

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
INSTITUTO DE ARTES
MESTRADO EM ARTES

**BUSCA E RETOMADA:
UM PROCESSO DE TREINAMENTO PARA A
CONSTRUÇÃO DA PERSONAGEM PELO ATOR-
DANÇARINO**

Adilson Roberto Siqueira

Campinas, 2000

UNICAMP
BIBLIOTECA CENTRAL
SEÇÃO CIRCULANTE

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
INSTITUTO DE ARTES
MESTRADO EM ARTES

**BUSCA E RETOMADA:
UM PROCESSO DE TREINAMENTO PARA A
CONSTRUÇÃO DA PERSONAGEM PELO ATOR-
DANÇARINO**

Adilson Roberto Siqueira

Dissertação apresentada ao Curso de Mestrado em Artes do Instituto de Artes da Unicamp como requisito parcial para a obtenção do grau de Mestre em Artes sob a orientação do Prof. Dr. Eusébio Lobo da Silva.

Este exemplar é a redação final da dissertação defendida pelo Sr. Adilson Roberto Siqueira e aprovada pela Comissão Julgadora em 04/08/2000

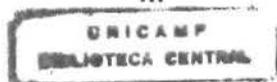
Eusébio Lobo da Silva
Prof. Dr. Eusébio Lobo da Silva

Campinas, 2000



UNICAMP
BIBLIOTECA CENTRAL
SEÇÃO CIRCULANTE

III



11/2007/0014

UNIDADE	BC
N.º CHAMADA:	UNICAMP
	Si75b
V.	Ex.
TOMBO BC/	43413
PROC.	06-392104
C	<input type="checkbox"/>
D	<input checked="" type="checkbox"/>
PREC.º	R\$ 11,00
DATA	09/01/04
N.º CPD	

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA
BIBLIOTECA CENTRAL DA UNICAMP

CM-00147250-8

Si75b	<p>Siqueira, Adilson Roberto.</p> <p>Busca e retomada : um processo de treinamento para a construção da personagem pelo ator-dançarino / Adilson Roberto Siqueira. -- Campinas, SP : [s.n.], 2000.</p> <p>Orientador: Eusébio Lobo da Silva. Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual de Campinas, Instituto de Artes.</p> <p>1. Dança. 2. Teatro. 3. Atores - Treinamento. 4. Dançarinos - Treinamento. I. Silva, Eusébio Lobo da. II. Universidade Estadual de Campinas. Instituto de Artes. III. Título.</p>
-------	--

UNICAMP
BIBLIOTECA CENTRAL
SEÇÃO CIRCULANTE

À Malcolm X,
À meus pais,
À Janaína e ao Lucas

Agradecimentos

A Adilson Barros e Luis Otávio Burnier pela lição de radicalismo e coerência artística. (In memoriam).

Ao Prof. Eusébio Lobo pela orientação exigente e dedicada, pelo carinho e pela visão holística. Valeu, "Mano"! Contigo aprendi o que é ser um bom orientador.

A todos os atores, atrizes, bailarinos e bailarinas que dirigi, que acreditaram em meu trabalho quando ainda era incipiente e pouco sistemático.

À Silvia, Paulinha, Lysandra, Anacris, Michele e Armando pela confiança, fé, generosidade e resistência nos momentos difíceis.

À Ruth pela força e carinho.

UNICAMP
BIBLIOTECA CENTRAL
SEÇÃO CIRCULANTE

Resumo

Esta dissertação apresenta um processo de trabalho que conjuga o treinamento e a preparação do intérprete com a construção da personagem e a montagem do espetáculo. Seu ponto de partida é a premissa de que as ações físicas e sonoras, utilizadas no teatro, e as frases de movimento, utilizadas na dança, são, em sua essência, nomes distintos para a mesma atividade do corpo humano. A partir dessa perspectiva, ela propõe a unificação do trabalho do ator e do dançarino em um único ator-dançarino e defende a hipótese de que o domínio das frases de movimento e das ações físicas, conjugados à abordagem da Representação Não-interpretativa, podem resultar num processo de construção da personagem que contribui para a eliminação de barreiras entre a dança e o teatro.

Partindo de uma argumentação teórica que discute a função do intérprete, do texto espetacular e da personagem e sua interpretação, o presente trabalho apresenta um breve olhar sobre a experiência do autor como ator, diretor e pesquisador cênico, descreve o processo proposto, seus conceitos e elementos e, ao final, propõe alguns procedimentos sobre como aplicar a proposta junto a um grupo de atores-dançarinos visando uma construção espetacular.

Índice

Introdução	15
Capítulo I - Para Estar em Cena a Acionar a Imaginação	19
1.1 - O Corpo Teatral	21
1.2 - As Ações Físicas	22
1.3 - As Frases de Movimento	25
1.4 - Derrubando Fronteiras: O Ator-Dançarino	27
1.5 - O Texto, A Personagem e Sua Interpretação	30
Capítulo II – Método e Metodologia no Interjogo Teórico-Prático	37
2.1 - Método e Metodologia	39
2.1.1 - Método	39
2.1.2 - Metodologia	39
2.1.3 - Forma de Coleta e Análise dos resultados:	41
2.2 - Retroperspectiva	44
2.2.1 - Dez Quartos	45
2.2.2 - Os Coveiros	47
2.2.3 - Arco	50
2.2.4 - Encontro	52
2.2.5 - Um Lance de Dados	53
2.2.6 - Macondo-Irará	56
2.2.7 - Oficinas na Unesp	59
2.3- A Pesquisa com Os GT's.	61
2.3.1 - G-1	62
2.3.2 - G-2	63
2.3.3 - G-3	66
2.3.4 - G-3A	68
2.3.5 - G-4	69
2.3.6 - G-5	70

Capítulo III – O Processo de Busca e Retomada	75
3.1 - Termos e Conceitos Básicos para a Compreensão do Processo de Busca e Retomada	77
3.2 - O Conceito de Busca e Retomada	92
3.3 - As Fases do Processo	95
3.4 - O Binômio Intérprete-Espetacularidade	98
3.5 - A Estrutura do Processo de Busca e Retomada	100
3.5.1 - A Seqüência de Busca e Retomada.	102
3.5.1.1 - Conceituação e Descrição dos Exercícios Padrões	107
3.5.2 - O Repertório Individual de Movimentos e Ações Agregados - Rima.	133
3.5.3 - Dança da Personagem: A Construção Física do Papel	135
 Capítulo IV – Como Aplicar o Processo de Busca e Retomada	 139
4.1 - Considerações Gerais Sobre a Aplicação da Seqüência de Busca e Retomada	141
4.1.1 - Procedimentos Para a Aplicação da Seqüência de Busca e Retomada	142
4.1.2 – <i>Reestruturando a Seqüência de Busca e Retomada a Partir da Perspectiva dos Atores-dançarinos.</i>	156
4.2 - A Construção do Rima	160
4.3 - A Elaboração da Dança da Personagem	162
4.4 - A Montagem da Cena	166
 Conclusão	 169
 Anexos	 173
ANEXO I – A Seqüência de partida	175
ANEXO II - Fichas Técnicas	176
ANEXO III - Esquema geral das etapas do workshop ministrado na ARCO - pedagogia de vivências	178
ANEXO IV – A Seqüência de Treinamento em Fevereiro de 1996	179

ANEXO V – A Seqüência de Treinamento em 17 de Agosto de 1998	180
ANEXO VI - A Seqüência desenvolvida com o G-2	182
ANEXO VII: Diário de Campo	183
ANEXO VIII - Texto Espetacular	224
ANEXO IX - Cuidados a serem tomados na aplicação da seqüência de busca e retomada	233
ANEXO X - Relação, cena por cena, das ações físicas e sonoras e das frases de movimento dos personagens do texto espetacular: depois da tempestade	241
ANEXO XI - Característica de cada personagem a partir das ações físicas e sonoras e das frases de movimentos	246
ANEXO XII - Exemplo do RIMA (Repertório Individual de Movimentos e Ações Agregadas) de alguns dos integrantes do G-5, utilizado na montagem do exercício cênico “Depois da Tempestade”.	253
ANEXO XIII– Comentários	263
Bibliografia	277
Referências Bibliográficas	279
Obras Consultadas	286

Introdução¹

A abolição ou a derrubada de fronteiras entre a dança e o teatro tem sido objeto de estudos e discussões de diversos profissionais e críticos especializados destas duas áreas. A presente dissertação pretende se colocar neste debate ao propor um treinamento para o ator-dançarino construir uma personagem, que incorpora princípios fundamentais dessas duas áreas.

A primeira tentação que se tem ao falar em abolição ou derrubada de fronteiras é ir-se logo rotulando a resultante como sendo dança dramática ou então dança-teatro. Minton² define a dança dramática com sendo aquela na qual "... a coreografia expressa uma mensagem e envolve relações entre dançarino-personagens..." (1986: p.104)³. Por outro lado, Manning e Benson⁴ sustentam que "a dança-teatro eleva a expressão sobre a forma" (1986, p.30). Nestes dois sentidos, é isso que o Processo de Treinamento proposto faz ao conjugar elementos, tanto do teatro quanto da dança, para serem utilizados por aqueles interessados em expressar cenicamente uma personagem.

Entretanto, não pretendo inserir minha proposição nesta ou naquela categoria, porque trata-se de algo que, provavelmente, apenas a prática e a aplicação do treinamento proposto – se possível por outros encenadores, atores e

¹ Nota do Autor: Nesta dissertação, todas as citações e referências bibliográficas estão de acordo com a **Norma NBR-6023/89 - Referências Bibliográficas da ABNT – Associação Brasileira de Normas Técnicas**

² MINTON, S.C. de. *Choreography: A Basic Approach Using Improvisation*. EUA, United Graphics, 1986

³ Nota do Autor: A tradução deste texto, bem como de todas as citações em outro idioma cujo tradutor não for mencionado, foram feitas por mim.

⁴MANNING, Susan Allene; BENSON, Melissa. *Interrupted Continuities: Modern Dance in Germany – an historical photoessay*. In *The Drama Review*. Volume 30, Number 2 (T110), Cambridge: MIT Press, Summer 1986. P. 30

dançarinos - ao longo dos anos poderá, talvez, definir. Pelo contrário, o objetivo das próximas páginas é apresentar uma proposta de trabalho dirigida àqueles interessados em expressar cenicamente uma personagem, sejam eles atores ou dançarinos.

Tal objetivo está em consonância com Martin⁵ que sustenta que a "(...) função do ator é interpretar e sua ação se relaciona diretamente à experiência humana, a qual ele recria através da memória, e exterioriza através de seus instrumentos físicos (seu corpo)"⁶. Para ele, isto é exatamente o que faz o dançarino (1972: pp. 93-97), o que me leva a inferir que a função dos dois (ator e dançarino) é praticamente a mesma, sendo que o que pode variar é o processo de trabalho de um e de outro.

Partindo dessa primeira premissa, a presente Dissertação apresenta um processo de trabalho único, que conjuga o treinamento e a preparação do intérprete com a construção da personagem e a montagem do espetáculo. Para tanto, é levada em consideração uma segunda premissa: a de que as ações físicas e sonoras, utilizadas no teatro, e as frases de movimento, utilizadas na dança são, em sua essência, nomes distintos para a mesma atividade do corpo humano. Abordando o trabalho do intérprete a partir dessa perspectiva, ela propõe, através da utilização desses elementos, a unificação do trabalho do ator e do dançarino em um único ator-dançarino, e defende a hipótese de que o domínio das frases de movimento e das ações físicas, conjugados à abordagem da Representação Não-interpretativa, pode resultar num processo de construção da personagem que contribui para a eliminação de barreiras entre a dança e o teatro.

⁵ MARTIN, J. *The Modern Dance*. New York, Barnes & Co., 1972.

⁶ Nota do Autor: O parêntesis é meu

Na tentativa de demonstrar como isso pode ser feito, discutirei no capítulo 1, os conceitos de frase de movimento e ações físicas e sonoras; apresentarei a proposição da substituição do ator e do dançarino enquanto categorias independentes pela figura do ator-dançarino; discorrerei sobre como o texto e a personagem devem ser entendidos a partir dessa proposta e considerarei todos esses elementos e a questão do interpretar sob a ótica da Representação não-interpretativa.

No segundo capítulo, apresentarei o Método e a Metodologia que foi utilizado na pesquisa prática; apresentarei ao leitor parte do meu percurso e a importância de minha experiência pessoal para a proposição deste treinamento e; descreverei como foi articulado o interjogo entre os elementos advindos dessa experiência com os conhecimentos teóricos, e com o trabalho prático desenvolvido junto aos grupos especialmente constituídos para a aplicação da pesquisa..

O capítulo 3 discorre sobre o Processo de Busca e Retomada propriamente dito, seus conceitos, estrutura de treinamento e elementos constitutivos e; o capítulo 4 propõe alguns procedimentos sobre como aplicar a proposta junto a um grupo de atores-dançarinos visando uma construção espetacular.

Tendo em vista que o texto descreve um processo de treinamento cuja construção se deu de modo dialético na prática do dia-a-dia, faz-se necessária a apresentação ao leitor de elementos que lhe permitam observar como o processo foi se construindo e como ele foi sendo aplicado nos diversos grupos da pesquisa prática. Sendo assim, encontram-se nos Anexos informações sobre o ponto de partida da pesquisa, fichas técnicas de espetáculos que foram realizados na construção do processo, comentários e opiniões dos atores-dançarinos e de terceiros e, tendo em vista que o resultado final da pesquisa foi aplicado num exercício cênico, encontra-se também o texto espetacular do mesmo, além de uma fita de vídeo com um resumo de todo o trabalho prático.

Esclareço que, inicialmente, relutei em enveredar por uma narrativa de cunho autobiográfico, mas com o correr do tempo e com a observação precisa do orientador, que numa visão holística, me fez ver que o desenvolvimento do processo de Busca e Retornada está intrinsecamente ligado à história de minha vida no teatro, essa acabou sendo a opção que fiz para poder realizar uma abordagem coerente da presente proposição. Nesse sentido, espero contar com a paciência do leitor quanto às constantes incursões pelo campo autobiográfico na descrição do processo. No fundo de tudo está uma frase que certa vez ouvi do Professor José Lessa Mattos Silva (David José)⁷: “O objeto da pesquisa em artes é relatar o processo que o artista utiliza ao criar a sua arte”.

De certa maneira é isso que este texto é: o relato de como foi se dando minha compreensão e apropriação de estudos e discussões promovidos por grandes mestres como Burnier, Laban, Stanislavski, Grotowski, Barba, Humphrey, Blom e Chaplin - apenas para citar os que são mais recorrentes no texto – na construção deste processo de treinamento o qual, espero, possa ser útil para o trabalho de encenadores, diretores, atores, dançarinos e outras pessoas interessadas na compreensão dos mecanismos que compõem as artes da cena.

⁷ Nota do Autor: Professor do Departamento de Artes Corporais do Instituto de Artes - Unicamp

CAPÍTULO 1
PARA ESTAR EM CENA
E ACIONAR A IMAGINAÇÃO

1.1 - O CORPO TEATRAL

Para Burnier⁸ “a arte não reside propriamente em o que fazer, mas no como” (1994, p.20) fazer. Por essa razão, argumenta ele, “para o artista, a questão do **como** é antecedida pelo com o que, com quais instrumentos (ele trabalhará)⁹: se com a mímica, a dança, o canto ou a dicção” (BURNIER, loc. cit.) uma vez que esses elementos, entre outros, pertencem a um universo de trabalho objetivo e, “resultam de um uso particular do corpo e da voz” (Id). Partindo desse enfoque, Burnier considera que “o corpo (a voz como parte do corpo) pode ser entendido como o instrumento de trabalho do ator e de todos os artistas performáticos do palco” (Ibid). Por sua vez, Roubine¹⁰ afirma que esse “corpo (e a voz que o integra)¹¹ não é por natureza teatral” (1987, p.43) e precisa aprender a se movimentar e a estar em cena.

Na tentativa de ensinar como o corpo se movimenta e está em cena, diversos sistemas e métodos foram desenvolvidos nesse sentido, de maneira que a questão do como fazer, acima mencionada, transformou-se em uma multiplicidade de técnicas, metodizadas ou não, a serem aprendidas e/ou utilizadas pelo artista para realizar no palco, atividades corpóreas intrínsecas ao ser humano como falar, gesticular e movimentar-se.

A situação se torna particularmente mais complexa quando o que se pretende é que esse artista represente uma personagem. Tal fato, cria um paradoxo pois a “teatralização do corpo” (ROUBINE, Op. Cit. p.43) ou seja, as técnicas a serem

⁸ BURNIER, Luis Otavio. *A arte do Ator: da técnica à representação - Elaboração, codificação e sistematização de técnicas corpóreas e vocais de representação para o ator*. Tese de doutorado em Comunicação e Semiótica. São Paulo: PUC, 1994.

⁹ Nota do Autor: Os parêntesis são meus.

¹⁰ ROUBINE, Jean-Jacques. *A arte do Ator*. Tradução: Yan Michalski e Rosyane Trotta, Rio de Janeiro, Jorge Zahar Editor, 1987.

¹¹ Nota do Autor: Os parêntesis são meus.

aprendidas e que são necessárias para estar em cena, precisam ser, como muito bem definiu Roubine, uma “ginástica do imaginário” (Id. p.44), posto que deve possibilitar que o corpo seja colocado em uma situação tal que, ao mesmo tempo que instigue a imaginação, auxilie no domínio dos músculos e nervos.

Frente a essas considerações, a questão que se coloca é: como o artista do palco pode desenvolver um processo de treinamento para a construção da personagem que lhe permita, ao mesmo tempo, aprimorar o seu corpo para estar em cena e acionar sua imaginação para dar vida à personagem?

1.2 - AS AÇÕES FÍSICAS

Na tentativa de responder a essa questão, encontra-se em Stanislavski¹² uma primeira pista quando de suas considerações sobre as Ações Físicas. Para ele, em qualquer ação física que não seja plenamente mecânica, ocultam-se sentimentos e uma “ação interior” (STANISLAVSKI, op. cit., p. 239) que criam “os dois planos da vida de um personagem, o plano interior e o plano exterior” (SANISLAVKI, loc. cit.).

Em seus escritos, ele postula que o ator deve fazer uma lista das ações físicas e dos “objetivos físicos”(Id. p. 237) de uma personagem numa peça. Com a realização desses elementos, emerge uma linha, “um fio de ações lógicas e consecutivas” (id. p.238) que quanto mais vezes for repetida, mais forte, verdadeira e cheia de vida a personagem se tornará. Essa linha, a qual ele denomina “linha do ser físico”(loc.cit), representa a metade da vida de uma personagem. A outra metade, denominada “entidade espiritual” (loc. cit), é criada simultaneamente à realização desse fio de ações lógicas, pois quanto mais o

¹² STANISLAVSKI, Constantin. *A criação de um papel*. Tradução: Pontes de Paula Lirna, Rio de Janeiro, Civilização Brasileira, 1984.

ator as repete, ou melhor, em suas próprias palavras: “revive a vida física do papel, mais definida e firme vai se tornando a linha da vida espiritual” (op. cit. p.239-240) da personagem posto que os dois planos de sua vida são indivisíveis e estão diretamente relacionados ao elo existente entre corpo e alma.

Partindo dessas premissas, ele considera que se o ator dedicar-se a realizar as ações físicas da personagem, ele deixará o caminho livre para o subconsciente agir e, dessa maneira, ele estará construindo integralmente o seu papel. A esse respeito escreve ele:

“À medida que somos atraídos para as ações físicas, somos afastados para longe da vida do nosso subconsciente. Deste modo, o deixamos livre para agir, e o induzimos a trabalhar criativamente. (...) Meu método induz a agir, por meios normais e naturais, as mais sutis forças criativas da natureza, que não estão sujeitas ao cálculo” (op. cit, p.250-251).

Estas reflexões são sintetizadas por Grotowski¹³ da seguinte maneira: “os sentimentos não dependem de nossa vontade” (1993, p.20)¹⁴ Ou seja, o grande

¹³ NOTA DO AUTOR: O polonês Jerzy Grotowski (1933-1999) investigou a natureza da representação teatral, seu fenômeno, seu significado, sua natureza e a ciência de seus processos mental-físico-emocionais (Peter Brook, 1967). Apesar de ser um dos grandes renovadores do Teatro contemporâneo, seu último espetáculo como diretor teatral foi Apocalysis cum figuris, de 1969, cuja última apresentação ocorreu em 1980. Ele costumava dividir seu trabalho em duas fases: à primeira, que se encerrou com o espetáculo acima, ele chamava “arte como espetáculo” e à segunda, Arte como veículo. Na presente dissertação todas as referências a Grotowski se situam no campo da Arte como Espetáculo. (Cf. **Untitled text by Jerzy Grotowski, Signed in Pontedera**, Italy, July 4, 1998 in The Drama Review 43, 2 (T162) Summer 1999 e BROOK, Peter Grotowski, **Art as a Vehicle** The Drama Review 35, 1 (T129) Spring 199 e Prefácio à 3ª edição **Em Busca de um Teatro Pobre**. Trad. Aldomar Conrado. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1987

¹⁴ GROTOWSKI, Jerzy. **Respuesta a Stanislavski**. In Revista Máscara Ano 3 Nº 11-12 Enero 1993, Cidade do México: Escenologia 1993.

erro que um ator poderia cometer seria tentar construir uma personagem dedicando-se a controlar racionalmente as forças do seu subconsciente.

O trabalho com as ações físicas foi tão importante para Stanislavski que, no final de sua vida, ele reconheceu serem elas o núcleo central de suas pesquisas: "O método das ações físicas é o resultado do trabalho de toda minha vida" (MOORE Apud BURNIER, op.cit, p.40) e Grotowski, que se propôs a dar continuidade às suas pesquisas, declarou que "o método das ações físicas foi sua maior descoberta" (GROTOWSKI, Apud BURNIER, loc.cit.)

Por sua vez, tanto Grotowski quanto Burnier afirmam que as ações físicas são as ações pequenas¹⁵ e, de seus escritos, depreende-se que elas possuem começo meio e fim. Além dessas características, Burnier considera-as como "unidades mínimas de ações (...) a menor partícula viva do texto do ator"¹⁶. Por texto do ator ele entende "o conjunto de mensagens ou de informações que o ator, e somente ele, pode transmitir"¹⁷ ao realizar ações sobre um palco.

Diante dessas considerações, fica nítida a importância das ações físicas e das ações vocais¹⁸ no trabalho do ator. Sendo assim, pode-se inferir que qualquer processo de treinamento que vise auxiliar o intérprete na tarefa de construir sua personagem, precisa ter as ações físicas e vocais como elementos de fundamental importância uma vez que elas são "a unidade de base para a arte do ator"¹⁹, ou seja, a unidade mínima do ator.

¹⁵ BURNIER, op. cit., p. 53

¹⁶ Id. p.44

¹⁷ Ibid

¹⁸ Nota do autor: Segundo Burnier, por ação física deve-se entender também as ações vocais. Cf. Op. Cit. p.39.

¹⁹ Ibid. p.47

1.3 - AS FRASES DE MOVIMENTO

Stanislavski (op. Cit., p.238) também sustenta que quando o ator realiza a “linha do ser físico”, ou seja, repete as ações da personagem uma a uma, elas vão se reunindo e criando movimento. Escreve ele:

“Sinto que as ações individuais separadas, estão se reunindo para formar períodos maiores, e que desses períodos vai emergindo todo um fio de ações lógicas e consecutivas. Vão investindo, criando movimento, e esse movimento está engendrando uma vida interior mais verdadeira. Sentindo essa vida, percebo a sua veracidade, e a verdade engendra a fé. Quanto mais eu repito essa cena, mais forte se torna essa linha, mais poderoso o movimento, a vida, sua verdade, e minha crença nela.”

Tal associação entre ação física e movimento descrita pelo autor com ricas imagens que sugerem movimento, levam-me a considerar a questão do desenvolvimento de um processo de treinamento também em relação à dança, uma vez que nela, o dançarino, assim como o ator, tem a necessidade de aprimorar o corpo para estar em cena e acionar sua imaginação.

Nesta seara, Blom & Chaplin²⁰ fornecem outra pista quando, ao discorrerem sobre o conceito de "Frase" na Dança, informam que ela possui personalidade, singularidade, começo, meio e fim e é, no trabalho do dançarino, a “menor e mais simples unidade da forma” (1982, p.30). Escrevem eles:

“(...) Uma frase coreográfica tem a intenção de transmitir sentimentos, imagens, idéias; mostrar impressões visuais, uma história, símbolo, ou

²⁰ BLOM, Lynne Anne, CHAPLIN, L.Tarin. *The intimate act of choreograph*. Pittsburgh, Pittsburgh Press, 1982.

elementos desenhados. Indiferentemente da intenção que ela possa ter, uma frase coreográfica tem uma personalidade, uma "face" identificável do movimento (...) procura tocar o espectador, comunicar um sentido, uma fantasia, uma idéia, um estilo, textura ou qualidade. Tem uma atitude, uma aura de singularidade, uma personalidade."
(BLOM&CHAPLIN, loc. cit.)

Esse pensamento encontra eco em Humphrey²¹ para quem frase é algo que se herda dos ancestrais, que identifica a necessidade humana de expressar emoções de vários tipos. Dessa maneira, "a boa dança precisa ser colocada junto com a frase e esta precisa ter uma forma reconhecível, com um começo e um fim (...)" (HUMPHREY, op. cit., p. 66-67).

Por sua vez, Minton²² afirma que uma frase é feita de "pequenos movimentos" (1986, p.01) que se caracterizam por "um impulso de energia que cresce, estrutura-se, encontra sua conclusão e flui fácil e naturalmente em direção à próxima frase de movimento"(Id. p.02)

Considerando-se as opiniões desses artistas e intelectuais, pode-se observar que existe grande semelhança entre os conceitos de Ação Física em teatro, o qual denomino "unidade mínima do ator" e Frase de movimentos na dança, que segundo Minton é "*a menor unidade do movimento*" (loc. cit.) ou unidade mínima do dançarino. Ambas se referem a elementos mínimos: "pequenos movimentos" no caso da frase e "pequenas ações" no caso das ações físicas; ambas têm um começo um meio e um fim e, por fim, ambas, quando organizadas seqüencialmente, postas uma em relação à outra de modo a compartilhar uma

²¹ HUMPHREY, Doris. *The art of Making* Dance. Editado por Barbara Pollack. New York: Grove,1977.

²² MINTON, Sandra.C. *Choreography: A Basic Approach Using Improvisation*. EUA., United Graphics, 1986.

intenção como elemento comum, determinam a qualidade de uma boa representação e de uma boa dança.

Devido a todas essas semelhanças, pode-se inferir que é possível a utilização das ações físicas e vocais e das frases de movimento no desenvolvimento de um processo de treinamento para a construção da personagem. Esta possibilidade coloca uma segunda questão: qual seria então, a característica do profissional oriundo desse treinamento?

1.4 - DERRUBANDO FRONTEIRAS: O ATOR-DANÇARINO

Admitindo-se que as ações físicas e vocais e as frases de movimento são a base do trabalho do ator e do dançarino, sua utilização num treinamento pode representar a eliminação de pelo menos uma fronteira básica existente entre a dança e o teatro, qual seja: as diferenças existentes no treinamento utilizado para tornar expressivo num palco o corpo de um e de outro.

Partindo dessa premissa e levando em consideração que ambos são "... pessoas reais realizando ações corporais reais num palco" (LABAN, 1978, pp.141-142)²³, com a utilização das ações físicas e sonoras e das frases de movimento, não faz mais sentido a realização de um treinamento diferenciado, voltado ou para o ator ou para o dançarino. Antes pelo contrário, o treinamento precisa ser dirigido a um único ator-dançarino²⁴, termo este tomado de empréstimo junto a Laban que o utilizou já no final da década de 1940.

²³ LABAN, Rudolf - *O Domínio Do Movimento* - Organização Lisa Ullmann. Tradução; Anna Maria Barros de Vecchi e Maria Sílvia Mourão Netto, São Paulo, Summus, 1978. P. 141-142

²⁴Nota do Autor: Escreve Laban: " A arte teatral tem suas raízes no desempenho audível e visível do esforço, manifesto por ações corporais do ator-dançarino." Id.

A substituição do ator e do dançarino, enquanto categorias independentes, pela figura do ator-dançarino através, não da junção de elementos constitutivos da arte de um ou de outro, mas da derrubada de fronteiras existentes nos seus processos de treinamento se justifica pois, segundo Martin²⁵, as funções do ator e do dançarino são as mesmas. Escreve ele:

"(...) o negócio do ator e do dançarino é expressar sentimentos interiores através dos seus corpos. (...) A função do ator é interpretar. Sua ação é relacionada diretamente à experiência humana, a qual ele recria através da memória e exterioriza através de seus instrumentos físicos. Isto é exatamente o que faz o dançarino." (1993, passim, pp. 93-97)

Entretanto, a primeira tentação que se tem ao discorrer sobre a derrubada de fronteiras existentes entre a dança e o teatro, é ir-se logo rotulando a resultante como sendo dança dramática, ou então, dança-teatro. Não se trata aqui de optar por esta ou aquela categoria, algo que provavelmente apenas a prática e o passar dos anos poderá, talvez, definir. O importante é que existem algumas semelhanças que podem ajudar na compreensão do universo ao qual pertence o ator-dançarino e que emerge desse processo de treinamento sem fronteiras. Minton define a dança dramática com sendo aquela "na qual a coreografia expressa uma mensagem e envolve relações entre dançarino-personagens" (Op. cit., p.104). Por outro lado, a dança-teatro dá mais "destaque à expressão do que à forma" (MANNING&BENSON, 1986, p. 30)²⁶ e refere-se à mistura de elementos provindos da *Ausdruckstanz* (que pode ser traduzido literalmente por Dança de Expressão), da Dança Moderna Americana, do Ballet e do Teatro Não-verbal (Id., passim, pp.30-45).

²⁵ MARTIN, John. *The modern dance*. New York: Barnes & Co., 1972.

Estes aspectos da dança expressiva e da dança-teatro, que de *per se*, representam uma derrubada nas fronteiras do modo tradicional de se entender o trabalho do dançarino, sem sombra de dúvida fornecem as bases que caracterizam as atividades do ator-dançarino uma vez que, ao preparar-se utilizando as ações físicas e as frases de movimentos ele, muito provavelmente, chegará a uma resultante que pode se aproximar destas propostas estéticas. De qualquer maneira, o que for criado por ele estará diretamente relacionado à experiência humana, recriada e exteriorizada através do seu corpo seja num plano mais naturalista, explícito e representacional; seja através da qualidade metaquinética dos seus movimentos²⁷.

Como a utilização das frases de movimento e das ações físicas e vocais pressupõe a mescla aleatória das duas, a resultante primeira desse processo não se referirá, necessariamente, a personagens como Hamlet, Electra ou Wladimir, mas sim, nas palavras de Laban, àquele:

“silencioso mundo das idéias e agitações interiores que jaz à espreita de ser concebido de acordo com uma forma coerente (o qual o)²⁸ artista do palco tem que exhibir através de movimentos que caracterizem a conduta e o crescimento de uma personalidade humana, numa variedade de situações em mudança, (espelhando) nos gestos, na voz e na fala tanto a personalidade quanto o caráter” (Op. Cit. 142-143).

²⁶ Cf. MANNING, Susan Allene & BENSON, Melissa. Interrupted Continuities: **Modern Dance in Germany**. In The Drama Review. Vol. 30, Nº 2 (T110) Summer. Cambridge: Mit Press, 1986.

²⁷Nota do Autor: Referindo-se à criação da personagem dramática, Martin (Op. Cit. p.97) escreveu “... a exteriorização do ator é mais no plano naturalista do que a do dançarino, ela é mais explícita, mais representacional.(...) O dançarino cria o drama através da qualidade metaquinética de seus movimentos...”

²⁸ Nota do Autor: Os parêntesis são meus.

Dessa maneira, a personagem final será uma construção realizada a partir desses elementos, o que significa que, admitida a categoria do ator-dançarino e, portanto, as premissas acima, a personagem que ele construirá e o texto dramático que ele utilizará em seu trabalho precisarão ser abordados desde um outro enfoque. Sendo assim, a interpretação dos personagens precisará ser feita sob uma outra ótica.

1.5 - O TEXTO, A PERSONAGEM E SUA INTERPRETAÇÃO

Essa ótica fica mais fácil de ser compreendida quando se considera um elemento fundamental para a arte do ator-dançarino: a natureza tricotômica da representação, composta pela separação ator-personagem-espectador.

O fato de o ator se ver separado da personagem, é a principal contribuição de Brecht²⁹ para o teatro contemporâneo. Em seu modelo de afastamento (em alemão: *Verfremdungseffekt* = efeito de estranheza, alienação) o ator está em relação constante com ele próprio, transitando pela personagem e dela saindo de modo a propiciar ao público, o estabelecimento de relações conforme o seu entendimento enquanto intérprete individual e interpretante universal da cena mostrada pelo ator.

Sobre isso, Rosenfeld³⁰, ao comentar o distanciamento brechtiano, escreve:

"O ator (...) por uma parte de sua existência histriônica - aquela que emprestou à personagem - insere-se na ação, por outra mantém-se à

²⁹ Cf. BRECHT, Bertolt - **Estudos Sobre Teatro**.. Coletado por: Siegfried Unseld. Tradução de Fiama Pais Brandão. - Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1978 e Pequeno Organon para o Teatro, São Paulo, 19--

³⁰ ROSENFELD, Anatol. **O Teatro Épico**. São Paulo: Perspectiva, 1985.

margem dela. Assim dialoga não só com seus companheiros cênicos e sim também com o público(...)Em cada momento deve estar preparado para desdobrar-se em sujeito (narrador) e objeto (narrado), mas também para 'entrar' plenamente no papel, obtendo a identificação dramática em que não existe a relativização do objeto (personagem) a partir do foco subjetivo (ator)" (1985, p. 161)

Dessa maneira, a personagem deve ser entendida como se fosse o tempo transitando nas três dimensões do espaço, o que resulta uma quadridimensão. Ela é como o tempo porque, como afirma Burnier,

"(...) no momento em que a ação teatral, em que a arte do ator acontece, nós temos, (...) um espaço vazio, um ator e um espectador. O personagem ainda não existe, está por vir. O personagem, fruto da relação ator-espectador, será criado entre os dois.(...)" (Op. Cit. p.27)

Depreende-se dessa afirmação que a personagem surge no "momentum" específico em que se dá a relação entre o ator-dançarino e o espectador num espaço-tempo determinado. Até esse momento, o ator-dançarino é um equivalente da personagem. É esse equivalente que será interpretado pelo espectador que o transformará em personagem, no momento em que o ato teatral acontecer. Ou seja, segundo Burnier, o Intérprete é o espectador, é ele quem interpreta as ações do ator no espaço-tempo. Em suas palavras:

"o intérprete (...) não é o ator, mas o espectador. O ator age, emite sinais, o espectador, como testemunha vê, lê e interpreta estas ações criando um sentido (...)o ator não é o Intérprete mas o representante. O representante não busca uma personagem já existente, ele constrói um equivalente através de suas ações físicas (BURNIER, op. cit. p.27)"

Para Burnier, o Intérprete é um intermediário, alguém que está entre, que constrói um equivalente da personagem através das ações físicas e, eu acrescento, das frases de movimento. Dessa maneira, quem está entre a personagem e o espectador não é o ator-dançarino mas, sim, o equivalente da personagem.

O que Burnier escreve é similar ao que escreve Laban:

“Ao executar todos os tipos de movimentos implementais ou não, o ator-dançarino é, na verdade, uma pessoa real às voltas com ações corporais reais; o silencioso mundo das idéias jaz à espreita de ser concebido de acordo com uma forma coerente. O executante acentua algumas destas formas estranhas emergentes do mundo do silêncio e da imobilidade e(...) organiza-os em ritmos e seqüências que simbolizam as idéias que o inspiraram. (...) O fato é: o espectador deriva sua experiência a partir dos movimentos do ator” (Op. Cit., p. 142)

Segundo Siqueira³¹, esse modelo de concepção da função do ator-dançarino, e da personagem que ele constrói, está de acordo com os paradigmas contemporâneos da física quântico-relativista, que conferem papel fundamental ao observador de um fenômeno. Sendo assim, serão estes os pressupostos a partir dos quais a personagem e a função do ator-dançarino serão utilizados na presente dissertação.

Para possibilitar ao leitor, uma visão global sobre as bases teóricas desse estudo, resta ainda tecer algumas considerações a respeito da interpretação, do texto e de sua utilização e da interpretação. Em relação ao texto, é fundamental

³¹ SIQUEIRA, Adilson. **Comentários Sobre o Ator-Dançarino e o Paradigma Quântico-Relativista**. In Cadernos da Pós Graduação. Instituto de Artes/Unicamp. Ano 2, Volume 2 Nº1. Campinas: 1997-1998

ter claro que teatro não é texto, i.e., ele não depende de um texto dramático, de uma literatura, enfim, para se comunicar. Para o ator, o texto está em nível do verbal, do símbolo uma vez que, ao dizer o famoso monólogo de Hamlet³², por exemplo, ele está transformando símbolos escritos em falados.

De acordo com Harrop³³ “é na ação, e não apenas no modo de falar, que o teatro se comunica com a platéia” (1992, p. 10). Para ele, o que impressiona o espectador são os gestos, os movimentos, os sons e as imagens que o ator emite, os quais se tornam, na linguagem da semiótica, signos que são reconhecidos por quem está assistindo ao seu trabalho. Indo mais longe, ele afirma que os “gestos e os movimentos prevalecem sobre as palavras”(id. p. 14) o que equivale a dizer que o texto tem uma função secundária no trabalho do ator. Isso porque ao realizar uma cena sobre um palco, o ator faz com que a platéia olhe para um signo e o interprete à sua maneira. Burnier sintetizou essa ocorrência da seguinte maneira: “*O texto procede da ação teatral*” (Op. Cit. p. 28) ou seja, o texto dramático é um terceiro momento no trabalho do intérprete uma vez que a personagem o precede, i.e., ela está contida nas ações físicas e nas frases de movimento; o que torna sua execução plenamente possível também pelo dançarino.

Quanto à interpretação, será considerada pelo prisma da representação não-interpretativa, exatamente como definida por Burnier para quem, representar, pode ser estar no lugar de alguém, encontrar um equivalente, ao passo que, interpretar, significa traduzir. Escreve ele:

³² Cf. SHAKESPEARE, William. *Hamlet*. Ato III Cena I “Ser ou não ser, eis a questão...” .

³³ HARROP, John. *ACTING*. Theatre Concepts Series. London: Routledge, 1992.

O ator que não interpreta, mas representa não busca um personagem já existente, ele constrói um equivalente, por meio de suas ações físicas" (Op. Cit. 27-28).

Para dar mais ênfase ao seu ponto de vista, ele recorre a Decroux que afirma que "o ator para ser um artista, deve encontrar um equivalente, ou seja, dar a idéia da coisa por uma outra coisa. Não é sua função dar uma leitura, traduzir, mas representar." (Apud Burnier. *ibid.*)

Nesse sentido, neste estudo, o ator-dançarino é considerado como Representante. Sobre isso escreve Burnier: "O ator não é o Intérprete mas o representante. O representante não busca uma personagem já existente, ele constrói um equivalente através de suas ações físicas"(Loc. Cit) e das suas frases de movimento.

Como vimos, o Intérprete é um intermediário, alguém que está entre. Isso significa que quando o ator está atuando, é ele quem está realizando ações físicas e/ou frases de movimentos, não a personagem. Nesse caso, quem está entre a personagem e o seu equivalente é o ator-dançarino. Ele emite sinais (frases de movimentos e ações físicas e sonoras) que equivalem aos da personagem e que são interpretados pelo espectador como sendo os da personagem. Por essa razão, é importante enfatizar que o ator deve ser visto como Representante e não como intérprete. Intérprete é o público.

Por outro lado, tudo o que foi acima exposto no tocante ao ator, também pode ser aplicado em relação ao dançarino; principalmente se considerarmos que as ações físicas são equivalentes às frases de movimento e o trabalho do dançarino equivalente ao trabalho do ator uma vez que ação física e frase de movimento são a unidade mínima do seu esforço.³⁴ Partindo dessa premissa,

³⁴ Nota do Autor: Para física, esforço é igual a trabalho

considero que o dançarino também encontra um equivalente para a personagem.

Portanto, no processo de BUSCA E RETOMADA o ator-dançarino será considerado como representante, como aquele que constrói um equivalente para a personagem, que será interpretada pelo público³⁵ e utilizarei o termo intérprete ou ator-dançarino como sendo aquele que realiza uma representação não-interpretativa.

³⁵ Nota do autor: Utilizarei também o termo intérprete para designar o ator-dançarino, aquele que realiza uma representação não-interpretativa.

CAPÍTULO 2
MÉTODO E METODOLOGIA
NO INTERJOGO TEÓRICO-PRÁTICO

2.1 - Método

Não tenho conhecimento de que haja sido publicado algum método que seja específico à pesquisa em artes. Sendo assim, após verificar os métodos ora existentes em outras áreas, optei por utilizar a pesquisa qualitativa, uma vez que esta dá a possibilidade, ainda que não totalmente satisfatória, de levar em consideração algumas especificidades do fazer artístico como a sensibilidade, a intuição e a liberdade de criação. Para tanto, apliquei à pesquisa um interjogo teórico-prático que visou a experimentação artística prática, cujos resultados foram compostos por elementos advindos da pesquisa teórica e vice-versa.

2.1.2 - Metodologia

Tendo em vista o cumprimento dos seus objetivos, a presente pesquisa se orientou pelas diretrizes de uma abordagem qualitativa com as etapas inter-relacionadas da maneira como segue:

1. Inventário das influências que levaram à pesquisa;
2. Pesquisa Bibliográfica;
3. Prática de laboratórios;
4. Pesquisa prática;
5. Aplicação da pesquisa em um grupo de atores e dançarinos.

1) Inventário das influências que levaram à pesquisa:

Por se tratar de uma pesquisa que está intrinsecamente ligada à história de minha vida no teatro realizei, por sugestão do orientador, um levantamento histórico sobre meu percurso e uma análise crítica dos processos de trabalho desenvolvidos em alguns espetáculos que dirigi e, em oficinas e cursos que ministrei no Brasil e no exterior. Tal abordagem teve por objetivo identificar o modo através do qual muitos conceitos do teatro e da dança foram sendo incorporados ao meu trabalho.

2) A pesquisa bibliográfica:

- A) Sobre frases de movimento;
- B) Sobre ações físicas;

- C) Sobre a personagem na dança e no teatro;
- D) Representação não-interpretativa e antropologia teatral;
- E) Composição Coreográfica;
- F) Técnicas de domínio do movimento;
- G) Técnicas de comunicação não-verbal;
- H) Técnicas de dança e teatro contemporâneo.

3) A prática de laboratórios:

Para ampliar meus conhecimentos e minha experiência em teatro e dança, visando melhor me preparar para a realização da pesquisa, além do acompanhamento das disciplinas inerentes ao curso de mestrado, participei de:

- Cursos e workshops ministrados por profissionais das duas áreas;
- Fóruns, Encontros, Palestras e Debates.

4) A pesquisa prática:

Aplicação, em Grupos de Trabalho³⁶ diferentes, compostos por atores, dançarinos, estudantes, trabalhadores e artistas amadores, das resultantes da pesquisa teórica com o objetivo de coletar novos dados, de modo a sistematizar o material com objetividade e eficácia.

5) Aplicação da pesquisa em um grupo de atores-dançarinos:

O material resultante do interjogo entre a teoria e a prática, sistematizados na pesquisa com os Grupos de Trabalho mencionados acima, foram aplicados num grupo de atores-dançarinos que na presente dissertação será referenciado como G-5.

³⁶ Nota do Autor: Doravante os grupos de trabalho serão denominados simplesmente como GT's

2.1.3 - Forma de Coleta e Análise dos resultados:

Tendo em vista sua característica de interjogo teórico-prático, cujas resultantes teóricas, aplicadas nos GT's e por eles modificadas, ofereceram contribuição fundamental para a complementação da pesquisa prática. Os instrumentos que utilizei para a coleta e para a análise dos dados junto ao G5 foram::

Coleta de dados:

A) Observação participante

Segundo Chizzotti³⁷ (1991, pp.90-91), é aquela obtida através da realização de trabalho prático que propicie o contato direto do pesquisador com o pesquisado (no caso, os atores-dançarinos) no momento em que estes estão produzindo o fenômeno que se quer observar e analisar, ou seja, aplicando na prática as situações propostas para a criação da personagem.

Desta maneira, foi possível melhor experienciar e compreender a dinâmica das ações e dos acontecimentos de modo a poder recolher informações a partir da compreensão e do sentido que o atores-dançarinos estavam atribuindo aos estímulos propostos.

B) Pesquisa-ação

Esse tipo de pesquisa propõe uma ação deliberada, objetivando uma mudança na realidade que seja comprometida com um campo restrito, que faça parte de um projeto mais geral e que se submete a uma disciplina para alcançar os efeitos do conhecimento. (CHIZZOTTI, Id. p.100).

Na presente pesquisa, está-se propondo um processo de trabalho para o ator-dançarino que visa mudar a maneira como ele desenvolve o seu

³⁷ CHIZZOTTI, Antonio. *Pesquisa em Ciências Humanas e Sociais*. São Paulo: Cortez, 1991.

treinamento cotidiano. Esse treinamento restringe-se, ao fim e ao cabo, ao campo da construção da personagem no qual ele, o ator-dançarino, para seguir o processo proposto, se submete a uma disciplina tanto em nível técnico quanto em nível teórico.

C) Diário de Campo.

D) Gravação dos trabalhos práticos em vídeo.

Análise dos dados:

“ A pesquisa qualitativa objetiva, em geral, provocar o esclarecimento de uma situação para uma tomada de consciência pelos próprios pesquisados, dos seus problemas e das condições que os geram, a fim de elaborar os meios e estratégias de resolvê-los” (*Ibid.*- p. 104)

Partindo dessa premissa procurei, inicialmente, aferir o envolvimento e o desenvolvimento dos integrantes do grupo em relação à pesquisa, em função dos seguintes pontos:

A) Situação a Esclarecer:

Que existem muitos pontos em comum entre a dança e o teatro e que a associação e a utilização em conjunto de elementos característicos a cada um deles pode contribuir para o aprimoramento do intérprete.

B) Consciência a ser obtida:

É importante a associação entre a dança e o teatro, principalmente, quando o problema que se tem é a construção de uma personagem e não se possui um caminho para resolvê-lo.

C) Meio e estratégia para resolver

Que para resolver esse problema, é necessária a sistematização de um processo de trabalho que possa ser usado como um elemento ao qual se pode recorrer,

A seguir, foi realizada a análise dos dados obtidos utilizando a Análise Interpretativa, que consistiu de:

1. Organização;
2. Seleção;
3. Interpretação dos Dados;
4. Análise do material coletado.

Os dados obtidos na pesquisa foram classificados através do estabelecimento de questionamentos baseados na fundamentação teórica. A análise final estabeleceu “articulações entre os dados e os referenciais teóricos da pesquisa, respondendo às questões da pesquisa ,com base em seus objetivos”(DESLANDES et al., 1993, pp.78-79)³⁸.

³⁸ Cf. DESLANDES, Suely Ferreira, NETO, Otavio Cruz e GOMES, Romeu; MINAYO, Maria Cecília de Sousa (Org.) . *Pesquisa Social*, Petrópolis: Vozes, 1993.

2.2 - RETROSPERSPECTIVA³⁹

De uma maneira geral, eu situaria o início dessa pesquisa em 1984 quando tive a oportunidade de ser selecionado para realizar o curso “Grupo de Atividades Teatrais” no então Centro de Teatro da Unicamp (hoje Departamento de Artes Cênicas), ministrado pelos professores Adilson Barros e Waterloo Gregório. Essa foi a primeira vez que fiz um curso de teatro, experiência que certamente marcou para sempre e sem dúvida alguma transformou minha vida.

Incentivado pela leitura de Stanislavski – que estava no centro do embasamento das aulas - fiz um diário de todo o curso, o qual até hoje guardo com carinho. Durante a redação do presente texto, e por sugestão do orientador, fui tentado a dar uma olhada nessas anotações e pude observar o quanto fiquei impressionado com os elementos constitutivos da interpretação teatral. Hoje, com um distanciamento de dezesseis anos, percebo que a maior parte das notas que fiz nesse diário referem-se ao fascínio que sentia pelos diversos elementos que serviam para ajudar o ator a estar em cena: *“representar para uma amigo invisível, concentração da atenção, atentar para as convenções, etc”*⁴⁰ em suma, elementos ligados ao Como estar em cena.

Certamente, esse fascínio foi fundamental para minha decisão de fazer uma graduação em artes cênicas, experiência essa que foi ainda mais decisiva para a presente dissertação. Sem dúvida alguma, ela serviu como uma lente de aumento que ampliou, à enésima potência, minha visão sobre o trabalho do Intérprete. Em função disso, pude perceber que, de fato, meu interesse no teatro não estava muito ligado em atuar, mas sim, em discutir e promover estudos

³⁹ Nota do Autor: Retrospectiva foi o termo cunhado por Catherine David, Curadora da X Documenta de Kassel – Alemanha, para definir o tema do evento. “ Significa que o ponto central do trabalho reside no inventário do passado e na interpretação da sua influência no presente” .

⁴⁰ Nota do Autor: Elementos anotados em meus diários de trabalho ou em meus cadernos de encenação. No presente capítulo, todas as palavras em itálico referem-se a essas anotações.

sobre a questão do trabalho do ator e; em conhecer, e aplicar enquanto diretor ou encenador, os mecanismos disponíveis para ele realizar o seu trabalho.

Nesse sentido, as aulas com os professores Celso Nunes, Reinaldo Santiago, Márcio Aurélio de Almeida, Beth Lopes e sobretudo, Luis Otávio Burnier – para citar apenas aqueles que estavam diretamente ligados às disciplinas de improvisação e de interpretação - foram determinantes para desenvolver em mim o gosto pelos estudos e pela pesquisa teatral, pois com eles, aprendi a refletir sobre o ator e seu processo de trabalho a partir de bases mais sólidas. As atividades mencionadas a seguir representam um reflexo disso e, se com sua realização, pude ampliar o universo das minhas considerações sobre o intérprete, isso se deve aos ensinamentos feitos por todos esses mestres os quais, desde 1984, souberam me proporcionar ferramentas que são reaproveitadas agora, a partir de um olhar muito pessoal.

Por fim, devo dizer que no levantamento histórico que se segue, não me interessa a análise do espetáculo, mas sim, a indicação para o leitor dos elementos mais importantes que serviram para a construção da proposta de Busca e Retomada.

2.2.1 - DEZ QUARTOS⁴¹

Em 1988, convidei um grupo de atores, atrizes e, como escreveu Boal, pessoas “com interesse em dizer algo através do teatro”⁴² para, juntos, encenarmos o espetáculo DEZ QUARTOS, de autoria do alemão Botho Strauss e adaptação minha.

⁴¹ Nota do Autor: Para maiores informações sobre os espetáculos e eventos descritos a seguir, vide ANEXO 2 - FICHA TÉCNICA.

⁴² BOAL, Augusto. *200 exercícios e Jogos para o ator e o não-ator com vontade de dizer algo através do teatro*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1988.

Conforme consta em meu diário sobre aquela encenação, a essência do projeto consistia em realizar uma pesquisa corporal que tivesse como princípio, “*partir do físico para chegar à emoção*”. O ponto de partida para isso é que acreditava, nesta época, que de todos os artistas, o ator é o único que não possui um processo de treinamento corporal próprio⁴³. Creio que essa foi a primeira vez que me propus a desenvolver um trabalho centrado no corpo do ator influenciado, muito provavelmente, pelas leituras de Grotowski e Meyerhold⁴⁴ que fazia à época na graduação.

Em 30 de Setembro de 1988, anotei: “*As atitudes físicas, reais, são frutos de uma neurose interior.*” A partir disso, juntamente com o grupo, nos propusemos a, durante o processo de ensaios, experimentar as possibilidades de “*utilizar o corpo como expressão da neurose interior*” uma vez que, após diversas leituras e discussões sobre o texto, definimos que os grandes temas da peça eram a neurose decorrente da solidão e da incomunicabilidade humana.

Durante os ensaios, os atores realizavam uma série de exercícios cujo objetivo era prepará-los “*para uma viagem que os levasse ao caminho dos domínios da*

⁴³ Nota do Autor: Obviamente, essa crença não era verdadeira porque, a rigor, pode-se dizer que existem muitos processos de treinamento sistematizados para o seu trabalho (E.g. Jacques Lecoq, o treinamento do atores dos teatros Nô e Kabuki e da Ópera de Pequim, o trabalho de Eugenio Barba e do Odin Teatret, o treinamento proposto por Tadashi Suzuki, etc). Se menciono esse desconhecimento aqui é apenas para dar ao leitor a noção das bases das quais parti para chegar à presente dissertação

⁴⁴ Nota do Autor: O ator e diretor russo Vsevolod E. Meyerhold (1874-1942) é considerado um revolucionário da encenação teatral e um dos pilares mais sólidos do teatro contemporâneo. Desenvolveu a Bio-mecânica, um treinamento dramático que envolvia exercícios físicos e acrobáticos e um estudo detalhado das possibilidades miméticas do corpo (TAYLOR, J. R. **A Dictionary of the Theatre**. Harmondsworth: Penguin Books, 1975). Para maiores informações sobre Meyerhold cf. CEBALLOS, E. **Meyerhold: El Actor sobre La Escena**. Ciudad de Mexico: Unam, 1986.

criação artística”. A proposta era “*num primeiro momento, induzir o ator, através de uma série de exercícios psico-físicos, a uma grande atividade física e psicológica, cujo cansaço, o colocasse num profundo estado de emoção (...) só então o trabalho começaria.*”

Dos diários e cadernos de encenação referentes ao processo de ensaios, destaco os seguintes elementos como sendo as principais contribuições daquele período para o desenvolvimento da proposta de Busca e Retomada:

1. O corpo como elemento básico de expressão
2. a utilização de uma seqüência de treinamento⁴⁵; (a idéia de “viagem” citada acima) após a qual o trabalho propriamente dito começaria.

Outro elemento a destacar seria a imagem. É nesta encenação que pela primeira vez surge a preocupação com ela, que foi anotado da seguinte maneira: “*imagem física: é aquela que vai do físico para a emoção e da emoção para o físico*”. Esse elemento, como se verá, será muito importante para a estruturação do Processo de Busca e Retomada, quando passará a ser utilizado como elemento impulsionador da improvisação.

2.2.2 - OS COVEIROS

Em 1990, como aluno do professor Luis Otávio Burnier, pude depreender de suas aulas que os objetivos do projeto Dez Quartos, e os elementos dele resultantes, tinham grande relação com as pesquisas que o mesmo realizava. No ano seguinte, 1991, visando ter um conhecimento mais específico de qual seria essa relação, experimentei, na qualidade de ator, as suas idéias. Isso se

⁴⁵ Nota do Autor: As palavras, frases e termos sublinhados referem-se àqueles elementos que durante a realização do presente inventário identifiquei como sendo fundamentais para o desenvolvimento da proposta de Busca e Retomada. Por essa razão, serão apropriadamente desenvolvidos e conceituados nos Capítulos III e IV.

deu durante a montagem do espetáculo com o qual concluí o curso de Artes Cênicas, denominado OS COVEIROS, cuja autoria era de Augusto Marin e minha.

Esta montagem me ofereceu subsídios fundamentais pois pude experimentar, enquanto ator, o quanto a utilização de um procedimento minimamente sistematizado (no caso, uma seqüência de exercícios) pode contribuir positivamente para o trabalho do intérprete.

No texto enviado à coordenação do curso de Artes Cênicas, informando sobre nossos objetivos, consta: *“o projeto visa partir da personagem, de seu lugar-comum e das suas ações básicas para defini-la no espaço e no tempo.”*

Nessa época, “ações básicas” para nós consistia em encontrar pelo menos três maneiras diferentes de andar e sentar, além de três sons e de três gestos que considerávamos cotidianos e, outros três, que fossem não-cotidianos⁴⁶.

Para encontrar quais seriam as ações básicas que permitiriam definir a personagem no tempo e no espaço, a diretora⁴⁷ nos fazia utilizar uma seqüência diária de treinamento que consistia de 12 partes (Cf. Anexo 1 – A Seqüência de

⁴⁶ Nota do autor: Como se pode observar, as ações denominadas básicas não guardam nenhuma relação com as oito ações básicas de esforço definidas por Laban: soco, talhar, pontuar, sacudir, pressão, torcer, deslizar e flutuar. Na presente dissertação, sempre que me referir às ações básicas, estarei me referindo a andar, sentar, realizar gestos cotidianos e não cotidianos e não àquelas definidas por Laban. Para maiores informações sobre estas ações e suas “ações derivadas” LABAN, Rudolf - **O Domínio Do Movimento** - Organização Lisa Ullmann. Tradução por: Anna Maria Barros de Vecchi e Maria Sílvia Mourão Netto, São Paulo, Summus, 1978.p115-124.

⁴⁷ Nota do Autor: Selma Alexandra, à época era estudante do curso de Artes Cênicas da Unicamp e Orientanda do Prof. Burnier.

partida) ⁴⁸ que continham exercícios que denominávamos, de maneira um tanto quanto óbvia, de *Deitado*, porque começávamos nessa posição; *Espreguiçar*, porque uma vez deitados, espreguiçávamos antes de ficar em pé; *Queda com amortecedores*, porque a diretora nos pedia para cairmos, sem nos machucar, utilizando mãos, nádegas e pernas para amortecer a queda; *Caminhada e Corrida*, porque simplesmente andávamos e depois corríamos; *Enraizamento* porque utilizávamos os pés para “agarrar” o solo, postar-se com firmeza para, a partir daí, fazer exercícios com o objetivo de exercitar a postura a partir de uma base relativamente estável; *Desequilíbrio na Raiz* porque após termos encontrado uma base e uma postura, procurávamos o desequilíbrio sem cair (por isso a raiz: desequilibrar-se sem perder a raiz, a base); *“Bêbado,”* porque mantínhamos o quadril fixo (às vezes a diretora os segurava) e com isso deslocávamos a cabeça, o que dava uma sensação de embriaguez; *Ko-shi*⁴⁹, termo que era por ela utilizado para denominar o Centro do corpo, localizado na região da bacia e a preocupação que deveríamos ter em manter o quadril “presente”, durante todo o trabalho; *Movimentos Plásticos*, que consistia no movimento de cada uma das articulações do corpo separadamente; *Relação com Movimentos Plásticos*, que era uma espécie de jogo que fazíamos passando uma “bola” imaginária pelo interior de nosso corpo e, depois, a

⁴⁸ Nota do Autor: Em função do grande número de conceitos inerentes a cada exercício que compõe esta seqüência - e às variações que ela sofrerá ao longo dos anos - optei por colocar em anexo esta e todas as demais com vistas a facilitar a leitura. Sendo assim, somente realizarei a definição e a conceituação dos termos e exercícios daquelas seqüências que, de fato, integrarão o Processo de Busca e Retomada, o que será feito no Capítulo 4.

⁴⁹ Segundo Barba, dizemos que um ator tem ko-shi ou não tem ko-shi para indicar que ele tem ou não tem a justa energia do trabalho. Para ele, o termo Ko-shi não designa nenhum conceito abstrato mas uma parte muito precisa do corpo: o quadril. O que significa que ele move as pernas mantendo o quadril fixo, imóvel (Cf. BARBA, Eugenio, SAVARESE, Nicola. **A Arte Secreta do Ator - Dicionário de Antropologia Teatral**. Tradução por: Luis Otávio Bumier e equipe. Campinas, Hucitec-Unicamp, 1995. Passim

jogávamos um para o outro e; Dança Pessoal⁵⁰, que era uma improvisação de duração mais ou menos longa, feita individualmente.

A partir dessa experiência, passei a incorporar os elementos dessa seqüência de treinamento ao trabalho que vinha realizando como diretor, uma vez que ela vinha ao encontro de minhas inquietações a respeito do trabalho do ator e me oferecia um exemplo a ser seguido, consistindo num desafio para que eu desenvolvesse o meu próprio caminho.

Como se verá, a essência do treinamento de Busca e Retomada surgiu da preocupação advinda sobre como eu poderia conjugar o aprendizado possibilitado pelo trabalho com essa seqüência, com as idéias que tinha antes dessa experiência.

2.2.3 - ARCO

Em 1992, recebi convite da ARCO - Pedagogia de Vivências para ministrar um workshop na cidade de Mainz, Alemanha, o qual foi decisivo para o que considero como a primeira tentativa de sistematização do trabalho iniciado em 1988. Em função desse convite, fui forçado a colocar no papel, de modo mais ou menos ordenado e minimamente coerente, quais seriam os procedimentos para a condução de uma oficina em outra língua, para pessoas de experiências culturais e vivências corporais muito diferentes daquelas com as quais estava acostumado a trabalhar até então.

⁵⁰ Dança Pessoal é um termo utilizado por Luis Otávio Burnier, que nesta época o desenvolvia com o Ator Ricardo Puccetti. Era o último elemento constante da seqüência de 12 exercícios propostos pela Diretora Selma Alexandra no trabalho com os Coveiros. As considerações e opiniões aqui expostas sobre a Dança Pessoal referem-se ao entendimento a partir do qual ela era utilizada naquele momento, naquele trabalho específico. Para maiores informações sobre o conceito vide BURNIER, 1994. p.163 e seguintes.

Nas anotações que me serviram como roteiro para o curso⁵¹, aparece um esquema geral com a descrição das etapas do trabalho onde consta a mesma seqüência de 12 partes já mencionada, acrescentada de uma 13ª parte, denominada Improvisação de Busca e Retomada, que era feita com temas e aparece como uma evolução natural da dança pessoal. Esta é a primeira vez que surge o termo “**Busca e Retomada**”, o qual é descrito como sendo “*o trabalho feito para encontrar e aperfeiçoar - e não cristalizar! - os sons , os gestos e modos de sentar e andar.*”

Além desses elementos, da proposta enviada aos responsáveis pela Arco, consta a idéia que considero estar no cerne de todo o trabalho que venho desenvolvendo desde 1988: *partir de uma metodologia definida para a codificação das ações físicas que, aplicada a um tema, leva o ator a codificar, fisicamente, os estímulos gerados por este tema para, posteriormente, utilizá-los num espetáculo.*

Como o tema abordado durante a oficina era uma ou mais lendas sobre os Orixás do Candomblé; durante a Improvisação de Busca e Retomada eram utilizados músicas e ritmos afro-brasileiros. Isso acarretou uma mudança muito importante no enfoque do trabalho, mormente na parte conhecida como dança pessoal. Se antes - no trabalho com Os Coveiros - ela se referia mais a uma série de ações, gestos e movimentos feitos pelo ator de modo livre e descompromissado, nesta oficina, ela foi o fio condutor do trabalho como um todo, servindo para :

- *Fazer com que o ator encontrasse o seu movimento interior;*
- *Fazer com que este movimento fosse o ritmo, a dança da sua personagem;*

⁵¹ Nota do Autor: Cf. Anexo 1 – Sobre As Anotações Constantes dos Diários e Cadernos de Encenação: Arco

- *Ajudar o grupo a encontrar o seu ritmo e movimento próprios.*

Como veremos, esses elementos – em especial o que se refere à dança – foram fundamentais para a estruturação do Processo de Busca e Retomada, quando serão resgatados durante a montagem de *Macondo-Irará*, espetáculo que dirigi em 1994.

2.2.4 - ENCONTRO

Em abril de 1992, a convite da soprano Márcia Guimarães e do pianista Julian Kwok, de Singapura, dirigi e fiz a preparação corporal do concerto que pela primeira vez reunia os dois músicos.

Apesar de sua curta duração, esse trabalho foi fundamental para o desenvolvimento da pesquisa vocal em meu processo de trabalho. Isso porque, devido às especificidades do canto lírico, fui obrigado a me dedicar ao estudo da voz e dos seus mecanismos de produção, e a testar, em conjunto com a cantora, as possibilidades da exploração do trabalho vocal durante a seqüência de treinamento já mencionada.

Até então, entendia o treinamento vocal como sendo um trabalho extremamente complexo, separado da pesquisa corpórea. Tanto que, o que chamava de aquecimento vocal era feito ou antes ou depois do treinamento corporal. No trabalho feito com Márcia e Julian, pude perceber que isso não precisava ser feito dessa maneira, que se adotasse certos princípios e seguisse certos procedimentos mínimos, a pesquisa vocal poderia ser feita durante o treinamento corporal.

Foi assim que um novo item foi introduzido àquela seqüência inicial já mencionada. Sobre isso, em 22 de Abril, escrevia em meu diário de trabalho:

“Cantar no Banheiro : inserir logo após o Bêbado. É a primeira vez que usamos a voz. Tem por objetivo aquecê-la do modo mais simples que tem: cantando. Inicialmente de maneira lenta e tranqüila para, a seguir, cantar como se estivesse no banheiro de casa, tomando banho.

“Pesquisa de sons com movimentos plásticos: aproveitando o movimento plástico e a relação que se cria, usar a voz. Antes, porém, fazê-la percorrer cada parte trabalhada”.

2.2.5 - UM LANCE DE DADOS

No final de 1992, teve início a montagem do espetáculo Um Lance de Dados, de Wagner Salazar. Consta do “book” de promoção da peça que o objetivo era *“realizar um espetáculo através do desenvolvimento de um processo corpóreo de representação, baseado nas ações físicas dos atores”*. Essa experiência durou pouco mais de um ano e foi determinante para o refinamento e a ampliação dos horizontes, para o amadurecimento e para mais uma tentativa de sistematização. Tanto que, pela primeira vez, tornei público que se tratava de um espetáculo cujo resultado provinha de uma longa pesquisa que vinha empreendendo⁵².

Em entrevista concedida à época a um jornal de Campinas, descrevo o caráter dessa pesquisa: *“Fomos codificando uma série de movimentos e ações físicas para que se tornasse possível incorporá-las ao texto.”*⁵³ Aqui, entrevejo outro

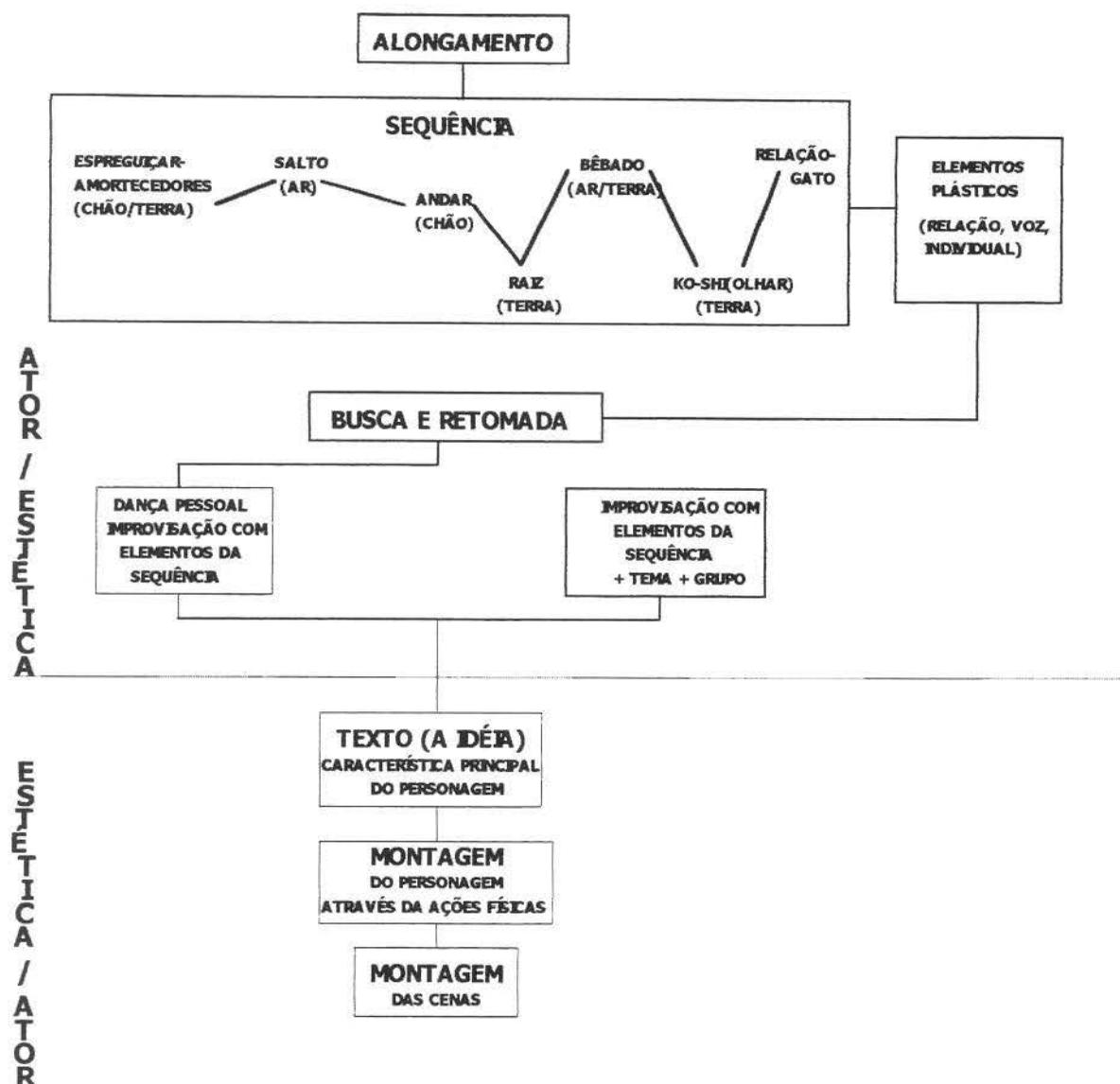
⁵² ZIGGIATTI, Laerte. Estação Guanabara abre espaço para o imponderável. *Diário do Povo*, Campinas, 23 de Setembro de 1993. Arte/Lazer, p.2.

⁵³ Idem

cerne da pesquisa: a utilização de movimentos e ações físicas convergindo para a uma personagem, para um texto e para um espetáculo.

Tendo em vista que parte dos atores e atrizes participantes dessa montagem eram os primeiros com os quais trabalhei que possuíam formação enquanto tal – eram graduados em Artes Cênicas pela Unicamp - me vi outra vez, forçado a sistematizar e organizar o processo de trabalho de modo a poder corresponder às expectativas que a própria experiência dos atores me exigia.

Em junho de 1993, numa tentativa de sistematização e organização dos procedimentos de trabalho, aparece em meu diário de encenação, o seguinte gráfico esquemático (vide p.45):



Observando este gráfico, pude perceber que ele indicava “Busca e Retomada” como sendo algo que parte diretamente dos elementos plásticos, é composta por uma improvisação (realizada a partir dos elementos que compõem a seqüência de 12 partes já mencionada, adicionada de um tema que pode ser individual ou grupal) cuja resultante converge para o texto e para as característica da personagem e é utilizado para a montagem da personagem e para a montagem das cenas .

É neste gráfico que entrevejo a estrutura básica, uma espécie de síntese primária que complementa a idéia de que o ator deve partir de uma metodologia definida para a codificação das ações físicas que, aplicada a um tema, leva-o a codificar, fisicamente, os estímulos gerados por este tema para, posteriormente, utilizá-los num espetáculo. Tal síntese consiste do caminho pelo qual o processo de Busca e Retomada passa a enveredar a partir de então. Está representada no que chamei à época de Ator-estética e de Estética-ator que significa, de fato, conjugar o treinamento do ator - representado no gráfico pelo Alongamento, por uma Seqüência de exercícios, pelos Elementos Plásticos, pela Dança Pessoal e por Improvisações diversas - com a construção de uma personagem e de um espetáculo - partindo, para tanto, de um texto (ou de uma idéia que substitua o texto), da montagem da personagem através das ações físicas e da aplicação numa cena. Em resumo, é neste ano que, em teoria, o objetivo do Processo de Busca e Retomada se consolida: ser um processo de trabalho que conjuga o treinamento e a preparação do intérprete com a construção da personagem e a montagem do espetáculo.

2.2.6 - MACONDO-IRARÁ

Em maio de 1994, teve início a encenação do espetáculo Macondo-Irará, de minha autoria. Considero-o como sendo o primeiro que teve, desde o início, o objetivo de ser realizado através de um processo de trabalho que conjugasse o treinamento e a preparação do intérprete com a construção da personagem e a montagem do espetáculo, elementos estes que, como se viu, haviam se consolidado durante a montagem do espetáculo "Um Lance de Dados", em 1992.

O caminho para atingir, na prática, essa conjugação foi árduo: trabalhamos cerca de 18 meses até chegar ao resultado final: um espetáculo desenvolvido inteiramente no processo de ensaios, onde o texto (uma livre adaptação do livro

“Cem anos de Solidão” de Gabriel Garcia Marques) e as personagens foram construídos no próprio processo, seguindo o gráfico sistematizado em 1993 (apresentado à pág. 45).

Se, para efeitos da compreensão da plausibilidade da aplicação do Processo como um todo, a experiência de Macondo-Irará foi de suma importância, é na incorporação das necessidades de trabalho do dançarino que ela representou uma mudança qualitativa significativa. No “book” promocional do espetáculo, consta que o intuito do trabalho é *“realizar um espetáculo calcado no desenvolvimento de um processo corpóreo de interpretação, baseado nas ações físicas e no movimento dos atores-bailarinos.”*

A presença de duas dançarinas no elenco me levou a questionar quais seriam os elementos fundantes do movimento e da dança. Observando as anotações feitas durante os ensaios desse espetáculo, pude fazer quatro constatações importantes quanto ao desenvolvimento do processo também em direção à dança:

A primeira; é que a preocupação com o corpo se torna maior. Por exemplo: aparecem como elementos integrantes da seqüência, o relaxamento e o alongamento depois de sua realização.

A segunda; é que a dança pessoal passa a ser executada como uma dança na qual o ator realiza improvisações a partir do movimento. Em função disso, aumenta o tempo de duração que ela tem - pelo que pude constatar, até então, seu tempo de duração eram 15 minutos, agora chega a 30 ou 45 minutos. Tal aumento da importância da dança pessoal dentro da seqüência leva a um primeiro esboço de conceituação, pois pela primeira vez, encontro algo escrito a seu respeito. Em 14 de maio de 1995 escrevi:

“Dança pessoal:

Trata-se da parte da seqüência na qual é dado ao intérprete total liberdade de criação e “viagem” a partir dos seus movimentos. Durante sua realização, ele está absolutamente livre para tentar qualquer coisa. Entretanto, essa liberdade não é totalmente desprovida de regras! Mesmo aqui existem uma série de bóias demarcando o caminho do intérprete.

Exemplo:

No início, deve-se dançar a partir dos elementos do movimento plástico. As diversas combinações que os mesmos suscitam, devem ser sustentadas por alguns instantes e, a seguir, serem transformadas.

Nesta anotação surge a terceira constatação que, como se verá, junto com a imagem, será fundamental para a improvisação: a sustentação por alguns instantes de combinações de movimentos e sua transformação.

A quarta – e talvez a mais importante constatação – é feita a partir da anotação abaixo, realizada poucos dias depois das notas acima,

A Ana e a Paula⁵⁴ não utilizam exatamente ações físicas ao fazer o exercício. Por serem dançarinas, é natural que seus movimentos tenham uma outra qualidade, mas eles precisam ser necessariamente dançados? O que elas fazem de diferente?

Entrevejo na curiosidade em saber o que as dançarinas faziam “de diferente”, o elemento básico que me levou à incorporação das frases de movimento no Processo de Busca e Retomada.

⁵⁴ Nota do Autor: Ana Paula Valério e Paula Coelho. As duas dançarinas que integravam o grupo. Vide ANEXO 2 – Ficha Técnica.

2.2.7 - OFICINAS NA UNESP

Entre Outubro e Novembro de 1994, a convite do Departamento de Música da UNESP – Universidade Estadual Paulista, ministrei “workshops” para os alunos matriculados na disciplina “Ópera e performance”.

Mesmo em sua curta duração, esses “workshops” foram fundamentais para o desenvolvimento de exercícios – e até mesmo conceitos - que possibilitaram o aprimoramento da pesquisa vocal durante a realização da seqüência. Isso porque, depois daquele trabalho feito em 1992 (Cf. concerto musical Encontro, já mencionado), essa foi a segunda vez que tive a oportunidade de trabalhar com músicos e cantores e as opiniões e críticas ao trabalho foram muito positivas e determinantes para uma melhor organização dos mesmos. Pode-se dizer que a principal contribuição desse período foi definir que a pesquisa vocal deveria ser feita durante a realização do exercício denominado à época como Exercícios com o Ko-shi; utilizando as caixas de ressonância. Tal definição é importante porque estabelece pela primeira vez a associação entre o Ko-shi (o Centro), a voz e as caixas de ressonância.

Até aqui realizei um inventário das influências e apresentei uma parte da trajetória que percorri visando desenvolver um processo de trabalho para o ator e para o dançarino. Vimos como tudo começou, em 1988, e acompanhamos os diversos elementos que foram sendo descobertos, experimentados e incluídos ao processo como, por exemplo, a seqüência, a imagem física, as ações básicas, a pesquisa vocal, etc. Espero que tenha sido possível a todos, constatar o quanto se trata de um processo dialético que evolui e se constrói no interjogo com a prática.

Agora, gostaria de fazer um primeiro recorte e estabelecer o ano de 1996 como divisor de águas desse processo dialético. Esta opção se deve ao fato de ter sido este o ano em que me decidi por desenvolver a pesquisa em função de bases e premissas acadêmicas, e uma vez que é neste ano que faço pela primeira vez um curso na pós-graduação (como estudante especial), considero que esse interjogo, esse processo dialético passa a ser feito a partir de uma base teórica e metodológica muito mais ampliada em comparação com a maneira como era feito até então. É a partir deste ano que começo a esboçar os primeiros passos rumo à metodologização do interjogo entre a teoria e a prática, processo esse que irá se intensificar durante as atividades realizadas com os grupos de trabalho prático que serão constituídos com o transcorrer do Mestrado e cujos resultados serão apresentados no sub-capítulo seguinte.

Para que se possa ter condições de avaliar e compreender o desenvolvimento do processo a partir desse novo momento, encontra-se no anexo IV um exemplo de como estava a seqüência em fevereiro daquele ano. Muitos dos elementos que a compõem – como o ko-shi, a dança pessoal e a própria seqüência inicial que, como se viu, foi introduzida em minhas investigações pelo professor Luis Otávio Burnier através de sua orientanda Selma Alexandra - já são conhecidos por serem utilizados por outros artistas e pesquisadores (E.g. Eugenio Barba, Lume, etc.). Entretanto, como se verá nos capítulos que se seguem, os mesmos serão por mim apropriados, reutilizados e aplicados a partir dos objetivos da pesquisa.

2.3- A PESQUISA COM OS GT'S.

No sub-capítulo anterior, procurei expor como o processo de Busca e Retomada foi sendo desenvolvido dialéticamente, através do interjogo entre a prática e as considerações teóricas dela advindas, as quais foram sendo tecidas de modo aleatório e sem uma metodologia determinada. À partir do método e da metodologia já apresentada pretendo, neste sub-capítulo, descrever como se deu a continuidade desse desenvolvimento à luz dos conhecimentos advindos com meu ingresso, em 1998, no curso de mestrado. Para tanto, estabelecerei como ponto de partida o trabalho realizado com os Grupos de Trabalho Prático (GT's), criados por sugestão do orientador, com o objetivo de aplicar, na prática, o material resultante das pesquisas teóricas que desenvolvíamos.

Os procedimentos básicos com os GT's consistiram de:

1. todos os seus integrantes estavam informados desde o primeiro encontro que se tratava de uma pesquisa e quais eram os objetivos da mesma;
2. Com todos eles foram realizadas exposições sobre o que ao nosso ver, meu e do Orientador, era o processo até então e qual o seu embasamento teórico mínimo. (Em geral, eram promovidos seminários, leituras e/ou debates sobre as ações físicas e as frases de movimento, a representação não-interpretativa e a construção da personagem pelo ator-dançarino).

A seguir, apresento a descrição dos grupos e suas características⁵⁵.

⁵⁵ Nota do autor: As informações a seguir constam dos Registro da Produção Intelectual Discente entregues à CPG-Artes ao final do primeiro e do segundo semestre de 1998 e de 1999.

2.3.1 - G-1: (1º Semestre 1998)

Tendo em vista meu desconhecimento sobre como proceder com dançarinos⁵⁶, juntamente com o orientador, optamos por criar o G-1 que teve como objetivo básico, o levantamento de elementos que me possibilitassem trabalhar com grupos de pesquisa formados exclusivamente por dançarinos, através do domínio da linguagem da dança e de seus elementos básicos como, por exemplo, as noções de tempo, espaço, forma, planos, níveis e composição coreográfica. A partir de então, pude amadurecer os procedimentos que deveria adotar para a condução das pesquisas com dançarinos, o que foi se revelar muito importante quando do trabalho realizado com o G-2. .

A principal atividade realizada com o G-1 foi o interjogo entre a bagagem prática e teórica pessoal de cada uma de suas integrantes⁵⁷ e os elementos conceituais do Processo de Busca e Retomada, visando o intercâmbio de conceitos através da discussão de textos que abordavam as frases de movimento e as ações físicas e sua aplicação. Deste interjogo, levado a cabo através de laboratórios teóricos, foi possível traçar um paralelo entre as ações físicas e as frases de movimentos a partir da análise do texto “Das ações Físicas à imagem viva” de Stanislavki⁵⁸ e “Frase”, de Chaplin&Blom⁵⁹. A partir dos debates realizados,

⁵⁶ Nota do autor: Apesar do trabalho feito com as duas dançarinas durante o espetáculo Macondo-Irará, o fato é que elas vieram se integrar a uma proposta de montagem de um espetáculo teatral no qual a dança, foi – apesar de todas as resultantes positivas que teve para o processo como um todo – utilizada como um elemento secundário. É com o G-1 que a dança passa, objetivamente, a ser considerada no mesmo plano do teatro.

⁵⁷ Nota do autor: Todas as integrantes eram formadas em dança pelo Departamento de Artes Corporais da Unicamp.

⁵⁸ Nota do Autor: Cf STANISLAVSKI, Constantin. **A criação de um papel**. Tradução: Pontes de Paula Lima, Rio de Janeiro, Civilização Brasileira, 1984.

⁵⁹ Nota do Autor: Cf. BLOM & CHAPLIN, Op. Cit. 1982.

passsei a sustentar, que as frases de movimento são a unidade mínima do dançarino.

Por fim, mesmo não tendo produzido atividades práticas (não realizamos ensaios ou algo equivalente), o G-1 também foi fundamental para o trabalho que seria desenvolvido a seguir ao fornecer as bases para o desenvolvimento do tato no trato com os dançarino e com a dança em especial.

Integraram o grupo: Paula Coelho, Cristina Pinto e Tibi.

2.3.2 - G-2: (1º e 2º semestres de 1998)

O grupo era composto por seis alunas ingressantes no curso de Graduação em Artes Corporais: Calima Torino Jabul, Coraci Bartman Ruiz, Carolina Dias, Lysandra Domingues, Morena Nascimento Oliveira, Sley Tanigawa.

Por se tratar de um grupo composto por dançarinas optamos, o orientador e eu, por uma prática inicial na condução dos trabalhos que nos possibilitasse explorar ao máximo essa especificidade do grupo.

Nesse sentido, estabelecemos os seguintes procedimentos de trabalho:

- A) Leitura e Análise de textos teóricos abordando as ações físicas no teatro; as frases de movimento, na dança; a personagem e o ator-dançarino; e textos que eram por mim produzidos para as disciplinas cursadas, com base em minhas pesquisas teóricas sobre esses assuntos;

B) Aplicar a seqüência de treinamento desenvolvida antes de meu ingresso no curso de Mestrado, conforme constava em 1996 (Cf. Anexo IV) de modo a confrontá-la com os novos elementos pesquisados;⁶⁰

C) Introduzir elementos específicos do universo da dança⁶¹ após a compreensão e a apreensão dessa seqüência pelos integrantes do Grupo.

No segundo semestre de 1998, os objetivos foram:

A) Observar como a seqüência era recebida por dançarinos, levando em consideração as diferentes experiências de cada um dos integrantes e;

B) Experimentar as Frases de Movimento no lugar das Ações Físicas, uma vez que até ingressar no curso de Mestrado, havia trabalhado basicamente com atores e minha experiência com estes sempre se pautou pelo uso das ações físicas e sonoras.

Para alcançar os objetivos acima estipulamos o seguinte programa de atividades:

1. Aprimorar, refinar e proceder alterações na seqüência de treinamento diário;
2. Testar minha didática na condução dos trabalhos diários com estudantes de artes;

⁶⁰ Nota do autor: Desse interjogo resultou uma outra (Cf. Anexo V) que irá se constituir a base da Seqüência de Busca e Retomada, que será analisada no Capítulo IV.

⁶¹ Nota do Autor: Inicialmente, a opção foi por trabalhar com os seguintes elementos relativos ao Método de Estudo e Observação de Atitudes e Movimentos do Corpo Humano propostos por Rudolf Laban : Energia, Espaço, Tempo, Peso, Fluência Ritmo, Forma, Conteúdo, Atitude. Cf. LABAN, 1978. Op. Cit. Passim.

3. Desenvolver exercícios vocais que possibilitassem o aprimoramento do treinamento vocal;
4. Obter “ feedback” prático e teórico para o aprimoramento da pesquisa.

Para tanto, iniciei os trabalhos com a realização de 05 seminários ministrados pelas participantes, sendo que em cada um abordamos os seguintes temas, que compreendiam parte da pesquisa:

- Antropologia Teatral,
- Ações Físicas,
- Frases de Movimento,
- Introdução à teoria de Análise do Movimento de Rudolf Laban,
- O que é o processo de “Busca e Retomada” .

Com o intuito de avaliar minha didática e como o grupo estava recebendo minha proposta de trabalho, documentei em vídeo um dia de treinamento, o que foi decisivo para elaboração da descrição da seqüência de treinamento diário que será apresentada mais adiante.

Das pesquisas realizadas com esse grupo, a principal resultante foi constatar que as dançarinas que o integravam tendiam a realizar o exercício com grande competência corporal, mas tinham dificuldade em criar justificativas interiores que pudessem resultar em personagens. Com isso, elas esgotavam rapidamente as possibilidades da improvisação e da Dança Pessoal. Pude constatar que o exercício durava em média 20 minutos; exercícios estes que quando feitos por atores, duravam mais tempo pois estes costumavam ficar muito tempo a improvisar personagens e a criar justificativas interiores.

Isso me levou a proceder pequenas alterações nos estímulos dados durante a realização do exercício de modo a tentar superar essas diferenças. Quanto a isso, foi notável o trabalho com as imagens: eu pedia às integrantes que

realizassem um determinado exercício ou movimento, congelassem subitamente, procurassem visualizar qual a imagem que o corpo congelado lhes sugeria e tentassem reproduzir essa imagem. Com isso, o grupo passou a realizar improvisações que continham além de uma ótima qualidade de movimento, justificativas interiores para movimentos e características que poderiam ser transformadas em personagens.

Outra contribuição importante do G-2 foi que a pesquisa com ele possibilitou o desenvolvimento e a conceituação da seqüência, que a partir do trabalho com ele passa a ser denominada Seqüência de Busca e Retomada - Padrão⁶².

2.3.3 - G-3: CURSO DE TEATRO EM VALINHOS – SP (2º semestre de 1998)

Este grupo foi formado porque, juntamente com o Orientador, avaliamos que para ampliar o universo da pesquisa prática, seria importante aplicar parte dos elementos desenvolvidos com o G-2 num grupo constituído por não-atores ou dançarinos ou estudantes de teatro ou dança. O G-3 era um grupo integrado por aposentados, operários, funcionários administrativos e dependentes dos mesmos os quais eram vinculados a uma indústria localizada na cidade de Valinhos. O objetivo principal com esse grupo foi desenvolver e aprimorar a metodologia da minha proposta de trabalho.

O trabalho prático foi estruturado de modo a se restringir aos seguintes elementos

- a) Alongamento, Consciência e Expressão Corporal e Vocal;
- b) Seqüência de treinamento Diário;

⁶² Nota do autor: Para uma visão esquemática da sua estrutura de modo a compará-la com as outras seqüências Cf. ANEXO VI.

- c) Improvisação;
- d) Representação não-interpretativa;
- e) Montagem de uma cena.

Nesse sentido, os seguintes procedimentos foram estabelecidos.

1. Aplicar a seqüência de Busca e Retomada-Padrão, definida com o G-2, a luz dos novos conhecimentos adquiridos,
2. Introduzir elementos teóricos do universo da pesquisa após a compreensão e a apreensão dessa seqüência.

A pesquisa com esse grupo foi muito produtiva. O fato de ter de explicar os elementos que constituíam, até aquele momento, o processo de Busca e Retomada, para um grupo de pessoas sem nenhuma experiência com teatro e dança, me obrigou a redimensionar todos os conceitos com os quais estava trabalhando para poder explicá-los de modo simplificado. Tal redimensionamento me auxiliou na compreensão dos mesmos através da necessidade da síntese objetiva na explicação dos exercícios. Isso permitiu a retenção apenas dos conceitos básicos por trás de cada elemento. Das pesquisas com esse GT, a principal constatação foi perceber que para pessoas não familiarizadas com o universo do teatro e da dança, a diferença entre frase de movimento e ação física é mínima, quase inexistente, uma vez que elas realizam uma ou outra do mesmo modo, sem estabelecer barreiras. Isso me possibilitou um outro olhar sobre quais elementos categorizavam uma e outra, me levando a inferir que, no limite, se não se considerar a existência de barreiras quando se pensa em frases de movimentos e ações físicas, as mesmas podem ser utilizadas como um único elemento.

2.3.4 - G-3A: OFICINA PRÁTICA EM PIRACICABA (1º semestre de 1998)

Três foram os objetivos na condução dessa Oficina, a saber:

- A) Considerando-se que no Grupo de Trabalho (G-2) estava trabalhando apenas com dançarinas, a opção foi por testar a apreensão do processo de Busca e Retomada por atores profissionais (que representaram cerca de 50% dos participantes) e por atores iniciantes (que representaram cerca de 40% dos participantes);
- B) Exercitar minha didática e minha capacidade de expressar claramente o processo de trabalho para pessoas desconhecidas, as quais nada sabiam sobre minha pesquisa;
- C) Testar minha capacidade de síntese no trabalho, conduzindo o processo de modo a apresentar um resultado plausível em um curto espaço de tempo.

O trabalho prático foi estruturado de modo a possibilitar aos participantes a codificação de Ações Físicas que foram utilizadas na construção de uma personagem do livro "A Guerra do Fim do Mundo" de Mário Vargas Llosa.

Com esse GT foi possível aprender a ser objetivo na condução do processo de construção da personagem através da utilização das ações físicas. Durante o curso, os participantes codificaram uma série de ações físicas. Depois, foram listadas todas as ações físicas das personagens escolhidas e, por fim, foi realizado um estudo prático sobre como seria a sua utilização para a construção de uma personagem. Tais procedimentos, como se verá, foram fundamentais para a proposta de como construir a personagem no Processo de Busca e Retomada.

2.3.5 - G-4: (1º semestre de 1999)

Formado por uma atriz e por uma dançarina que já haviam participado do G-2, a experiência com esse grupo permitiu realizar observações a cerca das

diferenças que deveriam ser levadas em conta para que a seqüência pudesse contemplar as necessidades tanto de atores quanto de dançarinos.

O trabalho com o G-4 teve por objetivos:

- a) iniciar o interjogo entre a seqüência de treinamento e o processo de montagem de uma cena,
- b) aferir a compreensão das características e etapas do processo de treinamento,
- c) realizar uma reestruturação da seqüência com vistas a considerá-la com mais cuidado quanto às especificidades e as necessidades do corpo do ator-dançarino;
- d) Aplicar e ampliar a pesquisa vocal.

Desses objetivos, foram alcançados resultados muito positivos em relação à pesquisa vocal e à reestruturação da Seqüência. Nesse sentido, o resultado mais importante foi quanto aos estímulos que devem ser dados aos dançarinos para que realizem os exercícios vocais. Isso representou uma alteração na ordem de alguns elementos da seqüência de exercícios, fruto da constatação de que toda vez que chegava naqueles exercícios que previam a utilização da voz, a Lysandra, que era a bailarina que integrava o grupo, ficava nervosa, constrangida até e, simplesmente, parava de movimentar-se para se dedicar apenas à voz. Questionada a esse respeito, ela respondeu que tendo em vista que geralmente os dançarinos não realizam exercícios vocais, ela inicialmente precisava se familiarizar com os elementos do seu aparelho fonador e as possibilidades de seu uso durante a realização de um movimento. Em função desse problema, foram realizadas alterações nos estímulos e no encaminhamento de alguns exercícios que antecederiam àqueles nos quais a voz é utilizada, de modo a possibilitar que, pelo menos durante um período inicial, fosse possível a realização de um processo de familiarização que possibilitasse um evoluir gradual no trabalho vocal. Com essas alterações o resultado acabou sendo bastante positivo.

Integraram o G-4: Lysandra Domingues, Márcia Baltazar.

2.3.6 - G-5 (2º semestre de 1999) ⁶³

Este foi o último Grupo de Trabalho com o qual pesquisei, tendo sido formado após a realização do Relatório e do Exame de Qualificação. Sua principal característica foi ter sido o instrumento final da pesquisa metodológica. Nele, submeti os elementos resultantes das investigações realizadas até então, descritas na Retroperspectiva e nas investigações com os GT's 1, 2, 3 e 4.

Os objetivos com o G-5 foram:

- a) Aprimoramento da Seqüência de Busca e Retomada Padrão tendo por base as sugestões realizadas pela Banca de Qualificação e pelo Orientador;
- b) Aplicação do material desenvolvido com os Grupos de trabalho 1, 2, 3 e 4 ao longo de todo o ano de 1998 e do primeiro semestre de 1999, com vistas a obter subsídios para a discussão a ser desenvolvida sobre o interjogo entre o embasamento teórico e a prática;
- c) Criação e apresentação de um exercício cênico resultante do treinamento, baseado na peça "A Tempestade", de William Shakespeare.
- d) Realização de duas sessões de documentação fotográfica e em vídeo do Treinamento e do Exercício Cênico;
- e) Elaboração da proposta final do Processo de Busca e Retomada.

Creio que todos esses objetivos foram alcançados com êxito ao longo de 31 encontros ao final dos quais, realizamos a apresentação de Exercício Cênico *Depois da Tempestade*⁶⁴, texto de minha autoria.

⁶³ Nota do autor: Para aqueles interessados em maiores informações sobre as atividades desenvolvidas nestes encontros, consultar o Anexo VII- Diário de Campo.

⁶⁴ Nota do Autor: Encontra-se no Anexo VIII o texto espetacular utilizado na realização deste exercício cênico.

O trabalho com o G-5 foi fundamental para o aprimoramento da pesquisa e ao longo dos próximos capítulos as citações referentes a atividades nele desenvolvidas serão recorrentes. Isso se deve ao fato de que a aplicação de uma metodologia aprimorada ao longo das pesquisas com os grupos anteriores, aliada ao grande envolvimento e interesse por parte dos seus integrantes, possibilitaram um salto qualitativo na pesquisa, o que ampliou em muito os seus horizontes.

A principal contribuição foi ter resolvido satisfatoriamente a discussão iniciada com o G-2 (e que de certo modo permeou o trabalho com todos os demais grupos) a respeito de como improvisar associando imagens geradas pelo movimento a possíveis personagens. Esse problema foi resolvido através da realização de uma improvisação controlada e outra livre, o que possibilitou e tornou mais fácil a compreensão teórica e prática de como improvisar utilizando a mescla de frases de movimentos e ações físicas e sonoras.

Outra contribuição importante foi quanto à composição do RIMA – Repertório Individual de Movimentos e Ações Agregados, que é como passou a ser denominado o conjunto de frases de movimentos e ações físicas e sonoras, que são codificadas pelo ator-dançarino, e conforme as necessidades do trabalho, são combinadas de maneira a formar o repertório de movimentos da personagem, os quais ele executará em cena. Cada ação física ou frase de movimento que compõe o RIMA têm começo, meio e fim e uma existência própria. Isto é existem independentemente umas das outras. Desenvolvido apenas teoricamente em fins do primeiro semestre de 1999, foi no trabalho com o G-5 que a utilização prática do RIMA se mostrou viável através de sua aplicação na montagem do exercício cênico “Depois da Tempestade”.

Diretamente relacionado com o RIMA está a “Dança da Personagem”, mais um elemento que foi desenvolvido com o G-5. Está associada à construção da. Para tanto, constrói-se uma seqüência de ações físicas e sonoras e de frases de

movimento a partir daquelas constantes do RIMA do ator-dançarino, que seja equivalente a uma seqüência realizada por uma determinada personagem numa determinada cena ou espetáculo. Depois, durante a realização da seqüência de treinamento, o ator-dançarino executa-a como se fossem os passos de uma dança. Novamente, durante o exercício cênico que realizamos, a Dança da Personagem se mostrou viável e eficaz.

Por fim, outro resultado positivo advindo da pesquisa com esse grupo foi quanto à superação da rotina na realização da Seqüência. Já no trabalho com o G-2, havia sido constatado que após um tempo fazendo a seqüência, ela tendia a se tornar repetitiva e sua realização se tornava maçante. Com o G-5 surgiu uma solução para esse problema que foi fundamental para o salto qualitativo do trabalho: a partir dessa experiência, incluí no Processo de Busca e Retomada o desenvolvimento de uma segunda seqüência de treinamento – essa desenvolvida a partir da perspectiva dos atores-dançarinos - mantendo seus princípios básicos.

Integraram o G-5: Calima Torino Jabur (até 27/09), Ana Cristina Medina, Armando Neto, Lysandra Domingues, Paula Coelho, Silvia Baliello e Michele Navarro.

Até o presente momento, procurei apresentar de maneira descritiva, como o Processo de Busca e Retomada foi sendo construído. Descrevi as primeiras investigações feitas com os espetáculos e oficinas que dirigi e a pesquisa metodológica com os GT's. Com isso, espero que tenha sido possível acompanhar:

- a) o processo de compreensão e apropriação dos exercícios e seqüências com os quais tive contato pela primeira vez em 1990 (Cf. Os Coveiros);

- b) o desejo de desenvolver uma estrutura de trabalho que, partindo dessa seqüência, associasse o treinamento do ator e a construção espetacular, o qual foi sendo estruturado através de investigações que tinham o intuito de construir uma personagem, uma cena e um espetáculo ;
- c) que em função do desejo acima mencionado, aquela seqüência inicial foi sendo reestruturada com vistas a atender as necessidades advindas dessas investigações, evoluindo até configurar-se em uma seqüência de exercícios padrões e, por fim;
- d) que essa seqüência padrão evoluiu rumo à possibilidade de ser rearranjada a partir da perspectiva do ator-dançarino, a um RIMA e a uma Dança da Personagem.

No capítulo seguinte, procederei com uma abordagem mais discursiva, apresentando o resultado final de toda a pesquisa metodológica descrita neste capítulo, de modo a apresentar ao leitor o que é o Processo de Busca e Retomada, quais são os conceitos necessários à sua compreensão e quais são os procedimentos inerentes à sua aplicação num grupo de atores-dançarinos.

CAPÍTULO 3
O PROCESSO DE BUSCA E RETOMADA

3.1 - TERMOS E CONCEITOS BÁSICOS PARA A COMPREENSÃO DO PROCESSO DE BUSCA E RETOMADA

No capítulo anterior, descrevi como meu desejo de desenvolver um processo de trabalho para o ator e o dançarino foi sendo construído e o quanto ele se transformou em função da realização de espetáculos e do aprofundamento da pesquisa teórico-prática metodológica com os Grupos de Trabalho. No presente capítulo, apresentarei o resultado final dessas pesquisas, o que denomino **BUSCA E RETOMADA** e que se constitui num processo de trabalho que conjuga o treinamento e a preparação do ator-dançarino com a construção da personagem e a montagem do espetáculo.

Entretanto, frente ao grande número de conceitos e termos que serão utilizados durante tal abordagem, é fundamental proceder, primeiramente, com uma exposição sobre aqueles considerados chave para o entendimento geral do processo. Tal procedimento possibilitará um embasamento conceitual, a priori, de modo a permitir a leitura fluente do texto e facilitar sua análise e compreensão. Muitos destes conceitos referem-se a princípios gerais de procedimentos anátomo-fisiológicos que são adotados por sistemas consagrados seja em dança, em teatro, no esporte ou na expressão corporal. No presente estudo, eles foram recontextualizados a partir de uma perspectiva de Busca e Retomada. Sendo assim, a terminologia a seguir dedica-se apenas àqueles conceitos e termos que são elementos fundantes do processo de treinamento e que, por essa razão, são mais recorrentes.

O Treinamento

Grotowski⁶⁵ (Apud NUNES, 1982, p.94) denominou Treinamento Psicofísico àquele treinamento "... composto de exercícios físicos, plásticos, vocais e faciais..." (Id) que possibilitam o aquecimento do corpo ao permitir que se faça durante sua realização, "...uso da emoção e de outros recursos expressivos."(Ibid, p. 93). O sentido desse treinamento pode ser melhor compreendido quando considerado de acordo com Nunes que, ao conduzir suas pesquisas a partir das propostas feitas por Grotowski, o considerou "...como um método que consegue associar técnica exterior com via interior."(Ibid, p.12). Sua característica básica, é ser um roteiro de exercícios logicamente encadeados que permite ao ator-dançarino realizar a manutenção da qualidade do seu instrumento de trabalho (o seu corpo), de maneira a ampliar seus recursos expressivos. Tal tarefa é imensa e "... requer, para se concretizar, muito trabalho, dedicação e disciplina" (Ibid, p.86), elementos estes que , associados ao condicionamento físico, formam a base do treinamento.

A Energia, o Centro e o Pré-movimento.

O principal objetivo do Treinamento é o direcionamento da energia gerada durante sua execução em direção ao Centro do corpo, de onde ela será liberada na forma de Energia Criativa, a ser utilizada para a criação, descoberta e o aprimoramento de materiais que serão utilizados na construção da personagem e da cena.

Uma vez que a realização do treinamento pressupõe a repetição de exercícios padrões seqüencialmente ordenados, relacioná-la ao T'ai Chi Chuan - que segundo Huang⁶⁶, também consiste "...da repetição de um sistema de

65 NUNES, Celso. *O Treinamento psicofísico na formação do ator*. Dissertação de Mestrado. Magaldi, Sábato (Orientador). São Paulo: ECA-USP, 1982.

66 HUANG, Wen-Shan. *Fundamentals of Tai Chi Ch'uan : an exposition of its history, Philosophy, technique, Practice and Application*. Hong Kong: South Sky Book Company, 1973

movimentos padrão” (1973, p.24-25) - pode ajudar a compreender como a Energia e o Centro são utilizadas nele.

No T'ai Chi, Energia (ou Chi)⁶⁷ é a “força vital”(CHIA, 1986, passim, pp.19-25)⁶⁸ ou a “energia vital”(CHIA, Id.) representada pelo ar que respiramos⁶⁹. Nas palavras de Huang⁷⁰:

“No tai chi a energia-respiração é chamada Ch'i. É a energia que utilizamos quando nos movemos. O abdome inferior, logo abaixo do ventre é denominado tant'ien, e é considerado a fonte de energia bem como o centro a partir do qual o nosso movimento se origina (1979, p.40).”

Complementando esta informação, Huang (1973, p.185) informa com mais precisão que existem três tipos de Tan Tien, sendo que aquele que está “... localizado aproximadamente duas polegadas e meia abaixo do umbigo”, conhecido como Tan Tien Baixo pode ser considerado o mais importante.

Segundo CHIA (Op. Cit., p.35) Chi (ou energia) “... pode ser transformado em qualquer coisa em nosso corpo (e certamente,)⁷¹ a energia que canalizamos no corpo tem um efeito generativo” ou seja, ela pode gerar algo. Para tanto, o

67 Nota do Autor: Em minhas pesquisas, pude constatar que alguns autores grafam Chi outros Ch'i ; T'ai Chi Chuan, Taiji Quan, ou Tai Chi Chu'an e Tan-t'ien ou tant'ien. Optei por utilizar Chi , T'ai Chi Chuan e TanTien mas, nas citações, preservei a grafia de cada autor.

68 CHIA, Mantak. ***Iron shirt Chi Kung I: Once a Marial Art, now the practice that strengthens the internal organs, roots oneself solidly, and unifies physical, mental and spiritual health.*** New York: Healing Books, 1986.

69 Nota do Autor: Além do ar, as duas outras formas básicas que compõem a energia (CHI) são os alimentos que ingerimos e a energia hereditária de nossos pais.

70 HUANG, A. C. *Expansão e Recolhimento: A Essência do Tai Chi.* Tradução por George Schlesinger e Mauro Rubinstein. São Paulo: Summus, 1979.

71 Nota do Autor: Os parêntesis são meus.

importante é armazenar essa energia no corpo e não deixar que ela escape. Um processo para realizar tal tarefa é "...dirigir esta energia conservada para a região do umbigo e lá embalá-la e condensá-la em uma bola de energia que pode ser direcionada para qualquer parte do corpo..."(Id.)

É isso que se busca quando se trabalha o treinamento em termos de energia: direcionar toda a atenção para este Centro, com o intuito de criar e armazenar essa bola de energia e, uma vez que isso tenha sido feito, utilizá-la para realizar qualquer movimento e/ou ação. É isso o que significa, em Busca e Retomada, transformar Energia Vital em Energia Criativa.

No T'ai Chi, esta pequena bola ou círculo de energia está conectada a uma outra, exterior, e ambas compreendem um todo, uma única esfera de energia, interligadas de tal modo que todas as extensões do corpo originam-se naquele círculo interno, atuam no círculo exterior e retornam ao interior; do mesmo modo que o ar que respiramos, que ora está dentro do nosso corpo, ora está fora para logo estar dentro novamente, numa circularidade contínua. Dessa maneira, todos os movimentos realizados no espaço exterior estão conectados com o interior e, todo o trabalho que se realiza no T'ai Chi é para despertar o praticante de modo a fazer com que ele "... mantenha o sentido de centro e o contato com o ambiente ao redor." (HUANG, 1979, p.51)

Tal entendimento torna a Expansão e o Recolhimento a essência⁷² do T'ai Chi e tudo o que se realiza nele é feito em termos de mobilização da energia desde o interior, em direção ao exterior, e de recolhimento dessa energia desde o exterior, em direção ao interior, ao centro.

72 Id. passim

Sendo assim, os entendimentos que o ator-dançarino deve ter em mente ao realizar qualquer uma das Sequências de Exercícios Padrões, são:

1. que a energia deve ser direcionada para o centro localizado a mais ou menos seis centímetros abaixo do seu umbigo e;
2. que ele deve procurar fazer com que todas as ações físicas e sonoras e frases de movimento que fizer, partam desse ponto.

A utilização do centro no trabalho do ator e do dançarino não é novidade. O bailarino e coreógrafo Klaus Vianna⁷³, assim se referiu a ele: “o ponto que fica quatro dedos abaixo do umbigo corresponde ao centro físico e emocional do ser humano”(VIANNA, 1990, p.129). Para ele, tudo vem deste ponto e a postura ideal parte dele. A atriz e dançarina Katsuko Azuma por sua vez, o considera “... o princípio de sua vida, de sua energia como atriz e dançarina, (que)⁷⁴ pode ser definido como um centro de gravidade que se encontra no ponto médio entre o umbigo e o cóccix” (Apud BARBA&SAVARESE, 1988, p. 18)⁷⁵. Segundo eles, “...ela imagina que o centro de sua energia é uma bola de aço encontrada num certo ponto da linha entre o umbigo e o cóccix, ou no centro de um triângulo formado pelas linhas entre o quadril e o cóccix...” (Id) ⁷⁶.

Essa argumentação é importante porque relaciona o Centro com o Cóccix, que é considerado o “ponto de referência de toda a coluna vertebral” (DESPEUX, 1995, p.131)⁷⁷ e o “centro em torno do qual se harmonizam as outras partes do

73 VIANNA, Klaus. **A dança**. Marco Antonio de Carvalho (Col.). São Paulo; Siciliano, 1990.

74 Nota do Autor: Os parêntesis são meus.

75Apud BARBA, Eugênio, SAVARESE, Nicola. **Anatomia del actor**. Un diccionario de Antropologia teatral. México, Gaceta, 1988.p. 18.

76 Id

77 Cf. DESPEUX, Catherine. **Taiji Quan: Arte Marcial, Técnica de longa vida**. Tradução por: Octávio Mendes Cajado. São Paulo: Pensamento, 1995. p. 131

corpo...” (Id). Tais afirmações permitem deduzir, em concordância com Berger⁷⁸, que a Bacia é o “centro de gravidade”(1981, p. 54) do corpo. Com esse procedimento, chega-se à fusão das concepções do Centro enquanto núcleo de energia e enquanto Centro de Gravidade uma vez que ambas referem-se à mesma região do corpo humano. Isso significa que em todos os seus movimentos e ações, o ator-dançarino precisa dedicar atenção especial ao centro procurando, como afirma Despeux, “manter o cóccix no eixo” (Loc. Cit) , o que significa na prática, manter a coluna vertebral alinhada e a bacia basculada.

Entretanto, como suporte conceitual, entender o que é Energia a partir do T'ai Chi é extremamente útil, mas do ponto de vista do estabelecimento de sua aplicação na prática cotidiana da seqüência, talvez seja necessário recorrer também a exemplos mais próximos do trabalho do ator-dançarino pois, como muito bem escreve Barba⁷⁹

“... para o ‘performer’, energia é um como. Não um O quê. Como se mover, como permanecer imóvel, como transformar sua presença física visível em presença cênica e portanto expressiva. (...) Para o ‘performer’, ter energia significa conhecer como modelá-la.” (1995. pp.50-51)

Sendo assim, prossegue Barba, “... a palavra energia implica uma diferença de potencial. (Op. Cit. p.55)”. Recorrendo à física, ele nos relembra que ela postula que

78 BERGER, Yvone, **Viver o Seu Corpo: Por uma Pedagogia do Movimento**. Tradução por: Estela dos Santos Abreu e Maria Eugenia de F. Costa. São Paulo: Martins Fontes, 1981.

79 Cf.: BARBA, Eugênio. **The Paper Canoe: A guide to Theatre Anthropology**. London&New York: Roudledge, 1995.

“... quando um sistema contém uma diferença de potencial, ele está pronto para produzir trabalho, ou seja, produzir energia. (...) A palavra Energia vem do Grego Enérgheia e significa: estar pronto para a ação, à beira de produzir trabalho.” (Loc. Cit.)

Em função disso, de acordo com Barba, quando o ator-dançarino realiza uma ação, trata-se de um exemplo claro de diferença de potencial. Escreve ele

“... a transição da intenção para a ação é um típico exemplo de diferença de potencial. No instante que precede a ação, quando toda a força necessária está pronta para ser liberada no espaço mas ainda totalmente suspensa e sob controle, o ‘performer’ percebe sua energia sob a forma de ‘sats’⁸⁰, de preparação dinâmica. ‘Sats’ é o momento no qual a ação é pensada e realizada pelo organismo inteiro, o qual reage com tensões, mesmo na imobilidade (...) se os “sats” são muito destacados (durante a realização de uma cena por exemplo)⁸¹, eles se tornam inorgânicos, isto é, eles suprimem a vida do ‘performer’ e perdem a vida para o espectador (...) para descobrir a vida do ‘sats’ o performer precisa evitar (...) que o espectador perceba o que está para acontecer. A ação precisa surpreender o espectador. (...) Para dar vida ao “sats” o ‘performer’ e o diretor precisam conhecer como controlar a ação...” (1995, pp.55-56)

Uma maneira de saber como adquirir tal controle é explicada de modo bastante claro no seguinte exemplo:

“...se na ação de sentar, paramos um pouco antes do ponto em que não podemos controlar o peso do nosso corpo, nós estamos em ‘sats’:

80 Nota do Autor: Palavra dinamarquesa que significa “Preparação dinâmica (Cf Barba. Op. Cit)

81 Nota do Autor: O parêntesis é meu.

podemos decidir se tornamos a ficar em pé ou se sentamos” (BARBA, Op. Cit., p.57)

Pelo que foi acima exposto, depreende-se que a energia para o ator-dançarino refere-se a trabalho, a como fazer para controlar a ação, a como aprimorar a “preparação dinâmica” de uma ação para “surpreender o espectador”. Meyerhold (Apud Barba. Op. cit. p.56) chamou esse trabalho de “pré-atuação” e Grotowski (Id) “pré-movimento”.

Portanto, nesse treinamento a energia é entendida conceitual e praticamente de acordo com o que foi acima exposto e, especificamente do ponto de vista da sua utilização num trabalho prático, ela deve ser vista como pré-movimento ou, como escreve Grotowski, o “... silêncio antes do movimento, um silêncio que é preenchido com potência ou ocorre como uma parada na ação, num momento preciso” (Ibid)

O jogo do Equilíbrio e a extra-cotidianidade

Por mais corriqueiras que sejam as ações e os movimentos realizados pelo ator-dançarino num palco, numa situação de representação, eles não são cotidianos pelo simples fato de que foram produzidos para serem observados por um espectador. No Processo de Busca e Retomada, esse pressuposto é utilizado já no treinamento, o que implica numa mudança por parte do ator-dançarino – e em muitos casos, numa reeducação – do modo de utilizar o corpo para que ele possa passar de uma prática cotidiana para uma outra, não-cotidiana que lhe permita encontrar elementos apropriados para serem utilizados em cena.

Tendo em vista essa mudança, o primeiro elemento a ser considerado quando se pensa no corpo humano, parado ou em movimento, em uma situação cotidiana ou não, é a verticalidade e o fato de que para manter-se ereto, ele precisa lutar contra a força da gravidade.

Essa luta é representada através do equilíbrio, cuja principal característica é estar diretamente relacionado com o desequilíbrio, o que faz com que os músculos estejam sempre em estado de tensão, pois o tempo todo eles estão se reequilibrando. Como escreve Béziers⁸²,

“...o caráter desse equilíbrio é ser instável, próximo do desequilíbrio, como o fiel de uma balança. Os músculos estão em contínuo estado de tensão, para estarem prontos para o reequilíbrio. A instabilidade desse reequilíbrio mantém o movimento...” (1992, p.123)

Esse jogo equilibra-desequilibra-reequilibra é um esforço que se realiza durante toda a vida e envolve as três partes constitutivas do corpo humano, a saber: o tronco, os membros inferiores e os membros superiores e refere-se, apesar de todo esforço envolvido, ao equilíbrio cotidiano. Entretanto, na prática do treinamento, o que se objetiva é a extra-cotidianidade do uso do corpo e o primeiro passo para se atingir esse fim é realizando uma alteração neste jogo de equilíbrio de modo a encontrar um equilíbrio extra-cotidiano. Segundo Barba e Savarese,

“(...) O equilíbrio extracotidiano exige um esforço físico maior, e é esse esforço extra que dilata as tensões do corpo, de tal maneira que o ator-bailarino parece estar vivo antes mesmo que ele comece a se expressar.”(Op. Cit. p.34)

82 BÉZIERES, Marie-Madeleine e PIRET, Suzanne. **A Coordenação Motora: Aspecto Mecânico da Organização Psicomotora do Homem**. Tradução; Angela Santos. São Paulo: Summus, 1992.

Durante o treinamento esse equilíbrio extracotidiano é experimentado a partir de alterações no modo como se utiliza a coluna vertebral e sua relação com a cabeça, o tronco, o quadril, as pernas e o apoio dos pés

A postura e o corpo em movimento

Observando-se atentamente as partes do corpo humano, constata-se que ele está organizado de modo tal que, a “parte inferior é uma construção rija e a parte superior é flexível”. Constata-se também que existe a “...predominância da força embaixo (e) da flexibilidade em cima” (BERGER, 1981, p.53) e que a coluna vertebral pode ser considerada um integrante de cada uma dessas partes ao mesmo tempo, uma vez que ela é o único elemento que participa do movimento de todas as outras, atuando como um “ponto de união”(DESPEUX, Op. Cit., p.131).

Se se deseja adotar uma postura que permita movimentar-se com naturalidade, alternando força e leveza, sugere-se que isso seja feito a partir da utilização do Cóccix. O caminho para isso é conceber-se, a partir da coluna vertebral, uma oposição entre o que está em cima e o que está embaixo, entre força e leveza, terra e ar e utilizar o Cóccix como centro.

Assim, ao adotar uma determinada postura ou ao realizar quaisquer tipos de movimentos, é importante que o ator-dançarino tenha sempre em mente que ele precisa movimentar-se com liberdade e que o seu corpo precisa estar disponível para reagir prontamente a qualquer impulso oriundo de sua natureza criativa, o que pode ser alcançado através da “sustentação do centro” (SILVA, 1983, p.11)⁸³ pois, tudo o que ele realiza com o seu corpo parte daí.

83 SILVA, Eusébio Lobo. Comentários e Instruções Sobre a Dança. Belo Horizonte: Ed. do autor, 1983.

Tal sustentação é conseguida através da concentração e do relaxamento; da tentativa de fazer com que o ar chegue até o Cóccix; do alongamento da região lombar e da coluna; do basculamento da bacia; da abertura e da não contração das costas e do relaxamento dos ombros, da cintura e das nádegas para evitar o bloqueio da fluência do movimento. Tudo isso precisa ser realizado simultaneamente com a ação de abaixar o Centro Físico⁸⁴ pois, de acordo com Berger: "...quanto mais baixo o centro do corpo for colocado mais o alto será leve e livre" (Op. Cit, p. 53), necessidade que também é colocada por Despeux, para quem "... a cintura deve estar relaxada e os quadris puxados para baixo (...)a fim de assentar a bacia e, portanto, dar grande estabilidade ao corpo" (Op. Cit. p.132)

Com a realização de todos esses procedimentos, percebe-se uma alteração no corpo como um todo. A coluna alonga-se; a cabeça fica ereta, como se estivesse presa por um fio sobre o pescoço e o tronco; o olhar dirige-se à linha do horizonte; os ombros ficam relaxados e o peito e as costas permanecem abertos ao passo que a bacia; basculada, empurra o cóccix para baixo e, com o abaixamento do Centro Físico, os joelhos e, conseqüentemente, as pernas, flexionam-se levemente, apoiando-se nos pés paralelos entre si. Tal postura mantém uma dosagem do tonus muscular que faz com que os braços e de um modo geral, o corpo todo, permaneçam num estado de prontidão.

Com isso, chega-se a uma postura que deveria ser cotidiana mas da qual estamos culturalmente tão afastados que pode ser considerada como não-cotidiana. A partir dela, procurando manter a atenção nesses elementos, realiza-se toda sorte de movimentos de modo mais integrado e harmonioso..

84 Nota do Autor: A denominação "Centro Físico" foi utilizada por Vianna (1990: 129) que o considerava o ponto de partida para a postura ideal. Escreve ele: "o ponto que fica quatro dedos abaixo do umbigo corresponde ao centro físico e emocional do ser humano".. Cf. VIANNA, Klaus. **A dança**. São Paulo; Siciliano, 1990.

Equilíbrio instável, Foco interior e Organicidade

A partir da postura não-cotidiana, procura-se manter o foco interior, ou seja, a concentração no movimento executado, mantendo o corpo num estado de quiessência ao mesmo tempo em que se observa o que acontece com ele interna e externamente. A partir daí, joga-se com a instabilidade do equilíbrio, trabalhando com o equilíbrio e o desequilíbrio estático e dinâmico do corpo uma vez que, novamente, nas palavras de Berger:

“...é da queda que tiverem os segmentos do corpo que dependerá a partida para o movimento seguinte. Este jogo com a gravidade, esta indispensável perda de equilíbrio para encontrá-lo, criam o dinamismo gestual e seu ritmo...” (Op. Cit. p. 59)

Na realização dos exercícios de equilíbrio que compõem a seqüência de treinamento é importante que essa idéia de jogar, de brincar com o equilíbrio esteja presente. Ao realizá-los mantendo o foco interior e essa idéia de jogo de equilíbrio, a transição de um exercício para o outro ocorrerá de maneira mais fluente e menos abrupta, dando uma sensação de organicidade e de fluência.

Oposições

O princípio da oposição é a base sobre a qual o ator-dançarino constrói e desenvolve todas as suas ações. No treinamento, é abordado a partir de duas perspectivas distintas mas concordantes. Na primeira, é considerado a partir da coluna vertebral quando, para alongá-la, bascula-se a bacia e “empurra-se” o cóccix em direção ao solo enquanto que simultaneamente estica-se a lombar e a cervical para o alto, criando-se assim duas forças opostas. Na segunda, parte-se do princípio que ao fazer uma ação, ele sempre começa com o seu oposto. Exemplo: Se se deseja ir para a direita, começa-se indo para a esquerda. A

seguir, para-se repentinamente e volta-se para a direita. (Cf. Barba & Savarese Op. Cit. 1995. P.176)

Domínio do Movimento e Superação dos limites individuais

“... um caráter, um estado de espírito, ou uma situação não podem ser eficientemente representados no palco sem o movimento e sua inerente expressividade. Os movimentos do corpo, incluindo movimentos das cordas vocais, são indispensáveis à atuação no palco.” (LABAN, Op.Cit., p.21)

Durante o treinamento, essa afirmação de Rudolf Laban é entendida como a necessidade de o ator-dançarino aprender a desenvolver o controle sobre o seu corpo, seus movimentos e ações, de modo a torná-los expressivos para, dessa maneira, movimentar-se com facilidade e aumentar a impressão que ele cria sobre o público

Para a execução dessa tarefa, o domínio do movimento deve ser realizado em seus aspectos corporais e mental e, neste sentido, é importante o ator-dançarino dedicar parte da sua formação e do seu treinamento à percepção dos impulsos internos a partir dos quais seus movimentos se originam, de modo a tentar encontrar maneiras conscientes de controlá-los. Isso se refere não apenas ao conhecimento e à aplicação das regras que regem o movimento humano, mas também, à percepção dos limites do corpo, à compreensão de porque isso se dá pois, uma vez compreendido, já é um passo rumo ao desejo de superá-los.

Sustentação e realização de imagens

Durante a realização do treinamento, chega um momento no qual é solicitada a combinação aleatória de ações físicas e sonoras e frases de movimentos. Enquanto executa-se essa tarefa, repentinamente, pede-se que o ator-dançarino

congele, observe-se e perceba-se. A imagem que ele tiver do seu corpo durante esta observação, ele deve reter (sustentar) e procurar realizar - durante alguns segundos, com seu corpo e com sua voz - os estímulos que ela sugere para, em seguida, deixar de fazê-la, i.e., deixar de realizar os estímulos sugeridos pela imagem que ele teve do seu corpo ao observar-se. Ao deixar de fazer, ele volta a combinar aleatoriamente ações físicas e frases de movimento aleatoriamente. Pede-se mais uma vez que ele congele e o processo se repete.

Esse realizar os estímulos sugeridos pela imagem que o ator-dançarino tem do seu corpo; interromper essa realização; fazer outras frases de movimento e ações físicas; Buscar como realizar os estímulos sugeridos pela imagem e Retomar a combinação aleatória de ações físicas e frases de movimento são muito importantes durante a realização do treinamento. Significa, simplesmente, completar uma frase de movimento ou ação física, permitindo que a imaginação aja e realize o que Bachelard⁸⁵ denominou “ação imaginante” pois, segundo ele, a imaginação

“... é a faculdade de deformar imagens fornecidas pela percepção, é sobretudo a faculdade de libertar-nos das imagens primeiras, de mudar as imagens. Se não há mudança de imagens, união inesperada das imagens, não há imaginação, não há ação imaginante.”(1990, p.01)

É dessa relação dialética entre o perceber e o imaginar-se - que segundo Bachelard “são tão antitéticos quanto presença e ausência” (id. p.03) - que surge uma “vida nova” (ibid). No caso, no processo de Busca e Retomada, a imagem e a mudança que ela sofre durante os segundos que dura a sua realização, sugerem um equivalente de uma personagem, que poderá ser muito rico se utilizado a posteriori.

85 BACHELARD, Gaston. *O Ar e os Sonhos: Ensaio Sobre a Imaginação do Movimento*. São Paulo: Martins Fontes, 1990.

Isso se dá porque Busca e Retomada parte da premissa que todo movimento cria uma imagem e essa imagem cria uma sensação, que caso seja vinculada a uma personagem, pode ajudar o espectador a interpretá-la e a compreendê-la e, o ator-dançarino, a ampliar a expressividade do seu trabalho.

Por fim, é importante deixar claro que personagem aqui não se refere, necessariamente, a personagens como um Hamlet, uma Electra, um Wladimir... mas, sim, àquele mundo das idéias e agitações interiores que segundo Laban *"... jaz à espreita de ser concebido de acordo com uma forma coerente"* (Op. Cit. p. 142-143) e que o ator-dançarino deve desenvolver com todos os seus recursos com o intuito de exibir através de movimentos que *"caracterizem a conduta e o crescimento de uma personalidade humana, numa variedade de situações em mudança"* (id). Dessa maneira ele estará apto para mostrar através dos seus gestos, falas e ações sobre um palco, tanto a personalidade quanto o caráter de uma personagem..

3.2 - O CONCEITO DE BUSCA E RETOMADA

No capítulo dois, descrevi como meu desejo de desenvolver um processo de trabalho para o ator e o dançarino foi sendo construído e o quanto ele se transformou em função da realização de espetáculos e do aprofundamento da pesquisa teórico-prática metodológica com os Grupos de Trabalho. Deste ponto em diante apresentarei o resultado final dessas pesquisas, o que denomino **BUSCA E RETOMADA** e que se constitui num processo de trabalho que conjuga o treinamento e a preparação do ator-dançarino com a construção da personagem e a montagem do espetáculo

Como se viu, o ponto de partida que me levou a propor Busca e Retomada como um processo de trabalho foi a hipótese de que o intérprete trabalha tanto com as ações físicas quanto com as frases de movimento e que o domínio destes elementos, conjugados à abordagem da Representação Não-interpretativa, pode resultar num processo de construção da personagem que não apresente dicotomia entre a dança e o teatro, o que na prática, aproxima-se da idéia do que hoje chama-se dança-teatro.

Durante as pesquisas com os GT's, em especial com o G-5, pude constatar que alguns elementos do trabalho do dançarino poderiam muito bem ser utilizados pelo ator se eles (o ator e o dançarino) fossem concebidos de forma não dissociada, mas sim, como um único ator-dançarino⁸⁶, uma vez que ambos são "...pessoas reais realizando ações corporais reais num palco" (LABAN, Op. Cit. p. 141-142) e o que os separa pode ser considerado como fronteiras colocadas, logo no início do treinamento de um e do outro, como elementos demarcatórios do que se considera como sendo o limite de suas respectivas artes. Dessa maneira, a pesquisa, que inicialmente se referia apenas ao ator, ampliou-se para

86 Nota do Autor: Escreve Laban: "... A arte teatral tem suas raízes no desempenho audível e visível do esforço, manifesto por ações corporais do ator-dançarino". Op. Cit. p.141-142.

a dimensão do ator-dançarino que passou a ser entendido como aquele que realiza ações corporais sobre um palco.

Partindo dessa premissa, Busca e Retomada se propõe a ser um treinamento que aborda o ator-dançarino como um todo e utiliza elementos pertencentes às artes do ator e do dançarino, em especial as ações físicas e sonoras; as frases de movimento; propostas feitas por diversos artistas e pesquisadores sobre as técnicas para a construção da personagem e a representação não-interpretativa.

Em decorrência dessa abordagem, Busca e Retomada se constitui num conceito de trabalho para o ator-dançarino que comporta as fases de sua participação num espetáculo, compreendidas entre o treinamento e a estréia, e tem por objetivo trabalhá-lo em sua dimensão psicofísica⁸⁷, de modo a permitir que ele forneça ao responsável pela encenação e/ou direção, materiais⁸⁸ a serem utilizados na construção da personagem e do texto espetacular⁸⁹. Na prática, isso significa que o Treinamento do Intérprete e a Construção Espetacular⁹⁰ estão intrinsecamente ligados e constituem um todo inseparável.

87 Nota do Autor: A expressão "dimensão psicofísica" é utilizada aqui para referir à característica que o treinamento tem de possibilitar, durante a sua realização, que o ator-dançarino se exercite tanto física quanto emotivamente.

88 Nota do Autor: Por materiais estarei me referindo sempre às Ações Físicas e Sonoras e Frases de Movimento codificadas no RIMA.

89 Segundo Helbo, " o termo Texto Espetacular é amplamente utilizado atualmente para referir-se a um sistema combinado de estruturas, um "tecido" composto por todos os elementos do espetáculo" (Cf. Helbo, André. *Teoría del Espetáculo: El paradigma espectacular* . Buenos Aires; Galema, 1989 p.54.) e De Marinis definiu Texto Espetacular como a composição da Performance enquanto texto. (Cf. MARINIS, Marco De. *Dramaturgy of the spectator*. In: The Drama Review (TDR - 114). Cambridge: Mitpress, Summer 1987 p.100.

90 Nota do autor: Utilizo o termo "Construção Espetacular" para me referir ao processo de montagem de um espetáculo ou de uma cena.

Enquanto conceito, Busca e Retomada se constitui da inter-relação dialética de duas categorias. A primeira, a da BUSCA, significa Expor-se, Descobrir e está centrada principalmente na realização de exercícios cujas características são mais corporais, de modo a preparar o ator-dançarino através de um treinamento psicofísico ⁹¹que lhe permita exercitar o seu corpo e a sua mente ludicamente, com vistas a possibilitar que ele encontre materiais que serão codificados no RIMA, refinados e aprimorados na segunda categoria, a qual denomino RETOMADA, e que significa Trabalhar-se. Isto é: sem perder a característica Lúdica e Psicofísica do trabalho anterior, o ator-dançarino exercita os materiais encontrados com o objetivo de aprimorá-los quanto à técnica necessária para a sua aplicação numa determinada personagem ou cena. É da relação orgânica e processual entre o **Expor-se** e o **Trabalhar-se** que é feita, durante a Dança da Personagem, a montagem do equivalente da personagem a partir da combinação de diferentes ações físicas e sonoras e frases de movimento. A personagem final, resultante dessa combinação, será interpretada pelo espectador uma vez que ela só terá sua existência de fato no espaço-tempo criado pela relação ator-espectador durante a representação.

91 Nota do Autor: Treinamento Psicofísico é àquele composto por exercícios físicos, vocais e faciais que possibilitam o aquecimento do corpo ao permitir que durante sua realização, se faça uso da emoção e de outros recursos expressivos. Sua característica básica é ser um roteiro de exercícios logicamente encadeados que permite ao ator-dançarino realizar a manutenção da qualidade do seu instrumento de trabalho (o seu corpo), de maneira a ampliar seus recursos expressivos (Cf. NUNES, 1982 e GROTOWSKI, 1987.)

3.3 - AS FASES DO PROCESSO

Para possibilitar a relação entre o Expor-se e o Trabalhar-se anteriormente mencionada acima e atingir os resultados dela advindos, o processo de Busca e Retomada se compõe de cinco **Fases** que se interpenetram: ADAPTAÇÃO, DESCOBERTA, SELEÇÃO, ENCAIXE e CENA.

1) ADAPTAÇÃO

Refere-se ao tempo que o ator-dançarino necessita para adaptar-se ao treinamento, compreendê-lo e apropriar-se dele. Para tanto, é importante que ele predisponha-se a uma certa disciplina para a leitura; a análise e o debate da proposta de trabalho e para a prática de técnicas corpóreas que o ajudarão a preparar-se física e psicologicamente para realizar os mais variados exercícios, sejam eles simples ou sofisticados.

2) DESCOBERTA

É o momento do processo em que o ator-dançarino geralmente se surpreende, onde exercita todas as suas possibilidades e cria, aleatoriamente, frases de movimentos, ações físicas e sonoras com qualidade suficiente para serem reaproveitadas durante a fase seguinte. Apesar de sua objetividade, a descoberta tem caráter lúdico e psicofísico. É nesta fase que o ator-dançarino se dedica a realizar, de modo descompromissado (mas que pode ser dirigido pelo coordenador, pelo diretor, pelo facilitador...), as mais variadas ações físicas e sonoras e frases de movimentos visando descobrir os materiais que irão compor a sua biblioteca de ações codificadas.

3) SELEÇÃO.

Nesta fase, é importante que o ator-dançarino se dedique com muita paciência, atenção e perseverança à idéia de formar um acervo de frases de movimentos e ações físicas e sonoras (o RIMA), procurando realizá-las o mais próximo da qualidade que elas tinham quando foram realizadas pela primeira vez. Seu

objetivo básico é possibilitar que o ator-dançarino proceda a seleção daqueles materiais descobertos na fase anterior. Esta seleção pode se dar por uma relação de gosto pessoal – que pode ser subjetiva, ou seja, ele escolhe esta ou aquela ação física e sonora ou frase de movimento porque lhe foi mais “gostoso”, mais “prazeroso” fazer ou, então; ela pode ser objetiva: ele a escolhe porque tem um som mais forte ou por que é uma frase de movimento completa ou ainda, de acordo com o que for solicitado pelo coordenador do treinamento.

4) ENCAIXE

Durante o Encaixe, procede-se o recorte das frases de movimentos e ações físicas e sonoras codificadas⁹² pelo ator-dançarino. Ou seja, pega-se a ação física “A” inteira ou uma parte dela, cola-se com a ação “B” mais uma parte da “C”, de modo que da junção delas surja uma ação “D”, que seja compatível com aquelas realizadas pela personagem “X” na cena que se quer montar (Obs.: no caso de que se esteja encenando uma cena de uma peça já existente - o Hamlet, de Shakespeare, por exemplo. Caso contrário, a cena surgirá dessa colagem.) Com isso realiza-se um desenho da personagem, ou seja, uma construção corpórea da mesma através dos elementos recortados e colados.

5) CENA

Feito o desenho da personagem, estando ela corpóreamente desenhada e codificada⁹³, adequa-se-a às cenas e insere-se o texto, as falas da personagem,

92 Nota do Autor: Por codificadas, quero dizer que após ter criado aleatoriamente frases de movimento, ações físicas e sonoras, durante a descoberta, o ator-dançarino as refaz durante a seleção. Ao que foi feito ele dá um nome. Por exemplo: “pedra”. Esse nome é o código para ele se lembrar de qual ação ele está se referindo. Esse procedimento será melhor desenvolvido adiante, quando da descrição de como é a retomada, feita durante a seqüência de treinamento.

93 Nota do Autor: Idem. Só que agora, ao invés de ser apenas a frase ou ação física e sonora, estou me referindo à cena como um todo ou a um fragmento. Ou seja, a um coletivo de ações e frases compondo uma espécie de sentença.

caso haja. Essa adequação é feita de modo a mesclar as falas nas ações físicas e sonoras e nas frases de movimentos codificadas. O trabalho do ator-dançarino passa a ser, então, encontrar uma maneira de tornar esse mosaico de ações físicas, frases de movimentos e sons num todo orgânico. Ou seja, sua função será recontextualizar dentro de um todo mais amplo (como palavras numa sentença que muitas vezes para ser compreendidas precisam ser ditas num certo ritmo, com ênfases postas ora num ponto ora noutra) todas as ações que foram utilizadas fora de seu contexto e de seu objetivo inicial.

3.4 - O BINÔMIO INTÉRPRETE-ESPETACULARIDADE

Essas fases estão ordenadas de modo a instrumentalizar o ator-dançarino a desenvolver o seu trabalho em duas frentes relacionadas. A primeira é composta pelo treinamento psicofísico do ator-dançarino e está centrada na descoberta, seleção e aprimoramento de materiais a serem por ele utilizados (o RIMA). A segunda, constituída pela Dança da Personagem, diz respeito ao espetáculo e é onde se dá a aplicação de tais materiais na construção de personagens e na constituição da cena. Como, no Processo de Busca e Retomada, uma não existe separada da outra, essas duas partes são conhecidas pelo binômio Intérprete-espetacularidade. Fruto da antiga concepção, originalmente denominada ator-estética e estética-ator, desenvolvida em 1992 (Cf. Capítulo II – 2.2: Retroperspectiva) esse binômio significa que realizar o treinamento psicofísico não implica em descuidar da espetacularidade.

Espetacularidade aqui se refere à consciência por parte de todos os envolvidos de que se está trabalhando com vistas à criação de um espetáculo, que se está a procura de materiais que possam ser levados para a cena e que não se trata de nenhum tipo de terapia corpórea ou afim. Sendo assim, devem ser estimuladas e/ou procuradas, ações físicas e frases de movimentos que levem em consideração a associação a um tema, seja ele relativo a um livro, a um filme, a um quadro, a pessoas na rua, a uma imagem que se atribua a um determinado movimento; qualquer elemento, desde que durante o treinamento eles estejam presentes, sendo criados, destruídos e reconstruídos. Sobretudo, Espetacularidade se refere à consciência de que tudo o que se faz está sendo observado por um terceiro, seja o diretor, o encenador ou um colega que ficou de fora e, deverá ser mostrado aos demais no final das atividades.

Em suma, Intérprete-espetacularidade é um binômio construído com o propósito de lembrar sempre que o que se busca é conjugar a preparação psicofísica com a ação na cena propriamente dita, centrando-se a ação no corpo do Intérprete,

considerado enquanto Espaço, Emoção, Sensação; tendo sempre como objetivo, a apresentação do que foi trabalhado. Isso porque no Processo de Busca e Retomada, a razão de ser do ator-dançarino é estar em cena, não sendo, portanto, parte de sua natureza, treinar apenas por treinar; sem se importar com o que se vai encenar.

3.5 - A ESTRUTURA DO PROCESSO DE BUSCA E RETOMADA

“O propósito do treinamento é
contrair o que está frouxo,
fortalecer o corpo e
refinar o espírito.”

Morihei Ueshiba⁹⁴

Alcançar na prática os objetivos descritos nestas fases e realizar o interjogo intérprete-espetacularidade requer a utilização de um processo de indução que faça com que o ator-dançarino evolua de um estado cotidiano para um outro, pré-expressivo⁹⁵ e extra-cotidiano⁹⁶ no qual ele esteja disponível para criar livremente – embora sob condições pré-determinadas – com o seu corpo e com a sua imaginação, de modo a dar vazão a todo um universo lúdico presente em sua personalidade para, dessa maneira, descobrir elementos que o auxiliarão na construção da personagem e da cena.

94 UESHIBA, Morihei. *The Art of the Peace: Teachings of the founder of Aikido*. Translated by John Stevens. Shambala Pocket Classics. Boston & London: Shambala, 1992. (p.55)

95 Nota do Autor: Segundo BARBA E SAVARESE (Op. Cit. p. 187) “(...) a Antropologia Teatral postula que existe um nível básico de organização comum a todos os atores e define esse nível como pré-expressivo (...) O conceito de pré-expressividade (...) não leva em consideração as intenções, sentimentos, identificação ou não-identificação dos atores com a personagem, emoções”. Em Busca e Retomada, evoluir para um estado pré-expressivo significa que o ator-dançarino trabalha sem se preocupar com a personagem que ele irá realizar. Sua única preocupação é por aprimorar o seu corpo e a sua mente para a criação de elementos que serão levados à cena.

96 Nota do Autor: Refere-se à necessidade de durante a realização do treinamento, o ator-dançarino realizar atividades que ele normalmente não realize na sua vida cotidiana, i.e., realizar exercícios extra-cotidianos que são aqueles que “não respeitam os condicionamentos habituais do corpo” (Cf. BARBA, Eugênio. *Antropologia Teatral*, in BARBA E SAVARESE, 1995, p. 09.)

Em termos práticos, esse processo de indução constitui a própria essência do Processo de Busca e Retomada ou seja, quando o ator-dançarino opta por trabalhar com ele, estará trabalhando a partir de uma estrutura composta:

- a) por uma **Seqüência de Exercícios Padrões** (também denominada **Seqüência de Busca e Retomada**), que consiste de uma estrutura de treinamento utilizada para preparar o ator-dançarino psicofisicamente e para possibilitar que ele descubra e componha a sua biblioteca de ações extra-cotidianas (o seu RIMA). De acordo com o nível do grupo e o tempo que ele está trabalhando com a proposta, essa seqüência pode ser rearranjada de acordo com as necessidades que surgirem com a prática do treinamento⁹⁷;
- b) pelo **RIMA- Repertório individual de movimentos e Ações Agregados** e;
- c) pela **Dança da Personagem**, na qual o ator-dançarino exercita essas ações codificadas, as quais são arranjadas de acordo com as características da personagem que ele está construindo.

Essa Estrutura é a síntese da aplicação da pesquisa junto aos GT's e, deve ser considerada como um ponto de partida, um processo de indução orgânico que dá apoio e orientação ao ator-dançarino e lhe fornece as bases para o desenvolvimento de elementos que o auxiliem na criação da personagem e da cena.

No próximo capítulo, procederei com a descrição e a conceituação dos elementos dessa estrutura o que, acredito, possibilitará ao leitor, uma visão completa da proposta de trabalho para o ator-dançarino que o Processo de Busca e Retomada se propõe a ser.

97 Nota do autor: No Capítulo IV, sub-capítulo 4.4.1, apresentarei um exemplo de como a Seqüência de Busca e Retomada pode ser rearranjada a partir das necessidades advindas da prática do treinamento e da perspectiva do ator-dançarino.

3.5.1 - A SEQÜÊNCIA DE BUSCA E RETOMADA⁹⁸.

Composta de 13 exercícios padrões – que podem chegar a vinte e oito, dependendo de como se realiza cada um deles - essa seqüência tem por base aquela existente em 1998 (Cf. anexo V). Como se pode observar, muitas foram as alterações pelas quais ela passou até se configurar na Seqüência de Busca e Retomada descrita abaixo. Isso ocorreu porque ao longo de suas aplicações junto aos GT's, ela foi sendo readaptada e reorganizada em função de novos objetivos, o que fez com que alguns exercícios fossem adicionados e outros excluídos. Por exemplo, o exercício denominado "Pantera" não é mais utilizado. Isso acontece porque um dos seus objetivos era levar o ator-dançarino a perceber e a se perceber no espaço, o que se mostrou desnecessário porque a noção de espaço passou a ser trabalhada em diversos outros momentos da seqüência.

A) PREPARAÇÃO

1 – Redirecionamento

B) INSTALAÇÃO

2 – Instalação

2A – Equilíbrio/Desequilíbrio e Postura Ativa

2B - Deitar

2C - Espreguiçar

C) EXPANSÃO E CONEXÃO

3 – Amortecedores

3A - Corrida com Parada Repentina

98 Nota do Autor: Neste capítulo será apresentado de maneira esquemática apenas a composição da Seqüência Padrão, os conceitos inerentes a cada exercício que a integram e o que deve ser trabalhado pelo ator-dançarino durante sua execução. No CAPÍTULO 5 encontra-se uma proposta de como proceder para sua aplicação prática.

- 3B - Realizar de pequenos a grandes saltos utilizando os amortecedores
 - 4 – Enraizamento
 - 4B - Deslocar a Cinesfera com a Raiz
 - 5 - Desequilíbrios em “S”
 - 6 - Cantar no “Banheiro”
 - 7 - Chapa-Quente
 - 8 – Centro
 - 9 - Elementos Plásticos
 - 10 – Pesquisa vocal com Elementos Plásticos
 - 10A - Relação com Elementos Plásticos
 - 10B – Relação em grupo, com contato físico
 - 11 - Improvisação de Busca e Retomada
 - 11A - Improvisação com Elementos Plásticos e Sonoros
 - 11B - Improvisação de Busca
 1. Busca Individual
 2. Busca Coletiva
 3. Busca Controlada
 4. Busca Livre
 - 11C – Improvisação de Retomada
 - 12 - Dança da Personagem
- D) RECOLHIMENTO:
- 13 - Recolher

É importante destacar que essa seqüência de exercícios está estruturada de modo a permitir ao ator-dançarino realizar um trabalho minucioso em termos de energia. A experiência com o G-5 demonstrou que isso pode ser feito simplesmente pedindo aos atores-dançarinos que levem em consideração a energia durante a realização dos exercícios. (Cf. Anexo Diário de Campo).

Trabalhar a Energia torna o treinamento mais interiorizado. Uma maneira de se conseguir isso é concentrando-se na respiração e atentando mais para os detalhes. O interessante é ter como imagem o espaço vazio, que vai sendo

preenchido através da ampliação da presença de cada um e do grupo como um todo.

Com o intuito de evitar que a energia gerada se disperse, a Postura Ativa deve ser utilizada com frequência, i.e., sempre volta-se a ela quando se está fazendo exercícios que sofram quebra de continuidade, como por exemplo, os exercícios com o Centro, em que, entre a realização de uma parada de mão e uma cambalhota, o ator-dançarino precisa se preparar durante alguns segundos; ou ainda, na Improvisação de Retomada quando, no intervalo entre a realização de um elemento do RIMA e outro; ele precisa se lembrar qual a próxima a ser realizada. Dessa forma, ela funciona como um ponto de referência demarcando todo o trajeto do treinamento.

Para possibilitar a fluência dessa energia, é preciso que a seqüência seja realizada nos níveis da:

1. Preparação
2. Instalação
3. Expansão e Conexão
4. Recolhimento

PREPARAÇÃO

Trata-se de um redirecionamento de Objetivos e de energia visando a transformação da Energia Vital em Energia Criativa.

INSTALAÇÃO

Através da adoção da Postura Ativa, abre-se um canal de ligação direto com a concentração, com o compromisso e a seriedade através da canalização da energia, da força interior para realizar o treinamento.

EXPANSÃO E CONEXÃO

O objetivo é expandir energética e fisicamente o corpo e a mente e conectar a Energia gerada na execução dos exercícios psicofísicos à criatividade e à criação aleatória de frases de movimentos/ações físicas a serem codificadas.

RECOLHIMENTO

O final da Seqüência não significa o final do trabalho pois ainda é necessário mostrar para o condutor do treinamento e para os colegas, o material que foi encontrado, ou caso nada tenha sido encontrado, comunicar isso aos demais. Assim, é importante não permitir que a energia que foi gerada se disperse. O recolhimento é composto por alguns procedimentos que tem o objetivo de auxiliar a armazenar a energia no Centro, de onde, ela será direcionada para as mais diferentes funções.

Retomando o paralelo com o T'ai Chi, esses níveis poderiam ser graficamente representados, da seguinte maneira:



A interpretação dessa representação gráfica do Treinamento poderia ser feita da seguinte maneira:

Ao chegar para mais um período de treinamento, tem início o **Recolhimento**, no qual o ator-dançarino começa a desligar-se das atividades cotidianas que estava realizando até então e inicia a **Preparação**, na qual ele encontra-se consigo próprio e realiza uma série de exercícios que o colocam em condições de redirecionar sua Energia. Esse trabalho começa na **Instalação** onde ele realiza exercícios de equilíbrio/desequilíbrio e adota a **Postura Ativa** e, a partir do centro, ele inicia a **Expansão** através da realização dos exercícios que integram a seqüência e que o colocam num estado de extra-cotidiano. Neste estado, ele realiza a **Conexão** entre a técnica e o seu lado lúdico e gera ações físicas e sonoras e frases de movimento as quais - após ele adotar novamente a postura ativa, realizando com isso um novo Recolhimento - serão retomadas e Preparadas a partir de uma perspectiva de aprimoramento com vistas a Expandir-se para uma personagem a ser desenvolvida numa cena.

3.5.1.1 - CONCEITUAÇÃO E DESCRIÇÃO DOS EXERCÍCIOS PADRÕES QUE COMPÕEM A SEQÜÊNCIA DE BUSCA E RETOMADA.

1 – Redirecionamento

Conceito:

“A preparação começa desde o momento em que se entra na sala”

Silvia Baliello

Refere-se ao preparar-se para a ação e nesse sentido deve ser encarado como um aquecimento, um colocar-se em disponibilidade para começar a trabalhar. Ao mesmo tempo, é o tempo que o ator-dançarino utiliza para si, para encontrar-se consigo próprio com o objetivo de perceber quais partes do seu corpo precisam de uma atenção especial para colocar-se em disponibilidade. Trata-se de um redirecionamento de objetivos e de energia, visando a transformação da Energia Vital em Energia Criativa. O Redirecionamento é uma espécie de filtro, de funil que possibilita a cada um preparar-se psicofisicamente conforme as necessidades do seu biorritmo de modo a torná-lo apto para realizar o trabalho que virá a seguir. Esse voltar-se para si é uma maneira de colocar o indivíduo em sintonia consigo próprio e com o grupo.

Procedimento:

A sugestão é para que o redirecionamento contenha pelo menos uma sessão de alongamentos e de aquecimento do corpo. Normalmente, são previstos 15 minutos para sua realização, mas esse tempo pode variar em função do biorritmo particular de cada participante, uma vez que alguns podem sentir-se aptos após cinco minutos, outros podem precisar de quarenta ou até cinquenta minutos. Nestes casos, sugere-se que a pessoa chegue antes do horário marcado para o início do treinamento e dedique-se a esse redirecionamento. Entretanto, apesar das diferenças de biorritmos, a experiência tem mostrado

que, via de regra, após um período de treinamento, todos acabam por se adequar aos quinze minutos previstos.

Observação: Dependendo do nível dos integrantes do grupo, pode ocorrer – em especial no caso do alongamento, mas não apenas nele – que seja necessária a realização de exercícios sob a coordenação da pessoa responsável pelo treinamento ou por uma outra qualquer, que tenha conhecimento a esse respeito. Nesse caso, é importante que mesmo assim, o ator-dançarino proceda antes com um aquecimento, nem que seja para elevar a temperatura interna do seu corpo⁹⁹.

2 – Instalação

A Instalação é um complexo de exercícios intercalados, constituída pela Postura Ativa, pelo Equilíbrio/Desequilíbrio, pelo Deitar e pelo Espreguiçar.

Conceito:

O termo Instalação é utilizado no sentido de aprontar-se para o início do treinamento. A idéia é tentar fazer com que o ator-dançarino saia do seu estado cotidiano e procure se aperceber que a partir daquele momento, ele estará entrando num estado no qual seu objetivo será procurar desenvolver técnicas extra-cotidianas para serem usadas pelo seu corpo. Para atingir seu objetivo, ele parte da Postura Ativa

⁹⁹ Nota do Autor: Sobre a importância do alongamento e do aquecimento no trabalho do ator-dançarino, remeto o leitor ao anexo IX - PREVENINDO LESÕES E FERIMENTOS no qual este assunto é discutido mais profundamente e onde são apresentadas sugestões de como proceder para evitar complicações futuras para o organismo.

2A – Equilíbrio/Desequilíbrio e Postura Ativa

Conceito:

A Postura Ativa permite a abertura de um canal de ligação direto com a concentração e a atenção através da canalização da energia, da força interior para a tarefa de realizar o treinamento. Nas palavras da atriz-dançarina Paula Coelho: “a postura ativa é um centrar a atenção em si mesmo, de maneira a fazer com que o corpo fique mais consciente”

É composta por:

1. Centro Físico Abaixado
2. nádegas relaxadas
3. pés apontando para a mesma direção que os joelhos (opção: 2ª posição)
4. joelhos levemente flexionados
5. braços soltos ao longo do corpo¹⁰⁰
6. olhar na linha do horizonte
7. foco interior
8. equilíbrio instável

Procedimento:

A postura Ativa é realizada da seguinte maneira: o ator-dançarino permanece em pé, procurando manter os pés apontando sempre para a mesma direção que os joelhos, que estão levemente flexionados. Ao mesmo tempo, deve-se procurar manter o quadril fixo enquanto se movimenta e as pernas devem exercer uma força para baixo, em direção ao solo. A coluna vertebral e o tronco, por sua vez, exercem uma força imaginária para o alto. O olhar vai em direção a um ponto qualquer no horizonte e o equilíbrio é explorado em sua instabilidade,

¹⁰⁰ Nota do Autor: Apesar de soltos, eles não estão relaxados. Para conseguir isso, mantém-se uma dosagem tal do tonus muscular de maneira a fazer os braços e, de um modo geral, o corpo todo, adotarem um estado de prontidão.

tendo-se o cuidado de manter os braços soltos ao longo do corpo. Nessa posição, procura-se imaginar que os pés e a coluna vertebral determinam uma linha imaginária de três pontos formando uma base estável no solo. A partir dessa postura, trabalhar equilíbrio/desequilíbrio. Para tanto, inicia-se mantendo um pé sempre fixo, realizando um movimento contido, sem se deslocar pela sala. Após um tempo de investigação que varia conforme a necessidade de cada um, passa-se a trabalhar com o quadril solto, deixando o movimento fluir o que leva a deslocar-se pelo espaço. A partir desse deslocamento é que se encontra uma maneira de chegar ao solo.

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício:

1. Alinhamento da coluna vertebral, da bacia e de todas as partes do corpo,
2. Equilíbrio/Desequilíbrio

2B - Deitar

Conceito

O principal objetivo desse exercício padrão é relaxar. Porém, relaxar não deve ser confundido com atingir um estado de dormência. Pelo contrário, a preocupação deve ser por encontrar o que Stanislavski denominou “centro de tensão” (Apud GROTOWSKI, 1993, p.30)¹⁰¹ o qual, quando encontrado, desata todo o processo de tensão. Entretanto, a preocupação por encontrar esse centro pode se tornar uma experiência tensionante. Nesse caso, pode-se optar por encontrar aquilo que Grotowski, chamou de “ponto de relaxamento” (Id.)¹⁰² que quando encontrado faz o ator-dançarino relaxar profundamente. Tentar encontrar um ou outro é uma boa maneira de relaxar pois, como escreve

101 Apud GROTOWSKI, J. *Los Ejercicios*. In.: Máscara Ano 3 Nº 11-12, janeiro de 1993. Cidade do México: Escenología A.C,

102 Grotowski Op. cit p. 30

Jesse¹⁰³: "... o segredo do relaxamento: ponha a atenção em você mesmo"(1998, p.49).

Procedimento

Deitar de costas, mantendo os braços estendidos ao longo do corpo e os olhos fechados. Nessa posição, observar as diferentes sensações de peso nas diferentes partes do corpo, que partes tocam mais o chão, que partes tocam menos. Procurar fazer a coluna vertebral tocar o máximo possível o solo, se necessário, flexionando um pouco as pernas. Tentar observar qual é o seu ponto de relaxamento? E o centro de Tensão? Durante a realização do treinamento é importante estabelecer-se metas próprias a serem alcançadas/superadas.

2C - Espreguiçar

Conceito:

Espreguiçar é um poderoso instrumento para despertar os músculos e as articulações.

Procedimento:

Voltar a atenção para os pés e lentamente começar a espreguiçar a partir deles, passando pelo corpo todo (o rosto e o pescoço inclusive), indo até as mãos, não se esquecendo de bocejar.

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício

1. Movimentos de torcer e pegar;
2. As oposições, procurando, por exemplo, torcer o braço esquerdo e a perna direita simultaneamente.

103 JESSE, Anita. *Let the Part Play you: A Practical Approach to the Actor's Creative Process*. Bubank, CA: Wolf Creek Press, 1998.

3 – Amortecedores

Conceito:

Os Amortecedores são os pontos de apoio do corpo (mãos, coxas, ombros, músculos do tórax e do peito, pés...). Um dos seus aspectos é constituir-se num exercício que exige a aplicação de um alto grau de força muscular pois os braços e as pernas são utilizados para sustentar o peso do corpo e para impulsioná-lo para cima. Por outro lado, segundo Doris Humphrey (Apud STODELLE)¹⁰⁴, “o movimento natural e instantâneo do corpo – seu primeiro movimento, é o movimento de cair” (STODELLE, 1978, p.19). O exercício joga com esse princípio, ao qual ela denominou “tema do Cai/levanta”(Id., p.20) uma vez que cair e levantar são, “princípios germinativos” (Ibid) da dança e o “ingrediente central da ação”(Ibid). Inclui também elementos acrobáticos¹⁰⁵ uma vez que, conforme o corpo vai ficando em pé, a necessidade de ir do alto direto para o solo, obriga o ator-dançarino a trabalhar a decisão pois ele precisa agir rápido para amortecer convenientemente a queda.

Procedimento:

De olhos abertos, o ator-dançarino continua a espreguiçar-se e passa a utilizar os amortecedores. Ele começa deitado e vai erguendo-se gradualmente (i.e.: o corpo vai até uma determinada altura e volta para o solo de onde sobe novamente, um pouco mais alto a cada vez). Quando alcança o alto, (i.e.: o ator-dançarino fica em pé), ele aproveita o impulso utilizado para subir e sai correndo.

104 Apud STODELLE, Ernestine. *The Dance Technique of Doris Humphrey and its Creative Potential*. Princeton, NJ: Princeton Books Co., 1978.

105 Nota do Autor: Segundo Stanislavski, “a acrobacia ajuda a desenvolver a qualidade da Decisão. Para um acrobata seria desastroso ficar devaneando logo antes de executar um salto mortal(...) Nesses momentos não haveria tempo para indecisão. Sem parar para refletir ele tem que entregar-se nas mãos do acaso e da sua própria habilidade. Tem de saltar, haja o que houver. Cf. STANISLAVSKI, Constantin. *A construção do personagem*. Tradução: Pontes Paulo Lima, Rio de Janeiro, Civilização Brasileira, 1986. p63

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício

1. Os Focos, experimentando utilizar ora o foco interior, ora o exterior;
2. A Flexão dos braços e das pernas enquanto vai ficando gradualmente em pé;
3. Realizar movimentos de torcer e, na medida do possível, realizar movimentos circulares;
4. As Oposições, procurando por exemplo, ao subir, ter a intenção de descer ou utilizar os braços para subir enquanto as pernas tentam ficar no solo ;
5. nos diversos Níveis e Direções¹⁰⁶.

3A - Corrida com Parada Repentina

Conceito:

Segundo Humphrey, "O momento que alguém apronta-se para correr, prepara-o perfeitamente para o salto" (Apud STODELLE, Op. Cit., p.26). O exercício objetiva o estudo desse momento e a observação das diversas maneiras a partir das quais o corpo pode saltar. Entretanto, é importante ter sempre em mente que é preciso primeiro correr e só depois saltar.

Procedimento:

Correr durante algum tempo e parar repentinamente. Voltar a correr na direção oposta àquela na qual se estava indo. Para fazer o giro, realizar um pequeno salto.

106 Nota do Autor: Laban definiu três planos ou níveis: alto, médio e baixo e oito direções frente, esquerda frente, esquerda, esquerda trás, direita frente, direita e direita trás (Cf. LABAN, Op. Cit. p. 73) . Neste e em todos os exercícios em que as Direções e os Níveis aparecerem como elementos a serem trabalhados, o ator-dançarino deve procurar realizar o exercício e observar esses elementos

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício

1. Observar como os músculos se comportam ao serem contidos repentinamente;
2. Nos diversos Níveis e Direções no espaço;
3. Foco exterior, direcionando o olhar para pontos definidos no espaço.

3B - Realização de pequenos a grandes saltos utilizando os amortecedores

Conceito

Para Humphrey, "...o "plié" simultâneo (dos tornozelos e dos joelhos)¹⁰⁷ atuam como uma mola que impulsiona a pessoa para o alto"(Apud STODELLE, Loc. Cit.). O Objetivo do exercício é estudar as possibilidades de utilização dos tornozelos e dos joelhos como molas propulsoras para a ação e o movimento.

Procedimento

Evoluir a corrida com parada repentina para a realização de pequenos a grandes saltos procurando, ao aterrissar, ir direto para o solo e, ao levantar, arremeter para a corrida novamente.

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício

1. Os Amortecedores anteriormente mencionados;
2. As diversas direções e níveis do espaço;
3. Simetria/Assimetria. Como é correr com os braços fazendo o mesmo movimento? E com o corpo completamente desengonçado?;
4. As oposições. Por exemplo: as pernas querem saltar e os braços e o tronco não.

107 Nota do Autor: Os parêntesis são meus

4 – Enraizamento

Conceito:

De acordo com Suzuki, "... a própria vida da arte teatral depende das relações de fixação e profundidade dos pés no palco..." (SUZUKI, Apud BARBA&SAVARESE, Op. Cit., p. 126). Berger (Op. Cit., p.53), por sua vez considera que através dos pés "... se está em contato com a terra" e Rodrigues¹⁰⁸ que "... a partir de uma intensa relação com a terra o corpo se organiza para a dança" (1997, p.43). Todos esses estudiosos destacam a importância da utilização dos pés por parte do ator-dançarino. Em função disso, o propósito do exercício é proporcionar a ele um momento para o estudo de como utilizar a relação dos seus pés com o solo, com a Terra e, partindo daí, de como se dá a sua relação com o espaço acima de sua cabeça.

Nesse sentido, o Enraizamento é o momento onde se treina as oposições tendo o centro do corpo como eixo. As pernas e os pés exploram o solo, brincam com ele e o empurram, forçando para baixo. Por outro lado, a coluna vertebral e o tronco são "puxados para cima" para o Céu como se, figurativamente, estivessem tentando se separar das pernas e dos pés.

Procedimento:

Após o último salto realizado no exercício de Saltos com Amortecedores, o ator-dançarino pára em pé e inicia o enraizamento, começando pelos pés. A proposta é que ele empurre o chão com força a partir dos artelhos, indo até o calcânho e, repentinamente, relaxe procurando perceber quais são as sensações ou qual a resposta que o corpo dá a esse procedimento como, por exemplo, a sensação de que a perna se moveu sozinha. Para realizar esse exercício é importante manter um pé sempre fixo no chão enquanto o outro se exercita. Aos poucos inserir no trabalho, os joelhos, as coxas, os quadris (lembrar que o cóccix deve

108 RODRIGUES, Graziela. *Bailarino-Pesquisador-Intérprete*: Processo de Formação. Rio de Janeiro: Funarte, 1997.

permanecer no eixo) e o tronco. Procurar fazer com que a intenção para a realização do movimento parta sempre do centro do corpo. Quanto aos braços, eles deverão ficar naturalmente soltos ao longo do corpo.

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício

1. Procurar fazer com que a intenção para a realização do movimento parta do centro do corpo, tendo em mente que para isso, é fundamental que o Cócix esteja no eixo e o centro abaixado;
2. Foco, as Direções, os Níveis e as Oposições conforme já mencionado;
3. A idéia de que os pés formam, juntamente com uma linha imaginária que passa pela coluna vertebral e vai até o solo, uma Base Estável que dá apoio e sustentação aos movimentos como um todo.

4B - Deslocar a Cinesfera com a Raiz

Conceito:

Segundo Laba, a Cinesfera é a região do espaço que pode ser alcançada com qualquer extremidade do corpo sem sair do lugar¹⁰⁹. o objetivo do exercício é deslocar o corpo de A para B deslocando, com isso, a Cinesfera. Entretanto, durante esse deslocamento (que pode ser um salto), o ator-dançarino deve procurar imaginar um determinado ponto entre A (o ponto de partida) e B (o ponto de chegada). Um ponto A' por exemplo. Quando chegar a esse ponto A' ele se tornará a base. A partir dessa base – Imaginária por convenção e flutuante porque está no ar, entre A e B - o ator-dançarino deve tentar alcançar um lugar no espaço. Ao cair, ou seja, ao chegar ao ponto B, utilizar os pés como amortecedores da queda.

109 Apud. SILVA, Soraia M. Profetas em Movimento: um processo de criação em dança a partir da releitura das dinâmicas de movimento que se desprendem dos gestos e posturas do Estatuário dos Profetas em Congonhas do Campo. Dissertação de Mestrado em Artes. Instituto de Artes - Unicamp: 1994.

Procedimento:

Com a maior participação do tronco no exercício anterior, o corpo do ator-dançarino naturalmente começa a ampliar a cinesfera. Prosseguir tentando ampliá-la um pouco mais através da execução de pequenos saltos, deslocando-se pela sala tendo o centro como ponto de onde parte a intenção do movimento.

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício

1. Centro (a intenção para a realização de todos os movimentos previstos pelo exercício partem do centro);
2. Foco, Direções, Níveis, Oposições, Base de sustentação de acordo com o exposto nos exercícios anteriores.
3. Fator Peso¹¹⁰, observando os aspectos de resistência (ao sair do chão, num salto p. ex.) e de leveza ao sentir a sensação de estar "flutuando".
4. A Fluência do Movimento fazendo com que ela seja ora livre, ora controlada

5 - Desequilíbrios em "S"

Conceito:

São dois os conceitos nos quais esse exercício-padrão está embasado. O primeiro objetiva utilizar os deslocamentos da cabeça para perceber a influência que ela tem no movimento. O segundo, parte do princípio de que com a realização do exercício anterior, provavelmente, o ator-dançarino estará dando

110 Nota do Autor: Refere-se aos quatro Fatores de Movimento conforme definidos por Laban: Peso, Tempo, Espaço e Fluência. Por essa razão, na realização deste e dos demais exercícios onde aparecer a proposta de trabalhar um desses fatores, os mesmo devem ser considerados também em relação aos Elementos do Esforço (Elementos lutantes: firme, súbito, direto e controlado e, Elementos Complacentes: suave, sustentado, flexível e livre) bem como aos seus Aspectos Mensuráveis (Resistência forte, Velocidade Rápida, Direção Direta e Controle Parado) e, Classificáveis (Leveza leve, Duração, Expansão Flexível e Fluência Fluida) Para maiores informações Cf LABAN, Rudolf – Op. Cit 1978.

sinais de cansaço. Segundo Shih¹¹¹, a realização de movimentos curvilíneos com a coluna vertebral é útil para “liberar a fluência de ácido láctico, reduzindo a fadiga” (1989, p100) e a sensação de cansaço. Por essa razão após realizar durante um tempo razoável os deslocamentos da cabeça, amplia-se para o deslocamento também da coluna vertebral como um todo.

Procedimento:

Inicialmente, manter o Centro no eixo e imaginar a parte superior e a parte inferior do corpo separados. O Cóccix é o ponto de união. O quadril permanece fixo. A seguir, girar a cabeça lentamente para um lado, deixando a coluna vertebral pender um pouco para o mesmo lado, até sentir a perda do equilíbrio. Quando isso acontecer, procurar explorar ao máximo as possibilidades de desequilibrar-se dessa maneira. Após algum tempo trabalhando, deve-se, gradualmente, juntar as palmas das mãos e, mantendo a atenção no centro baixo, movimentar a coluna vertebral em “S” deixando o quadril se movimentar junto com o movimento, conforme este vai sendo ampliado. Utilizar inicialmente as mãos para guiar o movimento, fazendo com que a cabeça acompanhe. Descrever 3 círculos: um no alto da cabeça, um na altura do tórax e o outro na altura da pélvis. Movimentar-se em todos os níveis e direções. Pode-se, num terceiro momento do exercício, ampliar-se o movimento, permitindo então que os braços comecem a tocar o companheiro sem o conduzir. Este, ao ter seu movimento interceptado pelo braço do outro, deixa-se levar com leveza e suavidade, deixando-se influenciar pelo movimento do companheiro.

Observação: Ao realizar esse exercício, é importante respirar lenta e profundamente. Para isso, coloque a ponta da língua no céu da boca e procure alterar o ritmo de sua respiração, tornando mais longa a inspiração.

111 SHIH, Tzu Kuo. *The Swimming Dragon: A Chinese Way to Fitness, Beautiful Skin, Weight Loss & High Energy*. New York: Station Hill Press, 1989.

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício:

- Equilíbrio/Desequilíbrio
- Movimentos em “S” da coluna vertebral

5A – Relação em grupo, com contato físico

Conceito:

Segundo Spolin¹¹², o contato físico “... cria uma comunicação mais forte e relacionamento mais profundo entre os atores” (1987, p.166).

Procedimento:

Durante a realização do exercício anterior, ampliar o movimento, inicialmente dos braços, de modo a permitir que eles toquem o companheiro, sem o conduzir. Este, ao ter seu movimento interceptado, deixa-se levar com leveza e suavidade. A seguir, é ele quem passa a influenciar o movimento. Após algum tempo realizando esse jogo somente com os braços, inserir o corpo todo, permitindo que ele entre em contato com o companheiro. É importante ter em mente as seguintes regras: a) que a proposta do exercício não é pegar ou segurar o companheiro, mas apenas tocá-lo; b) deve-se evitar criar amontoados de corpos.

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício:

Sentir o outro através do contato com o corpo.

6 - Cantar no “Banheiro”

Conceito:

O objetivo é realizar um aquecimento suave e relaxante, emitindo inicialmente vogais e depois consoantes e, aos poucos, evoluir para uma canção e cantar simplesmente, em alto e bom tom pois, afinal, “quem canta seus males espanta”.

112 SPOLIN, Viola. *Improvisação para o Teatro*. Trad. Ingrid Doulmien Koudela e Eduardo José de Almeida Amos. São Paulo: Perspectiva.1987. P.166

Observação: A realização desse exercício não objetiva descobrir virtuosos do canto mas simplesmente possibilitar ao ator-dançarino a utilização da voz como parte do corpo que ela é. Sendo assim, é importante não se deixar “intimidar” pelo fato de ser desafinado ou não saber cantar ou falar “apropriadamente” pois, como escreve Quinteiro¹¹³ “(...) voz e fala são resultantes de toda uma individualidade. Cada pessoa tem uma resultante sonora, a sua voz, a sua fala específica e única” (1989, p. 16). Portanto, nesse exercício o importante é o ator-dançarino descobrir quais são as possibilidades – e as qualidades - da sua voz.

Procedimento:

Aproveitando o processo respiratório que vinha sendo realizado no exercício anterior, iniciar o aquecimento vocal mantendo a boca ‘Chiusa’¹¹⁴ e, aos poucos, evoluir para um cantarolar “natural” de alguma canção, procurando realizar alterações no ritmo e nos tempos musicais de acordo com critérios pessoais.

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício:

- A Respiração
- A dicção através do uso de vogais e de consoantes
- As Caixas de ressonância¹¹⁵

113 QUINTEIRO, Eudisia Acuña. *Estética da Voz: Uma voz para o Ator*. São Paulo: Summus, 1989.

114 Nota do Autor: Ou seja colocando a língua no palato de modo a evitar que o ar saia pela boca. Dessa maneira, a maior parte do ar sai pelo nariz.

115 Nota do Autor: Deixando claro que não existe prova científica a respeito, Grotowski sustenta que as Caixas de Ressonância modificam a voz e seu poder de emissão. Para ele, tais caixas aumentam o som emitido. Sua função é comprimir a coluna de ar na parte específica do corpo escolhida como amplificador da voz. Com isso, tem-se a impressão que alguém fala com a parte do corpo em questão. (Cf. GROTOWSKI, Jerzy. Op. cit 1987.p. 126)

- A sustentação do som pelo diafragma¹¹⁶

7 - Chapa-Quente

Conceito:

A principal característica deste exercício padrão é mesclar exercícios de força e de leveza. A proposta é alcançar essa mescla através da utilização das pernas para impulsionar o corpo para o alto. Uma vez “lá no alto”, utiliza-se o centro como ponto de sustentação do corpo, trabalhando com a idéia e com a sensação de que o corpo está “parado no ar”.

Procedimento:

Imaginar que o chão está pegando fogo, saltar e tentar “permanecer” o maior tempo possível no ar.

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício:

- As Direções e as Oposições
- controle da Respiração¹¹⁷

116 Nota do Autor: Segundo Quinteiro, para que se possa lançar o som à distancia que se deseja, faz-se necessário um ponto de apoio que não seja a garganta. Seguindo esse raciocínio, ela propõe que esse apoio seja feito entre os dois diafragmas: o torácico e o pélvico e, dá uma série de indicações de como o ator pode realizar tal tarefa. (Cf QUINTEIRO Op. Cit. p 62). Em Busca e Retomada, a proposta é que, partindo desse pressuposto, o ator-dançarino encontre o seu próprio meio de realizar esse apoio sem, no entanto, contrair os glúteos (que podem interferir na fluência do movimento).

117 Nota do Autor: Discorrendo a respeito do que acontece com a respiração após correr e dar alguns saltos Quinteiro sustenta que o importante não é manter a respiração com pouco ar. Escreve ela: não se trata de impedir a entrada e a saída do ar do organismo. Não é parar de respirar. É apenas uma respiração controlada. O ar entra e sai dos pulmões na medida estabelecida pelo reflexo respiratório e nada mais além que isso. (QUINTEIRO , op. Cit. p.68)

8 – Centro

Conceito:

Por ser um dos pontos centrais do treinamento, está conceituado de modo mais abrangente no capítulo “A Seqüência de Exercícios: Temas e conceitos básicos” (Cf. p. ...).

Procedimento:

Depois de realizar a Chapa-quente, voltar para a Raiz e procurar retomar a respiração normal. Enquanto isso se dá, abaixar o centro e mantê-lo assim durante a realização do exercício. Manter também o cóccix no eixo e o quadril fixo. A seguir, trabalhar exercícios diversos como a realização de acrobacias¹¹⁸ (parada de mão, cambalhotas, etc); caminhadas (rápida, devagar, com os pés paralelos entre si e ao solo); fazer abdominais, sentar, saltar... O importante é o ator-dançarino realizar exercícios sobre os quais tenha domínio das técnicas para sua execução ou, então, que ele realize exercícios sobre os quais queira obter tal domínio.

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício:

1. Equilíbrio e Centro Abaixado
2. Oposições
3. Fluência do Movimento
4. Direções
5. Foco
6. Movimentos simétricos e assimétricos

118Nota do Autor: Segundo Stanislavski, “a acrobacia ajuda a desenvolver a qualidade da Decisão. Para um acrobata seria desastroso ficar devaneando logo antes de executar um salto mortal(...) Nesses momentos não haveria tempo para indecisão. Sem parar para refletir ele tem que entregar-se nas mãos do acaso e da sua própria habilidade. Tem de saltar, haja o que houver. Cf. STANISLAVSKI, 1986. p63

9 - Elementos Plásticos

Conceito:

Baseado em Stanislavski¹¹⁹, os Elementos Plásticos são os membros e as articulações do corpo consideradas individualmente. Enquanto movimenta cada uma dessas articulações, o ator-dançarino imagina que existe algo passando de uma para a outra, o que foi denominado pelo ator e pesquisador russo como "Linha interior de movimentação"(1986, p.92).

Procedimento:

Mantendo a raiz, a atenção no centro e o cóccix no eixo, o ator-dançarino trabalha uma por vez, todas as articulações do corpo, começando pelos pés e indo até a cabeça. A seguir, ele alterna-as e tenta combiná-las seqüencialmente. Esse combinar seqüencialmente constitui-se no princípio do exercício.

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício:

1. Cada uma das Articulações do corpo do modo mais individualizado possível
2. As Direções
3. As Oposições
4. A Fluência do movimento
5. A Simetria e a Assimetria do movimento.

119 Nota do Autor: No capítulo V: Plasticidade do Movimento do livro A construção do personagem (Op. Cit p71-93) o autor analisa o que ele denominou Movimento Plástico e fornece uma série de exemplos de como fazer a linha interior de movimentação (Cf. p.92) percorrer braços, pernas, ombro, etc.

10 – Pesquisa vocal com Elementos Plásticos

Conceito:

“O ator deve explorar sua voz para produzir sons e entonações que o espectador seja incapaz de reproduzir ou imitar. As duas condições necessárias para um bom poder de emissão são:

- 1. A coluna de ar que emite o som deve sair com força e sem encontrar obstáculos*
- 2. som deve ser amplificado por caixas de ressonância*

Tudo está intimamente ligado com a respiração” (GROTOWSKI, Op. Cit., pp. 120-121).

Procedimento:

A partir da Raiz, e mantendo o centro e o cóccix no eixo, pesquisar as diversas possibilidades de se produzir e emitir sons nas mais diversas posições. Procurar aprender e reproduzir os sons produzidos, tentando transformá-los em falas.

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício:

1. A Respiração
2. A Voz
3. As Caixas de Ressonância
4. A Dicção através do treino para uma boa Articulação e Pronúncia¹²⁰
5. Os diversos Níveis, Planos e Direções.

120 Nota do Autor: Já foi realizado um trabalho inicial de Dicção no Exercício padrão “Cantar no Banheiro”. Aqui, a proposta é que esse trabalho seja realizado de modo mais refinado e de acordo com as seguintes proposições de Grotowski: “... a regra básica para uma boa dicção é expelir as vogais e mastigar as consoantes. Não pronuncie as letras com demasiada distinção. Muitas vezes, em vez de pronunciar a palavra como uma entidade, o ator soletra-a de acordo com as letras que a compõem. Isto tira a vida da palavra. Há uma diferença fundamental entre a palavra escrita e falada, sendo a palavra escrita apenas uma aproximação. A multiplicidade de tipos de dicção existentes na vida deve ser também encontrada no palco”. GROTOWSKI, Op. cit. p.140. “

10A - Relação com Elementos Plásticos

Conceito:

Estimular os atores-dançarinos a desenvolver códigos e mecanismos de cumplicidades que os ajudem a construir o jogo dramático.

Procedimento:

Durante a realização do exercício, procurar estabelecer uma relação com um colega. Para tanto, ao trabalhar com um ombro, por exemplo, brinque com os movimentos e sons produzidos e após um tempo, utilizando esse mesmo ombro, “passe-o” para o colega. Este, pode “receber” o seu som e o seu movimento com a barriga, por exemplo. Com a parte do corpo que ele recebeu, ele tenta reproduzir o seu movimento e, durante algum tempo, brinca com ele, fazendo-o imaginariamente percorrer todas as partes do seu corpo, que estiveram sendo trabalhadas até então. Durante esse processo, ele vai transformando o som recebido até convertê-lo em um outro. Quando isso acontece, i.e., quando ele converteu o seu som em um outro, é a vez dele devolvê-lo. Assim, sucessivamente, o exercício se desenvolve.

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício:

Os mesmos do exercício-padrão Elementos Plásticos.

O relacionamento com o colega.

O foco e a objetividade no receber e no devolver o movimento e o som

11- Improvisação de Busca e Retomada

Conceito:

Ponto Central do Treinamento. Trata-se de um complexo de exercícios que inicialmente devem ser seqüenciais e depois tornam-se intercalados. É constituído por uma **Improvisação com elementos plásticos e sonoros** que evolui para uma **Improvisação de Busca** e para uma **Improvisação de**

Retomada dos elementos que constituem o RIMA. Para facilitar a conceituação, apresentarei cada um separadamente.

11A) Improvisação com Elementos Plásticos e Sonoros

Conceito:

A Improvisação é utilizada para possibilitar ao ator-dançarino desenvolver uma “rápida compreensão da situação e uma reação conveniente por parte de todo o corpo”(HODGSON&RICHARDS, 1979, p.08)¹²¹, elementos estes considerados pelos dois autores como qualidades do improvisar. Baseado nos “Exercícios Plásticos”¹²² propostos por Grotowski, parte-se da realização de movimentos opostos, como por exemplo, a movimentação do ombro esquerdo para a frente e a perna direita para trás e, improvisa-se a imagem sugerida pelo Movimento. Por se tratar de outro ponto fundamental do Treinamento, a descrição mais aprofundada do que é e de como se dá essa improvisação está melhor conceituada no sub-capítulo 3.1. Uma vez que, segundo Blom & Chaplin, “...frases de movimentos ocorrem naturalmente durante uma improvisação”, durante a realização desse exercício, é importante que o ator-dançarino tente perceber “como o movimento se agrupa e forma distintas unidades” (BLOM&CHAPLIN, 1988, pp. 19-20)¹²³. Ou seja, onde termina uma frase de movimento e começa outra, formando, por assim dizer, uma sentença.

121 HODGSON, John e RICHARDS, Ernest. *Improvisation*. New York: Grove Weidenfeld, 1979.

122 Nota do Autor: Segundo Grotowski, o princípio do Exercício Plástico é o estudo dos vetores opostos e das “imagens contrastantes” (Por exemplo: a mão aceita, enquanto a perna rejeita) sendo um “conjunctio oppositorum” entre a estrutura e a espontaneidade. Consiste de três pontos: “primeiro: fixar uma certa quantidade de detalhes e fazê-los com precisão; segundo, encontrar os impulsos pessoais que podem encarnar os detalhes e; terceiro, transformá-los através da improvisação”. Cf. GROTOWSKI, 1987. Op. cit P. 114-116 e GROTOWSKI, Op. Cit. 1993. p. 33.

123 BLOM, Lynne Anne e CHAPLIN, L. Tarin. *The Moment of movement: Dance Improvisation*. Pittsburgh: University of Pittsburgh Press, 1988.

Procedimento:

Da alternância iniciada anteriormente, nos elementos plásticos, a proposta agora é sustentar (congelar, como se fosse uma estátua) uma combinação de movimentos por alguns segundos e observá-la, procurando associar sua forma a uma imagem, seja ela qual for, que provavelmente essa “estátua” sugerirá. Procurar realizar¹²⁴ essa imagem é o passo seguinte. Com o intuito de conseguir essa realização, a proposta é que, por exemplo, se ao observar a estátua feita, ela sugerir um jogador de basquete fazendo um arremesso, o ator-dançarino faça durante alguns segundos esse arremesso como se fosse um jogador de basquete. A seguir, a proposta é que essa imagem do jogador de basquete seja abandonada e substituída por outra. Para conseguir substituí-la, o ator-dançarino deve voltar a fazer as combinações aleatórias de elementos plásticos que estava fazendo antes para, então, começar tudo de novo, repetindo esse congelar-abandonar, esse “buscar e retomar” por algum tempo, procurando realizar o máximo de combinações possíveis.

Do mesmo modo que com o movimento, procede-se com os sons. Quando se congela e observa o corpo, faz-se o mesmo com relação ao som que estava sendo produzido e, conforme o ator-dançarino realiza a imagem do jogador de basquete do exemplo acima, ele tenta utilizar o som que estava sendo produzido para emitir, por exemplo, o grito que acompanha o movimento de arremessar ou, o grito de felicidade ao conseguir marcar o ponto ou, ainda, o modo como aquele jogador do exemplo utilizado se dirige aos colegas após o ponto marcado ou não.

124 Nota do Autor: ou seja, transformar a imagem em movimentos e sons através da utilização do corpo.

11B - Improvisação de Busca

Conceito

Outro ponto central do treinamento. Na prática significa a continuidade do exercício anterior (Improvisação com elementos plásticos). A diferença é que agora, o ator-dançarino pode permanecer mais tempo improvisando a partir da imagem sugerida - comentada no exercício anterior - visando aprofundá-la. Ele pode, inclusive, relacioná-la com uma outra ação feita anteriormente como andar, sentar, etc. e trabalhar um modo de unir as duas, por exemplo.

Procedimento:

Partindo da Improvisação com elementos Plásticos, iniciar um processo livre de investigação, procurando sustentar a frase de movimento/ação física e sonora e realizar a imagem por elas sugeridas. Durante essa realização, procurar manter a raiz, o cóccix no eixo e o centro presente – que são partes do princípio do elemento plástico.

O importante é que durante a execução deste exercício padrão, o ator-dançarino trabalhe tendo em mente que para um melhor aproveitamento de seus objetivos, é interessante que ele consiga fazer com que pelo menos uma dessas estátuas/imagem que foram realizadas sejam retidas para serem feitas novamente durante a Retomada, que virá a seguir. Para isso, ele pode optar pelo que reter ou, então, contar com ajuda de quem estiver conduzindo os trabalhos que pode ser o Facilitador, o Diretor, o Assistente de direção ou qualquer outra pessoa que esteja de fora e conheça o processo de trabalho.

Visando ampliar a qualidade do material que será retido, pode-se estimular o ator-dançarino através da proposição de temas. Por exemplo: pode-se pedir que ele, quando congelar, procure observar na estátua formada, apenas aqueles elementos que sugeriram animais nadando ou pessoas assistindo à televisão, etc.

Obs. Os temas deverão ser dados por quem estiver conduzindo os trabalhos. Essa pessoa poderá também estabelecer quando congelar/descongelar com vistas a, por exemplo, dirigir as possibilidades do que deve ser encontrado ou descoberto.

Em função dessas considerações, os temas podem ser individuais e/ou coletivos. Nesse caso o exercício desdobra-se em:

BUSCA INDIVIDUAL

Quando o tema dado é individual o ator-dançarino trabalha individualmente, livremente.

BUSCA COLETIVA

Quando é dado um tema coletivo, trabalha-se de modo a desenvolver o senso de atividade grupal tentando, se possível, reter uma estátua/imagem que seja feita em grupo

BUSCA CONTROLADA

No início, é importante o ator-dançarino manter a combinação entre as partes. Ele deve ser radical na utilização desse princípio antes de torná-lo livre. A idéia é que só se pode ser verdadeiramente livre quando se tem conhecimento das possibilidades do corpo. A partir daí, quando se tem a consciência prática do que faz, é o que o ator-dançarino tem melhores possibilidades para se tornar livre para dar ênfase a todas as suas aspirações.

BUSCA LIVRE

É totalmente livre ou seja, ele já não precisa se preocupar com o princípio da combinação mencionado acima.

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício:

Utilizar livremente o corpo todo, voz inclusive.

11C – Improvisação de Retomada

Conceito:

A proposta é que o ator-dançarino repasse as ações físicas, sonoras e as frases de movimento que foram selecionadas no exercício anterior com o intuito de aprimorá-las do ponto de vista da execução técnica, tornando claro o seu começo, meio e fim; com o objetivo de codificá-las para constarem do seu RIMA¹²⁵ e de apresentá-la aos companheiros e ao condutor do treinamento¹²⁶.

Procedimento:

Manter pelo menos dois dos princípios básicos da seqüência (a saber: Cócix no eixo e a intenção da ação partindo do centro, raiz, parte superior e inferior do corpo separadas e equilíbrio instável).

Esse retomar pode ser feito, por exemplo, no caso do jogador de basquete, estabelecendo-se exatamente quantos passos ele dá até o arremesso, se o arremesso é feito de modo tenso ou suave, se a mão estava acima ou abaixo da cabeça, se ele dobra o corpo para proteger a bola imaginária e nesse caso, se esse dobrar era tenso ou relaxado. O mesmo vale para tudo o que for retomado, uma vez que, nesse momento, a idéia é que se retome não só aquilo que se acabou de fazer mas também, aquilo que foi retomado e trabalhado dessa mesma maneira no dia anterior ou, na semana passada .

125 Nota do Autor: Já realizei uma breve abordagem sobre o RIMA no CAPÍTULO 2, a qual, espero ter possibilitado ao leitor um entendimento sobre seu significado no processo de Busca e Retomada. Esclareço que pretendo discuti-lo mais apropriadamente no sub-capítulo 3.5.2 após terem sido apresentados alguns elementos que considero fundamentais para uma compreensão integral do conceito de RIMA.

126 Nota do Autor: Como já foi mencionado no Sub-capítulo 3.1, o objetivo do Processo de Busca e Retomada não é o Treinamento mas sim a construção espetacular. Por essa razão, desde o início das atividades com ele deve se ter em mente que tudo o que foi encontrado durante a realização da Seqüência de Treinamento deve ser mostrado aos colegas e ao condutor dos trabalhos.

Elementos a serem trabalhados na realização do exercício:

- As ações Físicas e sonoras e as frases de movimento encontradas durante o trabalho.
- Considerá-las em função dos fatores do movimento¹²⁷ (Peso, Fluência, Espaço e Tempo) e trabalhá-las do ponto de vista da intenção, da precisão, da atenção e da decisão

12 - Dança da Personagem

Neste exercício padrão, o ator-dançarino retoma as ações físicas e sonoras e as frases de movimentos que ele possui em seu RIMA e improvisa livremente a Dança da sua personagem. Tendo em vista que o ator-dançarino só a realiza quando já tiver começado o processo de montagem da personagem e da cena, este conceito e seus procedimentos serão abordados quando estiver discorrendo sobre os procedimentos para a construção da estrutura corpórea básica e elaboração da dança da personagem, a ser feito no Capítulo 4.

13 - Recolher

Conceito:

Deixar explícito quanto tiver chegado ao final da Seqüência de Treinamento. Entretanto, é importante ter claro que não se chegou ao fim do processo de treinamento pois ainda é necessário mostrar para o condutor e para os colegas,

127 Nota do Autor: Como já mencionado (Vide nota 16) Laban considera que são quatro os fatores do movimento: Fluência cujo domínio é o da Precisão e esta relacionada ao controle dos graus de liberdade do movimento; Espaço, cujo domínio é o da Atenção e está relacionado com o foco direto ou multifocado e com uma atitude mais alerta e atenta; Peso, cujo domínio é o da intenção e está relacionado com o ser mais ou menos delicado e; Tempo, cujo domínio é o da Decisão e está relacionado, em função da maior ou menor urgência, com o arrojo e a impulsividade. Cf. SILVA, Op. Cit. Passim.

o material que foi encontrado. Sendo assim, é importante não se dispersar nem entrar num estado de dormência e de relaxamento que inviabilize a continuidade dos trabalhos.

Procedimento:

Adotar postura em pé, neutra e relaxada. Manter os pés paralelos, as pernas levemente flexionadas, o cóccix no eixo e o centro presente Os braços soltos ao longo do corpo e as palmas das mão voltadas para trás. Manter a coluna vertebral ereta, a cabeça reta e respirar tranqüilamente. Permanecer nesta posição durante alguns segundos, para que a respiração e o coração voltem à bater em sua freqüência normal.

A seguir, em silêncio, sugere-se que o ator-dançarino pegue um caderno e anote exatamente como é feito o que foi retomado e dê um nome. Não esquecer que esse nome é o código para se lembrar de qual ação está se referindo, de como ela é. Se tiver conhecimento de alguma técnica de notação de movimento, como a Labanotation por exemplo, ele pode anotar dessa maneira.

3.5.2 - O REPERTÓRIO INDIVIDUAL DE MOVIMENTOS E AÇÕES AGREGADOS - RIMA.

Segundo Laban (Op. Cit.), a combinação dos quatro fatores de Movimentos caracteriza a maneira particular de uma pessoa se movimentar e o conjunto desses movimentos constitui o estilo próprio e único de cada um. A esse conjunto ele denomina Repertório Individual de Movimentos; cuja observação, nos informa Serra¹²⁸, permite a análise da personalidade de um indivíduo. Considerando-se que o termo personalidade deriva da palavra latina *Persona*, que era usada para se referir à máscara do teatro grego e se refere à aparência externa, à cara que é oferecida ao público, podemos perceber que existe uma relação intrínseca entre personagem e personalidade e, por essa razão, para as finalidades deste estudo, a personalidade será sempre vista como parte inseparável da personagem.

Um dos princípios que norteiam o Processo de Busca e Retomada é considerar que a função do ator-dançarino não é a de interpretar uma personagem, emprestando-lhe o seu repertório pessoal e real de movimentos¹²⁹, mas sim, representar um equivalente da personagem através da execução de ações físicas e frases de movimentos criadas extra-cotidianamente e que serão interpretadas pelo espectador. Isso significa que o ator-dançarino construirá a sua personagem a partir de um acervo de movimentos que, apesar de terem a sua característica pessoal - uma vez que a pessoa não pode fugir do que ela de fato é; não guardam relação direta com o seu Repertório Individual particular. Isso se dá porque o seu Repertório Individual é constituinte da sua própria personalidade e a construção da personagem, requer uma transposição, um sair

128 SERRA. Sylvia Monica Allende Empatia: *Um Estudo da Comunicação Não-Verbal Terapeuta-Cliente*, Tese (Doutorado em Psicologia) USP - 1990. Passim

129 Nota do autor: Ainda que seja impossível imaginar um ator-dançarino que não leve para a cena aspectos constitutivos do seu Repertório Individual de Movimentos, de sua personalidade.

de si, “um sair de uma personalidade real para atingir uma outra a ser recriada.” (ROCHA FILHO, 1986, p.19)¹³⁰

Dessa maneira, o Processo todo está centrado na constituição de um repertório de movimentos que sejam exteriores, que ampliem aquele pertencente ao ator-dançarino enquanto a pessoa que ele de fato é. Por essa razão, eles são denominados como AGREGADOS. Eles possibilitam a transposição do ator-dançarino em personagem, de modo objetivo: o ator-dançarino torna-se outro não em virtude de um transe ou qualquer característica mediúcnica, mas sim, através da vivência de outro Repertório Individual de Movimento, um repertório extra-cotidiano, produzido através de um conjunto de técnicas extra-cotidianas que produziram um desvio do uso normal do corpo, uma alteração dos seus ritmos, de suas posições, de sua maneira de utilizar sua energia (Barba & Savarese. Op. Cit.).

Entretanto, faz-se necessário deixar claro que a constituição de um acervo de RIMA pelo ator-dançarino não significa, em absoluto, a elaboração de uma lista com conjuntos de atitudes e seus respectivos comportamentos¹³¹, para serem utilizados conforme a situação pedida por essa ou aquela cena de um determinado espetáculo. Pelo contrário, o RIMA é constituído de uma série de frases de movimentos e ações físicas e sonoras, cada uma composta de começo, meio e fim e com uma existência própria que, conforme as necessidades do trabalho, são combinadas de maneira a formar o repertório de movimentos da personagem, os quais o ator-dançarino executará em cena.

130 ROCHA FILHO, Ruben. *A Personagem Dramática*. Coleção Ensaios. Rio de Janeiro; INACEN, 1986.

131 Nota do Autor: Conforme aqueles definidos por Monica Serra como sendo associados à personalidade criativa Op. Cit Apêndice N. 01

3.5.3 - DANÇA DA PERSONAGEM: A CONSTRUÇÃO FÍSICA DO PAPEL

Os procedimentos para a construção da personagem e da cena no Processo de Busca e Retomada são denominados Dança da Personagem. Nela, é realizada a organização do material codificado (constante do RIMA) num roteiro similar àquele percorrido pela personagem que se está construindo (no caso de haver um texto preexistente) de maneira a fazer com que os atores-dançarinos, sem o saber, durante a realização da Seqüência de Treinamento, realizem as ações físicas e frases de movimentos que a personagem realiza¹³². Essa realização é a Dança da Personagem especificamente falando, mas como ela está intrinsecamente relacionada com a cena, todo o conjunto da construção da personagem e da montagem da cena recebe essa denominação.

A Dança da Personagem é inspirada no Plano de Trabalho proposto por Stanislavski , que apresenta as seguintes sugestões:

“(...) representem o enredo exterior em termos de ações físicas (...) tiradas da peça. (...) Formem uma linha lógica, consecutiva de ações físicas orgânicas (...)” (1984, p.263-266)

Partindo destas sugestões, a proposta é que, para a construção de uma personagem - por exemplo: o Wladimir da peça Esperando Godot, de Samuel

132 Nota do Autor: Quando escrevo sem que o ator-dançarino saiba qual a personagem que ele realiza, isso significa que, no Processo de Busca e Retomada, a distribuição das personagens só é feita após a organização das ações e frases do RIMA num roteiro análogo ao realizado pela personagem que o ator-dançarino irá realizar. Só após esse momento ele fica sabendo. Pode ocorrer que a intuição e a capacidade de observação possibilitem que ele descubra o seu personagem antes do momento indicado mas, até que todo o roteiro esteja pronto, sugere-se que o condutor dos trabalhos não confirme .

Beckett - o ator-dançarino não trabalhe diretamente com a personagem escrita no texto, mas sim, com o seu contexto. Um dos sentidos correlatos¹³³ de contexto é Argumento. Dessa maneira, o contexto da personagem é utilizado como Argumento para os temas que são trabalhados durante as Improvisações existentes na seqüência de treinamento. Argumento, por sua vez, significa "variável independente"¹³⁴. Portanto, ao criar durante as improvisações, ações físicas e frases de movimento cuja origem foi determinada por um tema retirado do contexto da personagem Wladimir, tais ações serão equivalentes àquelas que ele realiza mas existirão independentes das dele e poderão ser utilizadas nas mais variadas situações. Se o Wladimir do texto anda, o andar desenvolvido pelo ator dançarino não foi criado para ser esse andar mas pode ser utilizado como esse andar porque lhe é correlato.

Essa opção por trabalhar com o contexto, ocorre porque o objetivo é construir um Wladimir que exista independentemente daquele do texto, uma vez que, na ação teatral, e não na literatura, este vem depois. Ou seja, numa situação normal, com o ator-dançarino devidamente iluminado, atuando para um público diretamente à sua frente, ele primeiro realiza ações físicas e vocais e frases de movimentos que são vistas, ouvidas e interpretadas pelo espectador; depois ele diz o texto, que também será interpretado pelo espectador. Mesmo que ele diga o texto e realize suas ações e movimentos simultaneamente, ainda assim o espectador primeiro verá as ações e depois ouvirá o texto.

Isso significa que, se na apresentação, o ator-dançarino não diz as falas da personagem definidas no texto e não se informa o público que as ações físicas e sonoras e as frases de movimento realizadas pelo ator-dançarino no palco se referem à personagem Wladimir de Esperando Godot, elas existirão independentes dele e serão interpretadas pelo espectador da maneira que

133 Cf. Dicionário Aurélio

134 Id.

melhor lhe aprouver, em função das relações que ele estabelecer. Dessa maneira, a personagem Wladimir do texto de Samuel Beckett não existirá até que o espectador seja informado ou reconheça o texto e assim o interprete.

CAPÍTULO 4
COMO APLICAR O
PROCESSO DE BUSCA E RETOMADA

4.1 - CONSIDERAÇÕES GERAIS SOBRE A APLICAÇÃO DA SEQÜÊNCIA DE BUSCA E RETOMADA

No capítulo 3, tive como preocupação central apresentar os Conceitos e a composição estrutural do Processo de Busca e Retoma. Apresentei também a sugestão de quais elementos devem ser trabalhados durante a execução da seqüência de treinamento. A seguir, apresentarei os procedimentos sobre como aplicar a seqüência de Busca e Retomada junto a um grupo de atores-dançarinos, com a intenção de demonstrar como se dá a junção orgânica e processual de cada um dos exercícios padrões que a integram. Apresentarei, também, propostas de como se pode proceder para construir o RIMA; elaborar a DANÇA DA PERSONAGEM e montar uma cena utilizando o Processo de Busca e Retomada.

Esclareço que os procedimentos de aplicação que serão apresentados referem-se ao modo como o Processo foi aplicado junto ao G-5. Sendo assim, os procedimentos aqui apresentados não têm o intuito de se consistir num modelo padrão de aplicação, mas apenas, e tão somente, permitir ao leitor uma visão do processo como um todo sendo, portanto, um exemplo ilustrativo de como se pode proceder quando se pretende a realização prática do processo de treinamento ora proposto.

4.1.1 - PROCEDIMENTOS PARA A APLICAÇÃO DA SEQÜÊNCIA DE BUSCA E RETOMADA¹³⁵

O treinamento começa após você ter se vestido de maneira apropriada às necessidades do mesmo, i.e., trajando roupas que permitam grande mobilidade aos movimentos do seu corpo.

Feito isso, procure por um espaço na sala onde você se sinta confortável e à vontade; no qual seja possível manter uma distancia razoável dos seus companheiros, das paredes e dos demais objetos que possam existir na sala.

Este começo normalmente é lento, parece forçado pois é fruto de uma decisão consciente e racional, uma reação à necessidade de romper a preguiça inicial e responder à pergunta: O que o meu corpo está precisando? Portanto, procure não se deixar levar por essas dificuldades e encare-as como parte do processo. A sugestão é começar concentrando-se na sua respiração, na batida do seu coração, procurando ouvir o seu corpo; atentar para quais são suas necessidades, para quais partes precisam ser alongadas, movimentadas, aquecidas, etc. A partir daí, no seu próprio tempo, aqueça-se, alongue-se, movimente-se e faça todo tipo de exercícios psicofísicos, inclusive, os vocais; que lhe transmitam a sensação de prontidão, de estar apto para realizar uma investigação de si mesmo que será mais profunda, tanto do ponto de vista físico quanto psicológico e emocional. Não se esqueça de dar atenção à voz e a coluna vertebral na preparação. Perceba como, lentamente, o silêncio e a concentração vão aumentando na medida em que cada um vai centrando-se, redirecionando sua atenção rumo ao Centro e procurando perceber a presença dos demais participantes e do grupo como um todo.

¹³⁵ Nota do Autor: Antes de realizar a Seqüência de Busca e Retomada, é altamente recomendável a leitura do Anexo IX - Cuidados a Serem Tomados na Realização da Seqüência de Busca e Retomada.

Aos poucos, cada um vai aprendendo a conhecer e a saber quando atinge esse momento, de maneira a convergir para um “sentimento de coletividade”, de estar em relação com outras pessoas do grupo. Entretanto, essa relação não é feita de modo verbal, mas sim através da percepção de si mesmo e do outro, do estabelecimento de um clima favorável que o leva a atentar para o andamento do trabalho do grupo.

Quando essa relação com o restante do grupo estiver estabelecida procure encontrar sua postura ativa, permanecendo de pé. A seguir, flexione levemente os joelhos e tente manter os seus pés apontando sempre para a mesma direção que os joelhos. Dê atenção a seu quadril, preocupando-se em mantê-lo fixo (imóvel) enquanto se movimenta e sua coluna vertebral exercendo uma força imaginária para o alto. Quanto aos olhos, fixe-os num ponto qualquer do horizonte. Observe seu equilíbrio. Ele está estável? Se estiver, experimente realizar pequenas alterações de maneira a torná-lo instável. Conseguindo isso, tenha em mente que o objetivo é trabalhar com ele sempre assim, mesmo que o movimento que você fizer for tão contido que pareça imperceptível. Quanto aos seus braços, eles estão soltos ao longo do corpo. Agora, imagine que seus pés e sua coluna determinam uma linha imaginária de três pontos no solo, formando uma base estável. Durante algum tempo, explore as possibilidades dessa posição. Após algum tempo, encontre uma maneira de chegar ao solo e aguarde que todos os seus companheiros cheguem no mesmo nível que você ou adotem uma postura similar à sua.

Deite-se de costas, procurando, dentro de suas possibilidades, manter a coluna inteira em contato com o solo. Mantenha os braços estendidos ao longo do corpo, as palmas das mãos voltadas para o solo. Feche os olhos e procure visualizar e refletir sobre quais são seus objetivos nesse trabalho e, a seguir, concentre-se em você. Concentre-se na batida do seu coração, procure ouvir o som da sua respiração ou “visualizar o seu corpo por dentro”. Observe os

diferentes pesos das partes do corpo, que partes tocam mais o chão, que partes tocam menos. Enfim, pense ou imagine algo relaxante, como um córrego rasilho, de águas cristalinas, quentinhas onde você está deitado, olhando o céu azul com pássaros desenhando figuras no ar...

Em seguida, comece a despertar com um espreguiçar lento, que se inicia nos pés e se desenvolve num contínuo crescente e constante. Boceje e emita sons se quiser. Procure fazer movimentos torcidos, grandes e redondos, e trabalhe partes opostas do corpo como por exemplo, esticar a perna esquerda para um lado e o braço direito para outro.

Naturalmente, ao espreguiçar-se, seu corpo tenderá a ficar de lado. Na medida que isso acontecer, utilize as mãos como ferramentas de apoio, empurrando o chão de modo a fazer com que seu corpo vá se levantando. Vá até o ponto mais alto que suas mãos, sem sair do chão, permitirem e, em seguida, relaxe os músculos e deixe o seu corpo todo ir novamente ao solo. Uma vez no solo, procure não ficar parado, mas sim, repetir o movimento para o lado oposto. Procure levantar-se, sempre fazendo com que o impulso para o movimento, provenha do centro. Repita essa seqüência diversas vezes, em todas as direções, procurando a cada vez ir subindo um pouco mais, passando pelos níveis baixo, médio e alto, até ficar em pé. Sempre que tiver atingido o limite de um movimento, relaxe e deixe-se ir novamente para o solo. Ao cair, utilize as mãos, as costas, os ombros, as coxas como amortecedores/apoios da queda, tendo sempre o cuidado de flexionar os braços e as pernas. Faça esse exercício com muita atenção e evite bater as partes "duras" do corpo (pulsos, cotovelos, tornozelos, joelhos, cabeça, etc.), evitando lesões.

Na última vez que estiver no solo, aproveite o impulso que você faz para ir para o alto e, ao invés de somente subir, vá para a frente e saia correndo. Corra com determinação, tomando o cuidado de não se chocar com um companheiro. Corra e pare repentinamente, tentando "ouvir o barulho do ar passando por

você” no momento da parada. Observe que ao parar de repente, a tendência de todos os músculos do seu corpo é se tensionar, ficarem contidos, querendo “ir na direção que você estava correndo”. Aproveite essa “vontade do corpo” e vá para o lado oposto. Corra para o lado contrário ou, pelo menos, para outra direção. Repita esse exercício quatro ou cinco vezes.

Na última parada, repita a ação anterior, mas ao invés de correr na direção contrária, introduza um pequeno salto, fazendo com que o impulso provenha do Centro. Sem correr, realize diversos saltos, sempre tendo o Centro como origem do impulso. Ao saltar, vá direto para o solo e, ao cair, procure utilizar as pernas, as mãos, as costas, os ombros, as coxas como amortecedores/apoios da queda, tendo sempre o cuidado de flexionar o braços e as pernas. Faça esse exercício com muita atenção para que não ocorram lesões. Para levantar-se tente fazê-lo utilizando o Centro. Salte explorando todas as direções e níveis possíveis e procure trabalhar as oposições, jogando os braços para o alto e as pernas para baixo, por exemplo.

Após ter realizado uma série de saltos (sete ou oito) aproveite o impulso para baixo do último deles e, ao invés de ir até o solo, contenha-o e pare em pé, sustentando o peso do corpo numa única perna. Perceba como, naturalmente, o outro pé irá tocar o chão para ajudar na manutenção do equilíbrio. Aproveite essa tendência e procure tocar o solo suavemente com a ponta dos dedos e, lentamente, vá transferindo o peso do corpo para essa perna, de modo que depois dos dedos, sucessivamente, o metatarso, depois o meio, o calcânho e, finalmente, o pé todo toca o chão. A seguir, empurre o chão com força e, repentinamente, relaxe procurando perceber se, ao fazer isso, você tem a sensação de que a perna se moveu sozinha. Lentamente, vá alternando os pés, tendo como preocupação que um pé sempre fique fixo no chão enquanto o outro trabalha e que toque no chão, ou melhor, o esforço de o empurrar, sempre se inicie na ponta dos dedos e vai até o calcânho. Também aqui, a intenção do movimento sempre parte do Centro

Aos poucos, vá ampliando a participação do tornozelo, depois da panturrilha, dos joelhos, dos músculos coxo-femorais e do tronco. Na medida em que a participação das coxas no exercício aumenta, vá ampliando a abertura das pernas, aumentando a base; sem perder de vista que a coluna permanece ereta, formando com os pés, uma base imaginária de três pontos. Mantenha os olhos fixos em algum ponto no nível médio. Quanto aos braços, estão soltos ao longo do corpo e movimentam-se naturalmente, acompanhando o movimento do torso como um todo.

Experimente realizar esse exercício em todos os níveis e direções. Aos poucos, vá ampliando a participação do tronco. Note que com isso, o espaço que seu corpo atinge, naturalmente, começa a se ampliar. Aproveite essa tendência e procure ampliá-lo ainda mais, a um tal ponto que você tenha a sensação de que vai cair. Quando isso acontecer, transforme o esforço que será necessário fazer para não cair, num salto, e a partir desse salto, faça outros, em todas as direções possíveis do espaço, sempre utilizando o centro como indutor do impulso. Ao mesmo tempo, tenha em mente que: a) durante todo esse procedimento, a cada vez os pés tocam o solo, eles o fazem “da ponta dos dedos até o calcanhar” e; b) ao realizar os saltos, quando estiver suspenso no ar, tente alcançar um lugar ou pegar alguma coisa no espaço.

Para realizar esses saltos, sua cintura permanece fixa, imóvel e o corpo “duro”, uma vez que os movimentos que estão sendo feitos são diretos e fortes. Assim que constatar isso, transforme esses movimentos em flexíveis, fluentes e redondos. Você notará que seu corpo ficará “mole”, como se você estivesse embriagado. A idéia é essa mesmo. Desloque-se pela sala deixando o corpo mole, mas, atente para um pequeno detalhe: mantenha a “cintura imóvel”. Mantenha-a assim e imagine que a parte superior e a parte inferior do seu corpo são separadas. Procure levar as pernas para um lado e o tronco para o outro... Faça todos os tipos de oposições possíveis entre essas partes, mantendo o

quadril fixo, servindo como ponto de união entre elas. Utilize a cabeça para provocar o desequilíbrio. Perceba que movendo-a lentamente para frente, para trás ou para os lados, o corpo se desequilibra e as pernas têm que realizar um esforço para recuperar o equilíbrio. Brinque com isso e explore todas as possibilidades dessa brincadeira.

Explore as sensações que você está sentindo enquanto “brinca” e aproveite para aquecer a voz. Comece pensando que você está em algum lugar, fazendo algo. Veja-se a si próprio nesse espaço. Em seguida, visualize os seus espaços internos: sua cabeça, boca, pescoço, nuca, esterno, tórax, abdome, cintura e relacione-os com o espaço ao redor. Imagine seu espaço interior conectado com o espaço exterior.

Após algum tempo movimentando-se com o corpo “mole” e aquecendo a voz, junte as palmas das mãos e, mantendo a atenção no centro baixo, movimente a coluna vertebral em “S” deixando, agora, o quadril acompanhar o movimento, conforme este vai sendo ampliado. Descreva 3 círculos com as mãos: um no alto da cabeça, um na altura do tórax e outro na altura da pélvis. Movimentar-se em todos os níveis e direções. Procure, inicialmente, utilizar as mãos para guiar o movimento, fazendo com que a cabeça as acompanhe.

Caso você queira realizar um contato físico¹³⁶ com seu colega, amplie seu movimento de modo a permitir que seus braços toquem o companheiro, sem o conduzir. Este, ao ter seu movimento interceptado por seu braço deixa-se levar com leveza e suavidade, deixando-se influenciar, num primeiro momento, pelo seu movimento e, no momento seguinte, é ele quem influencia o seu movimento. Ao realizar essa troca de contato, procure sentir o calor que vem do corpo do colega, e aos poucos, permita que seu corpo todo o toque e vice-versa. Lembre-

¹³⁶ Nota do Autor: Como já foi mencionado no início, o contato entre os atores-dançarinos só deve começar após um ou dois meses realizando a presente Seqüência de Busca e Retomada.

se que a proposta do exercício não é pegar ou segurar o companheiro mas apenas tocá-lo suavemente.

Após algum tempo, volte a trabalhar individualmente. Depois, comece a fazer caretas, abra bem a boca, faça “buu” somente com os lábios, de modo a fazer com que os mesmos vibrem. Mexa a língua no interior e fora da boca. Trabalhe inicialmente com a boca “chiusa” e explore sons como “hummmmm” passando para um Lááá e evolua para uma canção qualquer, a qual você goste e saiba “decor e salteado”. Cante livremente, em alto e bom tom. Como se estivesse no banheiro de sua casa.

Lembre-se: este é o segundo momento no qual trabalhamos a voz. Tenha claro que o principal objetivo aqui é despertar e aquecer a voz. O trabalho vocal mais aprofundado se dará mais à frente¹³⁷.

Imagine agora que o chão sob os seus pés está ficando cada vez mais quente, como se fosse a chapa onde se preparam lanches em uma lanchonete, o asfalto quente, a areia quente de uma praia sem sombra, etc. O que acontecerá com os seus pés? Provavelmente vão se queimar, certo? Então, procure mantê-los o menor tempo possível em contato com o chão. Procure fazer movimentos, acrobacias, giros, saltos, etc. que o mantenham o maior tempo possível no ar. Será que você consegue ficar parado no ar, como um beija-flor ou um helicóptero? Experimente.

Após fazer o conjunto de exercícios anteriores, muito provavelmente você estará cansado. É, pois, chegada a hora de voltar para a raiz, que a partir de agora estará mais presente, permeando todas as etapas do trabalho que está por vir. Passe dos saltos para a raiz lentamente. Aproveite para respirar profundamente, inspirando pelo nariz e expirando pela boca. Permaneça fazendo esse

¹³⁷ Nota do Autor: durante a realização dos Exercícios com Elementos Plásticos.

enraizamento por um período de tempo suficiente para que você recobre sua respiração normal. Trabalhe devagar, com calma, quase que em câmera lenta, concentrando-se na sua respiração.

Quando sentir que sua respiração voltou ao normal, na medida em que você executa a raiz, gradualmente, volte sua atenção para seu quadril, para o seu centro e vá aos poucos flexionando os joelhos e comece a andar com as pernas um pouco flexionadas, os pés paralelos, tocando inteiros o chão. Deixe os braços movimentarem-se normalmente ao lado do corpo, com as palmas das mãos levemente voltadas para dentro. Os quadris permanecem o máximo possível fixos, a coluna vertebral fica ereta e os olhos fixam um ponto qualquer no nível médio. Perceba como é possível caminhar dessa maneira. Note que seus pés e a sua coluna determinam uma linha imaginária de três pontos, formando uma base estável durante o caminhar. Ande rápido, devagar, para os lados, para trás.

Agora, experimente sentar-se no chão e levantar-se sem usar as mãos. Perceba o seu centro presente! Percebeu? Ainda não? Tente mais um pouco e quando tiver desenvolvido a sensação de sua presença, realize exercícios diversos como parada de mão, abdominais, saltos, acrobacias, cambalhotas, exercícios que você aprendeu na capoeira, na ginástica olímpica, no ballet... Enfim, tudo que você já saiba ou queira tentar fazer.

Após haver feito diversos exercícios, volte lentamente para o enraizamento, retome a respiração normal e comece a trabalhar separadamente, uma por vez, todas as articulações do seu corpo, começando pela cabeça e indo até os pés. A seguir, alterne-as, combinando-as seqüencialmente (por exemplo: ombro direito com nádega esquerda, peito direito com a cabeça para o lado esquerdo, etc.) Experimente em várias direções, variando a velocidade (rápido, lento), a fluência. Faça movimentos simétricos/assimétricos e opostos entre si. Faça tudo isso sem perder a raiz, ou seja, sem perder o movimento contínuo das pernas,

alternando os pés, tendo sempre como preocupação que um pé sempre fique "plantado" no chão enquanto o outro trabalha. Quanto ao toque que os pés fazem no solo, ou melhor, o esforço de empurrar o chão, este sempre se inicia na ponta dos dedos e vai até o calcânho. Procure fazer com que a intenção do movimento sempre parta do Centro. Perceba que as pernas podem estar fazendo um movimento e o ombro outro.

Uma vez que você tenha testado todas as articulações, sem perder a raiz, volte a atenção para sua respiração e inicie uma investigação vocal. Essa pesquisa vocal tem início após você ter aquecido e despertado seus elementos plásticos. É fundamental que você mantenha a raiz pois ela o ajudará no desenvolvimento de dois conceitos básicos que utilizamos no trabalho vocal que são: a Verticalidade e a Oposição. Quando digo verticalidade, estou me referindo ao fato de que você deve trabalhar sua pesquisa vocal tendo o centro como referência. A partir disso, pense o seu corpo da cintura para baixo e da cintura para cima. Isso, como que automaticamente, cria uma oposição física inicial, a qual você deverá ampliar e manter sempre. Ou seja, detecte o lugar onde o som se produz e trabalhe na direção oposta. Por exemplo: se o som vai para cima, faça um esforço para baixo.

Tendo esses conceitos em mente e, uma vez que você tenha testado ao máximo as articulações de seu corpo, despertado os seus elementos plásticos; sem perder a raiz e o centro, respire normalmente mas, ao expirar, no último alento de ar, volte sua atenção para o suspirar. Ao fazer isso, você estará num caminho que facilitará a percepção de como se faz para sustentar a voz no diafragma. Experimente fazer isso duas, três vezes e a partir da quarta vez, ao suspirar, produza um som qualquer. Reproduza esse som (por exemplo, um "ahhhh"). A seguir, com a boca "chiusa", emita um som contínuo e dê início a um trabalho exploratório dos pontos do seu corpo nos quais a voz pode se apoiar (caixas de ressonância).

Realize essa exploração em pé, deitado de costas, de bruços, arqueado, com o corpo dobrado, variando o equilíbrio... Observe as mudanças que ocorrem na sua voz. Procure aprender com o que está acontecendo com sua voz, de modo a poder reproduzir os sons produzidos anteriormente.

Com o tempo, na medida em que realiza essa pesquisa vocal, você começará a dominar cada vez mais e melhor o exercício. Quando isso acontecer, comece a dar atenção a mais estes conceitos básicos que lhe são inerentes:

1. Os pés trabalham em relação ao chão (apoio), a cabeça em relação o teto (sustentação) e as mãos em relação ao espaço (atuação),
2. Ao movimentar as mãos, experimente fazê-lo mantendo-as voltadas para o alto ou para frente, sempre se movimentando,
3. Imagine o espaço como algo físico, que você empurra para abrir caminho,
4. Tente se movimentar realizando linhas curvas,
5. Perceba o quanto é interessante se ouvir,

Se desejar, procure se relacionar com um colega. Para tanto, brinque com os sons produzidos e “passe-o” para ele utilizando o ombro, por exemplo. Este ao “receber” o seu som – com a barriga, por exemplo - tenta reproduzi-lo e durante algum tempo brinca com ele, fazendo-o imaginariamente percorrer todas as partes do seu corpo que estiveram sendo trabalhados até então. Durante esse processo de fazer o seu som percorrer as partes do corpo dele, ele vai transformando o som recebido até convertê-lo em um outro – que pode ser aquele que ele originalmente estava fazendo, antes de receber o seu. Quando isso acontece, i.e., quando ele converteu o seu som em um outro, é a vez dele passá-lo para você. Receba-o e repita os mesmos procedimentos até converter este som num outro. Assim, sucessivamente, o exercício se desenvolve. Relacione-se com o colega durante aproximadamente cinco minutos e a seguir, volte a trabalhar individualmente, retomando a pesquisa de sons que estava

fazendo antes de se relacionar, acrescida dos elementos que você considere positivos que surgiram do relacionamento.

Durante a realização dessa pesquisa de sons, quando tiver encontrado um som que lhe pareça interessante, procure transformá-lo paulatinamente em uma fala, i.e, tente falar utilizando esse som, expandindo-o nas diversas caixas de ressonância. Para fazer isso, fale um texto que você saiba “decor e salteado”. Se não tiver nenhum, use por exemplo o “Pai Nosso”. Explore esse exercício ao máximo, falando alto, baixo, sussurrado, rápido, lento, meloso...

Agora que você já está com os elementos plásticos e sonoros aquecidos e “aptos” para serem explorados expressivamente, volte a alterná-los, combinando-os seqüencialmente (por exemplo: ombro direito com nádega esquerda, peito direito com a cabeça para o lado esquerdo...) também com a voz, com os sons que você encontrou durante sua exploração sonora. Experimente mover-se pela sala; ande, salte, faça o que quiser. Faça tudo isso livremente mantendo, porém, os princípios básicos que são: raiz, centro, oposições e alternância das articulações.

Experimente também diminuir a amplitude dos movimentos e das ações que está fazendo, fazendo-os ficarem menor, mais lentos, quase imperceptíveis para quem olhe de fora, e depois, deixe o movimento ficar grande, aparente mas não exagerado; simplesmente normal, como ele era. Faça isso durante algum tempo e, por fim, vá contendo o movimento e canalizando-o para o centro. Realize esse conter-soltar quatro ou cinco vezes e depois volte a alterná-los normalmente.

Conforme você realiza esse exercício, e mantendo a alternância já mencionada, ponha mais ênfase no ato de sustentar (congelar/fazer uma “estátua”) uma combinação delas por alguns segundos, procurando associar sua forma à imagem que ela suscita. A seguir, mantenha essa imagem e realize-a por alguns

segundos. Em seguida, quebre-a, desfaça-se totalmente dela e busque uma outra. Repita essa seqüência durante um bom tempo. Lembre-se que realizar, neste exercício significa caminhar com imagem suscitada, acreditar nela, fazê-la atribuindo-lhe a intenção que ela lhe suscita! Porém, não perca de vista que para que haja um aproveitamento o mais completo possível, é interessante conseguir com que pelo menos uma dessas estátuas/imagem realizadas sejam retidas para serem novamente feitas durante a Retomada. Neste sentido, é importante tentar desenvolver um mecanismo pessoal que lhe permita observar-se, aprender com o movimento de modo que você possa ser capaz de reproduzi-lo mais tarde. De qualquer modo, deixe o exercício evoluir naturalmente e esforce-se para conseguir, entre tantas imagens/estátuas suscitadas, pelo menos uma que possa ser retomada. As vezes você conseguirá reter duas, três ou até mais. Não importa, use-as como mote e deixe sua imaginação agir livremente sobre ela. Realize tudo o que lhe vier à mente ou tudo aquilo que seu corpo sentir vontade de fazer.

Provavelmente, chegará um momento em que você estará tão absorvido pelo exercício e pelos estímulos por ele gerados que terá dificuldades em observar-se, em aprender com o que está fazendo. Isso já não importa mais. A partir desse ponto, o objetivo do exercício passa a ser não permitir que você se observe para, desse modo, romper com o controle racional sobre seus movimentos. Sendo assim, mergulhe de cabeça no que está fazendo e simplesmente faça. Deixe que o diretor, ou quem quer esteja conduzindo o treinamento, se preocupe com isso. Ele lhe dirá se algo deve ser retomado ou não. No mais, confie na sua intuição pois afinal, caso seja solicitado, ela provavelmente lhe “mostrará” o que deve ser retomado. Dessa maneira, simplesmente realize a sua dança. O diretor poderá propor temas coletivos ou individuais para você improvisar, poderá também colocar algum tipo de música e até mesmo pedir para que você trabalhe com algum objeto. Não se preocupe com isso, receba tudo como estímulos positivos e simplesmente deixe seu corpo e a sua imaginação reagirem a eles e execute-os. Preocupe-se apenas com o

seu trabalho e mais nada, mesmo que o exercício leve dez, vinte minutos ou mais. Se for pedido, relacione-se com seus companheiros.

Após algum tempo, vá paulatinamente voltando para o enraizamento, restabelecendo sua respiração até ficar parado, em pé, na postura do início. Volte sua atenção para sua respiração até ela voltar a um estado próximo do normal. Se quiser, feche os olhos e mentalmente, procure lembrar quais foram as ações físicas e sonoras e as frases de movimentos mais interessantes que você fez. Para relembrar adquira o hábito de fazê-lo de trás para a frente. Selecione cinco ou seis delas e comece a retomá-las corporalmente, de modo objetivo.

Durante esse retomar, preocupe-se em fazer tudo conscientemente, procurando reproduzir o mais próximo possível que você realizou. Refaça tudo, sempre mantendo o centro. Repita tantas vezes quanto forem necessárias até você ter a certeza de que, caso alguém lhe peça, você será capaz de mostrar o que você fez o mais fiel possível ao original. Quanto a isso, só não se preocupe com as sensações, com os sentimentos que essa ou aquela ação/movimento suscitaram. Lembre-se, não é a emoção que interessa - ainda que ela lhe seja inerente - mas sim o movimento, a capacidade que você tem de reproduzir uma frase de movimento, uma ação física ou sonora que você mesmo criou.

Agora, aproveite que está retomando elementos trabalhados durante o exercício e retome outros, aqueles que você provavelmente já possui, que foram codificados no encontro anterior. Caso essa seja a primeira vez que está realizando a seqüência ou, se você ainda não tem nada que tenha sido codificado, lentamente, comece a encerrar essa primeira fase do treinamento voltando para a postura inicial, com os pés paralelos, as pernas levemente flexionadas, o cóccix no eixo e o centro presente. Mantenha os braços soltos ao longo do corpo e as palmas das mão voltadas para trás. Quanto à coluna vertebral e à cabeça, elas devem estar eretas. Respire tranquilamente.

Permaneça nesta posição durante alguns segundos, até a respiração e o coração voltarem ao normal. Se desejar, vá para o solo, ajoelhe-se, deixe os braços soltos, colocados para trás e a testa no chão. Respire lenta e profundamente. Aproveite esse momento, enquanto aguarda que o restante do grupo também adote posição semelhante a sua, para refletir se você conseguiu atingir os objetivos que havia se proposto no início.

Quando perceber que o grupo todo chegou ao final, levante-se e, antes de conversar, pegue seu caderno, anote detalhadamente e dê um nome para as novas ações físicas e sonoras e frases de movimentos que você encontrou.

Após a leitura do texto acima, espero que tenha sido possível ao leitor uma visão, ainda que ilustrativa, de como se pode proceder quando se pretende aplicar a Seqüência de Busca e Retomada junto a um grupo de atores-dançarinos.

Tendo em vista que um dos princípios dessa Seqüência é que de acordo com o nível do grupo, e com o tempo que ele está trabalhando com a mesma, ela pode ser rearranjada de acordo com as necessidades que surgirem com a sua prática, apresentarei, a seguir, um exemplo de como se pode proceder para a reestruturação dessa seqüência a partir da perspectiva do ator-dançarino.

Mais uma vez esclareço que os procedimentos aqui apresentados referem-se ao modo como o Processo foi aplicado junto ao G-5 e não significa que, necessariamente, se repetirão conforme apresentado aqui. Sua apresentação visa apenas e tão somente permitir ao leitor, uma visão do processo como um todo sendo, portanto, um exemplo ilustrativo de como se pode proceder quando se pretende a realização prática do processo de treinamento ora proposto.

4.1.2 - REESTRUTURANDO A SEQÜÊNCIA DE BUSCA E RETOMADA A PARTIR DA PERSPECTIVA DOS ATORES-DANÇARINOS.

“A transição deve ser feita da onde a gente está”

G-5

Na experiência com o G-5, optei por proceder com a reestruturação da seqüência a partir da perspectiva dos atores-dançarinos, quando eles já haviam superado os obstáculos psicofísicos existentes na seqüência de exercícios padrões; tinham desenvolvido um condicionamento físico e um nível de concentração, disciplina e rigor considerados satisfatórios, mas ainda não estavam em condições de passarem para a realização da Dança da Personagem. Foi então que resolvi propor o desenvolvimento de uma outra seqüência, que incorporasse a colaboração deles. O exemplo apresentado a seguir é fruto desse processo e é um bom indicador de procedimentos que se pode utilizar quando tal necessidade surge.

Comece rearranjando os exercícios num roteiro mínimo, composto pelos seguintes exercícios-padrões: Preparação Individual, Instalação, Centro, Enraizamento, Elementos Plásticos, Improvisação com elementos Plásticos e Sonoros (Busca); e pelos seguintes Elementos: Foco, Oposição, Manutenção do Equilíbrio Instável

A escolha destes elementos e exercícios não tem nada de aleatória. Antes, pelo contrário, ela é fruto de experimentações sistemáticas com os GT's visando encontrar qual seria o mínimo necessário – dentro da perspectiva de Busca e Retomada - para a realização de um trabalho criativo que chegasse a resultados minimamente aceitáveis, mas que pudesse, esporadicamente, ser utilizado em situações de emergência como, por exemplo, na falta de tempo para realizar toda a Seqüência de Exercícios Padrões.

Estes elementos e exercícios são considerados a "espinha dorsal" do Treinamento porque permitem, durante a preparação individual e a Instalação, o direcionamento do foco primeiro para o interior, para a própria pessoa e depois para o grupo; propiciam a utilização do centro a partir do trabalho com as oposições; aquecem a coluna vertebral e as juntas do corpo através da realização dos elementos plásticos onde, inclusive, o ator-dançarino pode trabalhar a sua voz e, finalmente; desenvolvem um trabalho lúdico e criativo durante a Improvisação com Elementos Plásticos e Sonoros, possibilitando o encontro de materiais a serem utilizados para a construção da personagem e da cena.

Uma vez definido esse roteiro de exercícios, o procedimento seguinte é aplicá-lo durante algum tempo, com o intuito de inserir outros, de acordo com as necessidades que surgirem durante a sua execução. Pode ocorrer que alguns atores-dançarinos sintam a falta de determinados exercícios da Seqüência Padrão como por exemplo: a Corrida com parada repentina ou a Chapa-quente. Quando isso acontece, o procedimento proposto é sugerir que eles utilizem o momento da Preparação também para trabalharem tais exercícios, uma vez que, se a vontade de realizá-los existe, isso significa que muito provavelmente eles são úteis para suprir alguma necessidade psicofísica que surge durante a execução do roteiro mínimo.

O ato de propor para que os exercícios padrões sejam realizados durante a Preparação, consiste no segundo passo rumo à reestruturação da Seqüência a partir da perspectiva do ator-dançarino e representa uma mudança no processo de Aplicação do Treinamento, pois a Preparação, que antes servia para deixar os atores-dançarinos em condições de realizar a seqüência que viria a seguir, passa, com a transferência de mais e mais exercícios para dentro dela, a se constituir numa espécie de proto-seqüência composta de exercícios aleatórios. Trata-se de um passo fundamental porque possibilita que cada um faça aqueles exercícios que julga necessário para si criando, por assim dizer, a sua própria

seqüência durante a Preparação. Ao mesmo tempo, tem-se uma boa medida do biorritmo de cada integrante do grupo e um indicador prático do índice de apropriação que eles fizeram do treinamento até então. Tal apropriação significa que houve a compreensão do objetivo da proposta de treinamento e a assimilação psicofísica do mesmo.

A questão sobre como e quais exercícios inserir constitui o terceiro passo rumo à reestruturação da Seqüência e é o maior desafio tanto para o condutor do treinamento quanto para o grupo como um todo. O trabalho com o G-5 propiciou alguns princípios que podem servir como sugestões para ajudar a nortear os rumos desse último passo. São eles:

Considerar que a Seqüência Reestruturada precisa ser mais curta, mais enxuta e condensada. Precisa também ser eficiente no preparo do corpo, ágil e leve na sua dinâmica, de maneira a possibilitar que quando chegue na improvisação com movimentos plásticos e sonoros, o ator-dançarino ainda tenha fôlego para investigar, para se aprofundar no seu trabalho.

Por outro lado, ela não pode ser dispersiva, pouco fluente e nem muito solta. Isso significa que ela não deve ser totalmente aberta; ter exercícios soltos, que não se ligam um com o outro porque isso não ajuda na concentração. Ou seja, ela precisa ser direcionada, ter os exercícios interligados um no outro pois o que a torna fluente é os exercícios estarem arranjados de modo a combinar um com o outro e, o que a faz orgânica é a transição entre eles não ser traumática. Atendendo esses quesitos, ela estará no caminho de preparar adequadamente o ator-dançarino para a montagem da personagem e da cena

Entretanto, para que o treinamento dê um salto qualitativo, um último e fundamental elemento deve ser agregado a essa série de sugestões: a compreensão de que a partir desse ponto, o treinamento deve cada vez mais se relacionar com o direcionamento da energia vital, com a canalização da energia

gerada durante o trabalho para o Centro, de onde ela será liberada e aproveitada na forma de Energia Criativa.

4.2 - A CONSTRUÇÃO DO RIMA¹³⁸

Em geral, toda personagem realiza ações como andar, sentar, correr, falar, deitar, comer, lavar-se, gritar, sussurrar, dançar... as quais denomino “ações físicas e sonoras básicas”. É por elas que se começa, pedindo aos atores-dançarinos que, durante os exercícios com o Centro e a Pesquisa de Vocal com Elementos Plásticos, encontrem maneiras (pelo menos três diferentes) de fazer cada uma dessas ações. Elas são as primeiras a serem anotadas pelo ator-dançarino e passam a integrar o RIMA.

Visando ampliar esse repertório, durante a Improvisação de Busca e Retomada, o ator-dançarino encontra e codifica novas ações físicas e sonoras e frases de movimentos através da sustentação de uma ação ou frase e da realização da imagem por ela suscitada.

Esse trabalho é realizado livremente e pode ser muito enriquecido com a proposição, por parte do condutor do treinamento, de temas retirados do contexto do espetáculo que se pretende encenar. Músicas, fotos, esculturas, pinturas... tudo que tenha alguma relação com o espetáculo pode ser utilizado.

A seguir, durante a Retomada, trabalha-se técnica e objetivamente cada elemento que constitui esse RIMA. Por exemplo: caso haja uma ação na qual o braço pára no alto, no nível do ombro esquerdo, na lateral, como ela é feita? Como está a omoplata? E o cotovelo? Está reto ou levemente flexionado? E os dedos das mãos?... São cuidados nesse nível de minúcia que deve-se ter ao trabalhar técnica e objetivamente os componentes do RIMA. Com o aprofundamento do treinamento pode-se, também, trabalhar a partir dos fatores de movimento propostos por Laban, explorando uma determinada frase de

¹³⁸ Nota do Autor: Encontra-se no Anexo XII um exemplo do RIMA codificado pelos integrantes do G-5 durante a montagem do exercício cênico “Depois da Tempestade”.

movimento ou ação física nas dimensões espaciais (comprimento, amplitude e profundidade) e nos planos espaciais (vertical, horizontal e sagital) tentando, por exemplo, experimentar a possibilidade de reproduzir no plano horizontal, uma frase de movimento originalmente criada no plano sagital. De qualquer modo, independentemente do que o ator-dançarino opte por trabalhar, o importante é que ele tenha sempre o centro do corpo como ponto de origem do impulso para o movimento e de intersecção da sua fluência no ato de expandir e contrair.

Neste processo de retomada, a principal preocupação é fazer tudo conscientemente, procurando reproduzir o mais perfeitamente possível o que foi realizado, sem se preocupar com as sensações, com os sentimentos que essa ou aquela ação/movimento suscitaram. O que importa são os movimentos, pois são eles que compõem o Repertório Individual de Movimentos Agregados.

4.3 - A ELABORAÇÃO DA DANÇA DA PERSONAGEM¹³⁹:

Para dar ao leitor uma noção sobre como se realiza a construção da personagem no Processo de Busca e Retomada, apresentarei a seguir os procedimentos que devem ser utilizados pelo diretor, encenador ou facilitador que esteja conduzindo o Processo com um grupo de atores-dançarinos. Informo que os procedimentos utilizados foram desenvolvidos com o G-5 e, visando tornar mais claro o entendimento do processo, nas próximas páginas remeterei o leitor aos seguintes textos que se encontram anexados à presente dissertação:

1. Texto espetacular do exercício cênico Depois da Tempestade (Anexo VIII)
2. Relação cena-por-cena de todas as ações físicas e sonoras e das frases de movimento dos personagens desse texto (Anexo X)
3. Relação das ações físicas e sonoras e das frases de movimentos características individuais de cada um dos personagens. (Anexo XI)

Solicito que na medida do possível, o leitor procure se remeter a estes anexos para atingir um bom entendimento do processo.

Dentro de uma perspectiva de Busca e Retomada, o primeiro passo a ser dado é a elaboração do texto espetacular (Cf. Anexo VIII).¹⁴⁰ O passo seguinte é a divisão do mesmo em cenas e sub-cenas. Para tanto, leva-se em consideração se ocorre alguma mudança qualitativa como a entrada ou a saída de uma personagem¹⁴¹, por exemplo. Feito isso, o passo seguinte é a identificação de

¹³⁹ Nota do Autor: Para auxiliar o leitor na compreensão da proposta, encontra-se no Anexo VIII o texto do exercício cênico Depois da Tempestade, realizado com o G-5, dividido em cenas e sub-cenas.

¹⁴⁰ Nota do Autor: No caso do G-5, tal definição resultou na elaboração do texto Depois da Tempestade

¹⁴¹ Nota do Autor: As entradas e saídas de personagens são importantes porque referem-se, também, ao uso do espaço cênico, o que pode influenciar em toda a obra.

todas as ações físicas e/ou frases de movimento, explicitadas no texto, que são realizadas por cada um dos personagens em cada uma dessas sub-cenas, desde o momento em que surgem até o momento em que desaparecem por definitivo (Cf. Anexo X) . Estas ações físicas e/ou frases de movimentos são denominadas **“ações físicas e frases de movimento do texto”**.

Procede-se então a leitura atenta de todas as ações físicas e frases de movimento realizadas por cada personagem. A observação daquelas que lhe são mais recorrentes ou daquelas que lhe são particulares, permite que se tenha uma idéia das suas características (Cf. Anexo XI).

As **Características da personagem** se dividem em:

1 – Característica Principal

2 – Característica Secundária

Estes elementos podem ser melhor compreendidos quando organizados conforme o esquema apresentado a seguir. Entretanto, antes de prosseguir, é fundamental que se tenha claro que durante a identificação e a separação das ações físicas e frases de movimento do texto, os atores-dançarinos não sabem qual é a personagem que eles irão representar. O mesmo é válido para o material codificado no RIMA¹⁴²: a separação e o arranjo é feito sem que ele saiba. Quem sabe qual a personagem que esse ou aquele ator-dançarino representará é o diretor/condutor do treinamento; a partir da observação dos materiais desenvolvidos por cada um e das expectativas que ele tem em relação ao espetáculo. Neste sentido, é importante que o diretor/condutor seja uma escolha clara e consciente por parte do grupo que sabe que, no limite, delegou a

¹⁴² Nota do Autor: No Anexo XI características individuais de cada um dos personagens encontra-se um exemplo de como pode ser feita a separação do RIMA pelo diretor/encenador/facilitador.

ele a função de decidir os rumos do espetáculo e para tanto, confia nele. Uma vez que se tenha isso claro, pode-se adotar os seguintes procedimentos:

1. Anotar todas as ações físicas e sonoras e frases de movimento da personagem que se está construindo e que estão indicadas no texto;
2. Analisá-las e definir quais são suas **AÇÕES/FRASES CARACTERÍSTICAS PRINCIPAIS**, ou seja, aquelas que só ela realiza. Para tal, considerar quais se repetem mais, quais lhe são particulares, etc. A análise dessas ações/frases permite uma visão de quais são as **CARACTERÍSTICAS PRINCIPAIS** da personagem;
3. Analisar e definir suas **AÇÕES/FRASES SECUNDÁRIAS**, ou seja, aquelas que ele realiza algumas vezes mas que não constituem uma característica principal. São aquelas ações que servem para delinear e apresentar com mais minúcias sua personalidade. Sua análise permite definir as **CARACTERÍSTICAS SECUNDÁRIAS** da personagem;
4. Selecionar, analisar e definir as **AÇÕES/FRASES BÁSICAS** da personagem;
5. Fazer um roteiro de Ações/Frases Básicas, outro de Ações/Frases Secundárias e um terceiro, de Ações/Frases Características Principais de cada personagem, considerando para tal a participação dessas personagens do começo ao fim do texto, procurando obedecer a ordem e a seqüência em que estas ações aparecem;
6. Ver as Ações Básicas existentes no RIMA do ator-dançarino. Estas são denominadas **AÇÕES BÁSICAS DO RIMA**;

7. Selecionar e construir uma seqüência (um roteiro corpóreo) com as ações básicas do RIMA do ator-dançarino que sejam equivalentes e/ou similares às ações básicas realizadas pela personagem no texto, respeitando a ordem definida anteriormente;
8. Construir outra seqüência (outro roteiro corpóreo) utilizando elementos do RIMA que sejam equivalentes e/ou similares às Ações/Frases Secundárias;
9. Idem para as Ações/Frases Características Principais;
10. Por fim, realizar uma seqüência (roteiro corpóreo) final mesclando as Ações/Frases Básicas com as Ações/Frases Secundárias e com as Ações/Frases Características Principais. Com isso, ter-se-á a **ESTRUTURA CORPÓREA DA PERSONAGEM**
11. Após construir os roteiros corpóreos, os atores-dançarinos podem ater-se a retomá-los toda vez que realizarem o treinamento. Isto é: a partir deste ponto, quando da retomada dos elementos que compõem o RIMA, ele poderá optar por não retomar os elementos individuais mas sim, dedicar-se a retomar estes roteiros. Essa retomada de roteiros corpóreos da personagem (sejam eles constituídos por Ações/Frases Básicas, Secundárias e/ou Principais) é denominada **DANÇA DA PERSONAGEM**.

4.4 - A MONTAGEM DA CENA

Partir de uma seqüência de ações já existente (no quadro abaixo: seqüência anterior), adicionar as ações físicas constante no texto, a seguir, usando essas duas seqüências de ações, pedir ao ator-dançarino para improvisar a partir de um tema dado e aplicar a resultante no texto ou na cena que se quer montar.

Onde:

Seqüência anterior	Ação física do texto	Tema	Texto ou cena
É a seqüência que o ator já possuía, que faz parte do seu RIMA. Pode ser apenas uma ou a combinação de duas ou mais.	São as ações que existem no texto que se está encenando	É aquele dado pelo diretor, encenador, facilitador, etc. para o ator improvisar. O ideal é que não tenha relação com o texto.	É a cena do texto que se está trabalhando, montando.

Em resumo, os procedimento para a montagem das cenas à partir do quadro acima consiste de:

- 1 – Ver a seqüência anterior
- 2 – Explicar ao ator-dançarino que é para evoluir a partir dela
- 3 – Enumerar as ações físicas e sonoras e frases de movimento que devem ser consideradas, ou seja, aquelas presentes no texto*
- 4 – Dar o tema individual*

Trabalhar tecnicamente. I.e., o ator-dançarino trabalha sozinho, ou em grupo, tentando unir a seqüência anterior com as ações solicitadas enquanto improvisa sobre o tema dado.

5 – Juntar os atores-dançarinos (Caso a cena exija mais de um)

Pedir para encontrarem um meio de colocar a seqüência que se originou da união da seqüência anterior, adicionada da ação física ou frase de movimento do texto mais o tema em relação com a do colega que, por seu turno, realizou o mesmo processo. Quando tiverem estabelecido esse relacionamento, pedir para darem um nome que lhes seja comum à cena resultante

6 – Caso a cena que se está trabalhando tenha um texto, pedir aos atores-dançarinos que o apliquem à cena resultante.

7 – Uma vez que eles tenham adicionado o texto, marcar a cena e trabalhar. É então que o ensaio começa.

*Caso haja mais de um ator envolvido no trabalho, dizer para cada um separadamente.

CONCLUSÃO

O ponto de partida desta dissertação foi gerado pela questão: como o artista do palco pode desenvolver um processo de treinamento para a construção da personagem que lhe permita, ao mesmo tempo, aprimorar o seu corpo para estar em cena e acionar sua imaginação para dar vida à personagem?

Creio que o Processo de Busca e Retomada oferece uma resposta consistente a essa pergunta ao se colocar como um instrumento de trabalho ao qual o artista do palco pode recorrer para alcançar seu objetivo, articulando o seu corpo e a sua imaginação para dar vida a uma personagem. Para tanto, o Processo sustenta que as ações físicas e vocais e as frases de movimento constituem nomes distintos para a mesma atividade do corpo humano e, sendo assim, podem ser utilizados como a base do trabalho do ator-dançarino, desde que a partir de condições específicas.

Tais circunstâncias são:

- que todo movimento cria uma imagem e essa imagem cria uma sensação, que caso seja vinculada a uma personagem, pode ajudar o espectador a interpretá-la e a compreendê-la e, o ator-dançarino, a ampliar a expressividade do seu trabalho;
- que para conseguir realizar tal vínculo, o ator-dançarino precisa se aprimorar através da prática de um treinamento orgânico e sistemático;
- que o ator-dançarino deve ser considerado como representante, como aquele que constrói um equivalente para a personagem, que será interpretada pelo público;
- que para atingir esse objetivo, o campo em que sua prática deve se dar é o da Representação Não-interpretativa.

A partir dessas premissas, o Processo de Busca e Retomada propõe que estes elementos sejam utilizados como princípios fundamentais do treinamento do

intérprete e sustenta que as ações físicas e sonoras e as frases de movimentos, quando consideradas a partir das circunstâncias acima, organizadas sequencialmente, e postas uma em relação à outra, de modo a compartilhar uma intenção como elemento comum, podem resultar numa personagem. Com esse procedimento o processo propõe a eliminação das diferenças existentes no treinamento utilizado para tornar expressivo num palco, o corpo do ator e do dançarino.

Com isso, Busca e Retomada propõe a substituição do ator e do dançarino enquanto categorias independentes, pela figura do ator-dançarino, o qual, é considerado como aquele que realiza a mescla aleatória de frases de movimentos e de ações físicas e vocais, visando a construção de uma personagem, utilizando para tal, elementos pertencentes às artes do ator e do dançarino.

Em função dessa abordagem, Busca e Retomada constitui-se num processo de treinamento no qual o ator-dançarino constrói um equivalente da personagem através da combinação de diferentes ações físicas e sonoras e frases de movimento e de elementos advindos dos universos do teatro e da dança. A personagem final, resultante dessa combinação, será interpretada pelo espectador no espaço-tempo criado pela relação existente entre o ator e o espectador durante a representação.

Em termos práticos, esse processo de indução é composto por uma Sequência de Exercícios Padrões (também denominada Sequência de Busca e Retomada), por um Repertório Individual de Movimentos e Ações Agregados e pela Dança da Personagem. Essa composição encerra a essência da proposta e está estruturada de modo a considerar, em sua aplicação, que a função do ator-dançarino não é a de interpretar uma personagem, emprestando-lhe o seu repertório pessoal e real de movimentos, mas sim, representar um equivalente da personagem através da execução de ações físicas e frases de movimentos

criadas extra-cotidianamente, as quais serão organizadas para serem interpretadas pelo espectador.

Resta ainda dizer que durante a pesquisa, em todas as oportunidades em que o processo foi experimentado, o modo como ele está sistematizado se mostrou de grande valia ao servir como um porto seguro que permitiu aos atores-dançarinos, não só aprimorar o seu corpo como, também, deu-lhes condições para detonar o processo interior que lhes permitiu acionar sua imaginação para dar vida a uma personagem.

Em função disso, posso afirmar que Busca e Retomada é um processo de treinamento eficiente, tendo se mostrado um instrumento de trabalho muito útil ao longo da minha experiência como encenador. Entretanto, existem muitos caminhos e este processo é fruto do caminho que percorri até aqui, em função dos conhecimentos que me foram proporcionados pelos diversos mestres com os quais tive a oportunidade de estudar ou cuja obra pude ler. Neste sentido ele é o meu caminho. Ao escrever essa dissertação, torno público como ele foi percorrido. Resta agora, o desafio de que ele seja experimentado, questionado e criticado por outros diretores e atores. Só assim ele se mostrará como um caminho que extrapola as dimensões do meu próprio ser. Até lá, ele é o meu caminho, limitado à fugaz experiência deste minúsculo ser na vastidão do universo das artes cênicas.

ANEXOS

ANEXO I – A SEQÜÊNCIA DE PARTIDA

OS COVEIROS

A seqüência diária de treinamento abaixo consistia de 12 exercícios e foi utilizada pela diretora Selma Alexandra durante a montagem da peça Os Coveiros, em 1991. Acredito que ela havia aprendido com o Professor Burnier uma vez que em várias oportunidades ele esteve pessoalmente assistindo aos ensaios e dando sugestões sobre como ela deveria proceder com sua aplicação. Não apresento a conceituação dos elementos que a compõem inicialmente porque não é esse o intuito deste momento do trabalho e depois; porque o fato dela constar dessa maneira no meu diário não implica que ela fosse exatamente como anotado. Se a transcrevo aqui é apenas para possibilitar ao leitor uma melhor compreensão de minha trajetória rumo ao desenvolvimento do treinamento de Busca e Retomada.

1. *Deitado*
2. *Espreguiçar*
3. *Queda com amortecedores*
4. *Caminhada*
5. *Corrida*
6. *Enraizamento*
7. *Desequilíbrio na Raiz*
8. *“Bêbado”*
9. *Ko-shi*
10. *Movimentos Plásticos*
11. *Relação com Movimentos Plásticos*
12. *Dança Pessoal*

ANEXO II - FICHAS TÉCNICAS

DEZ QUARTOS

É uma livre adaptação do Quadro Dez Quartos constante da peça Grande e Pequeno de Botho Strauss.

Direção: Adilson Siqueira

Intérpretes: Alceu Estevan, Amaury Fernandes, Andrea Copeliovitch, Daniela Quevedo, Daniela Kirst, Heitor Barsalini, Marcelo dos Santos (Pinta) e Silvia Reichmann.

O espetáculo estreou em 15 de dezembro de 1988, no teatro do Centro de Ciências, Letras e Artes de Campinas.

OS COVEIROS

de Adilson Siqueira e Augusto Marin

Intérpretes: Adilson Siqueira e Augusto Marin

Direção de Selma Alexandra, sob a orientação do professor Luis Otávio Burnier.

Coordenação geral do projeto: Professora Neyde Veneziano

O espetáculo estreou no Departamento de Artes Cênicas da Unicamp, no segundo semestre de 1991.

ARCO

Oficina de Teatro de Movimento Afro-brasileiro

Ministrado de 4 a 12/04/1992

Na Sociedade dos Estudantes Protestante de Mainz

Promovido pela ARCO- Pedagogia de Vivências, de Freiburg-Gundelfingen, Alemanha.

CONCERTO MUSICAL “ENCONTRO”

Soprano: Márcia Guimarães

Piano: Julian Kwok

Direção e Preparação Corporal: Adilson Siqueira

“Encontro” estreiou em 27 de maio de 1992, na Sala Cecília Meireles, no Rio de Janeiro

UM LANCE DE DADOS

De Wagner Salazar

Direção: Adilson Siqueira

Intérpretes: Aline Soares, Dimas Restivo, Lavinia Pannunzio e Ricardo Romeiro.
A preparação corporal: Selma Alexandra.

O espetáculo estreiou em 23 de Setembro de 1993, na Estação Cultural Guanabara, em Campinas.

MACONDO-IRARÁ

Texto e Direção: Adilson Siqueira

Intérpretes: Ana Paula Valério, Milton Oliveira, Paula Coelho e Silvia Balielo.

Macondo-Irará teve sua estréia em 23 de junho de 1995 no teatro do Centro de Ciências, Letras e Artes de Campinas.

ANEXO III - ESQUEMA GERAL DAS ETAPAS DO WORKSHOP MINISTRADO NA ARCO- PEDAGOGIA DE VIVÊNCIAS

ARCO

1 – Aquecimento individual:

É o trabalho que cada ator faz consigo próprio para estar disponível para começar a trabalhar.

2 – Seqüência

É a base do trabalho, o treinamento propriamente dito.

3 - Improvisação temática Individual

É a improvisação a partir dos sons, gestos, andares e modos de sentar selecionados na Improvisação de Busca e Retomada, durante a seqüência. Cada ator fica livre para desenvolver a sua personagem praticando-a a partir dos diversos temas e estímulos propostos pelo diretor. (...) Nesta fase, usa-se também músicas. A idéia é pedir aos atores que desenvolvam a dança da sua personagem, sendo que o fundamental é não limitar essa dança mas sim, fazer com que ela seja versátil e não se limite à música.

4 - Improvisação grupal

Tem por objetivo juntar tudo o que foi trabalhado individualmente até então: gestos, andares, sentares, sons e dança numa única ação/tema, e relacionar com o conjunto, com os outros atores.

ANEXO IV – A SEQÜÊNCIA DE TREINAMENTO EM FEVEREIRO DE 1996¹⁴³

01 - Instalação

02 - Deitar e Espreguiçar

03 - Amortecedores

03a - Saltos com Amortecedores

04 - Comida com Parada Brusca

05 - Raiz

05a - Pés

05b - Tornozelo

05c - Joelhos

05d - Quadris

05e - Tronco

05f - Ganhar Espaço com Raiz

06 - Bêbado

07 - Cantar no Banheiro

08 - Chapa-Quente

09 - Ko-shi (Exercícios diversos)

- - Equilíbrio - Parada de mão
- - Caminhar - Abdominais
- (samurai e Normal) - Sentar
- - Saltos - Acrobacias
- - Cambalhotas

Enfim, tudo que o ator já saiba ou queira fazer

10 - Pesquisa de Sons com Ko-shi

11 - Pantera

12 - Movimento Plástico

13 - Dança Pessoal

13a - Busca Individual

13b - Busca Coletiva

13c - Busca com Tema (Individual ou Coletiva)

14 – Retomada com Ko-shi

¹⁴³ Essa seqüência de treinamento foi desenvolvida antes de meu ingresso no curso de Mestrado. O histórico de sua estruturação está descrito no Capítulo 2 – RETROPERSPECTIVA. É ela que serviu de ponto de partida para o trabalho com o G-2.

ANEXO V –A SEQUÊNCIA DE TREINAMENTO EM 17 DE AGOSTO DE 1998

Essa seqüência foi desenvolvida com o G-2 a partir daquela existente em 1996 (vide anexo IV) e serviu como base para a elaboração da Seqüência de Busca e Retomada - Padrão. Muitas foram as alterações que ela sofreu porque, ao longo de suas aplicações junto aos GT's, ela foi sendo readaptada e reorganizada em função de novos objetivos. Em função disso, alguns exercícios foram adicionados e outros excluídos. Por exemplo, em relação àquela de 1996, o exercício denominado "Pantera" não é mais utilizado uma vez que um dos seus objetivos era levar o ator-dançarino a perceber e a se perceber no espaço e isso se mostrou desnecessário porque a noção de espaço passou a ser trabalhada em diversos outros momentos.

- 00 - Preparação
- 01 - Instalação
- 02 - Deitar
- 03 - Espreguiçar
- 04 - Amortecedores
- 05 - Corrida com Parada Repentina
- 06 - Saltos com Amortecedores
- 07 - Raiz
 - 07a - Pés
 - 07b - Tornozelo
 - 07c - Joelhos
 - 07d - Quadris
 - 07e - Tronco
- 08 - Ganhar Espaço com Raiz
- 09 - Bêbado
- 10 - Cantar No Banheiro

11 - Chapa-Quente

12 - ko-shi

13 – Movimento Plástico

13a - Pesquisa de Sons Com ko-shi

14 – Improvisação com Elementos Plásticos e Sonoros

15 - Dança Pessoal

15a - Busca Individual

15b – Busca Coletiva

16 – Retomada

17 – Finalização

ANEXO VI - A SEQÜÊNCIA DESENVOLVIDA COM O G-2

- 00 - Redirecionamento
- 01 - Instalação
- 02 - Deitar
- 03 - Espreguiçar
- 04 - Amortecedores
- 05 - Corrida com Parada Repentina
- 06 - Saltos com Amortecedores
- 07 - Enraizamento
 - 07a - Pés
 - 07b - Tornozelo
 - 07c - Joelhos
 - 07d - Quadris
 - 07e - Tronco
- 08 – Deslocar a Cinesfera com a Raiz
- 09 – Desequilíbrios em “S”
- 10 - Cantar no “Banheiro”
- 11 - Chapa-Quente
- 12 – Centro
- 13 – Elementos Plásticos
 - 13a - Pesquisa de Sons
- 14 – Improvisação com Elementos Plásticos e Sonoros
- 15 - Busca
 - 15a - Individual
 - 15b - Coletiva
- 16 – Retomada
- 17 – Recolhimento

ANEXO VII: DIÁRIO DE CAMPO

Sobre o Diário de Campo

Durante a pesquisa prática com o G-5, foi elaborado um diário das atividades desenvolvidas, denominado Diário de Campo, cujos procedimentos são apresentados a seguir¹⁴⁴. Ao lê-lo, o leitor terá uma visão completa sobre como transcorreu a pesquisa em sua fase final, podendo acompanhar como se deu o processo de apropriação por parte dos atores-dançarino, da seqüência de treinamento e de sua reestruturação¹⁴⁵ a partir da necessidade que sentiam, de seu entendimento sobre a Energia no contexto de Busca e Retomada, de como se deu o processo de elaboração do RIMA, da Dança da Personagem e da construção espetacular.

¹⁴⁴ Nota do Autor: Os procedimentos apresentados e a descrição das atividades realizadas são reproduções do texto original e foi mantido na íntegra. Não foi feita uma edição para que os mesmos constassem da presente dissertação. Por essa razão, os textos se encontram no presente, pois foram redigidos no dia-a-dia das atividades.

¹⁴⁵ Nota do Autor: Tal reestruturação levou, no trabalho com o G-5, à criação de duas seqüências, a primeira denominada padrão e a segunda, avançada.

Procedimentos adotados na realização do Diário de Campo

Data _____ - N° do Encontro _____

I - Atividade Programada

Compreende todas as atividades programadas para o encontro

Preparação Individual (± 15 min)

Tempo a ser dado para cada um preparar seu biorritmo para o trabalho. Na verdade, já faz parte do treinamento. A diferença é que ele é mais individual.

Aplicação do Treinamento ($\pm 1h30min$)

Realizar a aplicação prática do treinamento com intuito de aperfeiçoá-lo, realizando um interjogo entre ele, o embasamento teórico, o material elaborado para o Exame de Qualificação e as sugestões feitas pelo Orientador, pelos membros da Banca Examinadora daquele exame e, sobretudo da contribuição dos atores-dançarinos.

Análise do Material/Feedback (± 30 min)

Refere-se aos questionamentos que pretendo fazer aos atores-dançarinos sobre essa ou aquela atividade previamente programada ou, então, refere-se àqueles questionamentos que surgem durante o andamento do trabalho ou mesmo durante as conversações

Escrita Espetacular (± 30 min)

Elaborar o texto/roteiro do espetáculo

Montagem

Após definido o texto/roteiro do espetáculo, a montagem terá início tornando-se a parte mais importante, pois nela será aplicado todo os elementos do processo.

Informações Gerais

Informes sobre assuntos diversos relativos à pesquisa

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

Pessoais

Refere-se às anotações, reflexões e comentários pessoais que faço durante os encontros. Está diretamente ligado aos itens a, b, c, d, e.

Feedback do atores—dançarinos: (\pm 45 min)

Refere-se às reflexões feitas pelos atores-dançarinos sejam elas como resposta aos questionamentos que faço, sejam em elas fruto de dúvidas e questionamentos que eles mesmos tenham.

O Diário

09/08/1999 (1º Encontro)

A) Preparação Individual (± 15 min.)

- Alongamento
- Aquecimento psicofísico

B) Aplicação do Treinamento (± 1h30min.)

- Instalação
- Ko-shi
- Foco
- Elementos Plásticos
- Raiz
- Improvisação com elementos Plásticos

Obs.:

1. Pedir para que apresentem o material encontrado na diagonal

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

A) Preparação

É necessário incluir a voz e a coluna vertebral na preparação. Isso é importante porque, principalmente as dançarinas, não têm o hábito de utilizar a voz. É preciso sempre estar mostrando a elas a importância que é preparar também a voz.

B) Aplicação do Treinamento

A opção que fiz foi por alterar a ordem dos elementos da estrutura básica de treinamento, a partir daquela definida em conjunto com o Orientador em 06 de agosto de 1999, cujas alterações se deram em função dos trabalhos com o G-4 onde pudemos constatar a necessidade de considerar com mais cuidado as especificidades e as necessidades do corpo do ator-dançarino.

Hoje, realizei uma seqüência (ou estrutura básica de treinamento) montada aleatoriamente mas considerando seus princípios básicos, que são:

- a) Utilização do Ko-shi
(a intenção da ação parte do ko-shi)
- b) Raiz
(parte superior e inferior do corpo vistas como partes separadas)
- c) Oposição

(Ao fazer um movimento numa determinada direção, concebê-lo começando pelo lado contrário)

d) Manutenção do Equilíbrio Instável

C) Feedback

Na avaliação que fizemos após o trabalho, surgiu um ponto de vista muito interessante, sobre o qual eu ainda não havia refletido e que pode ser um elemento a ser considerado com muito cuidado durante a discussão que farei sobre o treinamento. Esse ponto foi:

O treinamento deve ser visto a partir da seguinte perspectiva:

- Quando os participantes forem iniciantes, insistir na seqüência original, mais longa, para que os executantes possam adquirir disciplina, condicionamento, etc
- Quando já tiverem conhecimento da seqüência, ou uma boa experiência com ela, a mesma deve mudar, ficar mais curta, mais ágil e fluente

Creio que é nessa direção que devo trabalhar a partir de agora. Deu para perceber isso porque as atrizes-dançarinas já possuíam uma boa experiência. Ou seja: três delas (Silvia, Paulinha e Calima) já haviam trabalhado com a seqüência durante um ano, sendo que as duas primeiras chegaram a realizar um espetáculo (Cf. Macondo-Irará, 1994). Depois cada uma seguiu seu caminho, trabalharam e estudaram com outros diretores/coreógrafos. Já a Lysandra, vem trabalhando com o treinamento desde o início de 1998 (integrou o G-2 e o G-4).

A utilização da diagonal foi extremamente positiva, tendo ampliado as possibilidades dos elementos encontrados uma vez que os mesmos podem ser conectados um ao outro, criando frases de movimentos deveras interessantes.

11/08/1999

(2º Encontro)

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

Apresentação do processo de trabalho

Em geral, todos foram unânimes em dizer que o material que apresentei confirmava a impressão que tinham, de que a seqüência possuía uma característica de treinamento mas também de escrita espetacular.

Voltamos a falar sobre a importância da seqüência para iniciantes e não-iniciantes e todos concordaram com a idéia de que quando se estivesse construindo um espetáculo, a mesma deveria ter a característica que temos testado.

C) Aplicação do Treinamento (\pm 1h30min.)

A preocupação com quadril (Ko-shi) deve começar logo no início do treinamento

Pesquisa sonora:

O estabelecimento de relações entre as atrizes-dançarinas durante a pesquisa de som com elementos plásticos foi muito positiva.

O processo que utilizei como estímulo me pareceu apropriado pois até mesmo a Lysandra, que é a mais tímida na utilização da voz, conseguiu um resultado muito bom ao encontrar um som que pode vir a ser explorado, apesar de que considero mais positivo deixar surgir outros, antes de optar por um.

O estímulo utilizado:

A partir da combinação dos elementos plásticos, depois de um tempo, perguntei a elas qual era o som que aquela parte do corpo tinha. Pedi para que deixassem o som sair. Qual é o som que aquele movimento tem?

Depois, pedi para que brincassem com esse som enquanto ia pedindo para que aumentassem o volume. Fiz isso utilizando música bem alta a qual fui gradualmente abaixando. Quando a música acabou, o resultado é que todos tinham um som bem sustentado, que conseguia preencher o espaço de maneira muito interessante. Voltar a utilizar.

Exercícios com o Ko-shi são importantes porque permitem ousar mais, tentar ser virtuose ao mesmo tempo que se atenta para a técnica. Devem sempre permanecer.

Experimentei uma alteração na ordem dos elementos da seqüência.

Fizemos:

Raiz/Ganhar espaço com raiz/Corrida

Todos consideraram positivo a introdução de um tempo para que pudessem realizar as anotações das ações/frases

- **Feedback**

- **Sobre as alterações testadas na seqüência:**

“A seqüência encurtada é mais eficiente, menos dispersiva porque quando chega na parte criativa (a partir da improvisação com movimentos plásticos) ainda tenho fôlego para investigar, para me aprofundar”

Calima

“Na condução dos trabalhos, sinto falta de um trabalho direto, de estímulos técnicos como por exemplo, experimentar nesta ou naquela direção. Até onde dá para usar os apoios?...”

Calima

A versão resumida da seqüência se tornou leve, mais eficiente. Ela tem mais fluência

Opiniões sobre o texto Busca e Retomada: Um treinamento para a construção da personagem pelo ator-dançarino.

“Vejo a seqüência como um condicionamento, uma maneira de se concentrar em você. Depois de fazê-la, estou pronta para começar a fazer qualquer coisa que me for solicitada...”

Lysandra

“Até o movimento plástico ela é um aquecimento, um preparo para o corpo, para que você consiga fazer certas coisas durante a improvisação com elementos plásticos e a dança pessoal “

Paulinha

16/08/1999 (3º Encontro)

II - Anotações/Reflexões/ Comentários
Feedback

“A retomada é algo tão forte porque acontece no nível físico. Mas o interessante é que ela pode acontecer também em “n” níveis. . A Retomada é o que tem de mais poderoso no treinamento.

Calima

“Fazendo a retomada, não tem como você se trair, querer enfeitar”

Lysandra

“Nesse processo de treinamento você tem a chance de sair das coisas formais. Retomar tem uma complexidade de conteúdo e não de forma. O caminho para a Retomada não é o movimento, é a sensação.”

Calima

28/08/1999

(4º Encontro)

I - Atividade Programada

A) Preparação Individual (± 15 Min)

B) Aplicação do Treinamento (± 1h30min.)

A partir dos elementos utilizados até agora, experimentar a seguinte seqüência (que é resultado do que vimos fazendo nos últimos encontros)

- Instalação
 - Equilíbrio.
- Bêbado
- Corrida com parada repentina
 - Pequenos saltos
- Deitar
- Espreguiçar
- Amortecedores
- Raiz
- Ganhar espaço com raiz
- Exercícios com Ko-shi
- Elementos Plásticos
 - Pesquisa de som com Elementos Plásticos
 - Relação com som e Elementos Plásticos
 - Improvisação com elementos Plásticos
- Dança pessoal
- Retomada

Ver ações/frases codificadas (Primeiros componentes do RIMA)

C) Análise do material/Feedback (± 30 min)

Pegar os textos. Conversar sobre.

D) Escrita Espetacular (± 30 min)

- Papo sobre a Tempestade (viagens que cada um tem)

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

A) Aplicação do Treinamento

Hoje introduzi um exercício que aprendi recentemente, usado no treinamento dos atores do teatro Nô

Exercício do Leque

Começar com as mãos no chão, pernas levemente dobradas. Subir o tronco até quase ficar na vertical. Estender os braços para frente e mantê-los sob uma certa tensão. O dedo mínimo aperta a parte carnuda da mão enquanto que o polegar e o indicador estão unidos. Andar, começando sempre com o pé esquerdo, movimentando os pés paralelos ao chão e paralelos entre si. Para mudar de direção, coloca-se o pé esquerdo ou direito, conforme a direção para onde se quer ir, na frente do outro, virado para a direção que se quer ir. Faz-se o giro. Une-se os pés e depois continua a caminhar, começando pelo pé esquerdo.

Introduzi também um TEMA na improvisação com elemento plástico/dança pessoal.

Tema dado: Engulo o ar do caminho.

Foi interessante perceber como o tema incita de maneira diferentes atrizes e dançarinas. A Silvia, que é atriz, fez um trabalho mais representacional, partindo das ações físicas, ao passo que as demais, que são dançarinas, fizeram um trabalho com frases de movimento, criando formas interessantes.

Outro elemento que introduzi foi o Movimento interior/exterior

Durante os elementos plásticos, pedi a eles que fossem diminuindo o movimento, as ações que faziam, que fossem fazendo-os ficarem menor, mais lentos, quase imperceptíveis para quem olhasse de fora e, depois, ao meu estímulo, que soltassem, deixassem o movimento ficar grande, aparente, mas não exagerado, simplesmente normal, como ele era. Fizemos isso durante um bom tempo. Ao final, pedi para que fossem, contendo o movimento e canalizando para a região da pélvis, do centro. O resultado foi muito interessante, pois quando começaram a improvisar o tema, o tônus e a energia do material que conseguiram foi ligeiramente diferente daqueles desenvolvidos até então.

Creio que é conveniente incorporar esse exercício ao treinamento de modo a ampliá-lo. É interessante porque ele pode ser muito útil para ajudar os atores-dançarinos a compreenderem alguns princípios da Energia (Chi). Que tal seria realizá-lo antes de começar a mostrar o material codificado? Testar.

C) Feedback

Na avaliação da seqüência experimentada hoje, ficou patente que a passagem da corrida para o chão não foi orgânica. Sugeriu-se tentar o "Bêbado" e depois deitar.

D) Escrita Espetacular

Impressões sobre o texto:

Impressão geral sobre a Ilha:

Uma ilha com várias dimensões

Impressão geral sobre Ariel:

Ariel não tem o poder da decisão

Calima:

“Próspero é o vazio, a tentativa de controlar, a solidão”

“O ar limpinho, silencioso pós tempestade.”

“O vazio Suspenso”

Paula:

“Se penso na ilha com a perspectiva de hoje, ela me lembra o virtual (...) quem esta nela é meio que um voyeur de várias pessoas (...) dentro dela é como estar no seu território. Por isso a analogia com o virtual: quem está na frente de um computador está em seu território e pode fazer o que quer enquanto espreita, se relaciona com outras pessoas...”

“Ao mesmo tempo ela é Yin e Yang.”

Lysandra

“O Ariel é uma luzinha, um sopro”

“Imagino Próspero o Rei do nada”

23/08/1999 (5º Encontro)

B) Preparação Individual (± 15 min.)

Lembrar para que não esqueçam de aquecer a coluna vertebral.

C) Aplicação do Treinamento (± 1h30min.)

A partir das opiniões que surgiram no último encontro, experimentar a seguinte seqüência:

- Instalação
 - Partindo do Equilíbrio/desequilíbrio, utilizar o Ko-shi e os focos.
- Exercício com Ko-shi
- Encontrar 2 andares e 2 sentares
- Bêbado
- Raiz
- Elementos Plásticos
- Pesquisa de som com Elementos Plásticos

- Relação com som e Elementos Plásticos
 - Em grupo, com contato físico
- Improvisação com elementos Plásticos
- Dança pessoal
- Retomada
- Som

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

A) Preparação

Aproveitando que elas têm reclamado a falta de alguns elementos da seqüência, (por exemplo: a Paula sente falta da corrida, as outras não), conversamos um pouco sobre a importância da preparação. Sugeri que elas poderiam utilizar esse momento para fazerem também aqueles elementos da seqüência dos quais elas gostem de fazer.

B) Aplicação do Treinamento

A partir de hoje, cortar a dança pessoal

Experimentei voltar a fazer o treinamento sem música pois achava que as atrizes-dançarinas estavam ficando condicionadas a trabalhar com ela. Me enganei pois de maneira geral, elas disseram que nem notaram a diferença.

Realizei uma modificação no Bêbado, para torná-lo mais orgânico e fluente. Pedi para que experimentassem primeiro ir contendo, tornando-o pequeno, imperceptível. Isso porque avaliei que o problema levantado por elas no último encontro tinha a ver com a passagem brusca, pelo modo excessivamente amplificado com que ele era realizado, o que as fazia perder a fluência e querer reorganizar a respiração deitando. Parece que funcionou pois não houve comentários.

O trabalho em grupo, com contato físico assustou, o que as levou a questionar o caráter individual da seqüência, sua falta de momentos de trabalho em grupo, de troca, de desenvolvimento da confiança e da dinâmica do grupo. Este é um ponto interessantíssimo, sobre o qual devo me debruçar com mais cuidado pois isso, sem dúvida alguma, é um elemento fundamental no trabalho artístico. Entendo que o treinamento deve ser individual, mas quando se está junto, em grupo, como devemos proceder?

Entrevejo uma possível resposta na seguinte frase:

“A seqüência é de cada um mas depende da finalidade. Ela pode tanto ser algo de grupo quanto ser algo individual”

Calima

C) Feedback

Na avaliação das atrizes-dançarinas, a seqüência conforme experimentada hoje, foi bastante fluente e orgânica. A única falta que todas sentiram foi dos amortecedores.

A modificação feita no Bêbado, ao qual chamaram de "Bêbado Light" foi, segundo elas, legal.

25/08/1999 (6º Encontro)

1. Preparação Individual (\pm 15 min.)

Trabalhar a idéia de que a preparação pode já ser a Instalação

- Observar se aplicam algum dos elementos da seqüência. Depois comentar
- Pedir que ao final adotem a posição da instalação

B) Aplicação do Treinamento (\pm 1h30min.)

Experimentar a seguinte seqüência:

- Pré-expressividade (Equilíbrio/desequilíbrio, utilizar o Ko-shi).
Obs.: Deixar a eles a solução sobre como chegar ao solo.
Estímulo: Encontrar uma maneira de chegar a solo).
 - Amortecedores
 - Leque
 - Exercícios com Ko-shi
 - 2 andares e 2 sentares
 - Equilíbrio
 - Foco
 - Bêbado "Light"
 - Raiz
 - Ganhar espaço com a Raiz
 - Elementos Plásticos
 - Pesquisa de som com Elementos Plásticos
 - Relação com som e Elementos Plásticos
 - Em grupo, com contato físico
 - Improvisação com elementos Plásticos
 - Dança pessoal
 - Retomada
 - Som
 - Todo o material constante do RIMA

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

A) Preparação

A Paula, que havia sentido a falta da corrida no último encontro, hoje correu ao passo que a Silvia trabalhou Voz e os Amortecedores (no último encontro ela havia sentido falta deles!)

Essas iniciativas foram interessantes. Percebo que aos poucos elas estão começando a compreender uma segunda dimensão do treinamento, tornando-o mais pessoal e com isso levando elementos da seqüência para a preparação. Isso pode ser muito interessante uma vez que, num processo de montagem de um espetáculo – que é também, uma das fases do processo de treinamento e está compreendido no trabalho que estamos realizando agora - considera-se que o ator-dançarino já está pronto para começar uma investigação das necessidades da cena e da personagem.

B) Aplicação do Treinamento

Resolvi fazer uma transição diferente da preparação para o início da seqüência de treinamento. O problema que estou perseguindo e tentando encontrar uma solução é encontrar uma outra maneira de iniciar, sem necessariamente começar em pé. Existe alguma outra maneira de se ser pré-expressivo? Por essa razão ao invés de Instalação, utilizei Pré-expressividade

C) Feedback

Segundo elas, a ordem dos elementos na seqüência combinou melhor. Ficou mais fluente ainda. Especialmente a minha sugestão de que eles encontrassem uma maneira de resolver um problema (como chegar ao solo!)

A lição que pude confirmar nessa opinião é que por mais rígido que seja um treinamento, por mais que ele possua uma estrutura definida para a sua realização, é fundamental sempre deixar espaço para que os atores-dançarinos possam se sentir participantes, colaborando com o processo ao encontrar soluções para problemas que pertençam ao todo.

De resto, a estrutura proposta tem problema de transição quando se passa do amortecedor para o Leque. Foi, segundo elas, muito traumático. Faltou organicidade. Talvez a solução seja começar com uma transição mais suave, utilizando algum outro exercício com Ko-shi

I - Atividade Programada

A) Escrita Espetacular

1 - Discutir os textos:

- A Tempestade, de Northorp Frye
- A Tempestade, de William Shakespeare

2 - Pedir para considerarem na leitura que:

- Somos pessoas no Brasil, em 1999, falando sobre uma peça escrita em 1611, na Inglaterra;
- O espectador já possui ou obterá informações sobre a Tempestade Shakespeareana por outras fontes. Não precisamos nos ater ao texto! O que faremos é uma transcrição.

3 - Definir que trabalharemos a partir de três personagens básicas:

- Ariel,
- Calibã
- Próspero.

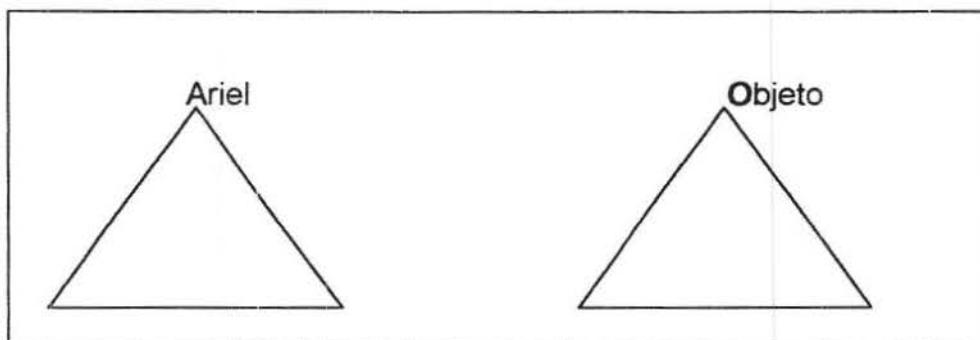
4 - Fazer exercício prático para abordar a questão do signo e da escrita espetacular.

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

3 – As personagens

Discutimos o epílogo e concluímos que Próspero pede ajuda à platéia, pede a ela que atue junto a Ariel para que este comande os elementos conforme o combinado e o leve de volta. É esse dirigir-se à platéia que nos importa.

Estimulei-os a pensarem em Próspero, Ariel e Calibã ao mesmo tempo, sendo lidos simultaneamente pelo espectador, numa relação tricotômica, conforme o desenho abaixo:



4 – Exercício Prático

Li a seguinte fala do texto:

“É o mais estranho labirinto que os homens já pisaram”¹⁴⁶

Partindo desse estímulo, pedi para que imaginassem uma ação, um movimento qualquer. A seguir, pedi para que, todos ao mesmo tempo, realizassem esse movimento. Depois, pedi para que mostrassem, logo após uma voz em Off dizer o texto acima ao mesmo tempo. O resultado foi bastante convincente do ponto de vista cênico.

Utilizei esse exercício para ilustrar minha proposta de escrita espetacular e estimulá-los a pensá-la como algo que também pode ser feito corporalmente. Ou seja, que não estou querendo me restringir apenas ao texto escrito quando falo em escrever o texto do espetáculo que vamos encenar.

Fazendo-o, eles puderam perceber como associar uma ação física/frase de movimento a uma determinada fala e/ou cena do texto e, pelas opiniões que eles emitiram, ficou claro a questão da emissão de signos que são interpretados pelo espectador. Segundo o que disseram, eles puderam compreender que ao se movimentar o ator-dançarino cria um signo (no caso corpóreo e visual) que pode ser complementado por outros signos (como a fala de um texto por exemplo) e dependendo de como estes signos são arranjados na cena, formam um sentido mais ou menos coerente para o espectador que os lê e interpreta.

A) Feedback Escrita Espetacular

“O texto é instável”

Paulinha

“A noção de realidade é instável(...) ora se está equilibrado, ora se está em desequilíbrio. É como na seqüência.”

Silvia

08/09/1999 (8º Encontro)

A) Preparação Individual (15 min)

- Incentivá-los a utilizar mais, durante a preparação, os elementos da seqüência que considerarem necessários.
- Pedir para deixarem claro quando começam.

¹⁴⁶ Nota do Autor: Dita por Alonso na Cena I Ato V de *A Tempestade*, de William Shakespeare.

- Pedir para que façam a transição para a instalação

Objetivos:

- Testar a apropriação que os atores-dançarinos estão fazendo
- Elaborar uma seqüência mais enxuta, condensada, que prepare para a montagem da cena.

- **Aplicação do Treinamento**

(Para a definição de uma seqüência condensada)

- Instalação *
(Elementos :Equilíbrio instável)
- Exercícios com o Ko-shi *
(Elementos: Foco, determinação)

Bêbado Light *

Elementos Plásticos *

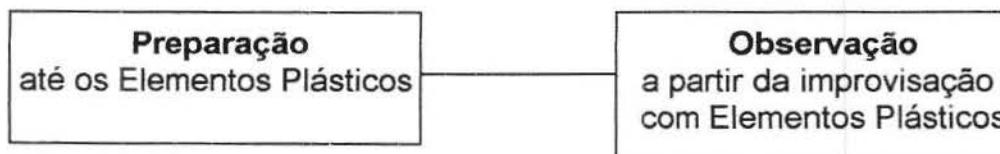
Pesquisa de Sons

- Improvisação com elementos plásticos
Introduzir novos conceito:

1. Controlado
 2. Livre
- Retomada

*** Preparação**

Paralelo com a Física Quântica:



- **Análise do Material/Feedback**

Até que ponto, durante a preparação, eles estão se apropriando dos elementos da seqüência e dos seus conceitos?

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

Pessoais:

Preparação Individual

Eles têm se queixado da falta de alguns exercícios que existiam na seqüência de treinamento básica – a qual, de uma maneira geral, eles mesmos definiram como sendo um bom exercício para o desenvolvimento da disciplina e do condicionamento psicofísico. C solução, já há alguns encontros tenho incentivado-os a realizarem aqueles exercícios dos quais sintam falta e que vão além e utilizem exercícios que compõem a seqüência atual.

Em conversa com o Orientador, consideramos que observar esse ponto utilizar exercícios que compõem a seqüência poderia ser um termômetro interessante do quanto eles estão se apropriando dos elementos do treinamento, tornando-se com isso capazes de, individualmente, selecionarem e realizarem aqueles exercícios que sejam mais úteis para essa ou aquela necessidade psicofísica que têm.

Do meu ponto de vista, creio que os elementos que mais se repetirem poderão ser um bom indicativo de quais elementos funcionam num trabalho avançado e devem ser mantidos e quais não funcionam e podem, em tese, ser descartados.

Neste sentido, cada um deles utilizou os seguintes exercícios:

Calima:

Amortecedores, Elementos Plásticos e Raiz

Paula:

Corrida (com salto e queda), Elementos Plásticos, Amortecedores, Raiz, Ganhar espaço com raiz.

Lysandra

Amortecedores, Leque, Salto com amortecedores, Ganhar espaço com raiz

Silvia:

Elementos plásticos, Amortecedores.

Diante destes elementos, creio que a preparação individual está ficando cada vez mais legal porque, de certa maneira, elas estão se apropriando do trabalho.

Aplicação do Treinamento

É preciso encontrar um estímulo que os leve a fazer a pesquisa de sons

Incluindo a preparação, o trabalho como um todo demorou 1h.

NOTA: Cortar a dança pessoal a partir de hoje. Ela é conseqüência da Improvisação com Elemento Plástico

Feedback

Sobre a Aplicação do Treinamento:

“Ficou muito solto. Não fiquei concentrada porque a seqüência estava meio aberta.”

Calima

“Tem que ser direcionada, ter uma coisa ligando a outra é melhor.”

Paula

“A individualidade é mantida mas na hora de trocar com o grupo tem uma coisa coesa mas não única.”

Silvia

Sobre o RIMA

"Todos têm elementos que se repetem"

Calima

"Tem uma dinâmica que é do grupo, fruto do processo"

Armando

"Os movimentos que se repetem são legais. Cada um tem o seu próprio"

Paula

13/09/1999 (9º Encontro)

A) Preparação Individual (15 min)

- Checar utilização dos elementos da seqüência.

• Aplicação do Treinamento (Som: Trainspotting) (Para a definição de uma seqüência condensada)

Explicar que estou pensando em desenvolver um conceito de Postura Ativa, a qual pretendo desenvolver com bases nos elementos retirados da prática e da leitura de livros sobre Tai Chi Chuan. Iniciar experimentações nesta direção visando o desenvolvimento de tal Postura.

- Como os testes anteriores não funcionaram, reaplicar a seqüência de 25/08 (considerada até agora, pelos atores-dançarinos, como a melhor de todas) só que realizá-la em 45 minutos, incluindo a retomada.
- Antes do início, trabalhar voz: aplicar seqüência de treinamento vocal
- Pré-expressividade (Equilíbrio/desequilíbrio, ko-shi)
Deixar a eles uma maneira de como chegar ao solo.
- Amortecedores
- 1. Realizar de pequenos a grandes saltos
- Exercícios com o Ko-shi
Elementos: Foco, determinação
Realizar: andares, sentares. Equilíbrios, leque, acrobacias

Bêbado Light

- Raiz
 - Ganhar espaço com a raiz

Elementos Plásticos

- Pesquisa de Sons
- Relação com Elementos Plásticos

Em grupo, com contato

- Improvisação com elementos plásticos

Introduzir novos conceitos:

1. Controlado

2. Livre

- Retomada

Som

Todo material constante do RIMA

- **Análise do Material/Feedback**

Como podemos utilizar a Postura Ativa e quais são seus benefícios para o treinamento?

Como aplicar os materiais na confecção da cena Espetacular?

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

Pessoais:

Preparação Individual

Hoje, pela primeira vez pedi para que fizessem a preparação sem a minha presença. O resultado foi que alguns, nas palavras da Lysandra, deram uma “roubada”, o que vejo com um indício do quanto eles ainda não se apropriaram do treinamento e de suas etapas.

Aplicação do Treinamento

A aplicação do conceito de Postura Ativa pode ser um bom elemento para incorporar e ampliar a idéia que estava presente na instalação, a qual, pelo que pude observar no trabalho com os GT's anteriores, tem um componente por demais estático e mecânico. A postura ativa, conforme proposta, tem um elemento mais dinâmico e tem uma relação com a energia.

A seqüência, no geral, fluiu. Interessante foi a opinião da Silvia que disse que em função da não realização da preparação individual – ela chegou atrasada e perdeu a primeira parte do trabalho – ela não se sentiu suficientemente “ligada” para fazê-la, o que, no meu entender, mostra a lacuna que a não realização da preparação deixa. No caso dela, acho que está havendo uma apropriação positiva do treinamento e ao mesmo tempo uma falha, pois o fato de não se preparar deveria poder, circunstancialmente, ser suprido pela realização da seqüência.

Feedback

Sobre Postura Ativa:

“A postura Ativa é um centrar a atenção em si mesmo, de maneira a fazer com que o corpo fique mais consciente”

Paula

“O tonus e o foco é o que mais aparece na postura ativa.”
Armando

Sobre o RIMA

“Todos têm elementos que se repetem”
Calima

“Tem uma dinâmica que é do grupo, fruto do processo”
Armando

“Os movimentos que se repetem são legais. Cada um tem o seu próprio”
Paula

15/09/1999 (10º Encontro)

A) Preparação Individual (15 min)

- Insistir para que utilizem elementos do treinamento
(propor que resgatem elementos como a Pantera, a chapa-quente, a corrida com parada repentina ...)
- Insistir para que trabalhem voz

A) Aplicação do Treinamento (Som: Apocalyptica play Metalica)
(Para a definição de uma seqüência condensada)

- Aplicar técnicas de treinamento vocal visando desenvolver uma seqüência de treinamento vocal.
Desafios:
Como inserir estes elementos na seqüência condensada que estamos buscando?
- Aplicar a mesma seqüência de 13/09.
Obs.: Substituir a Pré-expressividade pela Postura Ativa. Pedir para cada um fazer o que considera como sendo sua postura ativa.

Não conduzir o treinamento.
- Postura Ativa
Deixar a eles uma maneira de como chegar ao solo.

- Amortecedores
- 1. Realizar de pequenos a grandes saltos
- Exercícios com o Ko-shi

Elementos: Foco, determinação

Realizar: andares, sentares. Equilíbrios, leque, acrobacias

Bêbado Light

- Raiz
- Ganhar espaço com a raiz

Elementos Plásticos

- Pesquisa de Sons
 - Relação com Elementos Plásticos
- Em grupo, com contato

- Improvisação com elementos plásticos
- Introduzir novos conceito:

1. Controlado
2. Livre

- Retomada

Som

Todo material constante do RIMA

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

Pessoais:

Preparação Individual

O uso da voz continua sendo tímido e sem metodologia alguma, principalmente no caso daquelas que possuem formação básica em dança. Nesse sentido, a Lysandra é a mais tímida ao passo que a Paula ainda tem um trabalho incipiente, mas que tem apresentado um crescimento contínuo. Já a Calima ousa mais.

Creio que seja fundamental mostrar a elas a importância da apropriação dos elementos que compõem a seqüência. Expliquei a importância dessa apropriação, dizendo que dessa maneira elas podem adiantar-se psicofisicamente para a realização do treinamento o que, acredito, pode facilitar o trabalho quando entramos na fase de montagem da personagem e da cena.

Treinamento Vocal em Separado

Houve uma inserção razoável dos elementos da pesquisa vocal na seqüência. Segundo a Calima, depois de realizar o treinamento em separado, ficou mais consciente trabalhar a voz.

Aplicação do Treinamento

A sensação que tenho de fora é que ao não conduzir o treinamento, o trabalho ralentou, perdeu em objetividade, principalmente as transições ficaram fracas.

Será isso pela falta de condução ou pelo som do Metallica. É difícil trabalhar com rock'n'roll (!?)

20/09/1999 (11º Encontro)

A) Preparação Individual (± 15 min.)

- Insistir no trabalho vocal, no uso de elementos da sequência

A) Aplicação do Treinamento (± 1h30min.)

Apresentar a idéia de que o treinamento se divide em 3 partes (**Preparação, Instalação e Expansão/Conexão**). Uma quarta parte poderia ser adicionada: **Recolhimento ou Acondicionamento**. Explicar essa divisão como sendo a sensação que venho tendo de que com o desenvolvimento delas, com a superação dos elementos físicos do treinamento, o trabalho cada vez mais vai se relacionando com o direcionamento da energia gerada. Isso tem me feito procurar mais explicações no Tai Chi e a cada dia tenho encontrado mais semelhanças.

• INSTALAÇÃO (10-15 min)

Propor para cada um que encontre a sua Postura Ativa, para o trabalho de hoje.

Apresentar Elementos que compõem a Postura Ativa

- Centro Físico Rebaixado (Centro Físico = Ko-shi (Teatro Nô e Kabuki), Campo do cinábrio inferior (Yoga) , Tan Tien (Tai Chi Chuan)
 - Nádegas relaxadas
 - Pés apontando para a mesma direção que os joelhos (Opção: 2ª posição)
 - Joelhos levemente flexionados
 - Braços contraídos mas relaxados
 - Olhar na linha do Horizonte
 - Foco Interior
 - Equilíbrio Instável
 - Coluna vertebral alinhada, movendo-se junto com o quadril, formando uma linha imaginária de três pontos com os pés)
- #### • EXPANSÃO E CONEXÃO (1h :30min)
- Objetivo:
Expandir energética e fisicamente corpo e mente através de exercícios físicos e psicofísicos e conectar a Energia/Sensação de Prontidão geradas à criatividade, à criação aleatória de frases de movimentos/ações físicas a serem codificadas.

1. Equilíbrio/Desequilíbrio

Partindo da Postura Ativa, trabalhar equilíbrio/desequilíbrio. Inicialmente, manter um pé sempre fixo, realizando um movimento contido, sem se deslocar pela sala. Após um tempo de investigação mais ou menos longo, conforme a necessidade de cada um, passar a trabalhar com o quadril solto. Deixar o movimento fluir, deslocar-se pelo espaço e encontrar uma maneira de chegar ao solo.

2. Amortecedores

- de pequenos a grandes saltos

3. Centro

- Andar e Sentar
- Equilíbrio
- Acrobacias
- Exercício Marciais

4 - Bêbado "Light"

5 - Enraizamento

- Ganhar espaço com a Raiz

6. Elementos Plásticos

- Pesquisa de som com Elementos Plásticos
- Relação com Elementos Plásticos
(Em grupo, com contato físico)

7. Improvisação com elementos Plásticos

- Controlado
- Livre

8. Retomada

- Som
- Todo o material constante do RIMA

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

Pessoais:

B)Aplicação do Treinamento

A idéia de propor para que cada um encontrasse a sua postura ativa – a qual vimos tentando nos últimos encontros – resultou positiva. Agora, o que é preciso fazer é orientá-los para que apliquem a utilização da postura que encontraram, aproveitando-a em outros momentos do treinamento.

O fato mais positivo é que - por organizarem o corpo levando em consideração, na postura ativa, os principais elementos do treinamento – a instalação ganha em diversidade e o trabalho com a seqüência propriamente dita, cresce em qualidade. O que percebo é que a instalação, com a utilização da Postura Ativa, parece abrir um canal de ligação direto com a concentração e o

compromisso/seriedade para com a canalização da energia, da força interior no trabalho.

Sobre Energia:

Este tem sido o elemento que tem se tornado mais freqüente nos últimos encontros. Parece que quando o trabalho de condicionamento físico passa a ser uma etapa resolvida, a canalização do treinamento do ponto de vista da energia é que acaba se tornando a tônica.

Sobre o RIMA:

Interessante notar que hoje, pela primeira vez, Silvia e Calima, espontaneamente, falaram sobre o RIMA, demonstrando com isso, um primeiro sinal de que estão se apropriando desse conceito.

22/09/1999 (12º Encontro)

A) Preparação Individual (15 min)

- Proposta: entender a preparação como um redirecionamento de Energia, de Objetivos; um filtro, um funil que leva à instalação.

- **Aplicação do Treinamento (Som: Trainspotting)**

- Instalação

Trabalhar a Postura Ativa.

Pedir para que cada um encontre a sua e que a utilizem ao longo do trabalho de hoje

- **Expansão e Conexão**

Passar a seqüência conforme proposta no último encontro.

Retomar todas as ações/frases e sons constantes do RIMA.

- **Análise do material/Feedback**

Sobre a seqüência de treinamento:

Comentar amplamente a seqüência. Anotar os problemas. Falta algo? O que é positivo? O que não compreendem? O que funciona? O que não funciona

- Questões: O que seria o Recolhimento?
- Qual outro nome ou característica poderia ter o Bêbado Light?
 - Qual outro nome poderia ter o Equilíbrio/Desequilíbrio?

Preparar-se = Recolhimento

Conectar-se = Expansão

A partir de hoje, juntar tudo, o treinamento passará a ser entendido como um todo que compreende:

- Preparação
- Instalação
- Expansão e Conexão
- Recolhimento

(pedir para adotarem a postura ativa ao final da Improvisação com Elementos Plásticos livre e canalizarem a energia gerada pelo trabalho para o Centro)

Hoje praticamente não intervi no treinamento para ver até onde eles chegavam sozinhos. O resultado foi que ainda precisei intervir mas percebo que isso está se tornando cada vez menos necessário. Mesmo assim, sem minha intervenção, eles não teriam realizado a Improvisação com Elementos Plásticos.

Pedi para adotarem a postura ativa entre a Retomada de um elemento do RIMA e outro.

Observando-os Retomando as Ações/Frases do RIMA:

O grau de concentração é impressionante. Ficam compenetrados, com o foco interior muito presente. O tonus e a presença são muito fortes. Percebe-se claramente a extra-cotidianidade, o equilíbrio muda, os rostos se alteram

Feedback

Sobre a Retomada:

“Se tento retomar pela forma eu não acho. Eu vou fazendo. O corpo diz: é isso, é assim”

Armando

Q. - Era o corpo ou a mente que lembravam:

“Às vezes o corpo mesmo dá uma indicação”

Paula

“Tem dois níveis: movimento e energia. A energia é o que é mais difícil prá mim”

Silvia

“É na energia que o corpo dá a dica. Uma sensação de ‘déjà vu’”

Armando

27/09/1999

(13º Encontro)

A) Aplicação do Treinamento (± 1h30min.)

Pedir a eles para terem em mente durante o trabalho, que do ponto de vista da **Energia Vital** (Aquele formada pela energia constante dos alimentos e do ar que respiramos) o treinamento está compreendido em níveis de:

- PREPARAÇÃO
- INSTALAÇÃO
- EXPANSÃO E CONEXÃO
- RECOLHIMENTO

Pedir para que repassem todos os componentes do RIMA

Pedir para que ao término, finalizar o treinamento adotando a postura ativa, recolhendo a energia e dirigindo-a para o centro.

Aplicar a nova SEQÜÊNCIA DE TREINAMENTO AVANÇADA¹⁴⁷:

- PREPARAÇÃO
- INSTALAÇÃO
 - Postura Ativa
 - Elementos:
 - Centro Físico Rebaixado (Centro Físico = Ko-shi (Teatro Nô e Kabuki) , Campo do cinábrio inferior (Yoga) , Tan Tien (Tai Chi Chuan)
 - Nádegas relaxadas
 - Pés apontando para a mesma direção que os joelhos (Opção: 2ª posição)
 - Joelhos levemente flexionados
 - Braços contraídos mas relaxados
 - Olhar na linha do Horizonte
 - Foco Interior
 - Equilíbrio Instável
 - Coluna vertebral alinhada, movendo-se junto com o quadril, formando uma linha imaginária de três pontos com os pés)
- EXPANSÃO E CONEXÃO

¹⁴⁷ Nota do Autor: Esta seqüência foi desenvolvida entre 09/08 e 27/09/99 com a colaboração dos integrantes do G-5 (GT-Ariel) formado por Armando Neto, Calima Torino Jabur, Lysandra Domingues, Paula Coelho e Silvia Baliello.

- Equilíbrio/Desequilíbrio
Partindo da Postura Ativa, trabalhar equilíbrio/desequilíbrio. Inicialmente, manter um pé sempre fixo, realizando um movimento contido, sem se deslocar pela sala. Após um tempo de investigação mais ou menos longo, conforme a necessidade de cada um, passar a trabalhar com o quadril solto. Deixar o movimento fluir, deslocar-se pelo espaço e encontrar uma maneira de chegar ao solo.
- Amortecedores
 - Realizar de pequenos a grandes saltos
- Centro
 - Andar e Sentar
 - Equilíbrio
 - Acrobacias
 - Exercício Marciais
- Bêbado "Light"
- Enraizamento
 - C) Ganhar espaço com a Raiz
- Elementos Plásticos
- Pesquisa de som com Elementos Plásticos
Relação com Elementos Plásticos
(Em grupo, com contato físico)
- Improvisação com Elementos Plásticos
 - Controlada
 - Livre
- Retomada

B) Análise/Feedback

O que eles compreendem disso tudo? Faz sentido na prática? Anotar as opiniões.

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

Observando o Energizar¹⁴⁸

¹⁴⁸ Escrito enquanto os atores-dançarinos realizavam o treinamento.

A transformação da Energia Vital em Energia Criativa para a realização do trabalho do ator-dançarino começa assim mesmo, realizando trabalho. Cada um tem uma maneira de preparar o seu corpo para realizar esse trabalho. O começo é lento, parece forçado pois começa com uma decisão mental consciente e racional como resposta à pergunta: O que o meu corpo está precisando? E à necessidade de romper a preguiça inicial. É um voltar-se para si.

Silêncio e compenetração. Aleatoriamente, uns se alongam, outros fazem abdominais, andam, correm. Movimentam ombros, cintura, coluna vertebral. Aos poucos, vão "zerando", centrando-se. É visível um redirecionamento rumo ao centro e a sala começa a ser preenchida. Aos poucos, vou observando a ampliação da presença de cada um e do grupo como um todo.

O espaço vai sendo preenchido. Isso é visível. Espaço e pessoas se interpenetram.

Ao final, depois que transformaram a energia, percebe-se neles um vazio. Conforme a Silvia o definiu: "O melhor vazio do universo".

A) Aplicação do Treinamento

- Equilíbrio/Desequilíbrio:

O que acontece com a coluna?

A) Bêbado:

Movimentar a coluna em S. Pensar num peixe nadando.

Há uma tendência a fazer os exercícios em pé. É preciso trabalhar isso, fazer com que eles diversifiquem.

B) Feedback

"Quando fala de energia antes parece que expande. Fica-se mais consciente e o corpo acorda de uma vez"

Paula

"O que mudou para mim foi que sem intervalo entre a preparação e a instalação, eu levei a sério. Antes eu ficava dispersa"

Lysandra

"A preocupação com a energia cresceu, fez o trabalho 'dar um gás'"

Paula

"A preparação começa desde o momento em que se entra na sala"

Silvia

"Senti meu corpo trabalhando de uma outra forma. Algumas coisas que eu fiz foram bem diferente do que eu costumo fazer fora daqui"

Lysandra

Q.: Vocês se sentem prontas para fazer um trabalho criativo após fazer essa seqüência?

“Parcialmente. Eu me traio muito. Prá mim é incomodo. Eu só realizo o que me convence, o que é mais fácil”

Lysandra

“Eu acho que sim”

Paula e Silvia

“Sim. Tem que ter alguém puxando. Quando é feita com a dimensão da energia o trabalho cresce.”

Silvia

O CENTRO É O OLHO DO FURACÃO

Pergunta à Silvia em relação a 11/08 quando disse que não sabia o porque de a seqüência ter essa ordem e não uma outra:

“Comecei a entender porque uma coisa vem atrás da outra. Essa seqüência, como estamos fazendo hoje, funciona, ela ajuda a criar os movimentos. O fato de ter participado da elaboração foi fundamental para entender.”

Silvia

Minha Conclusão:

Creio que o mais importante é Reconstruir a seqüência com a cara do grupo com que se está trabalhando naquele momento. Propôr a seqüência como sendo uma série de elementos que se pode combinar de acordo com as necessidades do grupo.

“A transição deve ser feita da onde a gente está”

Colhida ao longo de um papo entre os atores-dançarinos. Não sei quem falou.

29/09/1999

(14º Encontro)

I - Atividade Programada:

Busca e Retomada: Um treinamento para o ator-dançarino construir a personagem.	
1ª Sessão de fotos e filmagem com o G-5 (GT-Ariel) 29/09/1999	
Imagens	Mercúrio
Atriz/ator(es)-dançarinas(os)	Armando Neto Calima Torino Jabur Paula Coelho, Lysandra Domingues Silvia Baliello
Produção Executiva:	
Coordenação	Armando Neto
Assistentes	Paula Coelho Ana Cristina Medina Michele Navarro
Pesquisador	Adilson Siqueira
Orientador	Prof. Dr. Eusébio Lobo
Agradecimentos	DAC & DACO – IA – Unicamp

Texto de Introdução:

A seqüência de treinamento que mostraremos a seguir, é fruto de 14 encontros que realizamos com o G-5, entre os dias 09 de agosto e 27 de setembro de 1999.

Conhecido também como GT-Ariel, o G-5 é integrado pelo ator-dançarino Armando Neto e pelas atrizes-dançarinas Paula Coelho, Silvia Baliello, Lysandra Domingues e Calima Torino Jabur.

O GT- Ariel foi formado com os seguintes objetivos:

- A) Aplicar o material teórico-prático desenvolvido no interjogo com os Grupos de trabalho 1, 2, 3 e 4 ao longo de todo o ano de 1998 e do primeiro semestre de 1999,

- B) Aprimoramento da seqüência de treinamento tendo por base as sugestões realizadas pela Banca de Qualificação e pelo Orientador e;
- C) Encenação de um exercício cênico baseado na peça A Tempestade, de Willian Shakespeare, projeto esse que continua em andamento e que será resultante do material que apresentaremos a seguir.

A seguir, procederemos com Aplicação da **SEQÜÊNCIA DE TREINAMENTO AVANÇADA**

Procedimentos:

- Realizar o treinamento todo.
 - Fazer fotos aleatoriamente
 - Filmar com a câmara parada
- Durante sua realização, dizer o nome de cada Parte que está sendo realizada.
Ex. Agora vamos começar a dar inicio aos **Exercícios com o Centro**.
- Durante a realização de cada Parte, dizer:
 - as características e,
 - os elementos que devem ser trabalhados.

A SEQÜÊNCIA:

- PREPARAÇÃO
- INSTALAÇÃO
- Postura Ativa
- EXPANSÃO E CONEXÃO
- Equilíbrio/Desequilíbrio
- Amortecedores
- Realizar de pequenos a grandes saltos
- Exercícios para o Centro
 - Andar e Sentar
 - Equilíbrio
 - Acrobacias
 - Exercício Marciais
- Bêbado "Light"
- Enraizamento
 - Ganhar espaço com a Raiz
- Elementos Plásticos
- Pesquisa de som com Elementos Plásticos
 - Relação com Elementos Plásticos
 - (Em grupo, com contato físico)
- Improvisação com Elementos Plásticos
 - Controlada

- Livre
- Retomada
 - Som
 - Todo o material constante do RIMA
- RECOLHIMENTO

A seguir, procedermos com a apresentação do RIMA

• **Apresentação Individual:**

Procedimentos:

- Filmar (todas) e fotografar (algumas) das ações físicas e sonoras e as frases de movimentos codificadas por cada integrante.
- Antes de mostrar cada elemento do RIMA, colocar um cartaz com o nome da ação/frase e de quem está fazendo.

B) Apresentação Coletiva:

Procedimentos:

- Filmar como se fosse um espetáculo. Marcar entradas e saídas como fizemos algum tempo atrás.
- Utilizar fita com as Músicas Básicas

18/10/1999 (15º Encontro)

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

Pessoais:

Nome ou nova função para o bêbado Light;

Como todos são unânimes em considerar que Bêbado Light é um nome que traduz bem a idéia do exercício, creio que o melhor é proceder algumas alterações no mesmo sem, no entanto, perder algumas de suas características fundamentais: manter o centro presente, os quadris fixos, movimentar a parte superior e inferior separadamente, utilizando deslocamentos da cabeça. Inserir novos elementos: movimento curvilíneo da coluna vertebral (conforme proposto no Swimmig Dragon), algo que já venho tentando fazer nos últimos encontros.

Feedback

Sobre Bêbado Light:

"Colocar o S foi simples. Consegui encaixar o S com harmonia, não foi conflituoso"

Armando

Sobre a Seqüência:

"Falta a relação entre os atores-dançarinos. É preciso ter ações em duplas, trios... Acho que deve ter uma preparação antes, uma preocupação em perceber o outro"

Armando

"RIMA; repertório Individual de Movimentos e Ações Agregadas"

Sugerido pela Paula

20/10/1999 (16º Encontro)

Aplicação do Treinamento (Som: Congresso)

Como no último encontro (17/10) todos disseram que sentem falta de se relacionar, testar um exercício que permita esse relacionamento e essa integração.

B) Análise do material/Feedback

Qual o melhor momento para inserir o relacionamento?

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

Pessoais:

• **Aplicação do treinamento**

Após quase duas semanas de interrupção, demos início à terceira fase do trabalho que tem por objetivo a construção da personagem e a elaboração da cena.

As fases do trabalho são:

1ª Fase; Compreensão e Apropriação do Treinamento

2ª Fase: Constituição do RIMA

3ª Fase Construção da personagem e elaboração da cena

Sobre a relação:

Primeiro mudei o trabalho do bêbado, adaptando a ele elementos do Swimming Dragon. Dele, avancei para uma espécie de "contact improvisation" com toques leves. Depois voltei a explorar o trabalho de relacionamento com sons.

No geral, todos gostaram das alterações realizadas no bêbado, que foi a seguinte:

Na saída dos exercícios com o centro, inicialmente, juntar as palmas das mãos e mantendo a atenção no centro baixo (Lower Tan-t'ien) movimentar a coluna vertebral em "S", deixando o quadril se movimentar junto com o movimento, conforme este vai sendo ampliado. Utilizar inicialmente as mãos para guiar o movimento, fazendo com que a cabeça as acompanhe. Descrever 3 círculos: um no alto da cabeça um na altura do tórax e o outro na altura da pélvis. Movimentar-se em todos os níveis e direções..

Depois, tendo em vista que queriam se relacionar, pedi para que ampliassem o movimento, permitindo que os braços comesçassem a tocar o companheiro sem o conduzir. Este, ao ter seu movimento interceptado pelo braço do outro, deixasse levar com leveza e suavidade, deixando-se influenciar pelo movimento do companheiro.

• **Feedback:**

"Alguns eu consigo chegar (retomar com a mesma energia) Outros não. O movimento tá correto a energia não."

Silvia

"Eu tenho um desenho do movimento na cabeça. Da forma, de como eu o fiz. Com a repetição, forma e energia"

Paula

"Começo pela forma e vou buscando a energia. É como se fosse tentativa e erro. Vou trabalhando... a hora que chega: é essa!"

Armando

Q. -- Onde é que estava a Energia quando lembrou"

"Vem do centro"

Paula

"É uma expansão que vem do centro"

Armando

"Às vezes vem seu eu perceber, meio inconscientemente, vem meio da circulação. Associo com pré-expressividade"

Paula

“ Quando percebo que não consigo retomar a ação eu tento pelo centro”
Silvia

Sobre a Postura Ativa:

“Usar a postura ativa no meio da retomada foi legal, deu um norte. É legal ter algo para fazer.”

Silvia

25/10/1999 (17º Encontro)

Aplicação do Treinamento (Som: Congreso)

- Improvisação com Elementos Plásticos mudar para Improvisação de Busca e Retomada

Justificativa:

- Analisando o material constante do capítulo Retroperspectiva, do texto elaborado para o exame de qualificação, observei que nela se encontra desde há muito tempo o princípio básico da Improvisação com Elementos Plásticos. Numa das seqüências de treinamento elaborada por ocasião do espetáculo "Um Lance de Dados", de Wagner Salazar, essa parte do trabalho consta como sendo Improvisação de Busca e Retomada. Por sinal, me lembrei que é ela que dá nome ao treinamento. Sendo assim, a partir de hoje, a Improvisação com Elementos Plásticos passa a se chamar Improvisação de Busca e Retomada uma vez que é nesse ponto do treinamento que todos os elementos trabalhados até então convergem. Sendo assim, é sensato que ela resuma o conceito do treinamento em si.

B) Análise do material/Feedback

- Como foi retomar o treinamento após mais de 2 semanas de interrupção?
- exercício “Curvas de S” flui? Faz Sentido? Qual é a relação com o Bêbado Light?
- Os momentos de relação propostos atingem as expectativas? Cumprem com sua função?

C) Espetáculo/Construção da personagem-cena

- Conferir as ações/frases de cada personagem anotadas por eles
- Ver o RIMA de cada um separado por personagem
- Qual foi o critério de separação?
- Ver só as ações básicas constantes do RIMA de cada um

•

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

Pessoais:

Sobre a leitura dos "Procedimentos para a Construção da personagem e da cena"

O texto está confuso e redundante

DANÇA DA PERSONAGEM: A CONSTRUÇÃO FÍSICA DO PAPEL (primeira abordagem)

Característica principal:

Refere-se às ações físicas/Frases de movimentos que são a principal característica da personagem. É definida a partir da seleção das ações físicas a partir da seleção de ações físicas/Frases do RIMA que serão a estrutura básica da personagem. Para defini-las, parte-se das ações físicas/Frases presentes no texto e procura-se um equivalente a ela no RIMA do ator-dançarino. Para tanto, primeiro define-se as ações básicas. Depois adiciona-se as Ações Características.

Procedimentos:

Anotar as ações físicas/Frases da personagem

Analisá-las e definir quais as que podem ser consideradas como sendo suas ações características principais (ou quais são aquelas que se lhe quer atribuir como principais em função dos objetivos da encenação) considerando quais se repetem mais, quais o definem melhor, como ele refaz as ações básicas, etc.

Termos a utilizar:

Estrutura Básica da Personagem

Ações/Frases Básicas

Ações/Frases Características

Principais

Secundárias

Feedback:

Aplicação do Treinamento:

Por sugestão do Armando, o exercício "Curvas de S" passará a se chamar "Deslocamentos em S"

Q.: Qual foi o critério de separação das ações/frases do RIMA por personagem?

"O clima, o tônus"

Todos

"A imagem que a ação me traz é que remete a esse ou àquele personagem "

Armando, Silvia e Paula

“A imagem remete ao personagem dependendo do tónus e do contexto”
Silvia

“O que reforça a imagem é o tonus, o ritmo e não necessariamente a forma.
Pensando só na forma eu posso encaixar em qualquer personagem”
Armando

“A imagem é o primeiro elemento”
Todos

27/10/1999 (18º Encontro)

A) Aplicação do Treinamento (Som: Congreso)

Preparação

Instalação

Conexão/Expansão

Recolhimento

B) Espetáculo/Construção da personagem-cena

Apresentar o RIMA com todos ao mesmo tempo.

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

Pessoais:

Creio que eles se intimidaram com a presença de estranhos e, com isso, não conseguiram manter a concentração no desenvolvimento da seqüência de treinamento. De qualquer maneira, a experiência de hoje foi muito positiva para perceber o nível de apropriação que eles já têm do treinamento. Creio que é bom, desde que eu esteja presente. Sem minha presença (não enquanto alguém imprescindível, mas como um ponto de referência externo) creio que eles não conseguem realizá-lo. Na verdade, não é que não conseguem realizar. Eles conseguem. O que ficou patente hoje foi que ao invés de se concentrarem no treinamento, no companheiro e na fluência do grupo eles, de certo modo, têm a referência de que eu que estou fora, interferirei no processo, conduzindo o trabalho e corrigindo eventuais erros. Como hoje havia mais pessoas na sala, eles se deixaram conduzir por essas pessoas também. Uma das justificativas que encontro para esse comportamento eu credito a que eles, talvez, tenham muito arraigado aquele comportamento tipicamente estudantil de só realizar algo obrigado, por assim dizer, pelo professor.

Entretanto, a maior justificativa creio que está em mim, que falho ao conduzir excessivamente o trabalho. Isso não é bom para o treinamento porque tira o ator-dançarino de sua, por assim dizer “viagem interior” rumo à sua autoconfiança e auto-segurança. O coordenador dos trabalhos, após esse ter

sido apropriado em sua estrutura central, precisa deixar os participantes o mais livres possível, intervindo somente quando as coisas descambam para um modo irregular de realização do exercício, que pode vir a ser prejudicial para a pessoa que realiza e para o conjunto.

28/10/1999 e 03/11/1999 (19° e 20° Encontro)

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

Pessoais:

Aparentemente, os procedimentos para a Dança da Personagem estão funcionando. Creio que poderão realmente substituir com mais propriedade o que constava da Qualificação. Percebo que o fato de ter dado a eles o esboço de procedimento ajudou em muito, pois eles não ficam tão inseguros. De minha parte, possuir uma metodologia fica muito mais fácil para desenvolver o meu trabalho enquanto diretor. Entretanto, as vezes me sinto um tanto quanto ridículo cercado de tantos papéis cheios de tabelas e anotações. É engraçada essa idéia de dirigir tendo que ter uma escrivaninha/mesa de trabalho que fique cheia de papéis.

Papéis que estou utilizando até o momento

- Texto da peça dividido cena a cena
- Relação das ações físicas e frases de movimentos do texto relacionadas cena a cena
- Relação das Ações físicas de cada personagem divididas em ações básica, características secundárias e principais
- RIMA de cada um dos atores-dançarinos

É de enlouquecer, mas como metodologia tem funcionado.

08/11/1999 (21° Encontro)

A) Aplicação do Treinamento

- Instalação,
- Preparação,
- Conexão/expansão,
- Rima-Dança da personagem
- Recolhimento.

B) Espetáculo/Construção da personagem-cena

Discorrer a respeito:

1. Superobjetivo da personagem, da cena e da peça
2. Objetivo da personagem na cena e na peça.

Utilizar os elementos constitutivos da cena:

- Memória
- Tempo
- Dinâmica
- Fluência
- Célula

3. Vontade/contra-vontade

Realizar a Dança da Personagem, ou seja, pedir para que cada um realize novamente o RIMA a partir das ações/frases que organizaram conforme os personagens.

II - Anotações/Reflexões/ Comentários

Pessoais:

É interessante registrar o quanto nenhum deles jamais imaginou a possibilidade de considerar o trabalho de construção da personagem enquanto Superobjetivos, Objetivo, vontade e contra-vontade. Parecia que estava falando grego.

Isso acabou sendo positivo pois tive que explicar meio que detalhadamente o que essas coisas significavam. Utilizei os seguintes exemplos, que pude aprender melhor os conceitos a partir do apoio didático que presto ao Prof. Marcio Aurélio:

“Ex.

Vontade: Eu gosto de dar aula

Contra-vontade: Eu não gosto de dar aula em sala abafada.

Quando começo a dar aula a minha vontade já está posta. Meu objetivo passa a ser como dar aula em sala abafada e instaurar um clima de trabalho que supere o fato de que a sala está abafada.

A vontade está para o objetivo. A contra-vontade está para a mudança do seu objetivo.

A vontade e a contra-vontade dentro do objetivo da cena determinam a ação física.

O objetivo da cena determina a unidade de ação.

Vontade da personagem: é onde ela age sob o princípio de sua vontade.

Contra-vontade da personagem: é onde ela age contra a sua vontade”

Quadro de resumo

	PEÇA	PERSONAGEM
SUPEROBJETIVO	Da peça	Na peça
	Da Cena	Na Cena
OBJETIVO	Da Peça	Na Cena
	Da Cena	

03/11/1999 (22º Encontro)

Hoje tive uma reunião com Eusébio – da qual estava presente o David José – que foi muito produtiva. Enquanto assistíamos ao vídeo do treinamento, conversamos longamente a respeito do mesmo. Uma coisa ficou clara: o trabalho, do ponto de vista da constituição de elementos para o RIMA, a serem utilizados na construção da personagem é muito bom: o material apresentado pelos atores-dançarinos é de qualidade indiscutível. Um ponto precisa ser considerado com cuidado e sem dúvida deve conter uma advertência ou, então, um estudo mais aprofundado do ponto de vista fisiológico: pedir para os atores-dançarinos realizarem repetidas vezes um mesmo movimento pode ser prejudicial para o corpo e gerar **lesões por esforço repetitivo** por exemplo, nos joelhos. Como sanar isso?

Outro ponto fundamental foi que expliquei que a partir desse momento não estou conseguindo o devido distanciamento para criar e ao mesmo tempo ser um pesquisador distanciado, capaz, por exemplo de conseguir manter esse diário atualizado ao que o Eusébio e mesmo o David me disseram que devo esquecer esses procedimentos e me dedicar a criar uma obra artística a partir do interjogo entre eu, enquanto criador os atores-dançarinos também como criadores.

Para mim isso é um grande alívio porque estava começando a entrar em crise com tais procedimentos

I - Atividade Programada

- Construção da personagem-cena

- Explicar a eles que a partir de hoje sai o pesquisador e entra em cena o diretor

Encontros para a montagem do Exercício Cênico

Data	Encontro	Atividade
17/11/99	23º	Construção da personagem/Elaboração das cenas Finalizei o esboço geral. Fim das minhas intervenções no trabalho de construção da Dança da personagem. Agora é com eles. Me dedicarei apenas à organização do espetáculo enquanto movimentação, ritmo, fluência, etc.
19/11/99	24º	aprimoramento da cenas
22/11/99	25º	Elaboração e limpeza das cenas
23/11/99	26º	Elaboração e limpeza das cenas
24/11/99	27º	Elaboração e limpeza das cenas. Fim do esboço geral
25/11/99	28º	Elaboração e limpeza das cenas
26/11/99	29º	Elaboração e limpeza das cenas
29/11/99	30º	Montagem de luz, som e cenário
30/11/99	31º	Gravação

Outros encontros

Data	Atividade
01/10/99	Escrever esboço do texto
04/10/99	Assistir vídeo do Treinamento Conversar sobre o texto
06/10/99	Ver vídeo Travesia como idéia para o Espetáculo
13/10/99	Finalizar Texto

ANEXO VIII - TEXTO ESPETACULAR¹⁴⁹

DEPOIS DA TEMPESTADE¹⁵⁰

Texto Espetacular em 3 movimentos

Por Adilson Siqueira

Personagens:

ARIEL 1,2, 3

PRÓSPERO

CALIBÃ

1º Movimento

1 ^A	Na Escuridão, ouvem-se diversas vozes, sons e ruídos (de cidade grande?).
1B	Quando as luzes acendem, vemos uma espécie de beco com casas, dessas de papelão, que os sem-teto usam para viver e diversos computadores velhos espalhados/empilhados pelo chão. No proscênio, está um grande livro aberto.
2	Lentamente, de dentro de uma das “casas”, surge uma figura. É Calibã que mais parece um arremedo de Próspero. Anda de um lado para outro e faz alguns movimentos aleatórios. Parece desolado. Encontra o livro e começa a folheá-lo. Percebe-se que tenta ler com atenção.
3A	Entram os Ariéis. Riem muito, gargalham e brincam um com o outro. Os movimentos reproduzem brincadeiras.
3B	Aos poucos a brincadeira vai ficando séria. Começa-se a ouvir uma música que lembra o som de uma tempestade. Os Ariéis passam a realizar uma coreografia que ilustra essa tempestade.
4 ^A	De repente um deles assume um ar soberano e anda, descrevendo uma linha sinuosa, comendo deliciosamente uma maçã. É Próspero.
4B	Ao encontrar/ver Calibã fazendo seu arremedo de Próspero dá-lhe um bronca ou bate-lhe e este sai correndo, largando o livro. Os outros Ariéis saem perseguindo-o.

¹⁴⁹ Nota do Autor: Este anexo trás também o texto espetacular já dividido por cenas.

¹⁵⁰ Nota do Autor Título Provisório. Texto espetacular desenvolvido a partir de sugestões feitas pelo G-5 e que tem por base os textos propostos por Armando Neto, Paula Coelho e Silvia Baliello.

4C	<p>Enquanto os outros saem ele apanha o livro. Volta a andar e em alguns momentos, para e observa. Percebe-se agora que é Próspero. Após um tempo chama.</p> <p>PRÓSPERO: Ariel! Vem, meu Ariel! Aqui!</p>
5	<p>Os três Ariéis entram e vão em direção a ele.</p> <p>ARIEL 1: Grande mestre, salve!</p> <p>ARIEL 2 : Salve, grave senhor!</p> <p>PRÓSPERO: Executaste, direito a tempestade, conforme te ordenei?</p> <p>OS TRÊS: Ponto por ponto.</p>
6	<p>Neste momento, um reflexo de água banha todo o palco e revela corpos contorcendo-se exaustivamente, deslocando-se em desespero no espaço delimitado pela luz. São figuras bizarras balbuciando palavras aparentemente desconexas. Só com o tempo, a mistura das vozes revela algum sentido.</p> <p>AS FIGURAS: Tudo acabado. Socorro. Vamos morrer. Misericórdia. Adeus à todos. Piedade. Vamos rezar. Tudo perdido. Tudo acabado</p> <p>Aos poucos diminuem o volume, mantendo apenas um tenso sussurro.</p>

7	<p>Calibã sofre. Seus grunhidos revelam dor.</p> <p>CALIBÃ: Seus gritos ferem meu coração.</p> <p>PRÓSPERO: Mas, Ariel, estão todos salvos mesmos?</p> <p>ARIEL 1: Nem um único fio de cabelo se perdeu, mestre!</p> <p>CALIBÃ: Mentes</p> <p>As figuras saem.</p>
8A	<p>Calibã permanece.</p> <p>CALIBÃ: Esta ilha é minha, herdei-a de minha mãe e tu me roubastes.</p> <p>PRÓSPERO: Cala-te criatura vil!. Espírito!!!</p>
8B	<p>Ariel desloca-se para outro canto e orchestra prazerosamente um ataque invisível a Calibã, que reage movimentando-se numa cadência bastante lenta, sugerindo fortes dores.</p> <p>CALIBÃ: Toupeira cega. Idiota. Mago infame.</p> <p>ARIEL 1: (Falseando) O inferno está vazio, e os demônios estão todos aqui! (Ri.)</p> <p>CALIBÃ: Demônio. Demônio. Demônio</p> <p>PRÓSPERO: É um demônio. Um demônio de nascença, em cuja natureza jamais pode atuar a educação. Foram perdidos todos os meus esforços, tudo quanto hei feito a ele por amor à humanidade.</p>

8C	Calibã, permanece num canto, com ar de desentendido, como um bicho acuado
9A	<p>ARIEL 2: Mestre, permita-me agora que te lembre uma promessa que ainda não cumpriste e que muito desejo.</p> <p>PRÓSPERO: A liberdade.</p> <p>ARIEL 2: A liberdade</p> <p>PRÓSPERO: Dentro de pouco vou libertar-te. Então, terás ar a vontade.</p>
9B	<p>Ariel 3 se destaca do grupo e faz, ao redor de Próspero, evoluções que sugerem alegria espalhafatosa .</p> <p>PRÓSPERO: Ó belo espirito, serás tão livre como o vento mas faz tudo exatamente como eu te mandar. (Saem)</p>
10	<p>CALIBÃ: Que todas as pestes que o sol aspira nos charcos, pântanos e lodaçais caiam sobre ti Próspero, e te façam cobrir-te aos poucos de feridas.</p>

2º Movimento

1A	<p>Luz entra em resistência lenta e num canto, vemos os três Ariéis brincando relaxadamente com o livro. Executam uma coreografia com movimentos leves e calmos.</p> <p>ARIEL 3 (Canta): Como as abelhas volito em busca do mel bendito. Numa corola dormito, Quando o bufo solta o grito.</p>
1B	<p>Enquanto isso, no centro do palco, Calibã caminha de forma irritadiça, com movimentos grotescos, ora lentos, ora rápidos, descrevendo uma linha cheia de ângulos retos, demonstrando insatisfação com o que se passa.</p>
1C	<p>ARIEL 2: Quanto apostamos?</p> <p>ARIEL 1: Uma gargalhada (Ri)</p>
2	<p>Entra Próspero. Traz consigo um grande globo terrestre. Com um ar pensativo, manipula este objeto por alguns instantes, pára e, após algum tempo, guarda-o em uma “bolsa” e, preocupado, começa a caminhar ansiosamente.</p> <p>PRÓSPERO: A ciência do futuro me revela.</p> <p>CALIBÃ: Tudo isso é real ou imaginário? Podereis jurá-lo?</p> <p>PRÓSPERO: Quanto apostamos?</p> <p>CALIBÃ: Uma gargalhada.</p> <p>OS TRÊS ARIÉIS: Uma gargalhada!! Os Ariéis riem zombeteiros, como se tivessem ganho uma aposta e vão saindo dando cambalhotas e virando estrelas.</p>

2B	<p>Com um gesto, Próspero os interrompe. Enquanto fala, ficam congelados.</p> <p>PRÓSPERO: Espírito, que horas são?</p> <p>ARIEL 1: Seis horas meu senhor; precisamente a hora em que dissestes que deveriam cessar nossos trabalhos</p> <p>PRÓSPERO: Falta pouco para ficares livre. Agora apressa-te.</p>
3A	<p>Ariel 1, 2 e 3 se unem e executam movimentos rápidos e fortes em equipe. Às vezes, realizam evoluções “no ar”, como se fossem pássaros voando. Percebe-se que trabalham duro mas felizes.</p>
3B	<p>Enquanto isso, Próspero vai até Calibã que está num canto do palco. Procura se relacionar com ele de forma paternal, tentando estabelecer um contato. Calibã foge repentinamente, atravessando o palco em diagonal uma, duas, três vezes. Em todas as vezes Próspero o segue e repete o mesmo ritual. Na última vez, a cena se passa no fundo do palco, os grunhidos de Calibã aumentam de volume e se tornam gritos que são um misto de ódio e temor.</p>
3C	<p>Durante essa cena os Ariéis continuaram com seu trabalho. Ao final, percebe-se que construíram um barco. Exaustos, os três se unem no centro do palco. (Obs: O ideal seria um barco similar ao usado pelo grupo venezuelano Danzahoy no espetáculo “Travesia”)</p>
3D	<p>Próspero caminha duramente do fundo do palco em direção aos três e passando pelo meio, rompe o bloco que eles formaram. Eles rolam pelo chão, cada um em uma direção.</p>

4A	<p>A seguir, apanha o livro e o globo e sobe no barco.</p> <p>PRÓSPERO (Dentro do barco): Tal como o grosseiro substrato dessa vista, as torres que se elevam para as nuvens, os palácios altivos, as igrejas majestosas, o próprio globo imenso, com tudo o que contém, não de sumir-se, como se deu com essa visão tênue, sem deixarem vestígios. Somos feitos da matéria dos sonhos; nossa vida pequenina é cercada pelo sono.</p> <p>CALIBÃ (zombeteiro): Lembra-te de quem levas a bordo!</p> <p>PRÓSPERO: Ninguém a quem eu ame mais do que a mim próprio.</p>
4B	<p>CALIBÃ (Para a platéia): Ele acabará levando a ilha prá casa, no bolso, a fim de dá-la pro filho, como uma maçã. E a semente ele semeará no mar para que nasçam mais ilhas. (Sai)</p>
4C	<p>PRÓSPERO (jogando o livro em direção à platéia e atirando o globo para Ariel 2) Meu Ariel, deixo isso a teu cuidado e, após, sê livre nos elementos. Passa bem meu querido. Mas, não queira vosso feitiço que eu nesta ilha permaneça!!</p> <p>ARIEL 2: Quanto apostamos?</p> <p>Próspero vai responder mas contém-se. Os três Ariéis saem de cena como quem vai ao primeiro encontro com a pessoa amada.</p>
5A	<p>PRÓSPERO (Para a Platéia): Meu encanto terminado, Reduzi-me ao próprio estado, Que é bem precário, em verdade. Agora vossa vontade aqui poderá deixar-me Por isso, não queira vosso feitiço Que eu nesta ilha permaneça</p> <p>O barco vai saindo.</p>

5B	Calibã entra e, exaltado, comemora a partida aos saltos e urros que lembram um animal. CALIBÃ: Liberdade! Viva! Liberdade! Liberdade
5C	Os Ariéis passam numa arremetida alegre para o vôo final, rumo à liberdade nos elementos (Blecaute)

3º Movimento

1A	<p>Palco escuro, com vários fochos de luz branca rente ao chão. Vê-se, na penumbra, o mesmo beco com casas de papelão do início, do qual, aliás, nunca se saiu.</p> <p>VOZ: É o mais estranho labirinto que os homens já pisaram; ultrapassa a natureza em seu curso normal.</p> <p>Música urbana passa a ser ouvida, a princípio baixa e depois vai subindo. Começam a ser projetadas imagens distorcidas de cidades e de cenas urbanas contemporâneas.</p>
1B	<p>Num interminável ir e vir, entram figuras por diversos pontos diferentes.</p>
1C	<p>Calibã, por sua vez, está sentado desajeitadamente operando vários computadores ao mesmo tempo. Ouve-se o som repetitivo de computadores se comunicando.</p>
2A	<p>Ao fundo Próspero atravessa a cena com o mesmo globo enquanto os Ariéis vão atrás dele</p>
2B	<p>Projetado num telão, sobe lentamente o texto abaixo, ao som da música do grupo Congreso, na qual o texto original é cantado.</p> <p>Quando morrem os homens se tornam mar ou frases de espuma branca</p> <p>Quando morrerem meus filhos se tornarão chuva</p> <p>Acaso a liberdade foi só um instante prometido entre o céu e o mar?</p> <p>(Blecaute)</p>

ANEXO IX - CUIDADOS A SEREM TOMADOS NA APLICAÇÃO DA SEQÜÊNCIA DE BUSCA E RETOMADA

É de suma importância tecer algumas considerações sobre a prevenção de lesões e ferimentos e o procedimento recomendado para a realização de alguns exercícios uma vez que, durante sua execução, o ator-dançarino é exigido perto do seu limite, seja em função da característica do exercício, seja devido à própria filosofia do treinamento que considera a percepção dos limites e o trabalho metódico e atento visando sua superação, princípios que lhe são fundamentais.

Condicionamento Preventivo¹⁵¹

Não se pretende aqui, apresentar um manual genérico sobre a prevenção de lesões e ferimentos em dança e teatro ou sobre o seu tratamento, assuntos sobre os quais existe literatura especializada e para a qual remetemos o leitor interessado em obter maiores esclarecimentos¹⁵². As informações que seguem têm por objetivo oferecer dicas para que o ator-dançarino previna-se quanto aos problemas mencionados acima, que são os que ocorrem com mais frequência durante a execução do Treinamento.

¹⁵¹ ARNHEIM, Daniel D. *Dance Injuries: Their Prevention and Care*. London: Dance Books, 1986. P.11

¹⁵² Nota do Autor: Não foi possível encontrar literatura específica sobre o ator-dançarino, mas o material utilizado, referente ao dançarino, oferece valiosas contribuições que podem muito bem ser utilizadas no contexto do treinamento proposto. Além daqueles livros apropriadamente referenciados no texto, constam da bibliografia outros, que foram consultados sobre o tema e que podem ser úteis a todos os interessados. Note-se desde já que a despeito da grande literatura sobre o tema, poucos títulos oferecem informações sobre a prevenção de ferimentos e lesões, sendo a maioria relativos a como tratar os problemas. Sobre o assunto, além dos autores citados confira Micheli (1982b pp. 137-147)).

Como se sabe, a melhor maneira de cuidar de uma doença é a sua prevenção e o primeiro passo a ser dado nesta direção é a preparação adequada do corpo para a realização das tarefas que lhe serão exigidas.

Arnheim denomina essa preparação de Condicionamento Preventivo, que segundo ele, tem como preocupação "...obter equilíbrio entre força, flexibilidade e resistência"¹⁵³. Clippinger-Robertson, por sua vez, definiu os elementos desse condicionamento como sendo: Força, Poder, Resistência Muscular e Cardiovascular e Flexibilidade¹⁵⁴. Para o desenvolvimento desses elementos, ambos prescrevem programas similares que combinam, basicamente, a realização de alongamentos durante 20 a 30 minutos diários, no mínimo três vezes por semana, para adquirir flexibilidade; 3 sessões por semana de 30 minutos cada, de exercícios de força e, de 3 a 5 vezes por semana, realizar durante 30 minutos diários, exercícios de resistência. (Obs.: Exercícios de resistência não podem ser separados dos exercícios de Força porque são parte de um continuum. Podem ser incrementados quando se força o corpo a realizar uma atividade durante um certo período, aumentando-se gradualmente a intensidade)¹⁵⁵

¹⁵³ Arnheim. Op. Cit. p. 11

¹⁵⁴ **Força:** "Máximo de força que pode ser gerada por um músculo contra uma resistência, num esforço simples. Ex. Segurar a perna durante um alongamento"

Poder: " O produto da força aplicada e a velocidade em que ela é aplicada. Ex.: Saltos"

Resistência Muscular: "Habilidade de produzir repetidamente foça contra uma resistência particular. Ex. Repetidos *Relevés*"

Resistência Cardiovascular: "Capacidade para suportar exercícios de nível moderado" Ex. 12 minutos contínuos de combinações de passos de jazz".

Flexibilidade: "Extensão do movimento possível de ser feito por uma articulação ou por um grupo de articulações."

Cf. CLIPPINGER-ROBERTSON, Karen. *Principles of Dance Training* in *Science of Dance Training*. Editado por CLARKSON, Priscilla M. e SKRINAR, Margareth. Champaign, Ill: Human Kinetics Books, 1988. P. 52

¹⁵⁵ ARNHEIM. Op. Cit. p.83-84

Como pode-se depreender das informações acima, a realização do condicionamento preventivo através do desenvolvimento da flexibilidade das articulações, da ampliação do poder, força e resistência muscular e cardiovascular é tarefa que extrapola os objetivos do treinamento ora proposto, devendo o ator-dançarino ter claro que a realização desse condicionamento é anterior à realização do treinamento de Busca e Retomada.

Independente desse fato, o treinamento está estruturado de modo a trabalhar todos esses elementos, pois alterna exercícios de força com flexibilidade e resistência através da realização de saltos dos mais variados tipos, flexões de braço e perna além da duração média do mesmo que é de no mínimo 20 minutos.

Durante o trabalho com os GT's, chamou a atenção o quanto, principalmente entre os dançarinos mas, também, com muitos atores, os exercícios de força são deixados de lado. "um dos erros mais comuns cometidos pelos dançarinos é enfatizar a flexibilidade e negligenciar a força e os outros elementos do condicionamento" ¹⁵⁶ escreve Arnheim. Para ele, força é extremamente importante para prevenir lesões porque "... é preciso ter um nível alto de força no corpo todo, com mais força disponível do que a requerida para executar minimamente uma atividade"¹⁵⁷.

Aquecimento, Disponibilidade e "Esfriamento"

Durante a realização do treinamento é previsto, logo no início, um período de tempo para que o ator-dançarino coloque-se em disponibilidade e proceda com a realização de um aquecimento. No trabalho com todos os GT's, esse tempo se mostrou absolutamente necessário e confirma o que Arnheim e muitos profissionais por ele entrevistados afirmam: "...aquecer é necessário para

¹⁵⁶ CLIPPINGER-ROBERTSON. Op. cit P.45

¹⁵⁷ ARNHEIM. Op. Cit. p. 83-84

prevenir torções e ferimentos musculares que surgem do esticar repentino dos tendões.”¹⁵⁸

Clippinger-Robertson¹⁵⁹ e Arnheim¹⁶⁰ são unânimes em afirmar que o primeiro propósito do Aquecimento é elevar a temperatura interna do corpo (em um ou dois graus, segundo o primeiro) até a transpiração se tornar aparente. Outros objetivos são: incrementar a flexibilidade dos tendões e ligamentos, aumentar a força e a velocidade da contração muscular, aumentar a elasticidade do músculo e a velocidade de transmissão do impulso nervoso e, diminuir o tempo necessário para a contração e o relaxamento do músculo. Segundo eles, se estes fatores forem considerados, o corpo estará pronto para o trabalho mais intenso que virá a seguir, mas para isso, o aquecimento deve durar um mínimo de 10 minutos (recomendável entre 15 e 30 minutos) .

De acordo com Arnheim, existe muita discordância sobre quanto tempo e que tipos de atividades são necessárias para um aquecimento adequado uma vez que as necessidades diferem de pessoa para pessoa. Mesmo assim, ele sugere um aquecimento genérico, o qual é reproduzido a seguir a título de exemplo de um programa mínimo a ser utilizado. Em primeiro lugar, escreve ele, “...o aquecimento deve ir dos movimentos gerais para os específicos”¹⁶¹ e a preocupação deve ser “...o aumento das batidas do coração e o aumento gradual da temperatura do corpo”¹⁶². Isso pode ser alcançado através da execução de pequenos saltos ou de uma corrida leve, seguidos de movimentos suaves das articulações. O procedimento seguinte é a realização de alongamentos e, o mais importante, a realização do que ele chama de

158 Id.

159 Op. cit. p. 77

160 Op. cit. p. 85

161 Id

162 Ibid

aquecimento “estilizado”¹⁶³, que diz respeito à realização dos movimentos fundamentais do trabalho a ser realizado, pois “... é extremamente importante, em termos de prevenção de lesões, que o dançarino finalize o aquecimento com movimentos da dança que será realizada”¹⁶⁴.

Ao final da Seqüência de Busca e Retomada, vem o momento mais difícil para o ator-dançarino: a manutenção da disponibilidade que foi gerada. Trata-se de algo complicado porque, como seu fim último é a construção da personagem e da cena, o que geralmente acontece é um ator-dançarino passar muito tempo sem estar diretamente envolvido com tarefa alguma, a não ser observar e apoiar o trabalho de um companheiro. Isso ocorre devido à dinâmica do trabalho – às vezes é necessário realizar atividades que não incluem todos ao mesmo tempo como, por exemplo, trabalhar as ações físicas e frases de movimento de apenas um deles durante algumas horas. Neste caso, é importante que de tempos em tempos, quem não está participando procure manter-se num estado de prontidão, de disponibilidade evitando dispersar e esfriar novamente. Para tanto, é preferível permanecer com a coluna ereta a deitar-se e encostar-se e, periodicamente, realizar algumas das atividades do Aquecimento. De qualquer maneira, quando tiver que ficar durante um período longo sem trabalhar, é fundamental que quando for realizar algo, o ator-dançarino proceda novamente com o aquecimento.

Após a realização da Dança da Personagem, quando todas as atividades práticas tiverem sido encerradas, se o corpo ainda estiver quente, com o coração batendo num ritmo acima daquele que estava, quando do início do aquecimento, é de extrema importância que se realize um “Esfriamento”. Como regra geral, é fundamental ter claro que não se deve parar repentinamente, enquanto o coração está batendo com vigor. É importante mover-se suavemente

163 Ibid

164 Ibid

por mais "5 ou 10 minutos"¹⁶⁵ (ou até o coração e a respiração voltarem ao normal) e a seguir, realizar uma série de alongamentos para reduzir a tensão muscular.

Precauções básicas a serem tomadas na realização do treinamento

A primeira, e mais importante, é não sobrecarregar o músculo acima de suas possibilidades, sem que o mesmo esteja devidamente desenvolvido e condicionado. Ou seja, deve-se proceder a um programa gradual de Sobrecarga.¹⁶⁶

Segunda: A Seqüência de Exercícios Padrões leva à criação de um Repertório de Movimentos Codificados para serem aperfeiçoados durante o treinamento. Isso significa que os mais inusitados movimentos e ações integrarão esse repertório. Repeti-los durante o treinamento implica no fortalecimento e no gradual condicionamento das partes envolvidas na sua execução e, mesmo depois de tal condicionamento ter sido alcançado, é importante intercalar a realização daqueles mais pesados (que exigem um grande esforço muscular) com aqueles mais leves (que exigem esforço muscular menor).

¹⁶⁵ CLIPPINGER-ROBERTSON. Op. cit. p.78

¹⁶⁶ Nota do Autor: "O princípio da Sobrecarga sustenta que o sistema corporal precisa ser desafiado além de um certo patamar para prover estímulos suficientes que possibilitem gerar aperfeiçoamento. Mais ainda, devido à constante adaptação do sistema corporal, é preciso aumentar gradualmente a sobrecarga sobre um movimento para o aperfeiçoamento continuar. Entretanto, se um esforço muito forte é imposto num tempo muito curto, o corpo não poderá se adaptar e ocorrerá uma diminuição da performance ou uma possível lesão." In CLIPPINGER-ROBERTSON. Op. Cit p. 50.

Principais situações de risco

Além dos procedimentos gerais recomendados para o condicionamento preventivo e para o aquecimento e o esfriamento, é fundamental a observância de certas regras quando da execução de alguns exercícios ou da realização de determinados movimentos durante o treinamento. O trabalho com os GT's possibilitou identificar as situações onde existe maior tendência e riscos para a ocorrência de lesões e ferimentos. A seguir, são apresentados alguns princípios básicos do ponto de vista anátomo-fisiológico do movimento, válidos especificamente para essas situações que, se respeitados, podem minimizar radicalmente os riscos. Entretanto, como muito bem informa Ryan:

“... Movimentos na dança (e no teatro)¹⁶⁷ normalmente envolvem ações exageradas e mesmo corajosas que podem exceder a amplitude normal do movimento e sobrecarregar os ossos e tecidos da capacidade que eles têm de resistir ao esforço. Devido ao fato de que esse movimentos são repetidos muitas vezes, em aula, ensaio ou apresentação, a tendência a lesar é aumentada por excesso de uso. Lesões podem acontecer mesmo quando o movimento é feito tão perfeitamente quanto possível, mas a execução imperfeita ou imprópria de determinados movimentos aumenta enormemente a tendência à lesão.”¹⁶⁸

A) Pernas na segunda posição

Muitos exercícios são realizados com as pernas na segunda posição. Nestes casos, deve-se atentar para que seja feito com , nas palavras de Arnheim:

¹⁶⁷ Nota do Autor : O parêntesis é meu.

¹⁶⁸ Ryan, Allan J. *What is Dance Medicine? A Physician's Perspective*. In *Science of Dance Training*. Editado por CLARKSON, Priscilla M. e SKRINAR, Margareth. Champaign, Ill: Human Kinetics Books, 1988.p. 25-26

*“cada segmento do corpo equilibrado de maneira apropriada sobre a parte inferior. Em outras palavras, as costas são mantidas eretas, diretamente alinhadas com a pélvis e a bacia, que estão, por sua vez, alinhadas com as coxas, a rótula, as pernas e os pés”*¹⁶⁹

B) Agachar-se com os joelhos totalmente dobrados.

Para a realização de exercícios que exijam que os joelhos sejam dobrados totalmente, como no agachar, é importante que haja um condicionamento gradual e que o mesmo não seja feito de modo a forçar o repentino abrir dos joelhos.

C) Aterrissando de um Salto

Quando se aterriza de um salto, é fundamental que a cabeça, o tronco e as pernas estejam alinhados porque, dessa maneira, o impacto é distribuído pelo corpo todo, o que diminui seu efeito sobre uma única região do corpo¹⁷⁰.

D) Pés e Tornozelos

É fundamental o alinhamento dos pés e do tornozelo. Ao movimentar-se em meia ponta, todos o cinco dedos devem tocar o chão e a ponta, o meio do pé e o calcânho, devem estar alinhados diretamente com as pernas e os joelhos (a rótula).

Princípios Básicos a serem observados:

1. “...os joelhos não ultrapassam a ponta dos pés”¹⁷¹
2. os pés sempre apontam para onde os joelhos apontam
3. Mantenha o cóccix (o centro do corpo) no eixo e a coluna vertebral ereta¹⁷²

¹⁶⁹ ARNHEIM. Op. cit. P.59-61

¹⁷⁰ Id

¹⁷¹ DESPEUX. Op. Cit. 1995. p. 132.

¹⁷² Id. p. 112

ANEXO X - RELAÇÃO, CENA POR CENA, DAS AÇÕES FÍSICAS E SONORAS E DAS FRASES DE MOVIMENTO DOS PERSONAGENS DO TEXTO ESPETACULAR: DEPOIS DA TEMPESTADE

1º Movimento:

CENA	PRÓSPERO	CALIBÃ	ARIEL 1	ARIEL 2	ARIEL 3
1					
2		surgir, arremedar, andar, movimentar-se, parecer desolado, encontrar (um livro), folhear, ler.			
3A	entrar, rir, gargalhar, brincar		entrar, rir, gargalhar, brincar, Falar,	entrar, rir, gargalhar, brincar, Falar,	entrar, rir, gargalhar, brincar, Falar,
3B	ficar sério, dançar,		ficar sério, dançar	ficar sério, dançar	ficar sério, dançar
4A	assumir ar soberano, andar, comer,				
4B	encontrar/ ver, dar bronca/ bater	arremedar, apanhar, correr, largar (o livro), ser perseguido.	perseguir, sair	perseguir, sair	perseguir, sair
4C	Pegar, andar, parar, observar, falar,				
5	Falar.,		entrar, falar.	entrar, falar.	entrar, falar.
6					

7	falar,	surgir, sofrer, grunhir, falar.			
8A	Falar	falar.			
8B	falar,	ser atacado, reagir lentamente, sentir dor, falar.	deslocar- se, atacar prazerosa mente, falar, rir		
8C		parecer desentendido, estar acuado.			
9A	Falar, observar,			Falar	
9B	falar, sair		Sair	Sair	destacar-se, fazer evoluções com alegria, Sair
10		falar.			

2º Movimento

CENA	PRÓSPERO	CALIBÃ	ARIEL 1	ARIEL 2	ARIEL 3
1A			Brincar relaxadamente (com livro), dançar (com movimentos leves e calmos)	Brincar relaxadamente (com livro), dançar (com movimentos leves e calmos)	brincar relaxadamente (com livro), dançar (com movimentos leves e calmos) Cantar
1B		Caminhar irritado, fazer movimentos grotescos, insatisfazer-se.			
1C			Falar, rir	Falar, rir	
2A	entrar, carregar/trazer, assumir ar pensativo, manipular, parar, guardar, caminhar ansiosamente, falar.	Falar,	falar, rir, semi-sair com estrelas e cambalhotas	Falar, rir semi-sair com estrelas e cambalhotas	Falar, rir semi-sair com estrelas e cambalhotas
2B	interromper com gesto, Falar,		congelar Falar	Congelar	Congelar congelar. trabalhar trabalhar/ construir, formar bloco separar, rolar Sair arremeter para vôo
3A			Unir-se (aos outros Arieis) movimentar-se rápido e com força, fazer acrobacias aéreas, trabalhar em equipe/ construir,	Unir-se (aos outros Arieis) movimentar-se rápido e com força, fazer acrobacias aéreas, trabalhar em equipe/ construir	Unir-se (aos outros Arieis) movimentar-se rápido e com força, fazer acrobacias aéreas, trabalhar em equipe/ construir

3B	ir até, tentar se relacionar, estabelecer contato, seguir,	movimentar-se primitivamente, fugir, grunhir, gritar.	Continuar a trabalhar/ construir	Continuar a trabalhar/ construir	Continuar a trabalhar/ construir
3C			Terminar trabalho e exausto formar bloco	Terminar trabalho e exausto formar bloco	Terminar trabalho e exausto formar bloco
3D	caminhar duramente, romper (o bloco),		Separar (o bloco) , rolar	Separar (o bloco), rolar	Separar (o bloco), rolar
4A	pegar, subir, falar.	Falar zombeteiro.			
4B		Falar (para a platéia), Sair			
4C	jogar, falar, conter-se,		Sair (ao encontro da amada)	Sair (ao encontro da amada)	Sair (ao encontro da amada)
5A	falar.				
5B		entrar exaltado, comemorar com saltos, urrar (como animal), Falar.			
5C			Entrar e arremeter para vôo	Entrar e arremeter para vôo	Entrar e arremeter para vôo

3º Movimento

CENA	PRÓSPERO	CALIBÁ	ARIEL 1	ARIEL 2	ARIEL 3
1A					
1B					
1C		estar sentado, manipular (teclados de computadores)			
2A	atravessar, manipular (o globo)		ir atrás,	ir atrás,	ir atrás,
2B					

ANEXO XI - CARACTERÍSTICA DE CADA PERSONAGEM À PARTIR DAS AÇÕES FÍSICAS E SONORAS E DAS FRASES DE MOVIMENTOS

Texto Espetacular: **DEPOIS DA TEMPESTADE**

Personagem: **Próspero:**

Ações físicas e sonoras e Frases de movimentos Individuais Principais/ Características Individuais Principais:

- Assumir ar soberano,
- observar,
- falar,
- assumir ar pensativo,
- manipular,
- estabelecer contato,
- andar

Ações físicas e sonoras e Frases de movimentos Individuais Secundárias

- comer.
- dar bronca/ bater.
- pegar, caminhar ansiosamente,
- romper (o bloco).
- pegar, subir.
- jogar, conter-se.
- atravessar, manipular (o globo).

Seqüência de ações físicas e sonoras e Frases de movimentos:

<u>1º movimento</u>	<u>2º movimento</u>	<u>3º movimento</u>
entrar, rir, gargalhar, brincar ficar sério, dançar, assumir ar soberano, andar, comer, encontrar/ ver, dar bronca/ bater, pegar, andar, parar, observar, falar, falar., falar, Falar, observar, falar, Falar, observar, falar, sair.	entrar, assumir ar pensativo, manipular, parar, guardar, caminhar ansiosamente, falar. Falar, ir até, se relacionar, estabelecer contato, seguir, caminhar duramente, romper (o bloco), pegar, subir, falar. jogar, falar, conter-se, falar.	atravessar, manipular (o globo).

Ações Básicas

<u>1º movimento</u>	<u>2º movimento</u>	<u>3º movimento</u>
entrar, rir, gargalhar, brincar ficar sério, dançar, andar, comer, encontrar/ ver (achar), bater, pegar, andar, parar, observar, falar, observar, falar, observar, sair.	entrar, manipular algo, parar, guardar, caminhar ansiosamente, falar. Andar (ir até), se relacionar, andar (seguir), caminhar duramente, pegar, subir, falar, jogar, falar.	Andar (atravessar), manipular (o globo).

Personagem: **Calibã:**

**Ações físicas e sonoras e Frases de movimentos Individuais Principais/
Características Individuais Principais:**

- arremedar,
- falar
- ler, observar curiosamente,
- sofrer, sentir dor
- estar acuado.
- irritar-se, insatisfazer-se, grunhir, gritar, exaltar-se, urrar.
- movimentar-se grotescamente, movimentar-se primitivamente,

Ações físicas e sonoras e Frases de movimentos Individuais Secundárias

- C) parecer desolado
- D) ser perseguido, ser atacado,
- E) apanhar,

Característica Secundária

- reagir lentamente,
- parecer desentendido,
- vacilar

Seqüência de ações físicas e sonoras e Frases de movimentos:

1º movimento	2º movimento	3º movimento
surgir, arremedar, andar, movimentar-se, parecer desolado, encontrar (um livro), folhear, ler. arremedar, apanhar, correr, largar (o livro), ser perseguido. surgir, sofrer, grunhir, falar. falar. ser atacado, reagir lentamente, sentir dor, falar. parecer desentendido, estar acuado. falar.	caminhar, irritar-se, movimentar-se grotescamente, movimentar-se lentamente, e rapidamente, insatisfazer-se. falar. movimentar-se primitivamente, fugir, grunhir, gritar. falar. falar. entrar, exalta-se, saltar, urrar.	estar sentado, manipular (teclados de computadores). observar curiosamente, vacilar. arremedar, girar, levantar os braços, segurar.

Ações Básicas:

<u>1º movimento</u>	<u>2º movimento</u>	<u>3º movimento</u>
Surgir/andar, achar (o livro), folhear, ler, correr, largar (o livro), sofrer, grunhir, falar, sentir dor, falar.	caminhar, irritar-se, falar. fugir, grunhir, gritar. Exaltar-se, saltar, urrar.	estar sentado, manipular (teclados de computadores). girar, levantar os braços, segurar.

Personagem: **Ariel**

**Ações físicas e sonoras e Frases de movimentos Individuais Principais/
Características Individuais Principais:**

Ariel 1	Ariel 2	Ariel3
falar deslocar-se, atacar prazerosamente, rir	brincar falar pegar	cantar fazer evoluções com alegria destacar-se (do grupo)

Ações físicas e sonoras e Frases de movimentos Comuns:

1º Movimento	2º Movimento	3º Movimento
<i>entrar, rir, gargalhar, brincar</i> ficar sério, dançar perseguir, sair	falar, rir, semi-sair com estrelas e cambalhotas , movimentar-se rápido e com força, fazer acrobacias aéreas, trabalhar trabalhar/construir, formar bloco separar, rolar Sair arremeter para vôo	entrar, rolar (o globo) jogar pelo ar (o globo), brincar, congelar ir atrás

Características Principais Comuns:

rir, gargalhar, brincar
dançar
perseguir
falar,
movimentar-se rápido e com força,
fazer acrobacias aéreas,
trabalhar em grupo

Característica Secundária Comum

ficar sério

Seqüência de ações físicas e sonoras e Frases de movimentos:

ARIEL 1	ARIEL 2	ARIEL 3
<p><u>1º movimento</u> entrar, rir, gargalhar, brincar ficar sério, dançar, perseguir, sair entrar, falar. Falar, deslocar-se, atacar prazerosamente, falar e rir Sair</p>	<p><u>1º movimento</u> entrar, rir, gargalhar, brincar ficar sério, dançar, perseguir, sair entrar, falar. Falar Sair</p>	<p><u>1º movimento</u> entrar, rir, gargalhar, brincar ficar sério, dançar, perseguir, sair entrar, falar. destacar-se, fazer evoluções com alegria Sair</p>
<p><u>2º movimento</u> brincar, dançar Falar, rir falar, rir, semi-sair com estrelas e cambalhotas congelar Falar movimentar-se rápido e com força, fazer acrobacias aéreas, trabalhar trabalhar/ construir, formar bloco separar, rolar Sair arremeter para vôo</p>	<p><u>2º movimento</u> brincar, dançar falar falar, rir, semi-sair com estrelas e cambalhotas congelar movimentar-se rápido e com força, fazer acrobacias aéreas, trabalhar trabalhar/ construir, formar bloco separar, rolar pegar globo, falar - Sair arremeter para vôo</p>	<p><u>2º movimento</u> brincar, dançar Cantar falar, rir, semi-sair com estrelas e cambalhotas congelar. movimentar-se rápido e com força, fazer acrobacias aéreas, trabalhar trabalhar/ construir, formar bloco separar, rolar Sair arremeter para vôo</p>
<p><u>3º movimento</u> entrar, rolar (o globo). jogar pelo ar (o globo), brincar (de bobinho). Congelar, ir atrás,</p>	<p><u>3º movimento</u> entrar, rolar (o globo). jogar pelo ar (o globo), brincar (de bobinho). Congelar, ir atrás,</p>	<p><u>3º movimento</u> entrar, rolar (o globo). jogar pelo ar (o globo), brincar (de bobinho). Congelar, ir atrás,</p>

Ações Básicas:

ARIEL 1	ARIEL 2	ARIEL 3
<u>1º movimento</u> (andar), entrar, rir, gargalhar, brincar, ficar sério, dançar, sair, entrar, falar, rir Sair	<u>1º movimento</u> entrar, rir, gargalhar, brincar ficar sério, dançar, perseguir, sair entrar, falar, sair	<u>1º movimento</u> entrar, rir, gargalhar, brincar ficar sério. dançar, perseguir, sair entrar, falar, sair
<u>2º movimento</u> brincar, dançar Falar, rir, rolar, sair	<u>2º movimento</u> brincar, dançar, falar rir, rolar, pegar (globo), falar, sair	<u>2º movimento</u> brincar, dançar, cantar falar, rir, rolar, sair
<u>3º movimento</u> entrar, rolar (o globo). jogar pelo ar (o globo), brincar (de bobinho). ir atrás,	<u>3º movimento</u> entrar, rolar (o globo). jogar pelo ar (o globo), brincar (de bobinho), ir atrás,	<u>3º movimento</u> entrar, rolar (o globo). jogar pelo ar (o globo), brincar (de bobinho). Congelar, ir atrás,

ANEXO XII - EXEMPLO DO RIMA (REPERTÓRIO INDIVIDUAL DE MOVIMENTOS E AÇÕES AGREGADAS) DE ALGUNS DOS INTEGRANTES DO G-5, UTILIZADO NA MONTAGEM DO EXERCÍCIO CÊNICO “DEPOIS DA TEMPESTADE”.

1 – RIMA da atriz-dançarina Silvia Baliello.

AÇÃO FÍSICA OU SONORA	NOME	AÇÃO FÍSICA OU SONORA	NOME
01	Cabeça	15	Hip Hop
02	Tombo	16	Macaco
03	Calibã	17	Barco
04	Felino	18	Camisa de Força
05	Engulo o ar do caminho	19	Andar Cruzadinho
06	Andar Samurai	20	Assim como a manhã, roubando a noite, dilui a escuridão
07	Andar Barriga	21	Voz – Rá
08	Sentar Cajado	22	Ar limpinho depois da tempestade
09	Sentar Dobrado	23	Andar Samurai Tímido
10	Voz – Cê	24	Andar Besta Tímido
11	Velha Jesser	25	Sentar Ko-shi
12	Esquisito Chão	26	Sentar Bailarino
13	Cegonha	27	Desolação
14	Carmen Miranda		

1.1 - RIMA da Atriz-dançarina Silvia Baliello dividido por personagens¹⁷³

PRÓSPERO	CALIBÃ	ARIEL
Andar Samurai	Cabeça	Cabeça
Sentar Cajado	Calibã	Tombo
Sentar Dobrado	Felino	Engulo o ar do carninho
Voz – Cê	Andar Barriga	Sentar Dobrado
Voz – Rá	Velha Jesser	Cegonha
	Esquisito Chão	Carmen Miranda
	Cegonha	Hip Hop
	Macaco	Macaco
	Camisa de Força	Barco
	Andar Cruzadinho	Andar Cruzadinho
	Assim como a manhã, roubando a noite, dilui a escuridão	Andar Samurai Tímido
	Ar limpinho depois da tempestade	Andar Besta Tímido
	Andar Samurai Tímido	Sentar Ko-shi
	Desolação	Sentar Bailarino

¹⁷³ Nota do Autor: Somente após terem as ações codificadas no RIMA é que foi solicitado aos atores-dançarinos que fizessem a separação

1.2 - RIMA: Exemplo de anotação de ações físicas e sonoras feitas pela atriz-dançarina Silvia Baliello ¹⁷⁴

AÇÃO FÍSICA OU SONORA	ANOTAÇÃO
Felino	VOZ: UUUUU.... Trêmulo e médio (medroso) Agachado com movimento de pêndulo, com mãos no chão / olhar de gato (por baixo) / de repente, avança com todo o corpo e para a voz/ Recomeça.
Engulo o ar do Caminho	Base pouco aberta / balançando na horizontal com braços na altura do peito, para a esquerda / bochecha engole o ar / balança para a direita / volta para o centro e cai sentado abraçando os joelhos e rolando para trás / bochecha ainda cheia de ar / rola para trás e volta: 1, 2, 3 = completa cambalhota para trás / cai na base semi-aberta, ficando em pé com braços novamente na altura do peito / de repente, solta tronco, braços e ar da bochecha (fazendo barulho de vento), caindo para o centro / balança para a esquerda, direita e sobe com braços altos.
Andar Barriga	Base pequena / barriga totalmente para frente, puxando / braços soltos / cabeça solta para frente / olhar abandonado para o chão / andando.
Sentar Dobrado	Perna direita cai à frente (príncipe) / perna esquerda dobra por trás, sem encostar joelho no chão / tocar o chão com o peito do pé / sentar no chão / levantar.
Cegonha	Voz de mulher fresca. Andar nas pontas dos pés / braços soltos / coluna 90° com pernas / cabeça para frente

¹⁷⁴ Nota do Autor: As anotações estão mantidas na íntegra, conforme entregues pelos atores-dançarinos.

2 – RIMA da atriz-dançarina AnaCris Medina.

AÇÃO FÍSICA OU SONORA	NOME	AÇÃO FÍSICA OU SONORA	NOME
01	Sentar 1	05	Ai, e Agora?
02	Sentar 2	06	Ondulações
03	Andar 1	07	Apertado
04	Aonde?	08	Andar com Transferências

2.1 - RIMA: Exemplo de anotação de ações físicas e sonoras feitas pela atriz-dançarina AnaCris Medina ¹⁷⁵

AÇÃO FÍSICA OU SONORA	ANOTAÇÃO
Sentar 1	Lentamente vai agachando, e conforme vai descendo, as mãos vão apoiando nos joelhos e os pés vão indo para a meia-ponta. Quando se está em baixo, o tronco e a cabeça inclinam levemente para trás.
Sentar 2	Indo em direção ao chão, vai rolando a cabeça primeiro, depois o tronco e os braços estão dependurados. O pé esquerdo está na meia-ponta e quando se chega ao chão, está apoiado sobre o joelho esquerdo e o pé direito. A cabeça está caída sobre as pernas e os braços, relaxados, estão um pouco a frente do corpo.
Andar 1	Começa de frente para a diagonal esquerda. Estica a perna direita na frente do corpo e faz um círculo com essa perna na frente do corpo até chegar todo o corpo de frente para a diagonal direita. A perna de apoio está levemente flexionada e a cabeça acompanha o movimento da perna.

¹⁷⁵ Nota do Autor: As anotações estão mantidas na íntegra, conforme entregues pelos atores-dançarinos.

Aonde?	Começa de frente com o braço direito dobrado na altura da cabeça, formando um ângulo de 90°. O Outro braço está relaxado ao lado do corpo, apoiado na perna esquerda, que está na frente e flexionada, e a perna direita está também flexionada, mas está mais atrás e na meia-ponta. Dessa posição, o corpo vira para o lado direito, o braço direito continua dobrado do mesmo jeito, só que agora ele está na altura da cintura e na frente do corpo, o braço esquerdo continua ao lado do corpo mas com a mão dobrada e as pernas estão esticadas, praticamente na mesma posição e o peso do corpo na perna direita. Vai de uma posição para a outra.
Ai, e agora?	Segurando a cabeça com a mão direita, inclina o tronco para direita, volta para a posição vertical e daí desce em direção ao chão com a cabeça (sempre o braço direito comandando a cabeça e o movimento). Durante esse movimento, ir andando e sempre repetindo essa seqüência.
Ondulações	Ondulações do tronco para a esquerda, de cima para baixo, passa por plié bem baixo, sobe pela direita ondulando o tronco e o braço direito acompanhando e termina apoiando na perna direita, com a perna esquerda em meia-ponta, o braço esquerdo relaxado ao lado do corpo e o braço direito estica para cima, com punho dobrado.
Apertado	Inclinar o corpo um pouco para a frente, trazer o ombro direito para a frente do corpo, depois trazer o esquerdo (eles devem ficar o mais próximo possível). Os braços devem ficar dependurados. Nessa posição, desencaixar a bacia para trás e daí começar a andar para a frente.
Andar com transferências	Agachado, esticar a perna direita para o lado, virar todo o corpo para a esquerda, transferir o peso para a perna que está atrás, juntar as duas pernas e virar para a frente. Repetir quatro vezes, mais ou menos, e na última vez, parar quando virar à esquerda. Esticar as duas pernas, mantendo as mãos no chão (a perna direita deve estar atrás e a esquerda na frente). Levantar dessa posição, e passando a perna direita para a frente, começar a andar: dar um passo com a perna direita e depois trazer junto a perna esquerda, aí também deve ter um movimento de onda do tronco e da bacia.

3 – RIMA do ator-dançarino Armando Neto.

AÇÃO FÍSICA OU SONORA	NOME	AÇÃO FÍSICA OU SONORA	NOME
01	i,i,i – vocal	11	Calibã, solteiro, procura
02	A baba - vocal	12	Sex Appeal
03	Narizinho - Vocal	13	Xô!
04	Naaaaão – vocal	14	Sujou
05	Slep – andar	15	Red Bull
06	Mussum – andar	16	Filho!
07	Vela 7 dias - Sentar	17	Zequinha
08	DirectTV – Sentar	18	Serelepes – Dupla
09	Rabo de Arraia	19	Sujou de novo! - Dupla
10	Sapo apaixonado		

3.1 - RIMA do ator-dançarino Armando Neto dividido por personagens¹⁷⁶

PRÓSPERO	CALIBÃ	ARIEL
i,i,i – vocal	A baba - vocal	Rabo de Arraia
Vela 7 dias - Sentar	Naaaaão – vocal	Serelepes – Dupla
DirectTV – Sentar	Slep – andar	Narizinho - Vocal
Filho!	Calibã, solteiro, procura	Red Bull
	Sapo apaixonado	Sex Appeal
	Mussum – andar	
	Xô!	
	Sujou	
	Sujou de novo! - Dupla	
	Zequinha	

¹⁷⁶ Nota do Autor: Somente após terem as ações codificadas no RIMA é que foi solicitado aos atores-dançarinos que fizessem a separação

4 – RIMA da atriz-dançarina Lysandra Domingues.

AÇÃO FÍSICA OU SONORA	NOME	AÇÃO FÍSICA OU SONORA	NOME
01	Pavilhão 9	10	Alti
02	Ruffles	11	Balança
03	Glu, Glu, Glu.	12	Gavião
04	Pomba	13	Bambis
05	Chuva	14	Discou
06	Lyly	15	Maso
07	Andar I	16	Manquita
08	Sentar I	17	Chuva II
09	Sentar II		

- RIMA da atriz-dançarina Lysandra Domingues dividido por personagens¹⁷⁷

PRÓSPERO	CALIBÃ	ARIEL
Andar I	Pomba	Gavião
Glu, Glu, Glu.	Chuva	Balança
Maso	Manquita	Discou
Alti	Lyly	Pavilhão 9
Sentar II	Bambis	Ruffles
		Chuva II
		Sentar I

¹⁷⁷ Nota do Autor: Somente após terem as ações codificadas no RIMA é que foi solicitado aos atores-dançarinos que fizessem a separação

4.2 - RIMA: Exemplo de anotação de ações físicas e sonoras feitas pela atriz-dançarina Lysandra Domingues ¹⁷⁸

AÇÃO FÍSICA OU SONORA	ANOTAÇÃO
Pavilhão 9	Andar com braços tensionados, cabeça quebrada para trás.
Ruffles	Andar lateral, uma perna na meia ponta, braços em movimento de onda
Glu, Glu, Glu.	Andar na meia-ponta, quebrando o quadril com braços e a cabeça solta Som: Ra, Ru, Ra ...
Pomba	Andar de peito aberto, pés fechados para dentro, braço e cabeça soltos
Chuva	Andar encolhido, subindo e descendo os ombros, em diferentes dinâmicas
Lyly	Andar com um olhar perdido, "multifocado", segurando as mãos no ventre
Andar I	(Marcha) Andar quadrado, marchando, apoiando o metatarso e o calcânho.
Sentar I	(joelho) Ajoelhar de frente, braços subindo pela frente do corpo, apoia as mãos no queixo
Sentar II	(ko-shi) Sentar de ko-shi, com as mãos apoiadas na perna (subindo pela frente). Depois estica sem apoiar o braço na perna.
Alti	Sentada de lado, ko-shi, balança os braços e a cabeça, como um pêndulo.
Balança	Parada, balança o corpo de um lado para outro, braço solto.
Gavião	Abre os braços, simula um vôo e ataca três vezes jogando o braço esquerdo para a frente
Bambis	Pulinhos com as mãos na cabeça (Chifrinho)
Discou	Dançar com o quadril, jogando os braços para cima em três tempos e depois em dois. Como em uma discoteca.
Maso	Dança com o quadril, jogando os braços de um lado para outro como chicote, cabeça acompanha.
Manquita	Quebrada de tronco, andar pelo quadril, corpo dobrado
Chuva II	Andar para frente com o corpo de lado, um braço dobrado, girar depois subindo os braços (esperando a chuva)

¹⁷⁸ Nota do Autor: As anotações estão mantidas na íntegra, conforme entregues pelos atores-dançarinos.

5 – RIMA da atriz-dançarina Paula Coelho.

AÇÃO FÍSICA OU SONORA	NOME	AÇÃO FÍSICA OU SONORA	NOME
01	Ariel	13	Tempestade
02	Noites com Sol	14	Fui!
03	Gorpo	15	Batata Quente (Voz: ê, ê, ê)
04	Reggae 1	16	Mensageiro
05	Ana	17	Sobre as Águas
06	Travessia	18	Calibã criou asas e voou
07	Ariel 2	19	Arco-íris
08	A Maça	20	Estrada
09	Ilha	21	Bufão
10	Descanso	22	Trilha 2
11	Festa (Dança 1)	23	Sujou de Novo
12	Engulo o Ar		

5.1 - RIMA da atriz-dançarina Paula Coelho dividido por personagens¹⁷⁹

PRÓSPERO	CALIBÃ	ARIEL
Noites com Sol	Travessia	Ariel
Sobre as Águas	Ilha	Noites com Sol
Trilha 2	Descanso	Gorpo
	Engulo o Ar	Reggae 1
	Mensageiro	Ana
	Calibã criou asas e voou	Ariel 2
	Bufão	
	Sujou de Novo	A Maça
		Festa (Dança 1)
		Tempestade
		Batata Quente (Voz: ê, ê, ê)
		Arco-íris
		Estrada
		Trilha 2
		Sujou de Novo

¹⁷⁹ Nota do Autor: Somente após terem as ações codificadas no RIMA é que foi solicitado aos atores-dançarinos que fizessem a separação

5.2 - RIMA: Exemplo de anotação de ações físicas e sonoras feitas pela atriz-dançarina Paula Coelho ¹⁸⁰

AÇÃO FÍSICA OU SONORA	ANOTAÇÃO
Ariel 1	Seqüência de movimentos feita em diagonal (fundo para frente), tempo médio. Posição inicial: agachada (com as mão apoiadas no chão) Deslocamento lateral para a direita e depois para a esquerda, com pequenos saltos (quando chega ao chão volta para posição inicial) – 4 vezes (2 para o lado direito, 2 para o lado esquerdo, alternando os lados) Voz (som): lá, lá, lá... Continua o deslocamento mantendo os pequenos saltos (2 vezes: lado direito e esquerdo alternados, mas agora vai ficando em posição ereta. Pausa. Braço direito esticado começa a subir fazendo um desenho de um arco, passa pela frente do rosto. (Voz (som: lálálálá...) Inclinação da cabeça para o lado esquerdo – acompanha o movimento subida do braço. Foco para a direita, braço vai “desmanchando” até chegar a ficar esticado, sem tensão.
Mensageiro	Andar de côcoras em diagonal (fundo para frente). Tempo médio. Mãos apoiadas nos joelhos, foco frente.
Ana	Seqüência feita em diagonal. Andar para frente. Tempo lento. Braços esticados um pouco à frente do corpo, palmas das mãos viradas para frente. Cabeça inclinada para o lado esquerdo, foco interno.
Noites com Sol	Posição inicial: parada em posição ereta (fundo do palco). Mão direita tapando os olhos. Braço esquerdo esticado ao longo do corpo. Começa a andar para frente (4 passos iniciando com perna direita), tempo lento. Cabeça com uma leve inclinação para a frente. Dedos da mão direita começam a fazer movimentos de dedilhar. Juntamente com estes movimentos, braço direito vai esticando (desenvolvendo) para o lado direito. Foco subindo até chegar à altura dos olhos. Braço direito totalmente esticado (sem hiper-estender). Palma da mão direita aberta, virada para frente, dedos esticados. Pausa.

¹⁸⁰ Nota do Autor: As anotações estão mantidas na íntegra, conforme entregues pelos atores-dançarinos.

ANEXO XIII– COMENTÁRIOS

COMENTÁRIO I – WORKSHOP MINISTRADO NA ALEMANHA (1992)

1.1 - Comentários sobre a oficina de teatro de movimento Afro-brasileiro ministrada em Wiesbadem – Alemanha.

“This workshop gave me a lot of new perspectives and ideas, in respect to the relation of body-mind, feeling expression and movement.

I can link the experiences I made in this workshop to my work as bodymaker as well as in my Ving-Tsun practice and daily life activities. The most important point for me was the possibility to give to my inner impulses freedom to live and on the other side to see the way how I depress they in general”

Peter Laros

Wiesbaden – Alemanha/1992

COMENTÁRIO II – EXERCÍCIO CÊNICO VANKA HAMLET (1997)

2.1 - Comentários a respeito da cena "Vanka-Hamlet" .

"A respeito da construção da personagem "Ariel", integrante do work-in-progress 'Vanka-Hamlet', posso dizer que foi uma experiência riquíssima, por tratar-se de uma personagem dupla, tendo então atuação e construção com outra bailarina. Sinto apenas, por termos um tempo reduzido para o desenvolvimento do mesmo.

Quanto ao processo de construção da personagem e a técnica utilizada pelo diretor Adilson Siqueira, posso dizer que a mesma é eficiente, pois temos a chance de criar tanto individualmente quanto em grupo., justamente pelo fato de partirmos do desenvolvimento de " ou de "células" para a realização do todo, com a linha mestra do texto desenvolvido.

A partir dessa movimentação pessoal de cada integrante, construímos a personagem, e neste texto a personagem era "dividida" pela dupla de bailarinas, que ora criavam individualmente, ora uniam as criações, processo este que para nós, torna-se facilitado pela própria criação de coreografias, diferenciando-se, é claro, pelo texto falado e pela inclusão da coreografia no texto teatral.

A "dança pessoal" proporciona ao bailarino, neste caso, a chance do aprofundamento da personagem, tornando cada movimento mais expressivo, tendo uma criação de coreografia muito mais detalhada. A adição do texto, torna-se algo não-gratuita pois a voz é algo trabalhado juntamente com o movimento, sendo expressiva e justa.

Pela experiência já vivida anteriormente com o mesmo diretor, posso afirmar que esta técnica é muito produtiva, por todos os motivos: pelo condicionamento do corpo, pelo trabalho da voz através do movimento, pela expressividade que o

corpo adquire e consegue transmitir, enfim, a experiência só vem adicionar mais elementos de trabalho.”

Ana Paula Valério

Dez/97

2.2 - Sobre o processo de trabalho desenvolvido no exercício cênico Vanka-Hamlet

“ Foi um grande desafio mas muito gratificante a construção da personagem Ariel na cena de “Vanka-Hamlet’. Primeiro porque tratava-se de uma personagem vivida/dividida por duas bailarinas e pelo pouco tempo que se teve para o seu desenvolvimento.

O processo desenvolvido para a construção desta personagem foi muito interessante pois foi baseado em estímulos fornecidos pelo diretor, o que enriqueceu muito a criação.

O fato de termos trabalhado ‘sub-cenas” (proposta do diretor), nos favoreceu tanto na criação individual quanto na criação coletiva. A utilização do texto como base também foi um ponto importante para todo esse processo de criação.

No caso do Ariel, partimos inicialmente de uma pesquisa individual de movimentos e depois em dupla (bailarinas). Isso foi interessante pelo fato dessa personagem ter sido construída a partir da visão das duas bailarinas. A fusão dos movimentos tornou a personagem, na minha opinião, mais consistente, mesmo tendo havido momentos em que cada uma realizou sua seqüência.

Esse tipo de trabalho (seqüência) desenvolvida pelo diretor, nos possibilita desenvolver tanto um trabalho corporal (condicionamento físico, utilização da

voz/movimento) quanto um trabalho criativo, de maneira satisfatória e enriquecedora.”

Paula Coelho
(dez/97)

2.3 - Sobre o processo de encenação “Busca e Retomada”

Particpei como intérprete da montagem “Macondo-Irará” (1995) e da proposta para encenação “Vanka-Hamlet” (dez/97), desenvolvida no curso de Pós-graduação em Artes, ambas com direção de Adilson Siqueira. Foi meu primeiro contato com este método de trabalho; as experiências anteriores vieram de processos mais tradicionais que tinham sempre o texto como ponto de partida. Por isso mesmo tive uma certa dificuldade no início, pois era necessário não representar, estar em branco para deixar as ações físicas virem por si só através do meu corpo e tomarem forma, sem qualquer ligação com nenhum personagem ou história.

Conhecíamos apenas textos de referência que inspiravam o texto das montagens, com os quais faríamos contato somente no final do processo de trabalho. A cada encontro intensificava-se o treinamento corporal e psicofísico ao qual nos submetíamos : testar as nossas possibilidades, descobrir nossos limites e tentar ir além. Deste treinamento eram ‘arquivadas” as ações físicas e sonoras resultantes dos exercícios propostos, formando uma biblioteca de ações para cada ator.

Este material todo seria mais tarde selecionado pelo diretor e encaixado nas cenas do espetáculo. Só então perceberíamos o resultado prático daquele processo de encenação: era como uma partitura de música, no caso uma “partitura corpórea”, que está escrita e não muda mais, e você treina e treina até que ela se torna uma base técnica super-sólida para quando você está em cena.

O corpo não esquece mais, e aí o ator pode “brincar” em cima disso dando o seu toque pessoal, como o músico que interpreta Bach ou Caetano Veloso. É interessante perceber que você tinha mesmo que ter trabalhado duro e ter dado tudo de si durante o treinamento, porque o seu material básico vem de lá, não dá mais para criar depois.

A montagem de “Macondo-Irará” teve um problema para todos nós, e acho que o Adilson também aprendeu isso lá, ela acabou sendo muito longa, trabalhamos quase um ano até a estréia. Isso é difícil para o ator em qualquer processo de trabalho, e principalmente neste onde o treinamento é muito intenso e você não visualiza onde vai chegar. No “Vanka-hamlet”, por ser um exercício e não um espetáculo, a montagem foi bem sintética, mas pude confirmar alguns dos conceitos que citei acima e perceber que funcionam realmente.

Silvia Baliello

06/02/98

COMENTÁRIO III – LEITURA DO TEXTO APROVADO NO EXAME DE QUALIFICAÇÃO

3.1 -Impressões sobre a leitura do texto “Busca e Retomada: um treinamento para a construção da personagem pelo ator-dançarino”

“O texto é muito claro tanto na sua parte conceitual quanto na descrição do trabalho prático, ou seja, a seqüência e o que se pensa atingir com ela.

Fiquei um pouco confusa com a leitura do cap. VI.3.1.5, no que diz respeito ao encontro do equivalente no ato da interpretação, assim como a inter-relação ação-personagem-público.

A idéia do ícone ser construído através das frases de movimento também me confundiram, pois tinha a idéia de ícone como uma construção (imagem) estática.

Penso ainda que alguns termos podem ser mais explicados, para uma pessoa leiga no assunto (não ligada à dança, nem ao teatro) entender claramente do que se trata.”

Calima T. Jabur

16/08/99

3.2 - Impressões sobre o texto: “Busca e Retomada: Um treinamento para a construção da personagem pelo ator-dançarino”

Trabalhando em 1995, durante quase um ano, na montagem do espetáculo Macondo-Irará, fiz meu primeiro contato com o processo de encenação Busca e Retomada que, naquele momento, era para mim uma forma de trabalho totalmente nova e diferenciada. Este desconhecido proporcionou boas descobertas para meu trabalho de atriz, mas também alguns desconfortos e desentendimentos.

Nos anos seguintes, fazendo contato com outros grupos e pessoas que desenvolviam uma linha semelhante de pesquisa para a encenação, muitos daqueles conceitos voltaram e começaram a fazer mais sentido para mim.

Agora, a leitura do texto que resulta da pesquisa realizada pelo Adilson nos últimos anos, é absolutamente bem-vinda, pois esclarece vários pontos, até então obscuros neste processo de trabalho de ator e gera (que bom!) novas questões que darão continuidade à discussão da idéia.

De um modo geral. Acho o texto bastante claro e didático. A abordagem da representação não-interpretativa, utilizando ações físicas e frases de movimento para a construir a personagem, esclarece a idéia central deste processo de encenação. E a conceituação dos elementos que compõem a seqüência de treinamento, proporciona maior visão dos detalhes e maior compreensão dos exercícios. O texto facilita a organização das idéias que eu tinha sobre este tipo de trabalho.

A continuidade da pesquisa, alterando ou reduzindo a seqüência dos exercícios de treinamento e avaliando novos resultados, com certeza trará ao Adilson e a nós todos que participamos deste processo, elementos outros para dar prosseguimento a esta discussão.

Silvia Baliello

18/08/99

Impressões sobre a leitura do texto “Busca e Retomada: um treinamento para a construção da personagem pelo ator-dançarino”

Tive acesso e passei por um período de vivência e experimentação deste treinamento físico, que durou cerca de um ano e meio (1994 a junho de 1995).

A “Seqüência” física deste período era subdividida em várias micro-partes. A primeira, estava relacionada com a parte corporal, como aquecimento, “fortalecimento” da musculatura... A segunda estavam o movimento plástico e a dança pessoal. Tomei a liberdade de dividir a seqüência em duas partes. O que eu sentia falta era de poder “entender” melhor o porquê da seqüência seguir aquele roteiro, aquela ordem. Sentia falta de algo mais conceitual, que aproximasse mais o que se fazia com o que era, de fato, o objetivo de cada etapa. Era um espaço a ser preenchido.

Experimentando essa nova “releitura”, percebi que algumas alterações foram feitas na estrutura da seqüência de treinamento. O tempo de duração, a ordem das “micro-partes” ... Senti que elas ficaram mais orgânicas, mais ligadas. Ainda pude ter acesso à parte conceitual da seqüência, o que para mim, favoreceu na ligação das duas partes (física/intelectual).

No momento não tenho mais nada a declarar.

Paula Coelho.

Ago/99

Primeiros comentários ao treinamento de “Busca e Retomada”

“Bom, antes de dizer qualquer coisa sobre sua qualificação quero falar um pouco o q aconteceu comigo ao lê-la (...) me veio uma coisa meio assim (...) “Que coisa mais parecida com o q estávamos tentando realizar com o Núcleo nesse um ano e pouco de pesquisa” e nesse sentido me deu enorme alegria ver a coisa (a parecida coisa) nesse nível de organização e embasamento.

A terceira coisa , ao ler a introdução e achar q tem alguma coisa errada ali quanto à visão semiótica, foi a mais legal de todas; como não sabia o q me incomodava (e ainda não sei bem) tive que ir me informar e nessa busca de

informação meio q "fiz as pazes com a ciência". Comecei a achar que não é possível fazer teatro sem o embasamento(ou ao menos conhecimento) de semiótica, filosofia e outras ciências. Me moveu a estudar.

A quarta coisa , ao ler o método em si , foi o movimento de ir atrás dos meus "caderninhos" de anotações .Tristemente constatei q grande parte deve estar em Brasília, pois não achei nada sobre as pesquisas q eu e Verô fizemos , muito pouco sobre anos de trabalho com Klauss e sobre o trabalho com o Núcleo burramente deixei q a assistente de direção anotasse tudo sem me dar ao trabalho de transcrever. Enfim .. achei ao menos um "fichamento" nada metódico de Laban (o domínio do movimento) q pode me ser útil , alem das anotações da época em q comecei um curso de formação de monitores c o Klauss e meus caderninhos de Ballet clássico. Foi uma verdadeira viagem no tempo, alguns escritos têm mais de 20 (!!!!) anos.

Gostei muito desse por em movimento, tanto prá trás (releitura de meus escritos) quanto adiante (o aguçamento da curiosidade sobre o q não conheço) .

Minha primeira tendência foi começar a mexer no seu texto em relação a excesso , ou falta, de pronomes, explicações ,clareza, etc. Fiquei um tempão embatucada naquela apresentação e lá no fim vi que você a esta rescrevendo (alias , gosto mais do esboço q esta rescrevendo)

Alguns dias depois, dentro desse meu processo de "retomada" percebi q a colaboração maior q posso dar, caso a queira , é a partir das fases e sub-fases do treinamento .

Acho que da mesma forma que minha cabeça tá meio um "samba do crioulo doido" com a enorme quantidade de informações q resolvi absorver (ou quase) nesses últimos dias em relação a teorias e conceitos de semiótica e linguagem teatral , a sua parece meio assim quando seu texto envereda prá pratica(ou descrição) da aplicação do método.

O quero dizer é q tenho essas informações(ou grande parte delas) no meu corpo, absorvidas devidamente por anos de trabalho pratico ; intuitivo, sem metodologia, disperso, mas real . Assim como ,me parece, você tem as informações teóricas (ou parte delas) devidamente absorvidas por anos de estudo.

Impressiono-me (um pouco) o paralelo entre o q você propõe e o caminho q segui. Nunca me considerei bailarina ou dançarina, tampouco somente atriz, tanto q em meu registro no sindicato diz: atriz-bailarina-coreógrafa. E olha q ele data de 1983. Quando comecei a trabalhar artes circenses tampouco tinha o intuito de me tornar uma virtuose, me interessava o desafiar meus limites, de medo e técnicos. Enfim...posso fazer um monte de analogias, e é claro q se pode dizer q se faz analogias do q bem se quiser.

Mas, no mínimo já sabemos q o acaso não é a toa e na minha opinião ano deve ser desperdiçado. É como não nos vermos ha meses e estarmos lendo o mesmo livro ou autor, ano pela 1* vez.

Te envio em anexo uma parte em q inseri alguns comentários . To um bocado envolvida com seu texto, pois como disse, me moveu e estou achando isso ótimo. “

Luiza Viegas

19/07/1999

Leitura do texto: “Busca e Retomada: Um treinamento para a construção da personagem pelo ator-dançarino”

Ler o texto depois de quase um ano e meio de prática, foi como estar lendo um diário, foi ver anotado detalhes de pequenas ações e momentos que vivemos em nossas práticas, treinamento. Escrito de um modo claro, e bem detalhado,

consegui imaginar e acompanhar cada fase do treinamento, e encontrar um sentido para cada momento que era proposto. Mesmo tendo uma linguagem bem clara, a pessoa que se propõe a ler esse texto deve ter um conhecimento mínimo do corpo e da dança, ou no caso teatro, pois o texto possui informações que uma pessoa, distante desse mundo, não entenderia.

Entendo esse treinamento como uma preparação do corpo e da mente para uma busca individual de movimentos e ações que são novas, e que surgem durante uma pesquisa intensa do corpo. Na minha opinião, eu vejo a seqüência dividida em duas partes, sendo uma primeira de aquecimento corporal e vocal, sem muitos elementos nossos, e uma segunda, onde colocamos tudo que temos de vocabulário corporal e sem nenhuma ordem vamos elaborando imagens e criando “personagens” que surgem com os movimentos plásticos, criando movimentos novos, nossos, que não fazem parte de nosso repertório, ou seja, que não são codificados.

A primeira parte: Seguindo um roteiro de exercícios, começamos com uma percepção individual do corpo: eixo, equilíbrio e desequilíbrio, “colocação” da bacia, pés... depois temos os amortecedores, que além do condicionamento físico nos proporciona um aquecimento das articulações e de todo o corpo. A chapa-quente, a raiz, os saltos, a corrida... são para dar a noção do nosso corpo e um aquecimento para o trabalho corporal que vem em seguida. Basicamente o que vamos buscar nessa primeira parte é um preparo do corpo para a segunda parte.

A segunda parte: A partir dos movimentos plásticos e da combinação deles, vamos nessa segunda etapa construir movimentos extra-cotidianos, e ganhar o espaço e com eles. Depois de realizar esses movimentos aleatórios nosso corpo irá nos sugerir um tipo de “personagem”, que será desenvolvido e logo abandonado. E após essa etapa partimos para os movimentos plásticos novamente e recomeçamos uma nova combinação de movimentos até se

chegar em uma dança pessoal. Na dança pessoal vamos desenvolver ainda mais a combinação dos movimentos plásticos e depois ainda colocar o trabalho de voz. E enfim chegamos a retomada que sem muito pensar, traz no nosso corpo o que estávamos criando durante essa segunda etapa.

Posso concluir assim que essa seqüência vem para combinar o aquecimento do corpo e a busca individual de movimentos. Ela é completa, é tudo que precisamos para nosso processo de criação.

Lyssandra Domingues

Set/1999

Considerações sobre o treinamento de “Busca e Retomada”

- Alongo o corpo e aqueço
- Escolho um lugar para iniciar o trabalho. Penso no roteiro e procuro me concentrar no trabalho. Imóvel, em pé, num canto da sala, espero um pouco para me deitar e espreguiçar. É a preparação.
- Gosto de sentir os pés no chão; sentir a força que vem da terra e vai dominando o corpo, dos dedinhos dos pés à cabeça. Flui lentamente, a energia, em movimentos constantes e eu começo a trabalhar com ela, ainda imóvel.
- Importante para mim, nessa fase, é a imagem de uma MÃO que sinto, ou pelo menos, tento assimilar, impulsionando o meu corpo, pelas costas, como um ROSCA, na coluna vertebral. Essa mão prende a energia no centro do corpo, na altura do abdômen.
- Ela vem por trás, no trabalho silencioso que faço com a coluna, ossinho por ossinho e depois exploro na dança pessoal. A “mão” vai rosqueando o “motorzinho” na coluna, “prende”, na região do cóccix e se espalha pelo corpo.
- Começo a dar significado às palmas das mão, pois, vão tocar o chão em toda a seqüência!.

- Agora, então, eu me deito e espreguiço.
- Harmoniosamente, corpo, natureza, penso num verbo, por exemplo: Brincar.
- Brinco com o meu corpo.
- elástico é uma imagem que me agrada. Estico o corpo. Abro os dedos das mãos e dos pés. As orelhas: deito sobre elas.
- Aguço a concentração. Fixo o olhar.
- Nos pontos de apoio, todo o corpo está envolvido. Já nessa fase, o meu corpo começa a encontrar o seu silêncio, a sua suavidade.
- Ele deve estar firme, consciente e livre ao mesmo tempo. Leve. Já nos pontos de apoio o meu corpo começa a falar por ele mesmo.
- As mãos sempre abertas, no chão, para receber a energia, o calor da terra, a vida.
- Penso num verbo: EXTRAVASAR. Correr, andar e parar.
- A energia deve ser extravasada na mesma proporção adquirida.
- Há um perigo e fico atenta. A tendência é relaxar. Desfazer a energia, de repente, e perder o movimento, o trabalho. Para não perder a energia, até prendo a respiração. A imagem para a seqüência é a de um vulcão.
- Sinto dificuldade na raiz. Caio. Perco a concentração.
- Gosto do desequilíbrio

Uma imagem para o desequilíbrio é a do ator Al Pacino. Ele anda no desequilíbrio. Seu rosto reflete esse andar. Seu olhar, impressionante, é o olhar do desequilíbrio.

ser humano é perpendicular em relação à terra, à natureza que o fez. Sua tendência é viver no equilíbrio. Sua tendência é o medo. Sentir medo do chão, da terra.

- A partir do elementos plásticos, o meu corpo entra na loucura e na dança pessoal, quando retomo todas as imagens criadas, verbos, sons.
- Os verbos são a dinâmica do treino com o corpo.

Verbos em ação:

Pegar, jogar, pular, cortar, girar, rodar, abrir e fechar o corpo, andar, defender e atacar – uso de bastões, correr, acariciar, cair, empurrar.

Seqüência dos verbos

- cortar, defender e atacar
- Andar, parar, cortar, pegar, jogar
- Correr, parar, cortar, jogar
- Pular, pegar, cair, girar
- Empurrar, acariciar, cortar.

Explorar (para a dança pessoal):

- A sensualidade
- feminino
- espírito guerreiro

Regina Maria Colevati Ferreira

BIBLIOGRAFIA

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALLAIN, Paul. *Suzuki Training*. In *The Drama Review* 42, 1 (T157) spring 1998. Cambridge, MA: Mitpress, 1998.

ARNHEIM, Daniel D. *Dance Injuries: Their Prevention and Care*. London: Dance Books, 1986.

ARISTÓTELES. *Arte Retórica e Arte Poética*. Tradução por: Antonio Pinto de Carvalho, Rio de Janeiro, Tecnoprint, 19—.

ARNHEIM, Daniel D. *Dance Injuries: Their Prevention and Care*. London: Dance Books, 1986.

BACHELARD, Gaston. *O Ar e os Sonhos: Ensaio Sobre a Imaginação do Movimento*. SãoPaulo: Martins Fontes, 1990.

BARBA, Eugenio, SAVARESE, Nicola. *A Arte Secreta do Ator - Dicionário de Antropologia Teatral*. Tradução por: Luis Otávio Burnier e equipe. Campinas, Hucitec-unicamp, 1995.

BARBA, Eugênio. *Antropologia Teatral*, in BARBA E SAVARESE, 1995.

BARBA, Eugênio. *The Paper Canoe: A guide to Theatre Anthropology*. London&New York: Roudledge, 1995.

BARBA, Eugênio, SAVARESE, Nicola. *Anatomia del actor: Un diccionario de Antropologia teatral*. México, Gaceta, 1988.

BERGER, Yvone, ***Viver o Seu Corpo: Por uma Pedagogia do Movimento.***
Tradução por: Estela dos Santos Abreu e Maria Eugenia de F. Costa. São Paulo:
Martins Fontes, 1981.

BÉZIER, Marie-Madeleine e PIRET, Suzanne. ***A Coordenação Motora: Aspecto Mecânico da Organização Psicomotora do Homem.*** Tradução;
Angela Santos. São Paulo: Summus, 1992.

BLOM, Lynne Anne, CHAPLIN, L. Tarin. ***The intimate act of choreograph.***
Pittsburgh, Pittsburgh Press, 1982.

BLOM, Lynne Anne e CHAPLIN, L. Tarin. ***The Moment of movement: Dance Improvisation.*** Pittsburgh: University of Pittsburgh Press, 1988.

BOAL, Augusto. ***200 exercícios e Jogos para o ator e o não-ator com vontade de dizer algo através do teatro.*** Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1988.

BRECHT, Bertolt - ***Estudos Sobre Teatro.*** Coletado por: Siegfried Unseld.
Tradução de Fiana Pais Brandão. - Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1978

BRECHT, Bertolt - ***Pequeno Organon para o Teatro,*** São Paulo, 19--

BROOK, Peter. ***Grotowski, Art as a Vehicle In.:*** The Drama Review 35, 1
(T129) Spring 1991.

BURNIER, Luis Otavio. ***A arte do Ator: da técnica à representação - Elaboração, codificação e sistematização de técnicas corpóreas e vocais de representação para o ator.*** Tese de doutorado em Comunicação e Semiótica. São Paulo: PUC, 1994.

CEBALLOS, E. **Meyerhold: El Actor sobre La Escena**. Ciudad de Mexico: Unam, 1986

CHIA, Mantak. **Iron shirt Chi Kung I: Once a Marial Art, now the practice that strengthens the internal organs, roots oneself solidly, and unifies physical, mental and spiritual health**. New York: Healing Books, 1986.

CHIZZOTTI, Antonio. **Pesquisa em Ciências Humanas e Sociais**. São Paulo: Cortez, 1991.

CLIPPINGER-ROBERTSON, Karen. **Principles of Dance Training in Science of Dance Training**. Editado por CLARKSON, Priscilla M. e SKRINAR, Margareth. Champaign, Ill: Human Kinetics Books, 1988.

DESLANDES, Suely Ferreira, NETO, Otavio Cruz e GOMES, Romeu; MINAYO, Maria Cecília de Sousa (Org.) . **Pesquisa Social**, Petrópolis: Vozes, 1993.

DESPEUX, Catherine. **Taiji Quan: Arte Marcial, Técnica de longa vida**. Tradução por: Octávio Mendes Cajado. São Paulo: Pensamento, 1995.

GROTOWSKI, Jerzi. **Respuesta a Stanislavski**. In.: **Revista Máscara** Ano 3 N° 11-12 Enero 1993, Cidade do México: Escenologia 1993.

GROTOWSKI, J. **Los Ejercicios**. In.: **Máscara** Ano 3 N° 11-12, Janeiro. Cidade do México: Escenología, 1993

GROTOWSKI **Untitled text by Jerzy Grotowski, Signed in Pontedera, Italy, July 4, 1998** in *The Drama Review* 43, 2 (T162) Summer 1999.

HARROP, John. **Acting**. Theatre Concepts series. London: Routledge, 1992.

HELBO, André. ***Teoria del Espetáculo: El paradigma espectacular*** . Buenos Aires; Galerna, 1989 .

HUANG, Wen-Shan. ***Fundamentals of Tai Chi Ch'uan : an exposition of its history, Philosophy, technique, Practice and Application***. Hong Kong: South Sky Book Company, 1973.

HUANG, A. C. ***Expansão e Recolhimento: A Essência do Tai Chi***. Tradução por George Schlesinger e Mauro Rubinstein. São Paulo: Summus, 1979.

HUMPHREY, Doris. ***The art of Making Dance***. Editado por Barbara Pollack. New York: Grove, 1959.

HODGSON, John e RICHARDS, Ernest. ***Improvisation***. New York: Grove Weidenfeld, 1979.

JESSE, Anita. ***Let the Part Play you: A Practical Approach to the Actor's Creative Process***. Bunk, CA: Wolf Creek Press, 1998.

ZIGGIATTI, Laerte. Estação Guanabara abre espaço para o imponderável. *Diário do Povo*, Campinas, 23 de Setembro de 1993. Arte/Lazer, p.2.

LABAN, Rudolf - ***O Domínio Do Movimento*** - Organização Lisa Ullmann. Tradução por: Anna Maria Barros de Vecchi e Maria Silvia Mourão Netto, São Paulo, Summus, 1978.

MARINIS, Marco De. ***Dramaturgy of the spectator***. In: *The Drama Review* (TDR - 114). Cambridge: Mitpress, Summer 1987

MANNING, Susan Allene & BENSON, Melissa. *Interrupted Continuities: Modern Dance in Germany*. In *The Drama Review*. Vol. 30, Nº 2 (T110) Summer. Cambridge: Mit Press, 1986.

MINTON, Sandra.C. *Choreography: A Basic Approach Using Improvisation*. EUA, United Graphics, 1986.

MARTIN, John. *The modern dance*. New York: Barnes & Co., 1972.

NUNES, Celso. *O Treinamento psicofísico na formação do ator*. Dissertação de Mestrado. Magaldi, Sábato (Orientador). São Paulo: ECA-USP, 1982.

QUINTEIRO, Eudosia Acuña. *Estética da Voz: Uma voz para o Ator*. São Paulo: Summus, 1989. P

ROCHA FILHO, Ruben. *A Personagem Dramática*. Coleção Ensaios. Rio de Janeiro; INACEN, 1986.

RODRIGUES, Graziela. *Bailarino-Pesquisador-Intérprete: Processo de Formação*. Rio de Janeiro: Funarte, 1997.

ROUBINE, Jean-Jacques. *A arte do Ator*. Tradução: Yan Michalski e Rosyane Trotta, Rio de Janeiro, Jorge Zahar Editor, 1987.

ROSENFELD, Anatol. *O Teatro Épico*. São Paulo: Perspectiva, 1985.

RYAN, Allan J. *What is Dance Medicine? A Physician's Perspective*. In *Science of Dance Training*. Editado por CLARKSON, Priscilla M. e SKRINAR, Margareth. Champaign, Ill: Human Kinetics Books, 1988.

SERRA, Sylvia Monica Allende ***Empatia: Um Estudo da Comunicação Não-Verbal Terapeuta-Cliente***, Tese (Doutorado em Psicologia) USP - 1990.

SHAKESPEARE, William. ***A Tragédia de Hamlet***. Tradução por: Péricles Eugênio da Silva. São Paulo: Abril Cultural, 1976

SHIH, Tzu Kuo. ***The Swimming Dragon: A Chinese Way to Fitness, Beautiful Skin, Weight Loss & High Energy***. New York: Station Hill Press, 1989.

SILVA, Eusébio Lobo. ***Comentários e Instruções Sobre a Dança***. Belo Horizonte: Ed. do autor, 1983.

SILVA, Soraia M. ***Profetas em Movimento: um processo de criação em dança a partir da releitura das dinâmicas de movimento que se desprendem dos gestos e posturas do Estatuário dos Profetas em Congonhas do Campo***. Dissertação de Mestrado em Artes. Instituto de Artes - Unicamp: 1994.

SIQUEIRA, Adilson. ***Comentários Sobre o Ator-Dançarino e o Paradigma Quântico-Relativista***. In Cadernos da Pós Graduação. Instituto de Artes/Unicamp. Ano 2, Volume 2 Nº1. Campinas: 1997-1998

SPOLIN, Viola. ***Improvisação para o Teatro***. Trad. Ingrid Doulmien Koudela e Eduardo José de Almeida Amos. São Paulo: Perspectiva. 1987.

STANISLAVSKI, Constantin. ***A criação de um papel***. Tradução: Pontes de Paula Lima, Rio de Janeiro, Civilização Brasileira, 1984.

STODELLE, Ernestine. ***The Dance Technique of Doris Humphrey and its Creative Potential***. Princeton, NJ: Priceton Books Co., 1978.

TAYLOR, J. R. *A Dictionary of the Theatre*. Harmondsworth: Penguin Books, 1975.

UESHIBA, Morihei. *The Art of the Peace: Teachings of the founder of Aikido*. Translated by John Stevens. Shambala Pocket Class. Boston & London: Shambala, 1992.

VIANNA, Klauss. *A dança*. Marco Antonio de Carvalho (Col.). São Paulo; Siciliano, 1990.

OBRAS CONSULTADAS

ASSMANN, H. *Paradigmas Educacionais e Corporeidade*. Piracicaba: UNIMEP, 1998.

BALDISSERA, F. & MICHAELS, A. *Der Indische Tanz: Kuorspreche in Vollendung*. Köln: DuMont. 1988.

BARBOSA, P. *Teoria do Teatro Moderno: Axiomas e Teoremas*. Porto: Afrontamento, 1982.

BEUTENMULLER, M. G. *Expressão Vocal e Expressão Corporal*. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1974

BOURCIER, P. *História da Dança no Ocidente*. São Paulo: Martins fontes, 1987.

BRIKMAN, L. *A Linguagem do futuro*. São Paulo: Summus, 1989,

BROOK, P. *O Teatro e Seu Espaço*. Rio de janeiro: Vozes, 1970.

CALVINO, Ítalo. *Seis propostas para o próximo milênio*. São Paulo: Companhia das Letras, 1997

COHEN, S. J. *The Modern Dance: Seven Statements of Belief*. USA, Middletown, Con: Wesleyan University Press, 1988

CONRADO, A. *O Teatro de Meyerhold*, Rio de janeiro: Civilização Brasileira, 1969.

DANTAS, E. H. M. (org.) ***Pensando o Corpo e o Movimento***. Rio de Janeiro: Shape, 1994.

ECO, U. ***Como Se Faz Uma Tese: Metodologia***. Tradução por: Gilson Cesar Cardoso. São Paulo, Perspectiva, 1993.

ESSLIN, M. ***Uma Anatomia do Drama***. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.

FARO, A. J. ***Pequena história da Dança***. Rio de Janeiro: Zahar, 1986.

FAHBUSCH, H. ***Dança Moderna e Contemporânea***. Rio de Janeiro: Sprint, 1990.

FELDENKRAIS, M. ***Consciência Pelo Movimento***. Tradução: Daysi A. C. Souza. São Paulo: Summus, 1977.

FERGUSON, F. ***Evolução e Sentido do Teatro***. Rio de Janeiro: Zahar, 1964.

FUX, M. Dança, ***Experiência de Vida***. São Paulo: Summus, 1983.

GARAUDY, R. ***Dançar a Vida***. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

GARCIA, S. ***Teoria e Prática do Teatro***. São Paulo: Hucitec, 1988.

GOMES, R. ***A Análise dos dados em pesquisa qualitativa***. In: MINAYO, Maria Cecília de Souza (Org.). ***Pesquisa social: Teoria, Método e Criatividade***. Petrópolis: Vozes, 1996.

HORST, L. & RUSSEL, C. ***Modern Dance forms in relation to the other modern arts***. Princeton: Dance Horizons, 1987.

JANUZELLI, A. **A Aprendizagem do Ator**. São paulo: Atica. 1986.

JOUVET, L. **Reflexions du Comedien**. Rio de janeiro: America, 1941.

KOBIALKA, M. **The Writings of Tadeusz Kantor 1956-1985**. In The Drama Review. Vol. 30, Nº 30, Cambridge: Mit Press, 1986.

KUSNET, E. **Ator e Método**. Rio de janeiro; Instituto nacional de Artes Cênicas, 1987.

LABAN, R. - **Dança Educativa Moderna**. Trad. Maria da Conceição P. Campos. São Paulo: Ícone, 1990.

LE BOUCH, J. **Rumo a uma Ciência do Movimento**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1987.

MARTIN, J. **The modern dance**. New York: Barnes & Co. 1972.

MEDEIROS, J. B. **Redação Científica: A Prática de Fichamentos, Resumos e Resenhas**. São Paulo, Atlas, 1991.

MENDES, M. G. **A dança**. São Paulo, Ática, 1985.

MICHELI, L. J. **Prevention of Dance Injuries**. In CANRU, R.C e GILLESPIE, W. J. (Editores) , **Sports Medicine. Sports Science: Bringing the gap**. Lexington, MA: Collamore, 1982b

MOREIRA, W. W. **Corpo presente**. Campinas: Papirus, 1995.

PALLOTTINI, R. **Dramaturgia: A Construção do Personagem**. São Paulo, Ática, 1989.

PIGNATARI, Décio. *Literatura e Semiótica*, [s.L] Cortez e Moraes. 19--.

PEIRCE, C. S. *Escritos Coligidos*. Tradução por: Armando Mora D'Oliveira e Sergio Pomerangblun, in: OS PENSADORES, Vol. 36, São Paulo, Abril, 1974.

PORTINARI, M. *História da Dança*. Rio de Janeiro, Nova Fronteira, 1989.

RICHARDS, Thomas. *Al Lavoro Con Grotowski Sulle Azioni Fisiche*. Milano: Ubulibri, 1993.

ROBATTO, Lia. *Dança em Processo: a linguagem do indizível*. Salvador: UFBA, 1994.

SANTAELLA, Lucia. *O que é semiótica*. São Paulo, Brasiliense, 1983

SANTOS, G. C, SILVA, Arlete Ivone Pitarello da. *Normas para referências bibliográficas: Conceitos Básicos*. Campinas, Unicamp/FE, 1995.

SERRA, Silvia. M. A. *Analysis of expressive movement in the creative personality*. Tese mestrado. Philadelphia: Hahnemann Medical College and Hospital, 1979.

SILVA, E. L. *A dança e a pessoa: Algumas considerações sobre o Método Integral da Dança*. 1994.

SMITH-AUTARD, J. M. *Dance Composition*. London: A&C Black, 1996.

STANISLAVSKI, Constantin. *A construção do personagem*. Tradução por: Pontes Paulo Lima, Rio de Janeiro, Civilização Brasileira, 1986.

_____ Org. Reynolds Hapgood. **Manual del actor**.
Cidade do México: Diana, 1987.

THOMAS. H. **Dance: Modernity and Cultures: Explorations in the Sociology of Dance**. New York: Routledge, 1995.

TODD, M. E. **The Thinking Body**. Princeton: Dance Horizon Books, 1968.

TOUCHARD, Pierre Aimé. **O Amador de Teatro**. Tradução por: Maria Helena Ribeiro da Cuna e Maria Cecília Morais Pinto. São Paulo: Duas Cidades, 1970.

VASCONCELLOS, L. P. **Dicionário de Teatro**. Porto Alegre, L&PM, 1987.

WAGNER, F. **Teoria e Técnica Teatral**. Coimbra: Livraria almedina, 1979.

WELLS, R. **O Corpo se Expressa e Dança**. Rio de Janeiro : Francisco Alves, 1983.

UNICAMP
BIBLIOTECA CENTRAL
SEÇÃO CIRCULANTE