentes.

2. Embora a disciplina tenha o nome de *técnicas corpóreas* o trabalho corporal apresentado ainda não se caracteriza como *técnica*. Por enquanto se apresenta somente como um *método de auto-percepção e trabalho corporal para atores*.

Dentro desse caráter, há a necessidade de se reestruturar o curso, acrescentando uma parte de condicionamento motor - sensu latu - além do estudo anatômico e cinesiológico. Assim, a ementa do curso se completaria:

- primeiro momento: estudo do corpo, (percepção e conscientização corporal);
- segundo momento: a introdução de um trabalho de condicionamento motor;
- terceiro momento: análise sobre o movimento e a ação.

Quando, no Projeto Oficina do Movimento discutíamos sobre o trabalho de *condicionamento motor*, se era ou não *preparação corporal*, não chegamos a um consenso. Para uns, *preparação corporal* representava todo e qualquer trabalho corporal desenvolvido, e para outros representava um trabalho corporal específico para determinado fim. "Eu preparo meu corpo para fazer uma determinada movimentação. Se vou representar um macaco, na minha preparação corporal

devo realizar exercícios específicos para o gestual desse símio''. Diferente do que acontecia com o termo *condicionamento motor*, que representava um adestramento do corpo em movimento; e como o corpo, (qualquer que seja sua intenção), se manifesta através do movimento, o condicionamento não estava atrelado a nenhum fim estético específico a não ser o de condicionar o corpo para sua expressão plena, seja no dia-a-dia, em casa, no trabalho, seja no fazer artístico, no palco. No exemplo acima do ator que vai representar um macaco, ele deve realizar o *condicionamento motor* como preparação do seu corpo para seu trabalho de ator e fazer exercícios específicos de *preparação corporal* para representar o macaco.

A introdução do trabalho de condicionamento motor para artistas nessa disciplina vem direto ao encontro com a necessidade dos atores de ter um trabalho básico já codificado que não está atrelado a nenhuma estética, podendo assim, ao lado dos demais conteúdos do curso, servir-lhe de base para as demais práticas corporais vindouras.

O último dia do curso foi reservado para uma discussão geral. Foi aberto espaço para sugestões, críticas, questões.

Desde o início do semestre havia sido enfatizada a importância da participação e feed-back dos alunos frente à disciplina, afinal era a primeira vez que um trabalho desse gênero havia sido realizado. Para dar continuidade e aperfeiçoá-lo era necessário ouvir os comentários de quem sentiu na pele, nos músculos, nos ossos, na cabeça, enfim, no corpo, o que o curso proporcionou.

“este curso parece um *supletivo*, um *intensivão* de dança. A gente aprende em um semestre o que levaria uns três...”, afirmou uma aluna.

Não sabia se era uma crítica ou um elogio, porém, diante do desafio - dar uma técnica corporal num curso de uma aula de duas horas semanais, percebi que só tinha uma saída: criar um curso meio prático, meio teórico, onde ao mesmo tempo em que instigava o corpo a se movimentar, provocava o raciocínio, a atenção dos alunos e essa prática pode ser interpretada como “supletivo” ou “intensivo de dança”, como afirmou a aluna.

As maiores críticas apresentadas por eles foram exatamente em relação à carga horária do curso, oficialmente estabelecida de duas horas semanais. No entanto, para completar o programa, utilizávamos mais duas horas em outra manhã.

Outra crítica foi em relação à bibliografia, considerada escassa por muitos. Essa se apresenta como um

problema maior para se resolver, pois a bibliografia específica nessa área é quase que inexistente. Há uma grande carência de obras referentes a assuntos de práticas corporais para atores, ou seja, para um público leigo sobre o movimento. Alguns perguntavam sobre livros que abordassem a questão do trabalho corporal antes dos ensaios, ou sobre o aquecimento. No entanto, sobre esses temas, só se encontra na área do desporto, que apresenta um enfoque distinto do da arte.

Uma aluna se queixou dizendo que “houve muita falação e pouca ação, pouca prática” afirmando que sentiu necessidade de se “*mover mais e escutar menos*”.

O maior feed-back sobre o trabalho, no entanto, acontecerá nos próximos anos, quando essa turma cursar as demais técnicas corporais oferecidas no departamento, ou quando enfrentar situações de ensaios, montagens, palco. Nestes momentos é que o trabalho desenvolvido com eles será colocado em xeque, e poderemos verificar se o conteúdo apresentado supriu ou não as necessidades corporais desses futuros atores.

CAPÍTULO IV - CONCLUSÕES -

A questão da técnica

"Para dominar uma técnica é preciso incorporá-la inteiramente: só assim o movimento flui com naturalidade e o bailarino dança como respira. Então não há mais uma preocupação em seguir uma técnica. Por isso, costumo dizer aos meus alunos: eu não danço; eu sou a dança. É o que eu gostaria que todo bailarino sentisse".
(Klauss Vianna- A dança)

A disciplina **Técnicas Corpóreas: Introdução** embora traga no nome a palavra *técnica*, não se caracteriza como tal. O termo que melhor ilustra seu caráter é *Introdução*. É exatamente este seu objetivo: Introduzir o ator ao mundo da técnica corporal.

Anos de império do texto sobre o corpo segmentaram os fazeres de atores e bailarinos, onde o primeiro se identificou como o *mestre da palavra* e o segundo o *mestre do corpo*. Assim, o ator ficou compreendido como um *leigo no movimento*, embora sua arte seja puro movimento -do corpo e das cordas vocais- como Laban frisou muito bem: "o movimento do corpo, incluindo os movimentos das cordas vocais, são indispensáveis à atuação no palco."⁵⁷ Esse caráter perdido de sua arte faz com que se torne necessário reintroduzi-lo nas técnicas corporais.

⁵⁷ Rudolf von Laban. *O domínio do movimento*, Summus, São Paulo, 1981, p.21

O trabalho desenvolvido no curso não se caracteriza como técnica devido a vários fatores:

Primeiro, porque não apresenta formas e passos codificados, não tem o virtuosismo por meta, nem pretende servir a nenhum fim estético definido - todos pontos cruciais para a existência de uma técnica.

"A maioria das técnicas de dança desenvolvidas são geralmente cercadas por uma seleção mais ou menos limitada e concisa de exercícios fundamentais para o domínio do corpo."⁵⁸

Segundo, para ter esse caráter de técnica, o trabalho deveria ser realizado com maior frequência. Não existe trabalho técnico apenas uma vez por semana.

A técnica, como visto anteriormente, representa um condicionamento. Para que esse aconteça são necessários a prática, o treino e a disciplina. Quando se realiza trabalhos corporais em intervalos de tempo muito longos, o corpo não consegue assimilar as informações, não consegue o adestramento. A técnica depende de uma prática contínua, de uma rotina, senão fica descaracterizada.

Terceiro, a definição desse trabalho seguiu o caminho inverso da sistematização de uma técnica.

⁵⁸ Rudolf von Laban, no original "Most dance techniques which have been developed are usually bound to a more or less limited and concise selection of fundamental exercises for bodily mastery". *Modern Educational Dance*. London, 1975, p. 116.

As técnicas surgem da necessidade de metodizar caminhos para um determinado fim que é a criação, a obra de arte. Assim, o objetivo do artista - a obra de arte - é que escreve o caminho a ser traçado.

Pegando a dança moderna para ilustrar esse sentido: Martha Graham, dançarina norte-americana e uma das matrizes da dança moderna nos Estados Unidos, quando definiu sua técnica, não chegou em sala de trabalho disposta a "inventar" o mecanismo da *contraction & release*. Ela partiu da sua criação, da sua própria movimentação, que surgiu da vontade de expressar seu sentimento de angústia. Graham criou coreografias, ou seja, criou obras de arte. A partir dessas obras esboçou caminhos, criando mecanismos para que outros pudessem se expressar da mesma forma e para que ela própria pudesse alcançar a alma de sua obra. A dança, como vimos anteriormente, difere das outras "artes estáticas" como a pintura e a escultura, como afirma Laban, por estar regida pelo movimento e pelo tempo presente.

"A arte do teatro é dinâmica, porque cada fase da representação some quase que imediatamente após ter aparecido. Nada permanece estático e é impossível realizar-se um exame demorado dos detalhes." ⁵⁹

Assim, a técnica, enquanto perpetuadora de um caminho, significa para a dança a certeza de se chegar a alma das obras dessa arte efêmera.

⁵⁹ Rudolf von Laban. *O domínio do movimento*. Summus, São Paulo, 1981. p. 29.

As técnicas não existem sozinhas. Sua codificação parte de um conhecimento anteriormente adquirido. Recuperando o exemplo acima: Graham quando foi sistematizar seus princípios técnicos já era bailarina, ou seja, já possuía uma técnica incorporada. Sua codificação partiu de um conhecimento pré-existente. Assim ocorre com as demais técnicas, onde uma surge a partir do aprofundamento ou negação, por afirmação ou ruptura de uma outra já existente. As diversas correntes de dança ou teatrais tiveram sua origem em outras. Assim, podemos ilustrar sua história numa árvore genealógica: a técnica de Limon veio de Graham, que por sua vez se originou da Escola de Ruth Saint Denis, que teve suas raízes na escola alemã e assim por diante.

O trabalho no curso seguiu o caminho inverso da sistematização de uma técnica justamente porque não foi a obra de arte que definiu o caminho. O fim não era a criação. O objetivo era (e é) o criador. O artista. O ator pleno em seu movimento, em seu corpo. Um ator que é o seu corpo.

Quarto, embora contendo princípios claros e uma lógica em sua execução, o trabalho não pretende se curvar a nenhuma estética específica a não ser o de servir ao artista

enquanto um corpo consciente de suas capacidades e de seus limites.

O trabalho desenvolvido com os alunos do primeiro ano de artes cênicas tinha como objetivo suprir as carências corporais dos atores detectadas na observação de suas respostas corporais frente a várias estéticas que, embora distintas entre si, tinham um princípio comum: a maestria do corpo em cena. Suprir as carências corporais ficou definido como um princípio técnico, não estético. Talvez esse seja exatamente o ponto que faz essa disciplina mais se aproximar do caráter da técnica: ter um princípio.

Aí surge a questão: estar tão próximo da técnica e ao mesmo tempo tão distante. Seria salutar transformar esse trabalho numa técnica? O que deveria ser alterado para transformá-lo em técnica? Seria esse um caminho?

Esses questionamentos foram uma constante durante o curso. Mas, o que define uma técnica? O que é técnica?

“A técnica é um meio, uma ajuda à concretização de sua invenção, e ela não representa um fim em si.”⁶⁰

Os dicionários da Língua Portuguesa definem técnica como a “parte material ou conjunto de processos de uma arte”. A técnica está diretamente ligada à “capacidade operativa do indivíduo para exercer determinado ofício”.

⁶⁰ Monique Bertrand & Mathilde Dumont. no original “(...) la technique est un moyen, une aide a la mise en forme de son invention, et qu'elle ne représente pas un fin en soi.” *Expression corporelle*. Vrin, Paris, 1979, p. 41. Trad. do autor.

Toda a técnica é codificada por natureza? A codificação é um dos fatores que define a existência de uma técnica? (Diário de Bordo -22/04/93)

Toda técnica tem princípios e formas codificadas. Portanto a codificação é um dos fatores que definem a existência de uma técnica. Porém, nem sempre a técnica já está sistematizada.

O Butoh⁶¹ é uma estética definida, porém, dada a sua contemporaneidade, ainda não possui uma técnica codificada. Assim, o coreógrafo de Butoh lança mão de várias outras técnicas corporais para preparar seus dançarinos. Natsu Nakajima⁶² fazia uma verdadeira sessão de ginástica com os atores-bailarinos antes dos ensaios. Os exercícios oriundos dessa prática esportiva representavam o caminho para se alcançar os movimentos da coreografia.

Se pensarmos nas danças populares brasileiras, percebemos que todas essas manifestações têm suas formas próprias, seus ritmos, seus desenhos espaciais, ou seja, apresentam uma estética fixa. Logo, há uma técnica para se dançar essas danças, mesmo que essa técnica ainda não esteja codificada ou sistematizada. O trabalho dos pesquisadores, antropólogos e estudiosos das manifestações populares é de buscar a sistematização dessas técnicas para sua assimilação no intuito de não se perderem na tradição oral/visual da

⁶¹ definição do Butoh está na p. 5 , capítulo Introdução.

⁶² Natsu Nakajima discípula de Hijikata criador do Butoh na oficina-montagem "Sleep and Reincarnation from the Empty Land" -1991

aprendizagem. Mas será que esses estudiosos conseguem captar a alma dessas manifestações? Não estariam eles, dentro de uma postura etnocentrista, sistematizando apenas a forma externa dessas manifestações?

Imaginem, por exemplo, se a "técnica do Butoh" fosse codificada por um brasileiro. Sua codificação traria traços de sua cultura e das técnicas corporais anteriormente assimiladas por esse indivíduo. Isso porque o brasileiro olha para o Butoh com olhos de brasileiro, através de sua vivência latina, de seu ritmo, de sua movimentação. Ao realizar essa codificação, estariam impressas todas essas informações porém, dificilmente estaria presente a emoção, a alma da cultura originária do Butoh - A alma da estética só passa para a técnica quando essa é definida pelo seu criador.

As técnicas têm princípios estabelecidos, têm formas particulares e criam um condicionamento. - A disciplina Técnicas Corpóreas: Introdução também tem princípios definidos, pode condicionar o corpo do indivíduo para seu fazer - se aplicada com maior frequência - no entanto, não tem formas delimitadas. Está aí o que realmente diferencia e impossibilita a disciplina ser caracterizada como técnica - a forma.

A forma só irá surgir nesse trabalho quando emergir a necessidade de se pôr no palco um resultado estético⁶³. Será nesse momento que a forma tomará corpo.

Mas se é importante para os atores adquirirem uma técnica e ao mesmo tempo esse trabalho não é técnica, é *uma introdução a*, como solucionar esta questão?

Consciente disso, tentava (e ainda tento) durante minhas exposições, deixar claro que é imprescindível cada aluno procurar *uma* técnica com a qual se identifique para continuar um treino diário extra-aula (se não diário pelo menos mais freqüente).

Essa sugestão se fundamenta no fato de que é importante o ator ter uma linguagem corporal, não importa qual, mas *uma* linguagem. Isso só se consegue com treino intensivo. Podemos fazer uma comparação com a linguagem computacional. Não adianta ter um microcomputador com *n* sistemas operacionais se você não conhece bem nenhuma das linguagens - fica sem utilidade. O mesmo é a técnica corporal. Não adianta conhecer *por cima* várias e não saber *a fundo* nenhuma.

Foi sugerido que buscassem, num primeiro momento, conhecer diversas técnicas, para só depois de experimentar

⁶³ Vide p. 10 - capítulo Introdução. A técnica torna-se estética na montagem do espetáculo "Quadros de uma exposição" com o Projeto Oficina do Movimento

um pouco de cada, poder optar por *uma específica*. Esta busca poderia se dar a nível departamental, universitário (nas graduações de dança e educação física) ou na comunidade, nas escolas e academias da região.

Salientava a importância de conhecer antes de escolher e, de preferência, optar por uma única técnica para não incorrer no erro comum de achar *que ter várias técnicas é a técnica*. É mais importante ter *uma* técnica bem assimilada do que ter muitas e não ter, na verdade, nenhuma.

“Vocês precisam ter uma cara. (...) Comentei sobre minha experiência na Inglaterra onde um professor, M. Allan Hooper, já falecido, ao entrar na sala de aula e ver todos os alunos uniformizados e absolutamente na mesma posição, passou por cada um dizendo, '*you have x years of classical, you have work with modern dance, you work with folkloric dances, you are american, you are south-american, you are...*'

'A técnica imprime uma CARA na gente. Vocês precisam encontrar que cara vocês têm', afirmei. (Diário de Bordo - 22 -11-93)

A questão da técnica corporal para o teatro não é nova. Vários teatrólogos, principalmente originários do Leste Europeu, interessaram-se por essa problemática e na procura em sistematizar trabalhos corporais para os atores, *importaram* das técnicas de dança, do circo, da mímica e das escolas orientais (todas já codificadas) os elementos que consideravam relevantes para o trabalho do ator.

Então, poder-se-ia concluir que devido a essa *importação* não existem técnicas corporais teatrais no Ocidente, no sentido de criadas por e feitas para única e

exclusivamente profissionais do teatro. Estes se basearam em outras técnicas codificadas já existentes e fizeram suas aplicações pessoais, almejando um determinado fim estético.

Essa *importação* não ficou restrita aos teatrólogos. Várias escolas superiores de formação de atores utilizaram algumas dessas técnicas como visto no capítulo II. Outras optaram pelo trabalho de Laban para oferecer esta complementação, uma vez que consideravam as técnicas de dança, principalmente a clássica, rígidas demais para os fins almejados. Assim, passou a ser comum a utilização da *técnica de Laban* por professores e diretores teatrais como preparação corporal dos atores, ou como simples aquecimento para aulas de interpretação e improvisação.

No entanto, estes indivíduos estão equivocados quanto à chamada *técnica de Laban*. Laban não desenvolveu uma técnica corporal e sim um método para análise e notação do movimento corporal humano, o que permite diversas aplicações, dentre elas, a dança e o teatro.

Martha Graham⁶⁴ sistematizou uma técnica partindo do princípio da expansão e contração dos movimentos do corpo, *contraction & release*. Mesmo em se tratando de uma técnica rígida e extremamente codificada em seus exercícios e formas -sendo reconhecida como "o clássico da dança moderna"- Graham não admitia que nenhum de seus discípulos afirmasse

⁶⁴ Martha Graham, dançarina moderna norte-americana. vide p. 130

que dava aulas de "técnica de Graham". Ela acreditava que aulas de sua técnica, só poderiam ser ministradas por ela própria. Os demais estariam ministrando "*modern dance based upon Graham's technique*", ou seja, dança moderna baseada na técnica de Graham e não a técnica de Graham. Esta somente a própria poderia estar ministrando.

Quando os indivíduos afirmam ministrar "técnica de Laban", reflito nas palavras de Graham. O que os indivíduos realizam são aplicações sobre um estudo, que o próprio Laban chamou de método e não técnica.

Laban não *sistematizou* formas, passos, ritmos. Ele *classificou e nomeou* as diversas formas, os diversos passos, os diversos ritmos. Ele não se baseou numa estética cênica, e sim no estudo do movimento corporal do homem em seu ambiente.

Há alguns limites claros em seu trabalho que denunciam o caráter não-técnico:

No trabalho de arte do movimento, como é chamada a aplicação do método de Laban, não se trabalha a observação/imitação, que representa a base do ensino/aprendizado de uma técnica.

O trabalho sugere a exploração individual dos movimentos e essa, somada à não-imitação, contribui para que

o indivíduo acentue o *seu* tipo de movimento durante as explorações.

Diante desta colocação fica fácil constatar que o método Laban não se define enquanto técnica embora possa ser considerado um método de criação e desenvolvimento da criatividade do movimento.

Então, quais os aportes dos estudos de Laban? Por que a sua teoria é tão difundida no meio teatral?

Não há dúvidas quanto aos benefícios terapêuticos que esse tipo de prática proporciona. Este caráter terapêutico está presente até na maneira como as pessoas se referem ao trabalho. Ninguém diz que vai à "aula", mas a uma "sessão" de arte do movimento. Assim, o indivíduo se dirige a uma sessão corporal, deixando de lado seus afazeres cotidianos para passar duas horas jogando com seu corpo e companheiros de uma forma diferenciada de quem vai a uma aula numa academia de ginástica ou natação para aprender uma técnica ou para "estar em forma".

Se o método de Laban não pode ser considerado uma técnica enquanto preparatória do corpo do ator, quando aplicada ao lado de uma técnica codificada, pode ampliar a percepção do indivíduo para o movimento do outro, funcionando como um veículo assessorio para a criação da obra de arte.

É interessante ressaltar essa questão: a associação de diversas técnicas para o enriquecimento do trabalho cênico. O método de Laban, quando aplicado concomitantemente com uma técnica de preparação corporal pode ser de grande valia para o trabalho do ator porque explora a criatividade corporal, enquanto as demais técnicas condicionam, e ao condicionar, limitam. A aplicação de trabalhos associados equilibram e enriquecem o fazer teatral.

Não há uma técnica única que preencha todos os requisitos para o trabalho corporal. Sempre haverá uma técnica que se prima por proporcionar uma melhor destreza das pernas, outra pela força de braços, outra pela ênfase em saltos, e assim por diante.

As mímicas e pedagogas Pinok e Matho acreditam que se deve guardar das diversas técnicas os elementos que enriquecem o trabalho corporal do ator:

“Cada escola, cada inovador, cada teórico do movimento oferece sua contribuição para uma melhor compreensão da arte do movimento e a enriquece. Há na dança moderna, na dança clássica, na dança à caráter, elementos técnicos para serem guardados e outros para serem rejeitados. Há, em todas as formas de dança, os denominadores comuns e as interferências. Cada sistema traz: *princípios técnicos* que se encontram nos outros sistemas (abertura em Graham, nos clássicos), *um estilo próprio*: *desequilíbrio*, *relação corpo-chão*, *trabalho de tronco* em Graham; *elevação*, *leveza*, *vitalidade das pernas* nas técnicas clássicas.

O que se deve reter dessas técnicas, são os elementos que não deformam e enriquecem os grandes temas gerais da educação do corpo: *esquema corporal*, *domínio dos apoios*, *precisão das trajetórias*, etc. Certos exercícios de chão da dança moderna são excelentes para o domínio e reforço da musculatura do tronco (lombares e abdominais). Os

elementos de base da dança clássica são educativos do *attitude*, do *en dehors*, dos *ports de bras* e da vitalidade das pernas. O trabalho de tronco em todos os planos (Wigman, Graham, Limon) pode ser utilizado (algumas considerações são feitas em relação à “contraction” de Graham que, mal transmitida, corre o risco de se transformar numa contorção). Os exercícios de mímica: localização, irradiação progressiva do movimento, estudo das dinâmicas, melhoram a consciência segmentária do corpo, a precisão e a qualidade do movimento e trazem o aluno a uma melhor concentração.”⁶⁵

Elas acreditam que para quem experimentou diversas técnicas (clássica, moderna, mímica, etc.) o universo de movimento se estende. E concluem que é perigoso se fixar dentro de uma técnica, pois isso seria anular o “espírito de invenção” e criatividade. Concordo apenas em parte com essa afirmação. Fixar-se numa única técnica enquanto uma *doutrina* é extremamente castrador. No entanto, quando afirmo a importância de se ter uma técnica é porque a partir da vivência profunda de uma determinada técnica é que se pode detectar as carências (e/ou virtudes) corporais e procurar

⁶⁵ Monique Bertrand & Mathilde Dumont. no original: “Chaque école, chaque novateur, chaque théoricien du mouvement apporte sa contribution à une meilleure compréhension de l’Art du mouvement et l’enrichit. Il y a dans la danse moderne, dans la danse classique, dans la danse de caractère, des éléments techniques qui sont à garder, ‘autres qui sont à rejeter. Il y a, entre toutes les formes de danse, des dénominateurs communs et des interférences. Chaque système apporte: des *principes techniques* qui se retrouvent dans d’autres systèmes (ouverture chez Graham et chez les classiques), *un style* singulier: déséquilibre, relation corps-sol, travail du tronc chez Graham; élévation, légèreté, vitesse de jambes chez les classiques.

Ce que l’on doit retenir de ces techniques, ce sont les éléments qui ne déforment pas et enrichissent les grands thèmes généraux de l’Education du corps qui eux ne peuvent se démoder: schéma corporel, domination des appuis, ajustement des trajectoire, etc... Certains exercices au sol de danse moderne sont excellents assouplissements (travail de la hanche) et renforcent la musculature (lombaires, abdominaux). Les éléments de base de la danse classique sont éducatifs de l’attitude, e l’en dehors, des ports de bras, de la vivacité de jambes. Le travail du tronc dans tous les plans (Wigman, Graham, Limon) peut être utilisé (quelques réserves sont à faire au sujet de la “contraction” de Graham qui, mal transmise, risque de devenir contorsion). Les exercices de mime: localisation, irradiation progressive du mouvement, étude de dynamismes, améliorent la conscience segmentaire du corps, la précision et la qualité du mouvement et amènent l’élève à une plus grande concentration”. *Expression corporelle*. Vrin, Paris, 1979, ps. 35-36. Trad. do autor.

outras que supram essas necessidades, ou que se consegue absorver os elementos salutareos das demais técnicas.

O que não se pode permitir, embora seja o que geralmente acontece, é uma constante alteração de escolas, onde se adquire apenas um conhecimento superficial.

É sabido que a partir do momento em que se tem uma técnica incorporada, a assimilação de uma outra qualquer se torna mais fácil. Isso se dá devido a vários fatores:

Primeiro, porque a sistemática de assimilação de uma técnica já está incorporada, ou seja, já é de conhecimento do executante a metodologia de ensino/aprendizagem. Dessa forma, a inquietação e ansiedade comumente presentes em toda nova situação de aprendizagem, tornam-se menores, uma vez que já se conhece o processo.

Segundo, porque se pode fazer associações a partir de um conhecimento anteriormente adquirido. Como as técnicas corporais apresentam princípios semelhantes, ter uma técnica incorporada é meio caminho para a assimilação de uma segunda, terceira, ou quarta.

Quando foi oferecido no Departamento de Artes Cênicas um curso de Ópera de Pequim, com o coreógrafo e ator, Mestre Lee, podia-se constatar os diferentes níveis de apreensão dos movimentos técnicos pelos integrantes da turma.

A Ópera de Pequim, como todas as manifestações orientais, apresenta passos extremamente codificados. Para os que já possuíam algum conhecimento prático sobre outra técnica corporal, o aprendizado tornava-se mais fácil. A atenção para a aprendizagem dessa nova estética ficava restrito ao gestual de mãos e dedos, cujos detalhes são de total relevância para a realização dessa e demais estéticas orientais. Na nossa cultura ocidental, o movimento das extremidades das mãos e pés são generalizados e, excetuando a mímica de Etienne Decroux, não são codificados enquanto símbolos.

Esses aprendizes, possuidores de uma técnica anterior, preocupavam-se com a assimilação destes detalhes de mãos e dedos, que lhes representavam um trabalho inédito. Ao tentar assimilar essa movimentação tão precisa, os atores buscavam relacionar, criar combinações, estabelecer uma *lógica* do movimento, assim como faziam com os outros passos. Os demais atores, ou seja, aqueles que não possuíam uma técnica anterior não tinham como fazer associações práticas, então tentavam captar os movimentos apenas pela memorização de sua forma, numa atividade estafante.

Os passos codificados pelas técnicas têm, além da forma que segue um padrão estético bem definido, uma *lógica*

no seu fazer, uma regra que é aplicada a todas as demais derivantes.

Uma vez tendo adquirido a consciência da lógica de uma determinada técnica, a associação auxilia a compreensão de uma outra lógica que pode, inclusive, conter os mesmos princípios.

Por exemplo: O deslocamento do corpo no espaço, seguido de um gesto circular com os braços. Esse movimento seguia a mesma lógica da dança clássica: Ao caminhar para um lado a mão referente à direção assumida (esquerda ou direita) é que domina e dirige o movimento circular para fora (*en dehors*). Ao retornar à posição inicial seguia-se o caminho oposto (*en dedans*). Explicando dessa forma parece extremamente confuso. Na verdade era, principalmente para quem não havia assimilado esta relação de que o movimento tinha duas direções: ida e volta; e que o ponto final coincidia com o ponto inicial do movimento.

Nessas aulas podia sentir no corpo as dificuldades e facilidades da assimilação de uma nova linguagem. Em alguns momentos, do lado de fora da sala, observava as diferentes respostas dos indivíduos frente às movimentações propostas.

“Havia dois alunos na turma que se dedicavam ao treino e prática da capoeira. Seus corpos eram flexíveis, o que proporcionava algumas facilidades frente a certas movimentações. No entanto, todos os deslocamentos espaciais eram executados com

extrema dificuldade. Por quê? (...) O que a capoeira deixa de oferecer a seus executantes?"
(Diário de Bordo -12 maio-93)

Neste momento pude constatar que não é a assimilação de qualquer técnica que dá subsídios para a apreensão de uma outra, mas a assimilação de uma técnica correspondente, isso é, que apresente princípios semelhantes.

A capoeira acontece num espaço circular. É feita uma roda e os lutadores (de dois em dois) se enfrentam dentro desse círculo. Não há lados, nem se especifica a frente, o fundo, os "pontos cardiais" da cena. Dessa forma, a frente do capoeirista será sempre *estar de frente* para o outro durante a movimentação. O bom lutador não perde seu olhar dos olhos do parceiro. Esse ponto já justificava uma das dificuldades dos atores-capoeiristas frente aos deslocamentos dos passos da Ópera de Pequim: a noção espacial.

Outra questão se referia ao eixo: A capoeira é uma manifestação de colonizados, não dos colonizadores. Assim, a vertical (normalmente utilizada pelos superiores não pelos subalternos) é praticamente inexistente. O eixo da movimentação não se apresenta perpendicular ao chão e sim inclinado a uns 30° (vide fig.9). O plano usado para sua movimentação é o da *mesa*, ou seja, o que intersecciona a largura com a profundidade.⁶⁶ A perda da relação de

⁶⁶ Laban define os planos como a intersecção entre a profundidade, largura e altura. Vide p. 100

perpendicularidade somada a não consciência dos pontos cardiais no espaço contribuem para a não assimilação dos deslocamentos espaciais.

Essas noções sobre a vertical, a horizontal, a frente, as laterais, são importantes de ser adquiridas porque o homem se pensa dentro de ângulos retos, de paralelas e de perpendiculares. É dentro de planos que ele se situa. Algumas técnicas partem do estudo e confirmação destes planos. O indivíduo que tem bem fixada essa relação trabalha a questão espacial de forma mais fluída.

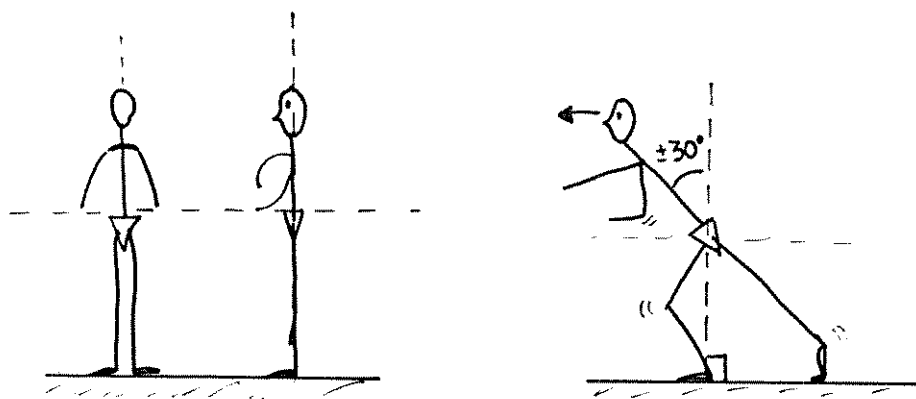


Fig. 9

Ao realizar essa constatação frente à prática da capoeira, algumas questões se elucidaram: *"O clássico é a base para as demais técnicas."* *"A técnica de Graham é o clássico da dança moderna"*. Essas afirmações constantemente feitas por profissionais da área começavam a fazer algum sentido.

Se pensarmos nos elementos e princípios que essas duas técnicas trabalham, percebemos que são técnicas fechadas, quadradas, não no sentido de antiquadas, mas no sentido de colocarem seus dançarinos dentro de um esquadro, com linhas e planos definidos. O alinhamento postural se apresenta como uma das grandes preocupações dessas técnicas e representa a contribuição mais relevante que essas escolas têm a oferecer.

A vertical é uma constante na dança clássica, uma estética que surgiu das danças da corte em meio aos nobres, onde o flexionar-se para frente era apenas para reverenciar ao rei. Adquirir a consciência da postura da coluna com a noção da vertical são pontos cruciais na formação do bailarino.

Na dança moderna, há uma maior movimentação da coluna. O dançarino realiza contrações e giros fora do eixo, no entanto, retorna sempre à vertical original. Assim, a consciência e manutenção da postura da coluna, de seu alinhamento perpendicular ao chão também são pontos importantes e frisados durante as aulas.

Todos os passos da dança clássica são executados seguindo uma cruz, com seus ângulos retos e suas perpendiculares: frente, lado, atrás, lado. Na técnica de Graham, essa cruz se mantém. Todo movimento executado para

frente, também é executado para o lado e para trás com a mesma ênfase e intensidade.

O alinhamento postural proposto por essas técnicas não representa apenas uma questão de estilo, de linhas estéticas. O alinhamento surge como resposta e respeito a organicidade e fisiologia do corpo humano.

Não são apenas as contribuições a nível postural e espacial que essas duas técnicas apresentam. Seus exercícios trabalham dois elementos fundamentais para o condicionamento físico do corpo: a força e o alongamento muscular. O interessante é que esses elementos são oferecidos de forma equilibrada.

Um exemplo desse equilíbrio são os exercícios para as pernas oferecidos na dança clássica. Uma junção bem dosada entre o trabalho de força e alongamento das regiões anteriores e posteriores das pernas.

Na técnica de Graham a *contraction & release*, representa um trabalho de força abdominal indispensável para qualquer artista cênico, uma vez que esta musculatura é responsável pela sustentação da postura e, participando da respiração, contribui no trabalho de voz.

Com relação a essas técnicas Lima afirma que:

“quando bem trabalhadas, essas técnicas (clássica, moderna) podem ser base, desde que o indivíduo não se submeta à técnica, mas deixe a técnica lhe servir.”⁶⁷

⁶⁷ José Antonio Lima - discussão de sala de trabalho - abril 1991

Essa questão de não se *submeter* à técnica apresenta-se como um ponto fundamental para ser compreendido. É ao se submeter à técnica que o indivíduo cria os vícios posturais. Um caso típico é o bailarino clássico que no seu caminhar cotidiano, em casa, na rua, mantém os pés rotados para fora ou o ator que perde sua *vida* em cena, sua *humanidade* ao se tornar extremamente técnico.

"A técnica serve para ser esquecida"

Essa afirmação foi feita por Toni Cots no dia da conclusão da oficina-montagem "Instalação Guanabara". Ele parafraseava Sanjuta Panigrahi, dançarina odissi indiana que afirmou:

"Meu segundo mestre, Kelucharan Mahapatra, que ainda é meu mestre hoje, diz que o grande artista é aquele que domina a técnica para esquecê-la"⁶⁸

Endeusar e ao mesmo tempo menosprezar a técnica. Adquirir e esquecê-la. Por quê?

Esquecer não é negar. Esquecer no sentido de não precisar mais *pensar* na técnica, ela já está aí. O que surgiu como algo que quebrava a técnica cotidiana, como fugindo dos automatismos, cria um novo automatismo, um novo condicionamento. Então não é mais necessário *pensar sobre*, já está condicionado. Posso esquecer, pois já está lá.

⁶⁸ Sanjuta Panigrahi no original: "My second master, Kelucharan Mahapatra, who is still my master today, says that the great artist is he who masters technique in order to forget it" caput. Eugenio Barba & Nicola Savarese *The Secret Art of the performer*, ISTA, London, p.62. Trad. do autor.

Para apresentar essa relação, vamos pegar um exemplo simples. As pessoas afirmam, popularmente, que fazer uma determinada tarefa "é como andar de bicicleta. Uma vez que se aprendeu, nunca mais se esquece". Há uma técnica para se andar de bicicleta. Até dominá-la, o indivíduo, seja ele adulto ou criança, passa por um processo de experimentação do equilíbrio, do impulso, do domínio do movimento das pernas e pés no pedal, dos braços e mãos no guidão. Aprende-se primeiramente andar em curtas distâncias, em descidas e na reta. Depois aumenta-se essa distância e experimenta-se o plano e as subidas. Quando o pedalar já está mais firme, experimenta-se as curvas. Primeiro as mais abertas, e depois as mais fechadas, e assim por diante.

O domínio da técnica de andar de bicicleta só vai sendo adquirido através do treino, da prática. Uma vez conseguido este domínio, mesmo que você passe um bom período sem pedalar uma bicicleta, a partir do momento em que você precisar dirigir uma, você consegue. Você pode até se sentir fatigado, fora de forma, ou talvez até chegar a cair. Mas você não vai precisar **pensar** em como se anda de bicicleta, pois essa é uma técnica já adquirida.

Outro exemplo mais simples: andar. Quando crianças aprendemos a andar experimentando quedas, impulsos, equilíbrios. A criança desloca o peso de seu corpo para

frente, o que provoca o desequilíbrio e percebe que ao colocar um pé na frente do corpo, a queda é momentaneamente interrompida. Como o desequilíbrio continua, a criança coloca o outro pé na frente, e mais uma vez o primeiro, e o outro, até encontrar um sofá macio ou os braços de sua mãe onde se joga. A criança experimenta o impulso, o equilíbrio, a queda, o domínio da vertical e o controle entre esses elementos, guardando todas essas sensações. Uma vez adquirida a técnica do andar, não precisamos mais *pensar sobre*, nem experimentar o movimento que vamos realizar como a criança faz. A técnica já está incorporada.

As diferentes maneiras de caminhar que as pessoas adotam são resultantes das várias técnicas adquiridas por esses indivíduos com o passar dos anos.

Observe num grupo as solas dos sapatos de cada um. Nelas estão impressas as diferentes formas de caminhar, as diferentes técnicas. Raramente num grupo as solas de sapato estão gastas da mesma forma. As pessoas adquirem técnicas pessoais de caminhar e somam-nas à primeira técnica adquirida quando ainda crianças. Essas diferentes maneiras têm a ver com sua cultura, sua classe social, seu estado de espírito, seu momento de vida, etc. Todos os homens caminham partindo de uma mesma técnica básica de andar:

“Caminhar é estar a todo momento evitando uma queda para frente.”⁶⁹

⁶⁹ José Antonio Lima - anotações de aula setembro de 1986

As maneiras pessoais de se locomover de cada um acontecem partindo desse conhecimento anteriormente adquirido.

“Nós somos uma somatória de condicionamentos. Por isso as pessoas apresentam resultados diferentes às várias técnicas vivenciadas.”⁷⁰

A técnica deve ser meio e não fim. Houve um tempo em que ter técnica se transformou no objetivo primeiro de atores e bailarinos. Virou mito. O *mito da técnica*. Aí não se pensava mais para qual finalidade. O fim era ter técnica.

“Também nós, no início de nossa atividade, acreditávamos no “mito da técnica”, alguma coisa que era possível se adquirir, possuir e que permitiria ao ator, dominar, dirigir o próprio corpo, tornar-se consciente dele. Nesse período, praticávamos exercícios para desenvolver a dilatação dos olhos e para aumentar-lhes a expressividade. (...) Esse controle, em um ator europeu, nada faria senão impedir reações orgânicas da face e transformaria seu rosto numa máscara sem vida.”⁷¹

Essa veneração à técnica surgiu em parte pela admiração do povo ocidental frente ao virtuosismo das artes cênicas orientais. No entanto, pode-se observar que esses indivíduos ou escolas que, pura e simplesmente, idolatraram a técnica, ignoraram não apenas o porquê da sua existência, como as diferenças culturais, que Barba analisa muito bem.

“No teatro oriental, o ator está imerso numa tradição que deve respeitar integralmente. (...) Como um pianista ou um bailarino clássico, sua evolução não pode ser

⁷⁰ José Antonio Lima discussão em sala de trabalho, abril 1991

⁷¹ Eugenio Barba. Op.cit. p. 61. os exercícios a que se refere Barba são extraídos do Kathakali indiano.

separada do virtuosismo. No teatro ocidental, o ator é ou deveria ser um criador.(...) Essa diferença essencial determina também o modo de abordar o ofício, a preparação, aquilo que hoje se chama de treinamento.” E conclui: “Não são os exercícios em si - e isso não deixarei de repetir - que são decisivos, mas a postura pessoal, aquela necessidade interior que empurra e motiva, no nível emocional e com uma lógica que não se deixa apanhar por palavras, a escolha do próprio ofício.”⁷²

Na maioria das estéticas orientais (senão em todas), os atores são formados tecnicamente. Seus corpos são primeiramente moldados e condicionados pela técnica. A expressão e a emoção surgem depois quando esse indivíduo já tiver incorporado a técnica.

É o condicionamento do corpo e o domínio de uma técnica corporal, que servem de base para o trabalho de representação do ator.

“Diferentemente de como acontece no Ocidente, o ator Kathakali é primeiramente formado como um dançarino, depois como um ator. É o primeiro que permite o segundo. É fácil observar que os iniciantes são dançarinos incríveis, mas atores pobres. Em contrapartida, os que têm 20 ou 30 anos de experiência, se dançam com menor virtuosismo (e nem sempre é o caso), são atores que possuem uma surpreendente força emocional. A originalidade do sistema Kathakali se situa na lenta e sábia passagem do dançarino para o ator.”⁷³

O que temos a aprender com o Oriente não são as técnicas corporais propriamente ditas. Estas servem para o

⁷² Eugenio Barba. Op. cit. p.60.

⁷³ Larry Tremblay. no original: “À la différence de l'acteur occidental, l'artiste de kathakali est formé d'abord comme un danseur, ensuite comme un acteur. C'est le premier qui permet le second. Il est facile d'observer que les débutants sont de remarquables danseurs, mais de piètres acteurs. Par contre, ceux qui ont 20 ou 30 ans d'expérience, s'il dansent avec moins de virtuosité ou de fougue sont des acteurs surprenants possédant une puissance émotionnelle exceptionnelle. L'originalité du système kathakali se situe dans ce lent et savant glissement du danseur vers l'acteur. Ce glissement se retrouve parallèlement dans le traitement des émotions.” *Le crâne des théâtres*, Lerner, Montreal, 1993, p. 106. Tradução do autor.

corpo dos orientais, para seus signos, enfim, para sua cultura. Fazer uma importação direta dessas técnicas é ignorar para que fim elas servem e acima de tudo desrespeitar as diferenças culturais, como Barba afirmou logo acima.

O que temos a aprender com o Oriente é a sabedoria incutida dentro do seu fazer: o ator é seu corpo. Para os orientais o domínio do corpo é que possibilita a formação do ator. É essa a lição que temos que levar para casa.

“O controle do corpo é uma etapa necessária para o controle mais profundo do ser.”⁷⁴

Quando afirmo aos meus alunos a urgência e a necessidade de terem uma técnica e estudarem-na a fundo “a fim de encontrarem sua CARA”, não é no sentido de idolatrar a técnica, de venerar o virtuosismo; mas no sentido de assumirem uma **postura** frente ao trabalho corporal e adquirirem **consciência** de que são **atores**, mas que, acima de tudo, **são seus corpos**. É essa consciência que tento transmitir na disciplina Técnicas Corpóreas: Introdução:

O ator é o seu corpo, seu corpo em cena.

⁷⁴Larry Tremblay no original: “Le contrôle du corps est une étape nécessaire à un contrôle plus profond du soi”, *Le crâne des théâtres*, Leméac, Montreal, 1993, p. 101. Tradução do autor

BIBLIOGRAFIA

- ALEXANDER, Gerda. *Eutonia - um caminho para a percepção corporal*. Martins Fontes Editora, São Paulo, 1983.
- AMBROSE, Kay. *The ballet lover's companion*. Borzoi Books, Alfred Knopf, New York, 1978.
- BARBA, Eugenio & SAVARESE, Nicola. *The secret art of the performer*. ISTA Edit., London, 1991.
- BARBA, Eugenio. *Além das Ilhas Flutuantes*. Editora HUCITEC e EDITORA DA UNICAMP, São Paulo - Campinas, 1991.
- BERTHERAT, Thérèse & BERNSTEIN, Carol. *O corpo tem suas razões*. Martins Fontes Editora, São Paulo, 1987.
- _____. *O correio do corpo*. Martins Fontes Editora, São Paulo, 1981.
- BERTRAND, Monique & DUMONT, Mathilde. *Expression corporelle-mouvement et pensée*. Librairie Philosophique J. Vrin, Paris, 1979.
- BOSI, Alfredo. *Reflexões sobre a Arte*. Editora Ática, São Paulo, 1986.
- BURGENER, Louis. *L'éducation corporelle - selon Rousseau et Pestalozzi*. Librairie J. Vrin, Paris, 1973.
- CALAIS-GERMAIN, Blandine. *Anatomie pour le mouvement - introduction à l'analyse des techniques corporelles*. Imprimeirie Nouvelle - Paris, 1987.
- CANETTI, Elias. *Massa e poder*. Editora Universidade de Brasília e Editora Melhoramentos, Brasília, 1960.
- CORDEIRO, Analivia & HOMBURGER, Cláudia & CAVALCANTI, Cybele. "Método Laban - nível básico", (mimeog.) 1989.

- DIAS, Linneu & NAVAS, Cássia. *Dança moderna*. Secretaria Municipal de Cultura de São Paulo, São Paulo, 1992.
- DUNCAN, Isadora. *Minha vida*. José Olympio Editora, Rio de Janeiro, 1985.
- FUX, Maria. *Dança, uma experiência de vida*. Summus Editorial, São Paulo, 1986.
- _____. *Dançaterapia*. Summus Editorial, São Paulo, 1982.
- GARAUDY, Roger. *Dançar a vida*. Editora Nova Fronteira, Rio de Janeiro, 1989.
- HUMPHREY, Doris. *The art of making dances*. Grove Press, New York, 1979.
- IVANOVICZ, Barbara (org.). *Conversando sobre o corpo*. Editora Papirus, Campinas, 1986.
- LABAN, Rudolf. *Modern Educational Dance*, MacDonald and Evans, London, 1975.
- _____. *O Domínio do Movimento*. Summus Editorial, São Paulo, 1981.
- LE BOULCH, Jean. *A educação pelo movimento*. Artes Médicas Editora, Porto Alegre, 1983.
- NIJINSKY, Rômola (org.). *O diário de Nijinsky*. Rocco, Rio de Janeiro, 1985.
- OSSONA, Paulina. *A educação pela dança*. Summus Editorial, São Paulo, 1988.
- PENROD, James & PLASTINO, Janice. *The Dancer Prepares*. Mayfield Publishing Company, Palo Alto, 1980.
- PORCHER, Louis. *Educação artística: luxo ou necessidade?*. Summus Editorial, São Paulo, 1982.
- PORTINARI, Maribel. *História da dança*. Editora Nova Fronteira, Rio de Janeiro, RJ, 1989.
- ROBINSON, Jacqueline. *La langage Chorégraphique*. Editions Vigot, Paris, 1978.
- SLATER, Wendy. *Teaching modern educational dance*. Northcote House, Plymouth, 1976.

- STOKOE, Patrícia & HARF, Ruth. *Expressão corporal na pré-escola*. Summus Editorial, São Paulo, 1987.
- TREMBLAY, Larry. *Le crâne des théâtres. Essay sur les corps de l'acteur*. LEMÉAC, Montreal, 1993.
- VIANNA, Klauss. *A dança*. Editora Siciliano, São Paulo, 1991.