UNICAMP

JANAINA CARRER

Verticalidade e Awareness:

qualidades de consciência no trabalho do ator/performer.

CAMPINAS
2014

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
INSTITUTO DE ARTES

JANAINA CARRER

Verticalidade e Awareness:
qualidades de consciência no trabalho do ator/performer.

Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Artes da Cena do Instituto de Artes da Universidade Estadual de Campinas para obtenção do título de Mestra em Artes da Cena.

Orientador: Prof. Dr. Cassiano Sydow Quilici.

Este exemplar corresponde à versão final
da Dissertação defendida pela aluna
Janaina Carrer, e orientada pelo
Prof. Dr. Cassiano Sydow Quilici.

_____

CAMPINAS
2014

Ficha catalográfica
Universidade Estadual de Campinas
Biblioteca do Instituto de Artes
Silvia Regina Shiroma - CRB 8/8180

C234 Carrer, Janaina, 1984-
Verticalidade e Awareness : qualidades de consciência no trabalho do ator/performer / Janaina Carrer. – Campinas, SP : [s.n.], 2014.

Orientador: Cassiano Sydow Quilici.
Dissertação (mestrado) – Universidade Estadual de Campinas, Instituto de Artes.

1. Consciência. 2. Grotowski, Jerzy, 1933-1999. 3. Corpo. 4. Cultivo de si. 5. Performance (Arte). I. Quilici, Cassiano Sydow,1959-. II. Universidade Estadual de Campinas. Instituto de Artes. III. Título.

Informações para Biblioteca Digital

Título em outro idioma: Verticality and Awareness : qualities of consciousness in the work of actor/performer
Palavras-chave em inglês:
Awareness
Grotowski, Jerzy, 1933-1999
Body
Self-cultivation
Performance (Art)
Área de concentração: Artes da Cena
Titulação: Mestra em Artes da Cena
Banca examinadora:
Cassiano Sydow Quilici [Orientador]
Daniela Reis Plá
Renato Ferracini
Data de defesa: 31-01-2014
Programa de Pós-Graduação: Artes da Cena

Instituto de Artes

Comissão de Pós-Graduação

Defesa de Dissertação de Mestrado em Artes da Cena, apresentada pela Mestranda Janaina Carrer - RA 24078 como parte dos requisitos para a obtenção do título de Mestra, perante a Banca Examinadora:

Prof. Dr. Cassiano Sydow Quilici
Presidente

Prof. Dr. Daniel Reis Plá
Titular

Prof. Dr. Renato Ferracini
Titular

RESUMO

Esta pesquisa investiga a construção de uma qualidade de consciência enquanto atenção e presença no trabalho do ator/performer. Para tanto, num primeiro capítulo, tratamos sobre a noção de consciência no âmbito teatral, bem como os apontamentos necessários a respeito da dicotomia corpo/mente, e, em seguida, encontramos no pensamento de Francisco Varela, Yasuo Yuasa e Philip B. Zarrilli caminhos para se (re)pensar uma outra qualidade possível à consciência. Tendo como eixo norteador a análise do trabalho de Jerzy Grotowski ao final de sua vida (no período denominado *Arte como Veículo*), o segundo capítulo foca sobre as noções de *Verticalidade, Awareness, Performer* e o binômio *I-I* apresentados pelo diretor polonês. Além de uma análise sobre este momento da pesquisa de Grotowski, se apresenta ainda um diálogo com Varela, Yuasa e Zarrilli, a fim de privilegiar a ideia do trabalho do artista sobre si mesmo (sobre a noção de *cultivo*), relacionando arte e vida, entendendo neste processo a construção de uma qualidade de consciência sutil e refinada. Num terceiro momento direcionamos o foco da pesquisa para processos criativos da autora, relacionando discurso teórico e experiência vivida, a fim de encontrar os próprios caminhos na construção desta qualidade diferenciada de consciência.

Palavras-chave: consciência, Grotowski, silêncio, cultivo, ator/performer

ABSTRACT

This research investigates the construction of a quality of consciousness as attention and presence in the actor/performer's work. For this, in the first chapter, we deal on the notion of awareness in the theatrical context, as well the necessary notes about the dicothomy mind/body, and then, find the thought of Francisco Varela, Yasuo Yuasa and Philip B. Zarrilli, ways to (re) consider an another possible quality for the consciousness. Guided by the analysis the work of Jerzy Grotowski in the end of his life (the period know as *Art as Vehicle*), the second chapter focuses on the notions of *Verticality, Awareness, Performer* and the binomial *I-I* presented by the polish director. Besides an analysis on this momento of Grotowski's research, we present a dialogue with Varela, Yuasa and Zarrilli, in order to favor the Idea of the artist's work on himself (on the notion of *"self-cultivation"*), linking art and life, understanding in this process the construction of an subtle and refined quality of consciousness. In a third moment, we direct the focus of the research for creative processes of the author, relating theoretical discourse and lived experience in order to find their own ways in the construction of this particular quality of consciousness.

Keywords: awareness, Grotowski, silence, self-cultivation, actor/performer

SUMÁRIO

Prólogo..... 1
Introdução.....11
Manual de Instruções..... 16

Capítulo 1 – Qualidades de Consciência 17
1.1 - Um percurso: a consciência no trabalho do ator..... 17
1.2 - Uma questão: a cisão corpo/mente..... 29
1.3 - Um caminho: atenção/consciencialização..... 38
Treinar e Cultivar..... 39
Deixar-se ir 48
Os cuidados 53
Intenção 56

Capítulo 2 – Verticalidade e Awareness 61
2.1 - Um percurso - Arte como veículo.....64
2.2 - Uma questão – Awareness - Performer e seus pássaros..... 74
2.3 - Um caminho – Verticalidade - Performer, o cultivador..... 80
O guerreiro 82
A escada 86
Os pássaros 89

Capítulo 3 – Vozes da Prática 97
3.1 – Praticando uma teoria..... 100
A vida, a escrita e os sonhos..... 108
3.2 – Revendo Trajetórias..... 116
Passei Hoje corrigindo Ontem..... 116
coletivo meninas sem nome..... 126

Conclusão..... 141

Epílogo..... 148
Referências Bibliográficas..... 151
Bibliografia 153

Dedico este trabalho aos meus pais.
Pelo amor, apoio, compreensão e luz.
Pela jornada desta e de outras vidas.

Agradecimentos

Ao meu querido orientador, não só pela ajuda na caminhada, mas pelo exemplar de caminhante a ser seguido. *Quero ser (humano) assim quando eu crescer...*

Aos meus pais, de novo e sempre. Aos meus irmãos, Yara, Pedro e Ana, pela força, incentivo e amor incondicionais. *Cresço assim porque tenho vocês...*

Às minhas "amigas-meninas-sem-nome", Alda, Dani e Mari, pela amizade, paciência e troca de sempre. À Ana Terra, Vivi e Thaíse, que tão longe, se fazem sempre presentes. *Porque nem sei expressar amor por seres tão lindos...*

À todo elenco de *Passei Hoje Corrigindo Ontem* pela experiência enriquecedora. À Joana Dória e Sofia Boito, amizades descobertas. À Maura Baiocchi e Wolfgang Pannek, mestres que reviraram meus órgãos. *Pelos encontros na caminhada é que se descobre o caminho...*

Ao Felipe e ao Ian, por amores que nunca se vão. *'Menininhozinho', o mundo é mesmo um mar de histórias...*

Ao Vinícius Corrêa, pelas soluções e ajuda certeiras. À FAPESP, Fundação de Amparo e Pesquisa, que viabilizou minha concentração nesta escrita. *Tem sempre alguém pra ajudar a tirar a pedra no meio do caminho...*

À todos os integrantes do *Workcenter of Jerzy Grotowski and Thomas Richards,* pela recepção, ensinamentos e ajuda durante minha estadia, em especial Suelen, Grazi, Aga, Robin, Lloyd, Felicita e Alejandro. *Experiências gravadas em sonhos perduram para o resto da vida...*

Ao Pedro, pelo ouvido paciente, mãos talentosas, olhos atentos e o coração companheiro. *Porque a caminhada é mais suave com a companhia deste amor...*

Lista de Figuras

Fig. 1 - Foto: espaço do Workspace – Pontedera/Itália..... 95

Fig. 2 – Foto: frente do Workspace – Pontedera/Itália..... 107

Fig. 3 - Ilustração sonho 1 - *desenho: Pedro Hurpia*..... 108

Fig. 4 - Ilustração sonho 2 - *desenho: Pedro Hurpia*..... 110

Fig. 5 - Ilustração sonho 3 - *desenho: Pedro Hurpia*..... 112

Fig. 6 - Ilustração sonho 4 - *desenho: Pedro Hurpia*..... 113

Fig. 7 - Ilustração sonho 5 - *desenho: Pedro Hurpia*..... 115

Fig. 8 - Espetáculo "Passei Hoje Corrigindo Ontem" - *foto:Pim Lopes*..... 117

Fig. 9 - "Passei Hoje Corrigindo Ontem" - *foto Sofia Boito*..... 118

Fig. 10 - "Passei Hoje Corrigindo Ontem" - *foto Sofia Boito*..... 121

Fig. 11 - "Passei Hoje Corrigindo Ontem" - *foto Sofia Boito*..... 122

Fig. 12 - "Passei Hoje Corrigindo Ontem": *foto Sofia Boito*..... 125

Fig. 13 – Intervenção coletivo meninas sem nome - *foto: Daniela Alves*.. 127

Fig. 14 - coletivo meninas sem nome - *foto: Daniela Alves*..... 129

Fig.15 - coletivo meninas sem nome - *foto: Murilo de Paula*..... 131

Fig. 16 - coletivo meninas sem nome - *foto: Daniela Alves*..... 133

Fig. 17 - coletivo meninas sem nome - *foto: Daniela Alves*..... 134

Fig. 18 - coletivo meninas sem nome - *foto: Murilo de Paula*..... 137

Fig. 19 - coletivo meninas sem nome - *foto: Daniela Alves*..... 139

Fig. 20 - coletivo meninas sem nome - *foto: Murilo de Paula*..... 140

Fig. 21 – Diagrama de palavras-chave..... 141

Fig. 22 – Gráficos Imaginários..... 142

Fig. 23 – Amarelinha: imagem de palavras..... 143

Fig. 24 – Texto feito a mão 1 148

Fig. 25 – Texto feito a mão 2..... 149

“Tenho uma única ocupação: refazer-me”
Antonin Artaud.

“Nós somos aquilo que fazemos. Portanto só existimos no dia em que fazemos”
Padre Vieira.

PRÓLOGO

Com o coração palpitando, a respiração ofegante e os pensamentos embaralhados, começo tentando organizar uma introdução a esta dissertação. Há, inevitavelmente, um desejo de explicar alguns aspectos da escrita que o leitor encontrará pela frente. Para começar, não espere, caro leitor, uma escrita simplesmente analítica, filosófica e carregada de racionalidade. Tentando não aderir a julgamentos de valores, é necessário ressaltar este aspecto da escrita como uma consequência ao processo de formação e vida de quem vos escreve. Assumo que o percurso desta autora/artista sempre esteve calcada na prática antes da reflexão. Independente dos aspectos positivos e negativos que esta característica gerou tanto em tais práticas como nesta escrita, esta tensão vivenciada busca agora transbordar as linhas digitadas, numa expectativa de conciliar tais aspectos – reflexão e prática, conceitos e experiências, análise e vivência. Assim, se por vezes será possível aprofundar-me numa reflexão teórica, por outras escorregarei para um fluxo pessoal, transbordamentos e atualizações de memórias e experiências. Peço licença a vocês para deslizar em ondas irregulares e convido-os a adentrar o bote para esta deriva em alto-mar.

Um percurso

Era uma menina ruiva (cabelos pintados), sotaque carregado, vinda de terras para além da imaginação dos que aqui habitavam. De referências poucas, e vontade muita, não sabia bem por que estava ali, mas o querer estar era tanto, que seguia sem medo. E fez, fez, fez, refez, e o fazer era tanto, que refletir sobre aquilo era perder tempo de viagem.

O curso de graduação propiciou-me o contato com diferentes linguagens e métodos, o que gerou, por vezes, conflitos de ordem pessoal e poética, e noutras, ebulições de alegria por conhecer infindáveis possibilidades. Em dois trabalhos durante o curso, aprofundei-me na linguagem das danças brasileiras como caminho para a criação artística. Foi neste momento que deparei-me com a primeira pergunta propulsora desta pesquisa: Qual a proximidade do corpo do ator ao corpo em transe? Esta pergunta permaneceu marcada em mim de alguma maneira, mas não encontrou vetores de saída durante um certo tempo.

*Assustei-me. A sala vibrava, os corpos se tornaram nebulosos, sem contornos. Já não identificava um foco de ação, pois tudo pulsava em conjunto e, mesmo com uma visão distanciada do cenário, abandonada de um controle racional, havia uma consciência tão presente que me deixava saber onde estava, quem era e o que fazia.**

---

* Processo de criação do espetáculo Bens de Fôlego. 2005. Iniciação científica de Clara Cechinni, sob orientação da Profa. Dra. Grácia Navarro.

Numa outra pesquisa, junto a um coletivo de atrizes/amigas, começamos um estudo de criação a partir da palavra “Vazio”. De início, a palavra era apenas a chave de ignição para começar uma criação, sem uma predefinição clara de linguagem ou temática específica, para fazer emergir as potências poéticas a partir do contato entre os próprios corpos. Para tanto, caminhamos por diversas experimentações, que atravessaram alguns procedimentos performáticos (ficar sem comer, sem falar, sem dormir), métodos exaustivos (do Treinamento Energético de Luis Otávio Burnier a propostas práticas inspiradas no trabalho de Jerzy Grotowski), até técnicas de respiração e contemplação (como meditações e artes marciais).

Mesmo nos esforçando para realizar uma finalização cênica do trabalho, percebemos que o que mais nos interessava era a pesquisa e experimentação realizada no caminho. Os diferentes procedimentos, por mais incrível que nos parecesse, dialogavam de tal maneira a propiciar estados corpóreo-mentais extremamente presentificados na ação. Nos questionamos, neste momento, se a pesquisa não estava se encaminhando menos a uma obra/exercício cênico e mais a uma investigação metodológica.

E foi a partir deste momento que a primeira pergunta que me havia feito se reformulou: Que estado psicofísico é este, que dialoga com o corpo em transe, mas não se restringe ao campo das danças brasileiras?

*Tudo era silêncio. Eu não a olhava de frente, mas sentia sua respiração dentro da minha, eu podia enxergar com os olhos dela. Eu me movia e ela também. Já não sabia mais se era ela ou eu a conduzir aquele jogo. Quase nada fazíamos. O ar estava suspenso numa liquidez e, como num aquário, estávamos todos submersos e presentes naquele momento. Não era eu, não era ela, não era outro, não era nada além de tudo aquilo ali.***

Depois de formada, diploma na gaveta, continuei uma série de trabalhos que por diversas vezes pareceram contraditórios entre si, tamanha variedade de linguagens experimentadas. Do teatro a dança, da performance de volta ao teatro, continuei o que aprendi na graduação: diversos caminhos de criação são possíveis. Até que um amigo (desses que deveriam vir acompanhados de um *manual de instruções* para entendê-lo) me disse que eu era muito "camaleoa". Ele percebia que eu conseguia transitar fácil por linguagens, mas que, desta maneira, ele não entendia quem eu era, quais as características que me afirmavam enquanto artista, e que eu deveria parar e pensar no que de fato era *meu. "Qual é a sua?"* – me perguntou.

Desbaratinada com o diálogo, derramei águas de culpa e baixa autoestima. Afinal, quem era eu se ninguém entendia qual era a minha? Passado o sabor amargo de tais águas, notei que elas eram mais doces do que eu imaginava. Mergulhando em mim, para entender "qual era a minha", encarei novamente as tais perguntas que me havia feito durante a graduação e nelas encontrei a minha resposta para meu amigo. Percebi que a

---

** Processo de criação do trabalho cênico *Vazio.* Inicialmente como exercício para a disciplina de Práticas em Direção, orientada pela Profa. Dra. Alice K., que se estendeu como pesquisa cênica junto as atrizes Alda Maria Abreu, Daniela Alves, Viviana Collety e Tetembua Dandara.

“minha” – característica, linguagem, marca, ou qualquer coisa a me identificar – talvez fosse ser justamente isso: nenhuma e todas ao mesmo tempo. O fato que me consumia era entender o que estava por trás de qualquer linguagem: o artista e sua presença. E se antes o *camaleoa* ressoou como um rebaixamento artístico, agora adquiria aspectos brilhantes e provocadores.

Camaleoa. Trânsito possível em diversas linguagens. Colhi as águas derramadas, e vi, no meu reflexo, um sorriso, uma luz. Que corporalidade é esta tão permeável? Transito por aí sem forma, sou água, maleável, transparente. Sou água que ampara e sustenta a possibilidade de diferentes linguagens me atravessarem. Por trás desta necessidade a qual me obrigam as normas de aceitação artística, não tenho “minha cara”, pois não há mais um rosto/forma que me delimite, unifique e permaneça. Não sou a linguagem, não sou eu, não sou nada além de água.

Uma questão

No processo de rememorar as inquietações que me marcaram, aos poucos foi possível delinear os contornos, ainda que borrados, de um possível pensamento e, com isso, compreender as possibilidades que ele me abria. Ao retomar o ponto de partida – a relação entre o corpo do ator e o corpo em transe – abri mão da palavra “transe”, apesar dos apegos e memórias pessoais e poéticas contidas em mim.

*Ria. Ria muito. A menina estava possuída de mim. Com os braços na cabeça, ligeireza nas pernas e muito falatório, ela insistia em conversar e pedir guaraná, como aquele erê da tia. Vi o terreiro de chão vermelho, a cortina branca que separava os espaços e meu corpo vibrando numa frequência já (re)conhecida de outras experiências. Era eu antes, no centro da avó, aspirante a 'cavalo', joelhos dobrados, fremir involuntário, pensamento solto e corpo conscientemente cedendo espaço para uma força maior.****

Fato é que por crescer muito próximo da umbanda (a avó tem um terreiro), as marcas e memórias estão cravadas nesta carne/espírito. Porém, ao pensar em 'transe', as imagens e palavras que vieram a sua cabeça, querido leitor, provavelmente foram associadas ao imaginário religioso: terreiro, médium, Deus, espírito, possessão, entre outras. Imagine agora a jovem autora tentando explicar pra você que, para além destas imagens, é possível encontrar no corpo em transe uma relação com o corpo do ator, mas tentando retirar todos os preconceitos, místicas e delimitações de linguagem associados a esta palavra. Percurso um tanto árduo, certo?

Toda esta relação preconcebida ao termo poderia forçar o deslocamento do discurso para territórios de linguagens específicas associadas a palavra 'transe' (como as danças brasileiras, por exemplo), porém o desejo era compreender um estado psicofísico que pode nos permitir justamente atravessar linguagens, universos e mesmo delimitações entre arte e vida.

Um corpo em transe não abandona completamente sua consciência, não permanece inconsciente, ou este seria o fim do corpo físico do cavalo ou médium. Assim, interessava-me naquele momento compreender qual

---

*** Exercício cênico *Caravana Viramundo*, 2004, orientação da Profa. Dra. Grácia Navarro e de Luís Monteiro, durante a disciplina de Danças Brasileiras. Trabalho com a personagem Ritinha, cujas sensações me remetiam às experiências no terreiro de Umbanda conduzido por minha avó em Goiânia/GO.

era esta relação entre consciência e inconsciência quando o corpo do ator se encontra em trabalho. Diante de um fluxo que nos atravessa, por vezes abandonados de uma consciência que abarque e interprete racionalmente o acontecimento, há uma qualidade desta consciência que não nos abandona, mas transmuta-se para permitir o próprio acontecimento. Foi ainda neste sentido que abriu-se mão da idéia de transe pois, mais do que uma inconsciência que altera os estados conscientes, percebeu-se a necessidade de investigar uma qualidade de consciência silenciosa, atenta e presente. Fechando ainda mais o cerco em torno da questão, o foco se tornou então compreender que qualidade de consciência é esta, capaz de ceder espaço e permanecer ao mesmo tempo. Para alem de metodologias que visam a criação cênica, passou a interessar-me rever algumas noções de treinamento ao ator/performer, a fim de abarcar as possibilidades de uma consciência refinada que se constrói não só em sala mas em vida.

Uma pesquisa

Tornou-se necessário para a pesquisa abordar conceitos e procedimentos práticos que estabelecessem um diálogo entre as diferentes experiências criativas da artista e os conceitos a serem aprofundados. Nas experiências de linguagens percorridas, houveram dois polos de processos de criação e qualidades energéticas que chamaram a atenção por serem opostas e, no entanto, propiciarem estados corpóreo-mentais análogos.

Se em alguns processos de criação foram utilizados métodos de exaustão física, ou em movimentações codificadas, em outros,

o silêncio, o sutil, a respiração foram chaves de acesso a estados semelhantes (embora não necessariamente idênticos). Essas duas palavras martelaram meus pensamentos: Silêncio e Exaustão.

*O corpo estava esgotado, a mente não mais acompanhava o movimento, não impedia-o nem analisava-o. Saía de mim monstros irreconhecíveis, vozes inaudíveis, e eu deixava-me levar, acompanhando o que surgia. Quando reiniciávamos, sem entender como era possível, quase tudo que surgira retornava. Reapareciam gestos, movimentos, vozes que de alguma forma cravaram minha carne e espírito de tal forma que se recriavam e se repetiam.****

*Começamos lentamente contando a respiração. Inspira... expira... 1... 2... 3...Os pensamentos foram ficando cada vez mais vagos, distantes, nebulosos. Via tudo, sentia tudo. Ações começavam a brotar de um silêncio quase absoluto, sem pedir licença, acompanhadas de uma suspensão no tempo. Movia-me sem perceber-me, ao mesmo tempo em que tudo ao redor se movia e a tudo eu percebia. Um sopro daquele ar continuava entrando e saindo.*****

Neste processo de desvendamento da questão agora delineada, sobrevoei territórios de alguns artistas e pesquisadores para encontrar pilares que sustentassem a relação entre prática e reflexão. Encontrei em Grotowski algumas possibilidades, quando este estabelece, ao final de sua vida, uma relação entre Verticalidade e Awareness. Cabe ao atuador verticalizar-se, atravessando planos energéticos diferenciados para atingir outras

---

**** Processo de criação *Bens de Fôlego.*
***** Processo de criação e pesquisa *Vazio.*

qualidades de energia mais sutis. Este processo vertical é apresentado como uma linha que deve estar estendida entre a organicidade e *"the awareness"*, uma consciência atenta, não racionalizada nem relacionada a uma linguagem específica, mas à presença.

Para compreender melhor que qualidade de consciência se corporifica neste estado psicofísico, recorri aos estudos das ciências cognitivas propostos por Francisco Varella e aos diálogos interculturais de Yasuo Yuasa e Phillip B. Zarrilli. Este amparo de referências possibilitou focar a análise sobre o trabalho de Grotowski a partir do campo escolhido – qualidades de consciência. E foi com tais intuitos e referências que iniciei o trabalho de escrever esta dissertação.

Porém, no meio da caminho há sempre uma pedra, ou neste caso, uma janela que dá com vista para o mundo. O fato é que o contato e diálogo entre estes autores/criadores possibilitou uma nova reconfiguração no caminho da pesquisa.

Se antes as palavras 'silêncio' e 'exaustão' foram norteadoras para compreender práticas e treinamentos possíveis para uma qualidade de consciência diferenciada, o aprofundamento no tema amplificou a própria noção de 'treino' para o ator/performer. O silêncio de antes se associou como qualidade de uma *Awareness* proposta por Grotowski, e a Verticalidade ganhou contornos aproximados ao trabalho do ator sobre si como cultivo. E o que se apresenta aqui é o ciclo de uma pesquisa, com percursos, questões e caminhos que continuam a se reconfigurar.

INTRODUÇÃO

Esta pesquisa pretende investigar os caminhos possíveis para a construção e desenvolvimento de qualidades diferenciadas de consciência para o ator/performer, tanto em cena quanto num processo que é anterior e/ou independente ao momento de uma estruturação cênica ou performática. A escrita tem como eixos norteadores a análise do trabalho de Jerzy Grotowski ao final de sua vida (no período denominado *Arte como Veículo*), bem como os estudos de Francisco Varela, Yasuo Yuasa e Philip B. Zarrilli. Este diálogo se estabelece a fim de privilegiar a ideia do trabalho do artista sobre si mesmo, relacionando arte e vida, entendendo neste processo a construção de uma consciência enquanto atenção e presença. Insere-se ainda nesta dissertação algumas práticas diárias e criativas da autora, a fim de relacionar estudo teórico e experiência vivida.

Como apresentado no Prólogo, os capítulos 1 e 2 estão subdivididos em: *Um percurso*, *Uma questão* e *Um caminho*. O intuito destas subdivisões é nortear o leitor dentro do próprio processo da pesquisa, apresentando sempre um caminho percorrido, as questões que se levantaram e as escolhas e descobertas para continuar a caminhada. Encontram-se ainda nestes capítulos algumas inserções poéticas, memórias de processos de criação e descrições de práticas/táticas diárias experienciadas pela autora. Estes apartes serão aprofundados no terceiro capítulo, a fim de dialogar com a temática desta dissertação.

O primeiro capítulo está focado no estudo sobre a possibilidade da construção de qualidades diferenciadas de consciência no trabalho do ator/performer. Para tanto, iniciamos o percurso com uma retomada à noção de consciência no trabalho do ator a partir de Stanislávski, bem como os desdobramentos em outros

pesquisadores como Chekhov, Meyerhold, Copeau e Grotowski. Tendo em vista um segundo capítulo com enfoque no trabalho de Grotowski, este momento se estabelece apenas como um breve apontamento histórico dentro da área teatral a respeito do tema, encontrando em Phillip B. Zarrilli e Gilberto Icle as referências para este levantamento.

As brechas existentes entre os aspectos psico e físico no campo da atuação apresentaram-se como uma emblemática questão para se compreender o trabalho sobre a consciência. Neste sentido, nos debruçamos sobre a questão da dicotomia corpo/mente para esclarecer as dificuldades em se pensar uma nova qualidade de consciência enquanto presença. Hans Ulrich Gumbrecht tornou-se referência, ao propor um traçado histórico-filosófico acerca da construção de um mundo representacional, cuja mente é compreendida enquanto sujeito e o corpo como objeto. Ao paradigma sujeito/objeto insere-se também a construção dicotômica entre corpo e mente, carne e espírito, matéria e substância, sentido e presença. Para Gumbrecht, estas cisões enfraqueceram a tensão existente entre a produção de sentidos e a produção de presença, colocando à primeira a importante função de construtora do conhecimento humano. Percorrendo a questão apresentada por Gumbrecht, encontramos as dificuldades em se repensar a noção de consciência, visto que esta tende a estar associada às funções mentais e racionais.

A fim de encontrar *caminhos* para outras qualidades possíveis à consciência, buscamos em Francisco Varela a articulação de um pensamento que visa uma análise corporalizada da experiência humana. Por meio de um diálogo entre as pesquisas das neurociências sobre a ausência de um “self” que controla nossas experiências e a investigação prática que as técnicas meditativas budistas de atenção/consciência fazem desse

fenômeno[1] , Varela fornece instrumentos conceituais para refletirmos sobre a construção de qualidades de consciência/atenção. Nesta etapa, a pesquisa pretende estabelecer com Varela, Yuasa e Zarrilli um diálogo, a fim de repensar o treinamento do ator/performer como *cultivo de si [Shugyo ou 'cultivo'].* O caminho proposto neste momento do capítulo é o de que a reconexão corpo/mente e a superação das brechas dos aspectos físicos e psíquicos na atuação podem ser alcançadas pela construção de uma qualidade de atenção/consciência enquanto presença. Os caminhos parecem sugerir a necessidade de um desbloqueio e quebra dos padrões copóreo-mentais, uma reinvenção de si, para que se alcance um refinamento da consciência presente em ação. Para a construção desta outra qualidade de consciência, parece ainda necessário ao artista uma compreensão do 'treinar' como 'cultivar', uma prática tanto criativa como diária, estética e ética.

No segundo capítulo direcionamos o tema para uma perspectiva mais específica ao campo da atuação. Neste momento realizamos uma análise a respeito das proposições teórico-práticas encontradas em Jerzy Grotowski, mais especificamente ao final de sua vida, *Arte como Veículo*. Primeiramente traçamos algumas características deste momento do percurso em seu trabalho, analisando alguns conceitos apresentados pelo diretor e buscamos a contextualização possível destes, tendo como principal referencial a pesquisa de Tatiana Motta Lima. Para Grotowski, o foco da investigação cênica deixa de repousar sobre a perspectiva do espectador e passa a aprofundar-se sobre a percepção dos atuantes. Assim a relação estabelecida entre teatro e ritual, ou a *"objetividade do ritual"* como a capacidade de agir sobre *"o corpo, o coração e a cabeça dos atuantes"* (Grotowski: 2007, p. 32), será a principal norteadora

---

1 Mais recentemente , as relações entre artes performativas e Budismo têm sido investigadas por alguns pesquisadores brasileiros. A esse respeito ver a tese de doutoramento de Daniel Plá, *"Sobre cavalgar o vento: contribuições da meditação budista no processo de formação do ator"* (Instituto de Artes –Unicamp- 2012) e os artigos de Cassiano Sydow Quilici, *"Proposições para um diálogo entre artes performativas e o Budismo"* (anais ABRACE 2010) e *"O conceito de cultivo de si e os processos de formação e criação do ator/performer"* (anais- ABRACE 2011).

para compreendermos a investigação do artista neste período.

Num segundo tópico focamos a nossa questão em alguns termos específicos: *"Performer"*, o binômio *"I-I"* (Grotowski; 2001), bem como as noções de verticalidade e Awaraness[2] . Aprofundamos a investigação sobre tais termos, a fim de compreender quem é este *homem* denominado por Grotowski, relacionando sua proposta de uma verticalidade em diálogo com a noção de *cultivo*: um homem que, em ação, cultiva-se, entendendo na arte a possibilidade de alcançar novas percepções e um amadurecimento de si. Esta verticalidade parece demandar o desenvolvimento do binômio sugerido por Grotowski (Eu-Eu), e neste momento investigamos suas características relacionando-o com a ideia de *Awareness* como uma consciência que está ligada à presença. Num terceiro momento, traçamos alguns caminhos que se cruzam aos estudos de Varela e Yuasa, numa (re)visão e (re)configuração na ideia de treinamento para o ator/performer, onde as conexões ocorrem acima de tudo pelo entendimento da arte como um veículo de amadurecimento do espírito e da indissociabilidade entre arte/vida, ética/estética.

O terceiro capítulo consiste numa *análise criativa* de experiências da própria artista/pesquisadora. O intuito foi encontrar a reverberação do tema dentro das práticas que ocorreram durante a pesquisa, tentando encontrar os atravessamentos que se deram (e ainda se dão) entre as questões abordadas na dissertação e as inquietações ocorridas em experiências não só criativas como diárias. Primeiro tratamos da experiência no curso *Summer Intensive Program 2013* que ocorreu durante o estágio realizado junto ao *Workcenter of Jerzy Grotowski and Thomas Richards* em Pontedera/Itália. Mais do que relatar os detalhes metodológicos do trabalho, fez-se necessário se conectar aos temas discutidos até aqui de modo a transbordar para a escrita as intensidades e

---

2 GROTOWSKI, Jerzy – *"Da Companhia Teatral à Arte como Veículo"* in: FLASZEN, Ludwick; POLLASTRELLI, Carla. (org.) ***"O Teatro Laboratório de Jerzy Grotowski, 1959 – 1969".*** São Paulo: Ed. Perspectiva, 2007.

reverberações da experiência.

Em seguida, as questões discutidas acerca da construção de uma qualidade diferenciada de consciência retornam na revisão de trajetórias em dois trabalhos criativos. A partir da peça *Passei Hoje Corrigindo Ontem*, levantamos as possibilidades de lidar com esta construção a partir de uma estrutura de ações concebidas para um espetáculo. Por outro lado, revisitamos as intervenções e performances junto ao *coletivo meninas sem nome*, para investigar quais as qualidades desta consciência enquanto presença e os processos possíveis de se construí-la no campo de ações performáticas. Buscou-se assim ultrapassar os limites da escrita, para que a conexão entre corpo/mente, arte/vida fosse cultivada durante o processo desta pesquisa.

Espero que todo o percurso desta pesquisa possa agora atravessar o outro (você), compartilhando questões e iluminando *caminhos* possíveis. Caminhos estes que se tornarão outros percursos, gerarão outras questões, outros caminhos, e assim por diante...

MANUAL DE INSTRUÇÕES

Preto, Itálico

diálogos internos vozes do processo da escrita

(2011/2013)

Azul, Itálico

rememorações e sensações

temporada do espetáculo "Passei Hoje Corrigindo Ontem"

Cia. Temporária de Investigação Cênica

(novembro – dezembro de 2012)

Verde, Itálico

performances/intervenções

(coletivo meninas sem nome – 2010/2012)

Laranja, Itálico

Gestos de Interrupção

suspensões, meditações, pausas

reformulando a atenção dia a dia

(2011/2013)

Vermelho, Itálico

Memórias, sensações e sonhos - estágio e curso no

" Workcenter of Jerzy Grotowski and Thomas Richards"

(junho - novembro 2013)

Capítulo 1 – Qualidades de Consciência

− "Qualidades de consciência"?

− Isso mesmo.

− Mas assim pode parecer que temos mais de uma consciência.

− Não é bem isso. O que talvez possa haver são diferentes qualidades dela.

− Entendi. Quer dizer. Não sei se entendi.

− Qual a sua dúvida?

− É que para entender essas qualidades diferenciadas de consciência que você diz, eu teria que entender primeiro o que é de fato consciência.

− Entendo, mas seria um assunto muito amplo, dependeria de que ponto de vista nós iríamos falar. Há muitas teorias a respeito do assunto.

− Tá, então como é que "vocês do teatro" entendem 'consciência'? O que isso tem a ver com o trabalho do ator?

1.1 – Um percurso: a consciência no trabalho do ator

Inicio este primeiro capítulo partindo de uma premissa básica para uma pesquisa: "Quem já falou sobre o assunto?" O termo 'consciência' pode se tornar (e tornou-se algumas vezes) um bicho de sete cabeças. Sua complexidade e amplitude pode ser discutida a partir de inúmeros pontos de vista. Mesmo circunscritos pelo território das artes da cena, e mais especificamente sobre a atuação, muitas portas podem ser abertas para avançar na discussão. Para realizarmos mais adiante as escolhas de tais portas, darei o primeiro passo voltando o olhar para as pistas deixadas no caminho a respeito do assunto. Mesmo sem o espaço

suficiente para retomar em profundidade cada etapa de um percurso histórico, o intuito é mapear um território para depois problematizar e investigar a fundo a partir de um ponto de vista específico.

Não há dúvidas sobre a importância e a revolução causada pela pesquisa e método desenvolvido pelo ator e diretor C. Stanislávski a respeito dos métodos e processos voltados à atuação teatral. Como nos aponta Phillip B. Zarrilli (2009), o diretor russo foi um dos primeiros a utilizar o termo psicofísico para descrever o treinamento e processo de criação do ator. No entanto, a problemática instaurada na divulgação do trabalho de Stanislávski, principalmente na América, foi a de privilegiar o aspecto psicológico de seu trabalho em detrimento da fisicalidade. Seja pelas traduções ou pela divulgação por alguns de seus predecessores, no caso da recepção americana, o método de Stanislávski reduziu-se muitas vezes a apenas uma etapa do percurso de sua pesquisa. Grande parte de sua difusão foi realizada por atores que trabalharam com o diretor somente no período em que ele desenvolveu o método denominado por Memória Afetiva.

Após uma turnê do Teatro de Arte de Moscou, em 1923-1924, na América, Richard Boleslavsky tornou-se um dos pioneiros na difusão do sistema de atuação desenvolvido por Stanislávski. Enquanto o próprio diretor russo já desenvolvia sua pesquisa privilegiando o trabalho sobre as ações físicas, Boleslavsky ainda difundia na América, por meio de leituras públicas, o método sobre a Memória Afetiva. Segundo Zarrilli (2009; p. 16, trad. minha), as apresentações do repertório realista do Teatro de Arte de Moscou, juntamente com as leituras realizadas por Boleslavsky *"criaram uma imagem distorcida e incompleta dos interesses de Stanislávski como diretor bem como sua abordagem para atuação"* [3].

---

3 "created a distorced and incomplete picture of Stanislavski's directorial interests as well as his approach to acting". ZARRILLI, Philip B. 2009; p. 16.

O próprio Lee Strasberg, conhecido como um grande divulgador do trabalho de Stanislávski, foi aluno de Boleslavsky e Ouspenskaya, mas nunca chegou a trabalhar diretamente com o diretor. Segundo Krasner[4] , citado por Zarrilli (2009; p. 16), para Lee Strasberg, por meio de exercícios sobre a Memória Afetiva, o foco do desenvolvimento do ator seria de trazer à tona o inconsciente e o subconsciente, para ir ao encontro de uma *emoção verdadeira*. A ressignificação e a interpretação de cada um destes discípulos influenciaram assim toda uma geração, na América principalmente, a apreender apenas uma parte do método de Stanislávski.

Esta repercussão ocorreu ainda por meio de traduções que podem ter colaborado para a compreensão, se não errônea, ao menos incompleta de seu trabalho. Gilberto Icle (2006) relembra que na transposição escrita do russo para o inglês foram acrescentadas, por exemplo, as palavras *emoção* e *inconsciente*, que não existiam no original. Isso pode tornar mais evidentes os motivos que nos levaram a uma compreensão da palavra *emoção* como peça fundamental do trabalho do ator para Stanislávski; e o *inconsciente* como um lugar a ser acessado em busca de tais emoções.

Para Icle (2006; p. 6), no entanto, mesmo com o naturalismo dominante à época e uma tentativa de reprodução do cotidiano, Stanislávski foi o primeiro a tentar valorizar e sistematizar um contato entre *"um universo interior e um exterior"* no trabalho do ator. Mesmo na etapa de pesquisa sobre a Memória Afetiva, Stanislávski passa a utilizar a improvisação para alcançar estaconexão entre fora (o texto, ou a personagem) e o dentro (o ator), por uma reeducação dos gestos, dos movimentos e comportamentos.

Em uma segunda etapa denominada Método sobre as Ações Físicas, Stanislávski afasta-se ainda mais do chamado

---

4 KRASNER, DAVID. 2000, p. 134.

trabalho de mesa para dedicar-se completamente à improvisação.

O diretor russo ainda não se desvencilha do texto teatral – já que para ele o ator era um intérprete de textos – mas seu trabalho volta-se para as ações físicas e não mais para as emoções. Tais ações físicas desenvolvidas pelo ator em improvisação estavam subordinadas e deveriam se conectar às linhas de ações encontradas no texto e ao superobjetivo apontado por este.

Assim, o texto dramatúrgico ainda era um importante norteador no desenvolvimento do ator, mas tornava-se claro a necessidade de um aprofundamento no trabalho sobre si, buscando encontrar uma conexão entre os aspectos psicológicos e a fisicalidade. Icle (2006; p. 8) aponta que segundo Toporkov[5] , para o diretor russo, o ator não conseguiria recordar os estados que o animam, mas as linhas das ações físicas poderiam ser fixadas e assimiladas.

Mais importante que buscar em si uma memória pessoal para aproximar-se do texto e do personagem, o ator deveria encontrar, nas ações físicas, a integração com o psicológico, uma conexão entre fora e dentro, entre a materialidade apresentada e uma subjetividade a ser construída.

Neste momento uma das bases do método de Stanislávski se calcava na analogia "o que você faria se...?", colocando o ator em contato com as circunstâncias dadas ao personagem para estabelecer assim uma aproximação entre eles. Depois de uma improvisação seria necessário analisar a situação cênica, num processo de racionalizar a experiência vivida na criação. Todo este desenvolvimento por analogia, experiência e racionalização presentes no método de Stanislávski é, para Icle (2006; p. 7), uma *"tentativa de articulação do inconsciente por métodos conscientes"*.

---

5 TOPORKOV, V. O. 1979, p. 173,

Segundo o autor, no trabalho de Stanislávski, ou pelo menos nas resultantes difundidas dele, a consciência opera quase como sinônimo de razão, pois é trabalhada no intuito de tornar o ator apto a reconhecer e analisar os estados internos que podem surgir em ação. A tradição de Stanislávski no entanto parece ser a primeira a unir a ideia de consciência ao corpo, pois ela seria responsável, mesmo que racionalmente, pela consciencialização e repetição de uma linha de ações físicas. Para Icle (2006; p. 10), há em Stanislávski um trabalho sobre uma *"consciência analítica"*, pois partiria de elementos exteriores ao ator para a internalização de tais comportamentos e ações, e em seguida uma análise racionalizada desta experiência.

Mesmo que, diante desta análise, a consciência esteja próxima à razão, Stanislávski demonstra neste momento uma preocupação com o trabalho do ator voltado para si [6]. Ao propor uma prática psicofísica nas questões sobre a atuação, há uma tentativa de resolver a brecha existente entre os elementos psico e físico na atuação teatral.

No seu trabalho sobre ações físicas, Stanislávski debruçou-se sobre o que dividiria os elementos psicológicos e físicos na atuação, propondo modos de articular corpo e mente, pensamento e sensações, e a análise ou racionalidade da ação. Pressupunha-se assim que em toda ação física há algo de psicológico; e em tudo que é psicológico alguma fisicalidade se faz presente. Parte-se neste momento para uma compreensão psicofísica da atuação, buscando encontrar um método que possa ultrapassar a desconexão entre os elementos cognitivos e corporais.

Para Bella Merlin (2001) ao debruçar-se sobre a improvisação, o ator e diretor russo estabelece o foco sobre uma análise ativa no processo de criação, dando ênfase ao fazer, agir, experienciar e jogar.

---

6 Interessante notar aqui que, na tradução para o espanhol, o trabalho do diretor russo recebeu o nome de *"El trabajo del actor sobre si mesmo en el proceso creador de la encarnación"* (2009, Alba Editorial).

Isso reforçaria mais uma vez a mudança de percurso no caminho de sua pesquisa, na qual a ação, o presente, a conexão psico e físico tornaram-se metas a serem alcançadas no trabalho do ator. Merlin (2001, p. 27; apud ZARRILLI, 2009, p. 18; trad. minha) compreende o trabalho prático a partir de Stanislávski como *"sem divisão entre corpo e psicologia, mas um contínuo"* [7] , uma constante improvisação interna, de abertura do ator para responder e habitar o momento presente de sua performance.

Sentada de costas para o público, ouço sua entrada enquanto escuto minha respiração. "Eu inspiro e expiro, eu inspiro e expiro". A cena começa, visualizamos uma cidade que amanhece. Vejo, falo e volto a escutar minha respiração. Começamos a nos mover montamos o cenário. Para cada movimento que realizo, tento me atentar à respiração. "Eu inspiro e expiro, eu inspiro e expiro". De repente ouço minha mente vaguear, pensei em outra coisa que não era o que estava fazendo. Perdi minha respiração? "Eu inspiro e expiro, eu inspiro e expiro".

Em *Minha vida na arte* (1948), Stanislávski considera um bom estado para o ator quando a ação engloba sua mente, suas sensações, seu corpo, sua memória e imaginação. Segundo Zarrilli (2009), nesta etapa da pesquisa Stanislávski teria ainda sido influenciado pelo trabalho do psicólogo Théodule Armand Ribot e por um conhecimento limitado da yoga indiana. A separação da psicologia (como ciência da mente e do eu) da filosofia e das ciências do corpo, no século 19, acabou por fortalecer o dualismo corpo/mente, enfraquecendo uma compreensão psicofísica do humano.

---

7 *"no divide between body and psychology, but rather a continuum"*; MERLIN, Bella. 2001, p.27.

Para o autor, a influência da psicologia de Ribot e da yoga indiana, mesmo de forma limitada, demonstra uma preocupação em compreender a relação e desenvolvimento dos aspectos psicofísicos na atuação, na tentativa de superar o problema da superficialidade na representação. Os estudos da psicologia pós-darwinistas passam a influenciar Stanislávski, levando a uma compreensão da emoção como algo inseparável das sensações físicas.

Os aspectos psicológicos, a ação interna, no processo da atuação, deveriam conectar-se a fisicalidade, a uma consciência corporal refinada. Apesar de restrito, para Zarrilli (2009), o contato de Stanislávski com uma prática como a yoga indiana teria ainda colaborado para a sistematização de um método que conectasse os elementos físicos e psicológicos na atuação. No entanto, por conter um diálogo com filosofias orientais, a influência da yoga indiana foi suprimida pela censura do próprio governo russo, o que impossibilitou maior alcance deste aspecto de sua pesquisa.

O elemento mais importante que Stanislávski haveria de subtrair de seu contato com a yoga teria sido, para Zarrilli [8] , o *"prana"* – o respirar, a energia vital ou a força de vida que circula – bem como o *qi* (China) ou *ki* (Japão). Em ambas terminologias, compreende-se a respiração não apenas como uma *ventilação*, mas como uma realidade material. Para atingir diferentes densidades e camadas mais sutis do corpo, a respiração é vista como o promovedor da circulação do *ki*, este sopro vital. Engajar a respiração em ação, como no caso da yoga, é elevar a qualidade da energia, fazendo-a circular. Energia esta que pode ativar, dar ânimo e vida ao ator. Tal caminho, no entanto, só será apreendido por meio de estados de atenção mais refinados.

---

8 ZARRILLI, 2009, p. 14.

Para Zarrilli (2009) em tais práticas e treinamentos orientais, a energia associada à respiração é acompanhada de força e poder para elevar e agilizar a consciência, sensação e percepção, ativando e conectando corpo e mente.

É comum que associemos o termo “psycho” – contido na palavra psicofísico – a uma noção de “eu”, uma individuação ou essência ao ser. Estabelecemos uma cisão entre um *eu* psicológico/mental de um *eu* físico/corporal. No entanto, derivado do grego “Psyche”, o termo “Psycho” também pode ser compreendido, segundo Zarrilli (2009), como princípio vital, o respirar, o sopro de vida – aproximando-se assim do sânscrito *prana*. Segundo seus argumentos, o ator deve ampliar sua compreensão dos aspectos psíquicos na atuação considerando a mente, ou psyche, como energia interna. Por meio de um treinamento corporal, esta energia interna pode ser ativada e ganhar forma, presença e irradiação em sua performance. Esta circulação de energia a ser trabalhada com a prática pode ser moldada externamente pela forma e estrutura da ação, estendendo sua irradiação para outros atores, bem como ao público. A forma externa da ação é assim, simultaneamente, ação interna. *“Sensação interna e expressão externa acontecem ao mesmo tempo.”* [9] , segundo Bella Merlin (2001, 27 apud ZARRILLI, 2009, p. 20, trad. minha).

---

9 *“ ‘inner felling’ and ‘outer expression’ happen at the same time”.* MERLIN, Bella; 2001, p. 27

Adentro agora um quadrado, o cenário de um banheiro. A partir daqui estou a garota do aquário. Começo a escrever numa lousa com rapidez. Aos poucos a minha respiração se altera. "Eu inspiro..... .....eu expiro." Meu corpo agora está tensionando-se cada vez mais, minha mente parece não se mover. Mostro o que escrevi ao público. Mexo apenas um braço para levar o cigarro à boca. Sou pedra dos dedos dos pés ao fundo dos olhos. Já não ouço a respiração.

Para além de Stanislávski, a concepção sobre a necessidade de um treinamento psicofísico para o ator também foi desenvolvida por Michael Chekhov. Segundo Liisa Bycklin (2005), para Chekhov o ator deveria estabelecer uma conexão entre uma sensibilidade corporal e os impulsos criativos psicológicos. É o corpo do ator que deve encaminhar para a emoção, evocando assim uma conexão entre consciência corporal e uma composição psicológica no trabalho de atuação:

> *"Citando Chekhov, 'O treinamento do corpo é portanto um treinamento da consciência, um aprendizado de como escutar o corpo, como ser conduzido pore le […] As palavras são espertas, mas o movimento é simples. Portanto nós vamos começar nosso trabalho com o movimento, com gestos psicológicos, e vamos deixar que as palavras venham do movimento […] O corpo do ator (mostra) o caminho para a emocão.' "* [10] (BYCLING, LIISA, 2005, apud ZARRILLI, P. B. 2009, p. 20; trad. minha).

---

10 "Quoting Chekhov, 'The training of the body is therefore a training in awareness, in learning how to listen to the body, how to be led by it [...]Words are so clever, but a movement is simpler. Therefore we begin our work whit the movement, with psychological gestures, and we let words come on the movement […] The actor's body (shows) the road to emotion'". BYCLING, LIISA, 2005, apud ZARRILLI, P. B. 2009, p. 20.

Seguindo o mapeamento deste território sobre consciência no trabalho do ator, vemos que Meyerhold rompe com Stanislávski, rejeitando um trabalho psicológico e afastando-se das proposições do diretor russo. Desenvolvendo seu próprio método de treinamento, Meyerhold acreditava que a prática do ator deveria iniciar-se a partir de uma fisicalidade externa para redirecionar-se a uma psicofisicalidade. Meyerhold identifica neste processo, que o treinamento deveria preparar o ator para criar em si um estado de *"excitação interna"* (Zarrilli; 2009, p. 20), e este ponto de excitabilidade seria, para Zarrilli, algo comparável ao *prana*. Mesmo tendo como ponto de partida em seu trabalho o elemento da fisicalidade, há neste treinamento uma compreensão acerca da necessidade de alcançar um *estado interno*, um aspecto *psico* da atuação que não se conecta mais a uma visão de um eu psicologizado, mas com uma energia que potencializa e dá vida ao ator.

Nesta trajetória, também é possível enxergar em Copeau uma visão de treinamento que preocupa-se com os aspectos psicofísicos do processo da atuação. Nota-se que para Copeau, o necessário ao trabalho do ator seria alcançar um estado de consciência peculiar do movimento.

A título de análise comparativa, é interessante perceber que, como citamos anteriormente, para Icle (2006, p. 9) o trabalho de Stanislávski se debruçava sobre uma *"consciência analítica"*, enquanto Copeau caminha em direção a uma *"consciência difusa"*, encontrando primeiramente uma organicidade para depois direcionar-se à formalização e repetição. Para o autor, Copeau buscaria na neutralidade e na máscara, os mecanismos de trabalho sobre o qual o ator eliminaria os processos racionais e cotidianos para gerar *"uma vida criadora"*. Como se, ao minimizar a racionalidade num processo criativo, fosse possível ir além de uma consciência superficial ou analítica.

Se nesta comparação feita por Icle (2006), em termos de definições sobre ‘consciência’ Copeau se distanciaria de Stanislávski, por outro lado, para Zarrilli (2009) em ambos os casos as visões de treinamento se aproximariam dos conceitos básicos da Yoga e das Artes Marciais. Para o autor, a proximidade se dá pelo fato de ambos compreenderem que o ato de estar presente é também um elemento mental, porém como um estado interno de consciência em ação e que pode ser desenvolvido progressivamente por meio de um treinamento corporal. Mais uma vez, visitando este percurso histórico, percebe-se a urgência em eliminar uma cisão entre o trabalho corporal e mental nos processos criativos.

Também influenciado pela Yoga e pela filosofia hindu, Jerzy Grotowski (1933-1999), ao longo de sua extensa trajetória de pesquisa, aprofunda-se cada vez mais sobre os elementos do trabalho do ator sobre si. De maneira geral, podemos dizer que para Grotowski (2007; p. 238), o ator deveria alcançar um corpo sutil, *“bastante flexível e 'vazio' para ser o canal de energias”*. Os elementos psicofísicos da atuação parecem também ser ponto de discussão e prática em seu trabalho.

Este percurso teve como objetivo mapear brevemente uma trajetória de investigações a respeito da consciência no trabalho do ator. Apesar de todos os entrelaçamentos e desdobramentos possíveis a partir de cada um destes artistas, escolhemos nos aprofundar sobre Grotowski por encontrar ali pistas que podem dialogar com a abordagem sobre qualidades diferenciadas de consciência. Como veremos no segundo capítulo desta dissertação, Grotowski pode não só colaborar com uma ampla discussão que pretende apontar caminhos possíveis para a problemática em torno da cisão *psico* e *físico* no trabalho do ator, como também fortalece a ideia de treinamento do ator como investigação e cultivo. O trabalho sobre si e a conexão entre corpo e mente parecem ser questões-chaves para compreender que

qualidades de consciência podem ser desenvolvidas no trabalho do ator/performer. Como falado neste primeiro tópico, o termo consciência vem sendo discutido numa relação direta com a desconexão entre os elementos psicológicos e físicos na atuação. É possível perceber que uma análise e um estudo acerca da cisão entre mente e corpo tornam-se imprescindíveis para podermos compreender os caminhos, metodologias e treinamentos possíveis ao ator que deseja alcançar qualidades diferenciadas de consciência em seu desenvolvimento.

Antes de caminharmos rumo à discussão sobre que qualidades de consciência podem ser construídas no processo do ator sobre si, avançarei agora para uma discussão mais pormenorizada sobre a dissociação entre corpo e mente. Depois de traçar um breve percurso na área teatral sobre a consciência e seus aspectos conectados diretamente ao campo da atuação, pretende-se aqui ampliar a discussão para outras áreas afins. Este quadro filosófico a ser esboçado a seguir surge para mapearmos com mais clareza o território sobre o qual iremos caminhar adiante. Compreendendo as questões por trás da relação entre corpo e mente, pretende-se avançar para o tema de qualidades diferenciadas de consciência, para depois retornar ao campo da atuação, relacionando a problemática levantada às práticas e treinamentos para o ator.

− Bom, mas você não acha que está indo longe demais?

− Como assim?

− Sei lá, você vai entrar agora numa discussão filosófica sobre a separação entre corpo e mente?

− Sim, vou um pouco. Afinal, esta cisão é um assunto importante e, eu acho, um dos maiores causadores da dificuldade em compreender o que é consciência.

− Mas daí você mesma está abrindo portas maiores que a tua cabeça!

− Pode ser que sim. Mas foi só quando eu abri essas portas que consegui compreender melhor de que qualidade de consciência estou querendo falar.

− Agora sou eu quem pergunto: como assim?

− É que entrar nesta discussão me fez entender a compreensão muitas vezes errônea a respeito da consciência somente como racionalidade.

− E?

*− E entender o que **não é** esta consciência me ajudou a arriscar a dizer o que **pode ser** construir outras qualidades dela.*

− Mas você não é filósofa, pode soar mal, não?

− Pode ser que sim. Mas isto fez parte do meu processo de compreensão e pode colaborar para mais alguém compreender este caminho. Não pode?

1.2 – Uma questão: a cisão corpo/mente

A cisão entre corpo e mente há muito vem sendo discutida por diversos pensadores, filósofos, críticos, cientistas e artistas. A ampla propagação do assunto, muito bem discutida por incontáveis estudiosos de áreas afins, deixa-nos vulneráveis ao retornarmos a ela, impondo sobre esta escrita a difícil tarefa de utilizá-la na discussão sobre conceitos e práticas artísticas. No entanto, mesmo sem a pretensão de conseguir abarcar todos os aspectos do assunto, sua contextualização se torna importante para compreender alguns conceitos utilizados para a análise de qualidades diferenciadas de consciência.

Hans Ulrich Gumbrecht (2010) trava uma discussão acirrada acerca do problema da representação, na qual o homem coloca-se

frente ao mundo e busca, por meio dos sentidos, a sua construção e autoafirmação enquanto sujeito.

Retrocedendo na história, o autor encontra no Renascimento e no início da era moderna os princípios fundamentais que regeram a dissociação entre o homem e o mundo, vendo assim emergir o paradigma sujeito/objeto. Se na Idade Média, como Gumbrecht (2010; p. 46) nos aponta, o homem *"se via como sendo parte de e rodeado por um mundo resultante da Criação Divina"*, no período em que se segue – para ele o Renascimento e início da era moderna – o homem coloca-se de forma exterior a este mundo. O 'posicionar-se do lado de fora' faz surgir os questionamentos desta relação entre sujeito (homem) e objeto (mundo). Ao ressaltar a característica de uma intelectualidade e racionalidade, o homem passa a entender-se não só como algo externo ao mundo, mas como capaz de interpretá-lo racionalmente. É neste momento ainda que deparamos com argumentos como o de Descartes, onde o sujeito é definido como aquele que pensa e, consequentemente, consegue compreender e interpretar o mundo. Inevitável já deparar neste argumento com o privilegiar da mente sobre o corpo.

Esta 'externalização' do homem em relação ao mundo, e sua autoafirmação como ser pensante, tende a se desdobrar em outras separações, como a forma do conteúdo, a matéria da substância, a carne do espírito, o corpo e a mente. A crença em sua capacidade de conhecer o mundo insere no homem o anseio pela compreensão e interpretação do objeto. Segundo estes preceitos, para adquirir o conhecimento, seria preciso ao homem, segundo Gumbrecht, ultrapassar a matéria/forma/presença deste objeto e atingir e compreender sua substância/conteúdo/sentido, para que possamos nos autoafirmarmos enquanto Ser. Esta metafísica desqualificou, para o autor, a presença da matéria em si, para enaltecer o encontro com uma verdade que estaria inerente ao objeto:

> *"Interpretar o mundo quer dizer ir além da superfície material ou penetrar nesta superfície para identificar um sentido (isto é, algo espiritual) que deve estar atrás ou por baixo dela. Torna-se cada vez mais convencional pensar o mundo dos objetos e do corpo humano como superfícies que 'exprimem' sentidos mais profundos." (GUMBRECHT, 2010; p. 48).*

Ao mesmo tempo, se para compreender-se enquanto sujeito, o homem fundamenta-se em sua capacidade pensante, o próprio sujeito se descorporaliza, desqualificando o corpo perante a mente – compreendida aqui como capacidade de racionalização, interpretação e, logo, responsável pela construção de seu conhecimento. Nasce assim a dicotomia na relação corpo/mente. Como sintomas, identificamos na tentativa de apreensão racionalizada e significante do mundo um catalisador para o processo de cisão entre corpo e mente. Porém, quando este mundo a ser apreendido se mostra em constante construção na própria relação com ele, fragiliza-se a ideia de um mundo representacional. Como disse anteriormente, se para conhecer o mundo o homem necessita ir além de sua materialidade, seria assim necessário compreender o mundo como algo dado a priori, onde o objeto contém em si uma verdade a ser revelada. No entanto, a própria reflexão acerca do mundo entra em choque, quando não conseguimos mais distinguir o que está dado no mundo e o que é (re)criado na nossa relação com ele.

Francisco Varela (2001), dentro das ciências cognitivas, busca compreender o que é a cognição [11] , e quem é o sujeito cognoscente, a partir do questionamento deste mundo que não mais pode ser visto representacionalmente:

---

11 "Por outras palavras, a cognição é uma representação mental: a mente é definida como operando em termos de manipulação de símbolos que representam características do mundo ou representam o mundo como sendo de um determinado modo […]. A segunda alternativa que exploramos e defendemos […]. Questiona a centralidade da noção de que a cognição é fundamentalmente representação." (VARELA; THOMPSON; ROSCH. 2001, p. 30-32).

"Para salientar a convicção crescente de que a cognição não é a representação de um mundo preestabelecido elaborada por uma mente predefinida mas é antes a actuação de um mundo e de uma mente com base numa história da variedade de ações que um ser executanomundo."(VARELA;THOMPSON;ROSCH–2001;p.32).

A pesquisa de Varela nos interessa neste ponto por alguns motivos específicos: em primeiro lugar, o sujeito cognoscente apontado por ele não é composto por um self constituído e imutável. A cognição e construção deste sujeito não é predefinida e fixável, colocando o Ser como construção de suas próprias ações no e com o mundo. Ressalta-se assim a noção e responsabilidade de um *(não) eu* que, em experiência com o mundo, constrói-se e reconstrói-se nele e com ele. Este é ainda um dos motivos que levam o autor a buscar nas tradições orientais caminhos para uma revisão das análises nas ciências cognitivas, pois que tais doutrinas de *não-self* dialogam, para ele, com um *self* fragmentado proposto pelo cognitivismo.

Este argumento, ao revisar a noção de um eu, permite refletir aqui sobre o próprio atuante da cena [12] . Se o sujeito ao qual Varela se refere não é predefinido e solidificado, podemos trazer para nossa discussão a ideia de um sujeito/artista que não está pronto, que constrói a si mesmo, constantemente, em ação (e, acreditamos, na cena e em vida).

A noção de uma construção de si fornecerá apoio para a reflexão de que um artista – enquanto sujeito mutável e impermanente – encontra-se em ação e construção de si e do mundo no qual está inserido. Seguindo este raciocínio podemos

---

12 Utilizo aqui o termo atuante para estabelecer o artista da cena enquanto aquele que age, que está em ação. Ator ou performer, na cena teatral ou na arte da performance, o termo atuante tenta priorizar a noção de um ser em ação que é anterior a qualquer linguagem.

assim pensar num artista que pode quebrar hábitos e padrões criados, visto que não há um eu imutável e permanente por trás de suas ações. As possibilidades – e responsabilidades – apontadas neste pensamento são o que chamará a nossa atenção e irá encaminhar para a discussão mais adiante sobre a necessidade de um trabalho sobre si.

O segundo motivo pelo qual os argumentos de Varela nos interessa é porque tanto a experiência quanto a análise sobre esta experiência torna-se para ele parte importante de um processo da relação sujeito/objeto. Se é nela, na experiência, que ambos se constroem, Varela compreende que a reflexão não se sustenta se não conectada ao corpo. Propõe assim à fenomenologia e à ciência cognitiva uma análise corporificada da experiência: tornar a atividade destas áreas menos abstratas e descorporalizadas. Para Varela (2001; p. 54) somente uma análise corporalizada, ou, como proposto por ele, uma *"reflexão de atenção ilimitada"*, pode propiciar a quebra de padrões, pensamentos e predisposições a que vamos nos habituando em vida. Aqui novamente encontramos uma importante chave para o artista que deseja liberar-se de suas próprias amarras, ações padronizadas e vícios corpóreo-mentais e alcançar novas qualidades de consciência.

A terceira razão pela qual apostamos nos argumentos de Varela é que o autor fornece caminhos para uma prática que reconecte corpo e mente. Em diálogo com algumas tradições orientais, Varela (2001; p. 55) mostra a possibilidade do desenvolvimento de *"hábitos em que corpo e mente se encontrem perfeitamente coordenados"*.

O autor encontra na *meditação de atenção* [13] uma prática que pode colaborar para a construção de uma atitude menos abstrata tanto no dia a dia quanto na reflexão ou análise de uma experiência –

---

13 "[...] refere-se à obtenção de um estado de permanência tranquila da mente (vipasyana e samantha). Baseia-se na combinação de uma atenção unidirecionada a algum objecto e na consciencialização analítica subtil e panorâmica da mente". VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2001, nota p. 47.

assunto ao qual ele se desdobra para a fenomenologia e às ciências cognitivas.

Mesmo não centralizando esta pesquisa nas práticas meditativas, para nós, acreditamos que o diálogo se estabelece por fornecer pistas para métodos e dispositivos que reconectem corpo e mente e que propicie a construção de uma qualidade diferenciada de atenção e consciência em nossas ações e experiências. Além disso, seu discurso colabora para compreendermos as qualidades e características desta consciência enquanto atenção e presença que podemos entrelaçar às pesquisas sobre o trabalho do ator/perfomer.

> *"O resultado é uma maestria que não é apenas conhecida do próprio meditador individual, mas que é visível para os outros – reconhecemos facilmente pela sua precisão e graças a um gesto que seja animado por uma total consciencialização." (VARELA; THOMPSON; ROSCH – 2010; p. 55).*

Para esta escrita, não pretendo realizar uma associação direta entre tais práticas meditativas e o trabalho do atuador. Mais do que defender a meditação de atenção necessariamente como treinamento, se nos referimos a uma construção de *qualidades* diferenciadas de consciência, recorremos a tradições que possam nos esclarecer sobre tais qualidades. Este estudo pretende colaborar na investigação e aproximação com o fazer artístico mais adiante.

Yasuo Yuasa (1993), analisando as diferenças entre o pensamento oriental e ocidental acerca das teorias sobre corpo e mente, nos revela razões importantes que nos levam a

acessarmos tais tradições [14] . A dicotomia entre corpo e mente provocou, no Ocidente, visões também dissociadas a respeito do que seriam treinamentos corporais.

Em grande parte dos treinamentos ocidentais – seja no atletismo ou mesmo no tratamento de doenças na medicina ocidental biológica [15] – têm-se como finalidade o agregar de força e potência exclusivamente ao corpo. Como Yuasa ressalta, em circunstâncias ordinárias, em geral, mente e corpo são estabelecidos numa relação sujeito e objeto. O corpo é encarado como uma substância material, ou um objeto presente no mundo, e à mente atribui-se a função de sujeito que reconhece e move tal objeto/corpo. Em algumas tradições orientais, no entanto, não há tal distinção de corpo como objeto e mente como sujeito, pois que a relação entre eles ocorre simultaneamente.

Assim, não há dissociação entre práticas para o corpo e práticas para a mente ou espírito. O treinamento do corpo é treinamento da mente. Tais doutrinas orientais compreendem que mente e espírito não são constantes imutáveis, assim, podem transformar-se por meio do treinamento. Enquanto algumas tradições ocidentais dicotômicas compreendem o treino do corpo como uma calculação consciente e voltada apenas para ele mesmo, nestas tradições orientais, a mente é modificada, transformada, e o espírito é desenvolvido pelo treino do corpo.

---

14 Ressalto aqui a grande dificuldade em tratarmos das diferenças entre cultura, pensamentos e práticas ocidentais e orientais. Longe de querer abarcar todos os aspectos inerentes à questão, tal diferenciação terá apenas a função de percorrer como a dicotomia corpo/mente alterou algumas práticas e treinamentos corporais ocidentais, propondo um diálogo com as diferenças presentes nos treinamentos orientais.

15 Para mais detalhes, ver YUASA, 1993, cap. 1.

Um sonho: Um atropelamento de uma ciclista. Olho a cena e ela está sentada no chão, com o pescoço retorcido. Um homem mais velho chega por trás e segura sua cabeça. Ela começa a vomitar. Ele então ergue sua cabeça, que se desprende, mas mantém-se conectada ao corpo por um longo rabo de cavalo preto, que sai dos seus cabelos e entra para dentro do seu corpo pelo buraco do pescoço. Sua boca parece com focinho de um porco. Ela não está morta e continua vomitando. Corpo no chão, cabeça no ar, mas conectados. No dia seguinte uma ligação. Um homem me convida para fazer parte do seu espetáculo. Nele, há porcos e cavalos. Irei dançar.

Yuasa (1993) aponta ainda que, no Japão, o conhecimento, a arte e a escolaridade tendem a se desenvolver concomitantemente a treinamentos e técnicas para o corpo. Tais treinamentos, como nas artes marciais por exemplo, são alimentos e propulsores que nutrem e desenvolvem a mente e o espírito. O termo *"Shugyo"* (no inglês: *self-cultivation*) pode ser traduzido como cultivo de si ou simplesmente *cultivo* [16]. Trata-se de um treinamento para o corpo mas também para o espírito, a mente e o desenvolvimento de uma existência humana.

Os argumentos de Varela e Yuasa parecem caminhar juntos à medida que ambos buscam desenvolver a possibilidade de uma reconexão entre corpo e mente. Aproximamo-nos enquanto discurso voltado ao artista da cena, ao encontrarmos a possibilidade de compreender as práticas artísticas como um cultivo. A ideia de cultivo permite adentrarmos uma nova visão de treinamento, que caminhe para além do desenvolvimento de

---

16 Se por algumas vezes utilizarei o termo cultivo de si para melhor compreensão de uma ideia ou argumento, tentarei no entanto dar prioridade ao termo cultivo tendo em vista que o "si" pode alimentar a ideia de um eu único, individualizado e autocentrado, e levar-nos a um trabalho encerrado em si mesmo.

habilidades e capacidades, e que vise uma indissociabilidade entre corpo e mente, arte e vida, ética e estética. Esta visão mais abrangente de um treinamento corporal como cultivo nos permitirá compreender um caminho de construção de qualidades de consciência e atenção para o ator/performer. Desenvolverei a seguir esta visão de treinamento (ou simplesmente cultivo) para apreender que estados e qualidades de consciência e atenção diferenciados nós podemos buscar para o trabalho do ator/performer.

− Ok, ok. Você fez seu quadro filosófico. E agora?

− Bom, agora eu vou tentar aproximar isso da área que me interessa.

− Tá, mas depois de ver o que não é, ou sei lá, ver que "pode ser" mais do que se achava que era, que raios de qualidades que essa tal consciência pode ser, ou ter, sei lá??!!!!

− Calma, vamos por partes.

− Vai dizer que você sabe o que é e como construir essas qualidades?

− Não, não vou dizer que sei. Mas tem mais gente por aí apontando caminhos. Só vou apostar nestas possibilidades...

1.3 – Um caminho: atenção/consciencialização

No primeiro subtópico deste capítulo delineei um breve percurso histórico acerca da consciência no trabalho do ator. Neste caminho esbarrei na cisão entre corpo e mente como fator propulsor das dificuldades em superarmos as brechas entre os elementos psico e físico da atuação. Depois de delinear um pequeno *quadro filosófico* a respeito de tal desconexão, comecei a compreender as dificuldades de caminharmos em direção ao que seria uma construção de qualidades diferenciadas de consciência. Tal percurso realizado esclareceu a compreensão comum da consciência como um elemento racional e gerador de sentidos. Compreendendo a necessidade de superar a cisão corpo/mente, o trabalho para conectar os elementos psico e físico da atuação teatral parece exigir uma compreensão da consciência não apenas como um fator mental, mas também corporal. O que pretende-se agora, tendo em vista que corpo e mente não são cindidos onde os elementos psico e físico caminham juntos, é compreender que qualidade psicofísica de consciência nós podemos construir.

Neste tópico pretendo retornar aos poucos a discussão para o campo das artes, na tentativa de encontrarmos os caminhos possíveis aos treinamentos e práticas psicofísicas da atuação, que visem uma produção de qualidades diferenciadas de consciência.

Dentro de um ônibus, sentada, com fones de ouvido, escuto uma música, olho a paisagem e penso nas tarefas que tenho que cumprir hoje. O ônibus para e vejo um ninho de passarinhos em uma árvore. Observo-o com tal atenção, que acabo por perceber que estava fazendo três coisas ao mesmo tempo, sem atentar-me a nenhuma delas. O ônibus volta a andar, tiro o fone, fecho os olhos e respiro por três minutos.

- Treinar e Cultivar -

Diante de um panorama cultural ocidental, onde na experiência comum corpo e mente encontram-se cindidos, é compreensível que a visão acerca das práticas e treinamentos do corpo sejam voltadas quase exclusivamente para a agregação de força e potência. Se num pensamento dicotômico o corpo é objeto, nada mais natural que as práticas corporais tenham como objetivo qualificar e melhorar o instrumento a ser conduzido e comandado pelo sujeito/mente.

Os esportes ocidentais muitas vezes ainda são o melhor exemplo de tais práticas voltadas para o corpo exclusivamente como instrumento. Suas metas de competição ou o cultivo de um corpo belo, dentro de padrões estabelecidos, são resultantes deste longo processo de construção de um sujeito cuja mente/espírito está desconectada do corpo/carne. Parece-me que é com a expectativa de superar tal cisão, no entanto, que muitos treinamentos e práticas orientais vêm sendo difundidos no lado de cá do mundo.

Yasuo Yuasa (1993) esclarece a diferença sobre tais visões orientais acerca da ideia de treinamentos corporais. Seu interesse versa-se sobre diversas religiões e práticas orientais que se debruçam sobre o problema do *"cultivo" (Shugyo).* Como nos referimos anteriormente, trata-se de um treinamento do corpo, mas também do espírito. Tais treinamentos têm como propósito o desenvolvimento de um ser humano desprendido, impermanente e, por isso, em constante construção. A arte representa aqui um meio, um caminho para tal conquista de uma maturidade do espírito, que pode ser alcançada através de um treinamento árduo e disciplinado do corpo e da mente.

Exigiria-se assim do artista ou de um praticante de artes marciais, por exemplo, um treinamento que não se encerre dentro

de uma sala, mas uma prática diária. Esta visão caminha para uma conexão não só entre mente e corpo, mas também entre práticas artísticas e práticas cotidianas, entre arte e vida.

É claro que a influência de tais tradições orientais sobre uma visão de treinamento ao artista já vem ocorrendo há um bom tempo nas artes cênicas e performáticas. A própria *performancing art* influenciou-se com tais visões e desdobrou a ideia de treinamento, influenciando também o teatro que, embebedando-se desta fonte, fez jorrar novas visões de treinamentos voltados tanto para o ator como para processos criativos específicos. Uma rede iniciada na década 60/70 por Joseph Beuyes, Ives Kleyn, John Cage, Meredith Monk, etc. tornou potente a miscigenação entre arte e vida, alterando as percepções contemporâneas sobre o treinamento para atores e performers, aproximando a criação artística a partir de uma prática e cultivo daquele que seria seu criador.

Realoca-se aqui uma ideia pedagógica da arte como desenvolvimento do ser, um caminho não só estético mas ético de reinvenção de si. A ideia de treinamento retoma aspectos mais próximos ao conceito de *Paideia*[17] da cultura grega. A aproximação se estabelece na medida em que os limites entre arte/vida, ética/estética se tornam porosos e objetivam um desenvolvimento do indivíduo (e as possíveis reverberações em sociedade). Mais do que o treino de um ofício, procura-se uma construção de hábitos que elevem o ser a um estado de liberdade e nobreza, sendo a arte um dos meios possíveis para tal elevação do ser humano. Segundo Josette Féral (2004):

---

17 Conceito global de educação presente na cultura grega a partir do séc. V a.C. A este respeito, ver: JAEGER, WERNER. 2010. ***"Paideia. A formação do Homem Grego."*** Ed. Martins Fontes.

"Diante de tal evolução, é evidente que o treinamento se separou do caminho pedagógico. Se tornou modo de vida. 'Não se ensina necessariamente a atuar melhor, a tornar-se bom ator, não prepara tão pouco para a criação [...mas] permite ao ator redescobrir suas possibilidades até o extremo [...]'. 'Não é a instrução de um aluno, senão o descobrimento de outra pessoa [...] o ator renasce não somente como pessoa senão também como ser humano', observava Grotowski. Visto deste modo, o treinamento se tornou caminho ético, quase metafísico. O círculo da vida privada do ator se une assim ao da vida artística sem ruptura." [18] *(FÉRAL, JOSETTE; "Dijo usted training?"; In. Teatro, Teoria e Prática: más allá de las fronteras; 2004, p. 176)*

Muitos dos caminhos de conexão entre treino e prática cotidiana que influenciaram tais artistas tiveram como fonte algumas tradições meditativas orientais. A problemática acerca do cultivo encontrada nestas tradições e práticas meditativas pressupõe a transformação de hábitos e modos de existir para a reinvenção de si. A ideia de cultivar parece estar associada ao ato de criar condições para que algo brote, que as potências latentes do ser humano possam desabrochar. Ampliar a noção de treinamento como cultivo, tornando-o também um caminho ético como nos coloca Féral, alteraria assim toda uma percepção e um modo de vida.

Este abrir espaço para se reinventar, como a noção de cultivo em algumas práticas orientais, não pretende no entanto desenvolver a singularidade de um indivíduo, o que seria

---

18 "Frente a tal evolución, es evidente que el entrenamiento se separó del camino pedagógico. Se tornó modo de vida. 'No enseña necesariamente a actuar mejor, a voelvérse buen actor, no prepara tampoco para la creación [...pero] permite al actor redescubrir sus posibilidades hasta el extremo[…]'. 'No es la instrucción de un alumno, sino el descubrimiento de otra persona […] el actor renace no solamente como persona sino también como ser humano', observaba Grotowski. Visto de este modo, el entrenamiento se tornó camino ético, casi metafísico. El círculo de la vida privada del actor se une allí al de la vida artística sin ruptura." FÉRAL, Josette; 2004, p. 176.

contraditório tendo em vista que não há um “si” singular e único. Diante destes pensamentos, parece necessário superar a ideia de um eu permanente e compreender este si não como um self, mas um “não-self” que não é singular em si mesmo, mas que experiencia estados singulares. Neste sentido, o primeiro passo seria reconhecer a impermanência deste sujeito, percebendo tais estados vivenciados, diferenciando suas qualidades e aprendendo a lidar com eles, livrando-se dos medos, sofrimentos, desejos e apegos. Na busca pela percepção destes estados singulares, no treinamento meditativo encontra-se um importante obstáculo a ser superado – e que podemos mesmo reconhecer em experiências criativas e diárias: o problema da atenção.

Aos poucos percebo vozes conscientes e distintas. Uma delas escuta os sons externos. Pássaros, carros, buzinas. Vem e vai. Aparece e some. Outra voz criava e imaginava. Vi cenas, criei diálogos, imaginei situações, passadas ou futuras. Outra voz analisava tudo. Crítica impiedosa, julgava o meu mau comportamento dispersivo. Ocorriam desordenadamente e às vezes concomitantemente. Por fim, a dor. A voz do corpo me chamando de volta ao presente.

Tomando como exemplo a meditação de atenção/consciência, Varela (2010) ressalta que diante da prática meditativa, a primeira descoberta do praticante é perceber a dispersão e o vaguear da mente. Esta descoberta encaminha o meditador a aperceber-se o quão desconectados estamos diante de nossa própria experiência. Assim, o primeiro problema a ser trabalhado é voltar-se para a atenção/consciência presente na experiência.

Segundo o autor, a finalidade da meditação de atenção/consciência torna-se simplesmente observar o que a mente faz no

momento em que faz. A ação de silenciar e escutar a mente, apenasobservando seus caminhos, permitirá o reconhecimento de nossos estados mutáveis e dispersivos. A proposição meditativa de acalmar a mente não busca uma absorção em si mesmo, mas uma presença e concentração para desenvolver uma visão de si, aprendendo a discriminar as diferentes qualidades e estados de pensamentos e padrões que ocorrem.

A percepção desenvolvida acerca dos hábitos e padrões corpóreo-mentais permitirá suas quebras e reconstruções. Se corpo e mente não são modalidades fixas, mas mutáveis em experiência, é possível reformular e desenvolver hábitos para que estejam conectados e coordenados. Pressupõe-se aqui que é possível desenvolver uma qualidade de atenção/consciência diferenciada da cotidianamente vivida, com suas dispersões mentais, suas desconexões entre ação e pensamento e seus padrões corpóreo-mentais.

Segundo tais práticas meditativas, o densenvolvimento de uma outra qualidade de consciência e atenção ocorrerá não só pelo treino, mas pela prática diária em vida. A observação e reflexão diante dos padrões dispersivos também no cotidiano propiciará o reconhecimento não só dos hábitos, mas também das causas de tais padrões. Como num plantio, é reconhecer não só o que sempre nasce na terra, mas as sementes que você carrega em mãos e sempre lança ao chão. Como Varela aponta (2010; p. 53), é preciso uma atitude e reflexão corporalizada diante da experiência, pois: *"Não existe nenhum conhecedor/observador*[19] *abstracto de uma experiência que esteja separado da própria experiência."*

---

19 No original em inglês: *Awareness.* VARELA, 2010, n.t. p. 53. (Tradução: GIL, Joaquim Nogueira; SOUSA, Jorge de.). A palavra awareness pode ser traduzida para o português de forma imprecisa, confundindo-se com a tradução de *consciousness* (consciência). Nos utilizaremos do estudo do termo como equivalência à conscientização, ou tomar conhecimento de. Por isto talvez a tradução do livro de Varela optou pelo termo *conhecedor/observador*, aproximando a ideia de awareness a uma conscientização e percepção adquirida.

Parece-me que há neste movimento do reconhecer e conhecer, uma reflexão sobre a experiência que ocorre em dois lugares distintos, porém paralelos: uma reflexão *sobre a ação* e uma reflexão *em ação*. Seria necessário desenvolver tais reflexões sem discriminar uma pela outra.

A primeira reflexividade citada, que ocorre *sobre* uma experiência, parece permitir este olhar consciente e analítico diante do terreno que estamos plantando. É possível uma discriminação e escolha diante do que se deve cultivar ou não. O cultivador se afasta de sua horta, olha e reflete sobre o que está nascendo ali, podendo enxergar as possibilidades de mudanças a serem feitas. Pode-se assim conscientizar-se das necessidades de modificações nas *ações futuras* em sua horta.

Um outro tipo de reflexividade está presente *em ação*. O cultivador, repetindo a sua ação cotidiana de plantar, passa a realizar tal ação simplesmente *observando* a ação de lançar as sementes ao chão. Sem um olhar crítico ou desatento ao momento em que realiza tal ação, ele passa a observar e experienciar ao mesmo tempo. Corpo e mente unidos em ação, o cultivador não interrompe ou julga a ação de plantar tal semente. Passa a atentar-se ao que faz, deixando que os impulsos que surgem em experiência levem-no a modificar o local em que lança a semente ou a abrir um pouco mais o buraco na terra, etc. Pode-se assim modificar o plantio *em* experiência, delicadamente, *em ação*, a partir do desenvolvimento de uma consciência atenta.

Ambas as imagens do cultivador que refletem *sobre a ação* e *em ação* parecem dialogar com a ideia de treinamento como cultivo e podem ser desenvolvidas em conjunto. O caminho que pretendo abordar aqui estará mais focado sobre a atenção/consciência necessária ao corpo/mente do cultivador *em ação.* Na busca de uma não dicotomia entre corpo e mente,

esta qualidade de consciência e atenção ao momento presente parece ainda inserir a ideia de ação e reação não como causa e consequência, mas como unicidade, acontecendo simultaneamente. Entendendo o treinamento como cultivo – artístico e diário – a construção de uma qualidade refinada de consciência enquanto atenção e presença parece possibilitar a presentificação em experiência, o *estar presente na ação*.

Bergson (2010) compreende a percepção não apenas como apreensão do mundo, mas uma escolha que envolve outras faculdades e cuja elaboração se dá pela experiência no presente. Os conteúdos de nossas memórias e percepções não seriam resíduos fixos, pois encontram-se em uma espécie de cone turbilhonado. Estes conteúdos são rapidamente mobilizados quando acionados pelo que Bergson chama de ponto P, esta noção convencionada de presente. O material perceptivo armazenado não opera sucessivamente e hierarquicamente, mas em fluxo constante de atualização regida pelas forças que nos atravessam no presente.

– Espera, para agora! Você vai colocar o Bergson nessa história?

– Bom, me parece um conteúdo interessante se quero falar de presença, de estar presente.

– Cuidado para não ir longe demais.

– Tudo bem, só quero trazer como mais um pensamento agregador ao que é <u>estar presente</u>.

– Mas a questão "o que é o presente" já é uma discussão delicada...

– Sim, mas por isso parece um bom diálogo o seu argumento sobre o momento presente como atualização e experiência.

– Tá, vai lá. Mas volte logo, hein?!

– Não vou me estender, prometo.

Se a nossa percepção, cognição e reação diante da experiência não se opera linearmente a partir de conteúdos fixos, ela é constantemente atualizada diante do presente (e, por atualizar-se, pode ser considerada também criação). O presente, o aqui agora, parece se tornar a condensação e atualização de um fluxo perceptivo em resposta às forças que atravessam este corpo/mente momento a momento. Desta forma, nos encontramos constantemente *impermanentes*, pois que estamos diante das forças/formas que nos agem e das formas/forças com que reagimos. Numa atitude abstrata diante da experiência, os padrões corpóreo-mentais estão sujeitos a retornarem e se repetirem, mas podemos compreender que, atualizados, podem ser modificados e recriados diante deste presente. O estar aqui e agora, estar presente, pode ser visto como uma abertura, uma desconstrução de padrões para liberar o acesso a novas qualidades perceptivas e cognitivas.

Segundo Varela (2010) afirma, o funcionamento do cérebro não se opera por uma lógica central, mas por meio de ligações reais entre neurônios que se alteram em função da experiência. Varela vê no sistema cognitivo não símbolos e regras que o norteiam, como terrenos prontos e já construídos, mas componentes simples que se ligam entre si dinamicamente e das maneiras mais diversas, como um sistema cooperativo. O cérebro operaria como redes neuronais cooperativadas e suas relações e conexões fazem surgir seus emergentes [20]. O corpo parece responder a este fluxo relacional com outros corpos, forças, fluxos que geram suas resultantes – padrões, memórias, percepções – a partir desta relação de composição em ação e reação aos atravessamentos

---

20 A noção de emergência é proposta por Varela como análoga ao que tipicamente é definido como conexionismo, *"(...) no sentido de surgimento de um estado global resultante das interações entre componentes (...)"*. A discussão incide aqui sobre a relação entre os processamentos dos símbolos e as resultantes entre tais ligações. Para maior profundidade no assunto, ver VARELA, THOMPSON, ROSCH, 2010, p. 31 e Parte III.

presentes.

Com esta impermanência e mutabilidade do ser perante o momento presente, Varela conduz seu pensamento para a necessidade então de uma reflexão corporalizada diante da experiência. Seria necessário coordenar corpo e mente em ação, transformando a natureza da reflexão numa atividade corporalizada, tendo em vista assim que o refletir já é uma forma de experiência. Numa comparação ao desenvolvimento de uma certa competência – como aprender a tocar um instrumento – o autor ressalta que, de início, há uma brecha entre a intenção da ação (tocar a nota Mi, por exemplo) e a realização da ação (conseguir fazer soar a nota Mi no instrumento). A distância entre intenção e ação pode ir gradativamente diminuindo com a prática. No entanto, na meditação de atenção/ consciencialização não objetiva-se o *"aprendizado"*, mas justamente o *"desaprendizado"* e a libertação de tais hábitos (VARELA; 2010, p. 57).

Nesta comparação, a analogia pode se dar no encurtamento entre intenção e ação alcançada com a prática. Porém, para ele, a diferença mais importante neste argumento é que ao aprender a tocar um instrumento o objetivo é chegar a um estado (alcançar a habilidade de tocar), enquanto na meditação de atenção/consciencialização não há a intenção de se adquirir uma competência. Mais do que à ação de tocar o instrumento, Varela (1991; p. 57) ressalta que a melhor analogia seria com a afinação de um instrumento de cordas que *"não deve estar nem pouco nem demasiadamente afinado"*. A coordenação e corporalização da ação só é justamente alcançada quando o praticante consegue 'deixar-se ir' ao invés de lutar para atingir um estado específico. Mas o que seria esta qualidade de presentificação em "deixar-se ir"? O que é preciso ultrapassar para não nos fixarmos em *tentar fazer* algo e simplesmente perceber e vivenciar o que se *está fazendo*?

Escuto ela me dizer da minha boa disposição e entrega, de não ter medo de me arriscar... eu vou... "but don't overdo it, trying to express what happening. Don't push!". "Como um pássaro que sobrevoa o mar e, quando vê o peixe, no momento certo, ele vai". Ele diz que assim devemos fazer. "Quando sentir, vá com calma, não tente fazer. Se você fica consciente do que fazer, você bloqueia".

- Deixar-se ir -

Antes de viajar para a Índia para iniciar seu treinamento em *kalarippayatu*, Phillip Zarrilli (2009) conta que foi um jovem que praticou diversos esportes, como baseball e futebol. A partir desta experiência como atleta enquanto jovem, Zarrilli identificou em si uma construção dicotômica entre corpo e mente enquanto praticante de esportes ocidentais e predominantemente masculinos. Estas práticas esportivas visavam a construção de um corpo atlético, biologicamente saudável e possível de agregar coisas (ganhar força, velocidade, potência). A agressividade e masculinidade que tais esportes incentivavam e geravam no seu corpo causava-lhe tal separação entre corpo e mente, que Zarrilli sentia como se seu corpo fosse observado de fora. Havia uma separação entre aquele corpo agressivo que estava sendo criado e seus valores e crenças pacificistas. Sentia como se houvesse um outro corpo que era o depósito de seus valores e sentimentos e aquele criado para o atletismo e a competição.

Com esta trajetória psicofísica enraizada em seu corpo/mente, ao iniciar seus treinamentos na Índia, sua primeira tentativa foi a de *forçar* o corpo a entrar nas formas codificadas. Com isso o corpo se tensionava e a mente tentava acertar os exercícios. Com o treinamento, gradativamente suas tensões e intenções abriram

caminho para um fluxo, centrado e livre, de prontidão e controle. Aos poucos, conseguia adentrar um estado de consciência e sensibilidade com o seu corpo/mente e sua respiração.

É notável que um estudante ocidental de uma certa técnica crê que sua cabeça (mente), compreendendo o movimento, ou a forma, irá domar seu corpo até que este, obedientemente, reproduza a técnica ensinada. Alguns treinamentos orientais, por outro lado, trabalham para que a mente não esteja apegada a nada e, não interferindo no domínio do movimento, permita que o corpo mova-se por si mesmo.

Estou novamente na ação de escrever na lousa. Percebo que as palavras que escrevo me remetem a mim mesma. Começo a pensar em coisas, pessoas, lugares, momentos de vida. Estou de novo enxertando na ação os meus pensamentos. Percebo que estou vagueando, não estou aqui. Mostro a lousa ao público e escondo meu rosto. Pausa, INTERRUPÇÃO, suspensão na ação. Aproveito para voltar ao meu corpo, à minha postura. Escuto de novo minha respiração, percebo que está alterada e só observo. Sinto o corpo tensionando-se novamente, dos pés aos olhos. A mente se silencia. Sinto um ar denso entrando e tensionando-me. Sinto um ar leve saindo e destensionando-me.

Na meditação sentada, o foco é abandonar a mente que está direcionada aos fatores, coisas/eventos, externos e focar-se nos movimentos da mente. A cada momento em que se percebe o apego a um pensamento/ ideia, exercita-se o deixar ir e voltar a atenção simplesmente à respiração. Depois de um longo período de treinamento espera-se que as vagueações da mente desapareçam, ultrapassando assim as tentativas da mente em controlar, significar e apegar-se às coisas/pensamentos/ideias.

Yuasa (1993; p. 31) cita o monge zen Takuan (1573-1645), que utiliza os termos *"mente direita [shoshin], ou mente original [honshin] ou não-mente [mushin]"*, para caracterizar tal estado de desapego. Exemplifica com o estado corpóreo-mental ideal de um espadachim: se sua mente se fixar apenas aos movimentos da espada de seu adversário, ou apenas aos movimentos corporais dele, ou mesmo se sua mente estiver presa a uma atitude generalizada do momento, ele será surpreendido quando houver qualquer tipo de mudança na situação (um golpe inesperado, ou uma mudança no ambiente da luta, por exemplo). Em oposição, Takuan (*apud.* YUASA; 1993, p. 31, trad.minha) designa o estado ideal de "não-mente" como *"A imóvel sabedoria de Buda"* [21]:

> *"Este é o estado de 'não-mente'. O que Takuan chama de 'imóvel sabedoria' designa este estado de 'não-mente'. Há um ponto de imobilidade no centro dos movimentos corporais livres, como um eixo central no topo que mantém uma posição imóvel enquanto ele está rodando em máxima velocidade.[22]" (YUASA; 1993, p. 31-32; trad. minha)*

Este ponto de imobilidade possibilita que não nos apeguemos a nada, ao mesmo tempo em que se permanece presente, podendo movimentarmo-nos fluidamente com o corpo. Com isso, Yuasa (1993; p. 31, trad. minha) aponta que a repetição nos treinos e práticas performativas, onde corpo e mente são disciplinados, a consciência do movimento se modifica e *"mão, pernas e corpo*

---

21 *"The immovable wisdom of Buddhas".* YUASA; 1993, p. 31

22 *"This is the state of 'no-mind'. What Takuan calls 'immovable wisdom' designates this state of no-mind. Theres is an immovable point at the center of the free bodily movements, just as the center shaft of a top maintains a quiet immovable position while it is spinning at full speed."* YUASA, 1993, p. 31-32.

movem-se inconscientemente por eles mesmos" [23].

Seria necessária assim uma atitude de abandono e desapego aos fatores externos e o adentrar-se num "mundo interior". O autor ressalta que em situações cotidianas nossa consciência tende a fixar-se ao que é externo a nós e, com isso, realizamos os julgamentos e críticas, criando inclusive as distinções entre bom e mau. No processo de meditação o intuito é justamente abandonar tais julgamentos exteriores e conscientes e voltar-se a uma internalidade. Para Yuasa (1993), se analisarmos psicologicamente, este seria um processo de enfraquecer as *funções conscientes* apegadas ao que está fora de nós, acionando e controlando as *funções inconscientes*.

É neste sentido que o corpo pode mover-se inconscientemente por si mesmo, como colocado anteriormente. O abandono e desapego possibilita ao corpo mover-se com liberdade, mantendo um centro de imobilidade fluida, pois que a mente deixa de tentar dominar, nomear e julgar o acontecimento. Voltar-se a si, acionando tais "funções inconscientes", parece estar próximo de libertar-se de uma 'consciência gramatical' [24], produtora somente de significados.

Interessante notar que o termo inconsciente não encontra-se necessariamente conectado a recalques ou percepções fixadas e escondidas em um determinado local inacessível. Para José Gil (2005), há algumas particularidades do inconsciente que não podem ser reduzidas a meros traços suprimidos do consciente. O não-consciente não pode ser considerado simplesmente conteúdos psíquicos rejeitados da consciência. O campo da experiência nos atinge antes mesmo de nos darmos por

---

23 *"hands, legs, and body unconsciously move of them selves".* Idem.

24 Utilizo este termo, 'consciência gramatical', para designar a compreensão a consciência cuja funcionalidade seria de agregar e designar sentidos,associando-a assim à gramática enquanto estudo das morfologias e sintaxes da língua, responsável por organizar as palavras certas nos lugares certos.

conscientes do ocorrido, perfurando em micropercepções o campo da consciência [25].

O processo de acionar as funções inconscientes, como nos coloca Yuasa, parece relacionar-se menos com uma atitude de fazer emergir subjetividades reprimidas, e mais com o adentrar um "mundo interior" livre de uma racionalização crítica e inibidora. As "funções conscientes" e racionais estão presentes, assumem um refinamento de presença e atenção diante do acontecimento.

Neste processo, parece haver um reconfiguração nas qualidades da própria consciência e atenção. Seria necessário talvez, abrir canais na consciência apegada ao exterior, que tende a analisar, criticar e apegar-se. Esta abertura pode liberar as portas de acesso a tais "funções inconscientes", para que possamos nos mover livremente, liberando os impulsos bloqueados e reagindo ao momento presente sem nos fixarmos a nada e nem buscar apenas agregar sentidos. Se a mente apegada tenta dominar a ação, dificulta-se a visão sobre o que realmente se passa, pois que os bloqueios e padrões podem impedir uma presentificação em experiência.

Acionar tais impulsos e reações num campo de forças inconscientes é trazê-los à tona e permitir uma visão consciente/atenta ao que surge. Este processo não coincide assim com a ideia de um espontaneísmo, a partir do momento em que não se abandona as "funções conscientes". O que se modifica parece ser a qualidade de tal consciência, que refina-se para abrir espaço a um fluxo e mantém-se presente e desapegada, observando o que acontece, sem no entanto impor-se na ação.

A conexão entre corpo/mente pode se realizar neste sentido, onde não mais o sujeito/mente busca comandar a ação, mas deixa-se estar em ação livre. Abre-se mão de *tentar* fazer para

---

25 Para mais, ver GIL, JOSÉ. 2005. Cap. 1.

estar a fazer, ou *deixar-se* ir. Há um deslocamento refinado da posição da consciência, que deixa de ser uma barreira dominante para liberar a passagem das forças e fluxos do acontecimento e passa a se observar em ação. Este espaço criado aos impulsos permite que eles aconteçam e, assim, possamos identificar e discriminar as qualidades dos estados que surgem.

- Os Cuidados -

Há nesta argumentação alguns cuidados e questões que surgem ao analisarmos as qualidades de consciência/atenção no trabalho do ator/performer. Levantaremos aqui algumas delas, apontando sua existência e delineando algumas possibilidades, não de respostas, mas de tentativas a serem experimentadas.

O primeiro questionamento seria: Como equilibrar a necessidade de um trabalho com o desbloqueio de padrões copóreo-mentais e a construção de uma consciência/atenção que pode manter um fluxo livre e ao mesmo tempo observar e discriminar o que acontece? Esta consciência/atenção, enquanto presença, se estabelece após este processo de desbloqueio, ou pode ser construída durante este percurso?

É claro que nos parece possível compreender um treinamento ao ator/performer por diferentes vertentes e, por isso, a resposta a estas perguntas não se fecha em uma única possibilidade. Pode-se crer e criar diversas maneiras de liberar os impulsos orgânicos em resposta ao acontecimento, e, reconhecendo e rompendo seus próprios padrões, alcance-se uma outra qualidade de energia e consciência. Da mesma maneira, parece possível ainda que o refinamento na qualidade de tal atenção/consciência pode ser operado durante todas as etapas do processo de abertura aos fluxos e impulsos acionados. Desta forma, esta qualidade de

consciência/atenção sutil pode ser construída e/ou vivenciada em qualquer etapa, seja em 'treinamento' ou em cena.

Uma diferença que se aponta entre as duas possibilidades de trabalho parece residir no objetivo de cada uma. No primeiro processo citado, há uma preocupação em chegar-se a um estado de uma outra consciência criada após a exaustão dos padrões e bloqueios. Gilberto Icle (2006; p. 56), em sua análise de trabalho com o *clown*, aponta que: *"Quando a consciência cotidiana se torna exaurida, se esgota, abre a possibilidade de construção de uma outra dimensão dessa experiência, uma consciência extracotidiana"*.

Icle entende a consciência cotidiana associada aos padrões e bloqueios físicos ou psicológicos do ator que sobe ao picadeiro [26] no exercício *clown*. Segundo ele, esta consciência cotidiana corresponde aos caminhos já conhecidos do ator, e que, se levados à exaustão, possibilitam o desenvolvimento de uma outra consciência, extracotidiana, abrindo novas possibilidades ao desconhecido, do *"não imaginável"* (ICLE; 2006, p. 56). Parece haver neste sentido o objetivo de se chegar a um estado específico e a ideia de uma consciência diferenciada da cotidiana que pode ser alcançada.

Longe de querer desqualificar tais procedimentos exaustivos (visto que a própria autora que vos escreve já vivenciou-os de algumas maneiras e acredita em sua potencialidade a ponto de recorrer a eles ainda hoje), o que pretende-se aqui é compreender a possibilidade de que um procedimento de descompressão dos fluxos inconscientes e desbloqueios padronizados pode ocorrer

---

26 "O exercício principal que trabalho com os iniciantes a clown é o Picadeiro, no qual se constrói um jogo. O professor-diretor é o dono do circo, e o aluno-ator é o clown que vem pedir emprego no circo. O clown deve realizar todas as tarefas que o dono do circo pedir, por mais absurdas e ridículas que lhe pareçam. Neste jogo de fazer e não fazer, o aluno vai encontrando reações que constroem estados em constantes transformações." ICLE, 2006, p. 16-17.

concomitantemente à construção de uma outra qualidade de consciência sutil. Pretende-se entender a construção desta sutileza na atenção não como algo a ser alcançado e definitivo, mas como cultivo processual ao experienciar as diferentes qualidades e estados experimentados. Podemos pensar, portanto, que, independente do método escolhido para tal desbloqueio, é possível lidar com a presença constante de uma atenção/ consciência sutil, observadora e 'silenciosa" [27] (cujo refinamento também se [re]constrói ao longo do processo).

Três meninas de branco caminham lentamente num prédio em quase demolição. Silêncios e a simples ação de deitar-se pelo espaço. Um corpo branco sobre um colchão jogado numa pilha de terra e cacos de vidros. Vejo Ofélia flutuando sobre o aterro de lixo. Lanço-me a ele. Misto de terra em que meus pés se afundam, cacos que minha barriga roça, vidros que arranham meus braços. Sinto cada micropedaço de mim escorrendo como a areia do aterro. Sou terra, caco, vidro, demolindo-me, despedaçando-me, movendo-me minimamente. Nada faço além de me escorrer.

Aqui podemos realocar outra questão que emerge diante do embate entre o *chegar a* uma qualidade de consciência diferenciada e o *cultivo de* tal consciência/atenção sutil. A quebra de tais padrões corpóreo-mentais, independente de por qual processo de treinamento/ cultivo escolhemos, não pressupõe necessariamente que nos tornaremos "livres" destes. É necessário que nos reconfiguremos para permanecer em construção, reinventando-nos de alguma maneira, caso contrário, estaremos fadados a permanecer no mesmo lugar, lidando sempre com as

---

27 A esta utilização do termo 'atenção silenciosa', ver: QUILICI, CASSIANO S. ***Notas sobre "A Arte como Veículo" e o ofício alquímico do performer***.; In Rev. Bras. Estudos da Presença; Porto Alegre, V. 3, n. 1, jan/abril2013.

mesmas barreiras pessoais. Cabe então perguntar aqui, diante das duas possibilidades de treinamento/cultivo de tal atenção sutil, em que momento, e como, ocorre a reconstrução de tais padrões?

Tentaremos desvendar aos poucos as possibilidades de se responder a tal pergunta. No entanto, a construção de uma qualidade de atenção/ consciência sutil e presente, seja por meio de um processo que exaure padrões anteriormente ou que lida com tal processo de maneira silenciosa, parece exigir uma postura ativa e vigilante do artista como cultivador. O tempo e a prática constante podem fornecer o refinamento de uma consciência capaz de propiciar a reconstrução de tais padrões psicofísicos. Para este desenvolvimento de si, há que se pensar ainda na importância da *intenção*.

- Intenção -

Para a reconfiguração ou um recriar-se constante, é necessário atentar-se às intenções contidas dentro dos próprios impulsos e padrões que respondem ao acontecimento. Mais do que criar apenas presença, construir uma qualidade diferenciada de consciência/atenção perpassa questões éticas além de estéticas.

Jean Genet, em *"Diário de um Ladrão"* (2005), nos leva a acompanhar os submundos de ladrões, assassinos, prostitutas. Durante a narrativa, podemos presenciar a alteração do estado cotidiano de um ladrão, quando este está prestes a se colocar em ação de furtar. Há uma alteração de sua percepção, um volitar psicofísico diferenciado de momentos cotidianos. Uma tensão e atenção toma forma e corpo, presentifica-se no momento de agir. Seu impulso orgânico e instintivo é acessado e liberado, e seu objeto é alcançado sem nenhum bloqueio racional ou moral diante da ação.

Ao buscarmos o desbloqueio dos impulsos vivos e inconscientes, sem a presença de uma consciência que julgue e critique, construindo um estado de atenção/consciência diferenciado, o que nos diferencia do estado de atenção que tal ladrão vivencia?

Nos parece necessária uma atitude ética perante os próprios impulsos/intenções que surgem. A qualidade de atenção/consciência sutil deve ser construída com o intuito (ou intenção) de reconhecer as próprias intenções, a fim de que possamos reconfigurar nossos padrões corpóreo-mentais. Não apenas buscar uma intensidade e presença em cena, mas uma percepção aguçada de si mesmo.

Num processo de adentrar ao "mundo interior", liberando "funções inconscientes", é possível livrar-se das amarras e apegos. Este caminho, no entanto, deve ser compreendido como postura ética, cuja liberdade conquistada exige uma vigilância para a reconstrução de si. Tal caminho, longo e árduo, visando o amadurecimento do ator/performer, requer ainda uma outra visão a respeito das intenções e objetivos do próprio treinamento artístico e, talvez, do próprio papel da arte.

O que quero dizer é que ao artista como cultivador é necessário um cuidado para atentar-se a todas as etapas e estados impermanentes que vivencia, seja em criação seja em vida. Neste sentido, trabalhar para uma construção de outra qualidade de consciência/atenção exige uma postura vigilante, um cuidado para cultivar-se, permitindo-nos pensar no trabalho sobre uma consciência enquanto ética. Neste texto, esta visão estará mesclada a uma visão da consciência como faculdade (ainda que não somente como racionalidade), investigando mais precisamente os caminhos de sua construção, bem como as qualidades de uma consciência enquanto atenção e presença para o trabalho do ator/performer.

Num grande *looping* final de análise geral, parece possível traçar o seguinte pensamento: a reconexão entre corpo e mente, entre os aspectos psico e físico na atuação, pode ser possibilitada com o exercício de uma consciência/atenção enquanto presença. Esta, por sua vez, é construída momento a momento e exige uma prática tanto criativa quanto diária, ética e estética. Só com tal prática é possível um amadurecimento para reconhecer e reconfigurar os padrões corpóreo-mentais. Esta reinvenção de si pode ocorrer tanto por uma reflexão sobre a ação (o cultivador que se distancia, analisa e escolhe), como por uma reflexão *em* ação (o cultivador que liberta-se do julgamento e atenta-se à ação que realiza). E tudo isso, no entanto, depende da postura e dos objetivos de se repensar o treinamento como *cultivo*, enxergando ainda a arte como meio/caminho para um amadurecimento do espírito.

Bom leitores, peço licença para assumir um tom pessoal aqui mesmo no corpo da escrita. Findado todo o percurso deste capítulo, é inevitável me questionar (e você também o deve ter feito), como, afinal, colocar em prática tal refinamento da consciência/atenção. Obviamente que não acharemos resposta aqui, eu escrevendo e você lendo, mas nos intentaremos a seguir na busca por um diálogo com a prática para, quem sabe, iluminar os nossos próximos passos.

Continuo em tom pessoal para dizer que, apesar de citar e usar como referência alguns pensamentos e práticas orientais, como a meditação por exemplo, pretendo apenas usá-las como guias de analogia, comparação e influência para reconfigurar as possibilidades de pensamento sobre o treinamento do

ator/performer. Abordei até aqui a ideia de *cultivo*, bem como algumas pistas sobre que qualidades de consciência estamos nos referindo, e agora retornaremos nossa atenção ao local de nossa investigação: o campo do fazer artístico.

Para repensar uma qualidade de consciência e atenção, volto ao Ocidente e lanço foco sobre as práticas e conceitos de Jerzy Grotowski já ao final de sua vida, quando renomeia seu trabalho de *Arte como Veículo*. Traçarei este percurso para encontrar possibilidades de diálogos práticos e teóricos voltados especificamente ao campo da atuação. Pretende-se a seguir (re)conhecer o momento deste artista ao final de sua vida, tentando assimilar suas proposições a partir dos questionamentos erguidos neste primeiro capítulo.

O “como fazer” provavelmente não será respondido e nem a isso me intento a fazer. Mas construir tal percurso pode servir como mais uma estrela-guia dentre um céu de constelações possíveis para recriar-me – e, quem sabe, colaborar com alguém que também lance teu olhar sobre este céu.

Capítulo 2 – Verticalidade e Awareness

- Por que essas lágrimas?

- Estava relendo o meu diário pessoal, feito durante o curso.

- E deu vontade de chorar?

- Sim, de novo. É uma sensação de frustração, de quem gostaria de ter ido mais além.

- Será que é por isso que você está com tanta dificuldade para começar este capítulo?

- Talvez. Está difícil voltar a escrever depois desta experiência.

- Mas isso não seria positivo? Uma reflexão teórica sobre algo que você vivenciou pelo menos um pouquinho?

- Sim. Mas é como se não me sentisse apta a falar disso. A decepção comigo mesma na prática me afasta da escrita teórica.

- Não seria seu ego com medo de errar?

- Pode ser.

- Então deixa o ego de lado e pare de se vitimizar. Não deixe que as dificuldades virem desculpas. Vai trabalhar!

Este capítulo pretende abordar algumas práticas e conceitos de Jerzy Grotowski, no período de seu trabalho denominado *Arte como Veículo*. A trajetória deste artista é repleta de reconfigurações e mudanças em suas proposições e, consequentemente, em seu discurso. A capacidade de se questionar, criticar e modificar o caminho é um dos atrativos da própria figura de Grotowski. É este mesmo atrativo, entretanto, que torna delicada e perigosa a aventura de revisitar sua pesquisa.

Como Tatiana Motta Lima (2012) bem ressalta, muitas vezes a complexidade em se tratar das terminologias de Grotowski consiste na amplitude das modificações ocorridas no percurso do artista. Diante de uma pesquisa sempre em construção *na* e *pela* experiência prática, alguns termos e conceitos foram descartados, enquanto outros permaneceram ou retornaram com um sentido completamente distinto.

Esta escrita nunca pretendeu abranger todo o léxico deste artista, nem traçar todo o desenvolvimento de uma pesquisa de vida percorrida por ele. O olhar da pesquisadora foi atraído diretamente para sua última fase, a *Arte como Veículo*, ao encontrar ali algumas possíveis reverberações de um tema específico: qualidades de consciência no trabalho do ator/performer. A primeira e grande pergunta que se colocou então foi: como abordar este período do trabalho de Grotowski, criando um diálogo com o foco desta pesquisa, sem desconsiderar toda a trajetória do artista até ali, e, ao mesmo tempo, restringir o campo de investigação?

Sem obter uma resposta certa, a aventura traçada aqui consiste em duas tentativas. Primeiramente optou-se em reduzir ao máximo o campo de abordagem, focando-se em alguns termos específicos do período investigado. A escolha pela restrição visa a verticalização nos temas que interessam à pesquisa e ainda a contextualização destes no percurso de Grotowski.

A segunda tentativa relaciona-se à importância da experiência prática no desenvolvimento do discurso deste artista. Sem dúvida que os conceitos apresentados por Grotowski são frutos de uma investigação viva e, por isso mesmo, tão passíveis de modificações. Não pretende-se pormenorizar os detalhes da experiência do diretor que originaram tais termos, mas trazer para a escrita a mesma importância na relação entre teoria e prática. Compreendam, caros leitores, que dificilmente esta autora conseguiria relacionar todo o percurso criativo de Grotowski com o discurso nascido daí (este seria o foco para uma outra dissertação). O que posso tentar fazer é lançar o desafio de estabelecer a mesma união entre experiência e reflexão. Assim, ao rascunhar as possibilidades de diálogo entre o tema abordado com o trabalho de Grotowski, buscarei alimentar os conceitos apresentados com as vivências da própria autora.

Primeiramente traçarei um breve contexto desta fase, *Arte como Veículo*, tentando delinear algumas de suas características, a fim de compreendermos as bases do pensamento de Grotowski neste momento de sua vida. Mesmo que algumas vezes seja necessário retroceder em seu percurso, tais contextualizações se realizarão apenas na medida em que se tornar pertinente para uma melhor compreensão das especificidades deste estudo. A ideia de uma *Action* (GROTOWSKI: 2007, p. 32) que mobilize o atuante, bem como o paralelo com a *"objetividade do ritual"*, ou *"artes rituais"*, serão alguns norteadores para que possamos compreender o foco de investigação do artista neste período.

Em seguida, a questão apresentada estará voltada para o termo *Performer* [28] , bem como ao binômio *"I-I"* [29] . A fim de compreender quem é este *"homem da ação"* apontado por

---

28 GROTOWSKI, Jerzy – ***"The Performer"*** - In *"The Grotowski Sourcebook"* – SCHECHNER, Richard; WOLFORD, Lisa - Londres/Nova York – Ed Routledge, 2001.
29 Idem, p. 378

Grotowski, desenvolverei as proximidades possíveis com a noção apresentada anteriormente do artista como 'cultivador', onde o treinamento artístico volta-se ao desenvolvimento e amadurecimento do indivíduo por meio da prática. O duplo eu que surge no discurso do artista revela-se ainda por meio de uma investigação própria ao *Performer*, e tentarei aprofundá-lo diante da discussão a respeito de uma qualidade de consciência sutil e refinada que está atenta e presente ao que se passa em ação.

Tentarei ainda entender os apontamentos sobre um processo de *"verticalidade"* necessário ao atuante, estabelecendo uma conexão entre organicidade e *"Awareness"*, uma consciência enquanto presença (GROTOWSKI; 2007, p. 235).

Tendo em vista os questionamentos levantados no primeiro capítulo, num terceiro momento nos encontraremos em busca de um caminho, analisando os termos e as práticas que Grotowski nos oferece, num possível diálogo com a construção de qualidades diferenciadas de consciência.

2.1 - Um percurso - Arte como veículo

Grotowski (2007; p. 229) localiza o seu trabalho sobre a arte como veículo na extremidade de uma linha das *"performancing arts"*: de um lado encontra-se a *"arte como apresentação"*, cujo foco da montagem estaria na percepção e nos efeitos sobre o público. Os aspectos visíveis e invisíveis da criação – ou seja, tanto o espetáculo quanto os ensaios – seriam objetivados em direção a um processo de percepção e visão final do espectador. No outro ponto desta linha, encontra-se a *arte como veículo*, onde toda a montagem surge a partir da percepção e do trabalho sobre os

atuantes.

Para Peter Brook – o nomeador desta fase de trabalho do diretor polonês [30] –, Grotowski encontrava-se neste momento trabalhando com uma visão da arte performática que serviria de veículo para que o homem encontrasse outros níveis de percepção. As chaves para o funcionamento deste veículo, no entanto, só poderiam ser trabalhadas sobre o próprio atuante. Interessante notar que para James Slowiack e Jairo Cuesta (2007), Grotowski percebeu, já a respeito da sua fase do *Teatro de Produção*, as dificuldades em se tentar prever as reações do público, bem como controlar sua visão final sobre a montagem. Os autores apontam que, naquele momento, o diretor investigava a inserção da plateia no drama, a fim de que estes pudessem realizar uma revisão de si mesmos. Grotowski teria compreendido, no entanto, que tal proposta não garantia um processo de reavaliação ou questionamento do público, justamente pelas dificuldades em atingir e controlar a percepção do espectador.

Andando apressadamente em meio à multidão
alguém me esbarra.
Um lapso de irritação e em seguida outro de consciência.
Percebo meu corpo caído, a testa franzida,
a ansiedade, os pensamentos tensionados.
Desacelero o caminhar, arrumo a coluna, levanto a cabeça,
respiro profundamente, relaxo os músculos da testa,
ergo os cantos da boca no esboço de um quase sorriso.
Permaneço assim, e meu trajeto para casa se reconfigura.
(é impressão minha ou algumas pessoas perceberam algo?)

---

30 BROOK, Peter - ***"Grotowski, art as vehicle"*** – In SCHECHNER, Richard; WOLFORD, Lisa–Londres / Nova York–Ed.Routledge,2001.

Fiz este pequeno salto biográfico no percurso de Grotowski apenas para identificar no contexto abordado a importância de se compreender que a eficácia da *arte como veículo* está nos aspectos que podem ser desenvolvidos sobre aqueles que agem, por meio de um árduo e disciplinado processo prático. Esta característica pode se relacionar ainda, como desenvolverei a seguir, com a reconfiguração da palavra ritual em seu discurso. O artista estabelece, neste período, um paralelo entre a arte como veículo e a *"objetividade do ritual"* ou *"artes rituais"*:

> *"Quando falo do ritual não me refiro a uma cerimônia, nem a uma festa; e ainda menos a uma improvisação com gente de fora. [...] Quando me refiro ao ritual, falo da sua objetividade; quer dizer que os elementos da Ação são os instrumentos de trabalho sobre o 'corpo, o coração e a cabeça dos atuantes'"* (GROTOWSKI; 2007, p. 232).

Antes de avançar a discussão para o trabalho sobre o atuante, vou voltar um pouco no percurso de Grotowski para uma contextualização acerca das modificações empreendidas na relação entre teatro e ritual e com isso compreender como ela se restabelece na *arte como veículo*.

No texto *"Farsa – Misterium"* de 1960, questionando-se sobre qual seria a essência da arte teatral, Grotowski encontra no fenômeno ritual as conexões para um retorno à essencialidade do teatro. Naquele momento, acreditava que o teatro seria capaz *" 'de modo laico' – de satisfazer certos excessos da imaginação e da inquietude desfrutados nos ritos religiosos."* (GROTOWSKI; 2007, p. 40). Segundo Lima (2012; p. 58-64), para Grotowski, neste período, alguns fatores conectivos entrelaçariam o teatro ao ritual: a artificialidade, a coparticipação do espectador, a relação entre jogo teatral e a magia do ritual e, ainda, a presença do *'Misterium'*.

Se o termo *"arte"* estaria próximo à *"artificialidade"* (GROTOWSKI; 2007, p. 42), encontra-se aí uma característica primordial ao teatro: a da construção, do artifício, da convencionalidade que a diferencia do cotidiano. A construção dos signos estabeleceria a lógica formal do jogo teatral, assim como no rito, onde os signos ou um sistema de convenções são pre-estabelecidos, diferenciando aquele momento das ações cotidianamente refeitas. A convenção simbólica, artificialmente preelaborada no teatro, se assimilaria à estrutura cerimonial dos ritos, distinguindo teatro e vida (bem como vida e rito).

O caráter coletivo dos fenômenos rituais é outro aspecto importante – neste período,1960 – a ser reconsiderado em um novo teatro defendido por Grotowski [31]. O espectador deveria encontrar-se inserido no jogo teatral, assim como os participantes de um ritual. O aspecto da coletividade ainda residente nas artes teatrais, se trabalhados no intuito de envolver também os espectadores, propiciaria a conexão, organização e disciplina capaz de atingir e afetar todos os participantes. Extinguir a diferenciação entre atores e espectadores reaproximaria o teatro do ritual – e, assim, de suas funções laicizantes – pois a coparticipação do espectador funcionaria como no jogo ritual, onde não há distinção entre tais posições.

A similaridade entre teatro e ritual residiria ainda na aproximação da magia enquanto eficácia, do ritual com o jogo teatral. No rito religioso, o coletivo encontra uma certa estrutura imaginativa onde a magia agrega ao grupo um sentimento de pertencimento comunitário. No ritual do teatro, o sistema convencional serviria, diferentemente do rito, ao jogo como um

---

31 "Grotowski utilizou intensamente o vocabulário daquele teatro teatral – teatralidade, jogo, artifício – e apoiou-se em ideias defendidas por encenadores que, no início do século XX, se opuseram a tendências naturalistas e burguesas na arte do espetáculo, tendências que ele também rejeitava" – LIMA, Tatiana M.: ***"Palavras Praticadas – o percurso artístico de Jerzy Grotowski, 1959-1974"***, Ed. Perspectiva, 2012, p. 59.

espaço possibilitador da *"brincadeira"* coletiva (GROTOWSKI; 2007, p. 43). Mesmo que a função do teatro como ritual seja diferente da função do rito religioso – em um, a magia levada *"a sério"* (Idem; 44), noutro, o jogo que brinca com a convenção – em ambos haveria a capacidade de tocar e agregar o coletivo numa *"sensação de pertencimento"* (LIMA; 2012, p. 64).

Ainda em termos de coletividade, a presença do *misterium* seria outro ponto de paralelismo entre o teatro e o rito. Para Grotowski, o *misterium* – enquanto "segredo" – nas formas teatrais gregas e medievais encontrava-se numa proximidade dos ritos aos deuses. O segredo neste período estaria no que é exterior aos participantes: os deuses, divindades e espíritos. O *misterium* coletivo do jogo teatral, entretanto, deveria reconectar-se aos próprios participantes, pois o segredo fundamental estaria no próprio homem e não fora dele.

A relação entre o teatro e o ritual aqui apontada refere-se a um momento específico do percurso de Grotowski, em meados de 1960 durante o *Teatro das 13 Fileiras* [32]. Tal paralelismo ao ritual sofreu alterações ao longo de sua pesquisa, sendo o próprio artista o crítico e o revisor de tais noções, como no texto *"Teatro e Ritual"* de 1968.

Como breve elucidação, encontramos em 68 uma diferença no que se refere a inserção/participação do público. Se antes a coparticipação deste consistia num esmorecimento das divisões entre as funções ator/plateia, neste momento – 1968 – Grotowski (2007, p. 122) considera que o espectador tem como *"vocação"* ser *"testemunha".* Outra reconsideração importante diz respeito ao

---

32 Deixamos aqui apenas um comentário: Se para Ludwik Flazsen podemos encontrar no período do Teatro das 13 Fileiras, algumas formas embrionárias da arte como veículo, Tatiana M. Lima nos alerta que este olhar, mesmo que coerente, não deve desconsiderar as diferenças existentes entre tais períodos, principalmente pelos aspectos práticos que diferenciaram e determinaram tais mudanças. Ver LIMA, Tatiana Mota; 2012.

aspecto da artificialidade teatral. O artista parece compreender que a busca pela construção de signos naquele período trouxe como consequência a produção de estereótipos. Passa então a trabalhar sobre os impulsos que *"fluem do profundo"* (GROTOWSKI; 2007, p. 131) do corpo do ator, que em seguida tomariam forma e construiriam signos, como ressalta Lima: *"O que interessava era a produção de signos sonoros e corporais que pudessem ser fixados precisamente em uma partitura"* (2012; p. 77).

É neste ponto que deteremos o nosso regresso ao passado. Dentre as modificações ocorridas na conexão entre teatro e ritual, o que nos interessa aqui é tratar da noção de *"objetividade"* do ritual, o que nos parece tornar-se o maior norteador não só do discurso como da prática no trabalho sobre a arte como veículo.

Numa visão geral, podemos pensar que a ritualidade do teatro esteve de certa maneira associada ao encontro, ou ao coletivo, a uma montagem que ainda tinha como tônica o outro. O que queremos dizer é que os aspectos do trabalho teatral conectados ao ritual não pareciam estar, neste momento, ainda tão concentrados no trabalho do ator sobre si. Para Lima (2012), o espetáculo *Sakuntala* marcaria um início de pesquisa sobre técnicas para o ator, ainda que ali permanecesse o paralelo entre teatro e ritual. Interessa-nos notar que, diferentemente de outros períodos, na arte como veículo não há espelhamento entre teatro e ritual senão pelo *próprio* trabalho do ator sobre si.

O ritual do teatro parece agora concentrar-se naquilo que lhe seria mais objetivo: a capacidade de agir sobre a inteireza do homem. Tal capacidade no entanto, só seria possível por meio de um processo prático sobre aquele que age. Para Grotowski (2007), o foco da montagem deveria estar no atuante e no que emerge a partir de seu trabalho com elementos objetivos.

- Nossa, espera, vamos com calma!

- Sim… Está confuso?

- Não sei, talvez um pouco de excesso de informação...

- Entendo... A minha cabeça fervilhou e eu soltei tudo de uma vez.

- A mão não está acompanhando o ritmo da mente, né?

- Exato. Mas vamos lá, irei por partes, ok?

Não se trataria, para Grotowski, de um processo criativo a partir de uma descoberta coletiva, uma comunicação ou um acordo entre os atores sobre o que será trabalhado. A montagem deveria emergir de um processo sobre os próprios atuantes, e, por meio de um trabalho sobre suas ações é que se poderia encontrar o essencial à criação. Refletindo a respeito de um trabalho sobre os atuantes, inevitavelmente surge a indagação: estaria este trabalho ligado a um tipo de treinamento? Que treinamento seria este então?

Na passagem do período do Teatro das *13 Fileiras para o Teatro Laboratório*, podemos encontrar uma primeira diferença a respeito da noção de treinamento. Num primeiro momento o treinamento do ator voltava-se exclusivamente à montagem final, ou seja, realizava-se a partir dos elementos corporais e vocais que fossem necessários ao espetáculo. O ator se tornaria habilidoso na construção de efeitos e artifícios, a fim de que os signos e movimentos realizados por ele em cena fossem capazes de atingir uma coletividade. Para Lima (2012), há uma primeira diferença de pensamento apontada pelo próprio diretor em uma nota de apêndice ao texto *"A Possibilidade do Teatro"*, de 1962. Neste momento Grotowski advertiria que não há efeito ou artifício que se

sustente sem uma intenção do ator. Segundo a autora:

> *“ (...) podemos ver que havia tanto a valorização de uma partitura de signos vocais e corporais a ser construída por um ator habilidoso, quanto a percepção, talvez ainda tímida, de uma outra instância do trabalho do ator, também necessária à construção daquela partitura e que requeria do intérprete o seu empenho interior”* (LIMA, Tatiana M.; 2012, p. 85).

A advertência de Grotowski, comentada por Tatiana, leva-nos ainda a uma primeira crítica a este tipo de visão sobre treinamento feita pelo próprio diretor [33] . Treinar o ator para ser habilidoso, capaz de criar um sistema de signos, produziria, como vimos, uma série de clichês e estereótipos, visto que a atenção fixada às formas impediria uma aproximação com os processos psicofísicos do ator. Ao longo de seu percurso, Grotowski parece investir cada vez mais sua atenção no aprofundamento das técnicas sobre o ator, buscando justamente esta aproximação com seus aspectos físicos e psicológicos. As terminologias surgidas de uma prática contínua, como *ator-santo, via negativa, autopenetração* (para citar somente algumas difundidas, principalmente durante o Teatro Laboratório [34]), podem nos revelar uma pesquisa cada vez mais focada no trabalho do ator sobre si.

Se nos indagamos anteriormente a respeito de qual treinamento para o ator podemos encontrar na arte como veículo, retornemos ao ponto onde as técnicas do ator consistem num trabalho sobre si a partir de elementos objetivos. Para Slowiack e Cuesta (2007), durante o período do *Objective Drama* (1983-86), Grotowski estava interessado em desvendar quais os elementos

---

33 Em: GROTOWSKI, Jerzy: “Teatro e Ritual” in: FLASZEN, Ludwick; POLLASTRELLI, Carla. (org.) ***“O Teatro Laboratório de Jerzy Grotowski, 1959 – 1969”.*** São Paulo: Ed. Perspectiva, 2007.

34 Insistimos aqui que, na impossibilidade de abordar cada período, sugerimos a leitura de LIMA, Tatiana Mota – ***“Palavras Praticadas – o percurso artístico de Jerzy Grotowski, 1959-1974”***, Ed. Perspectiva, 2012.

objetivos que teriam impacto sobre o ator – técnicas, movimentos, vibrações – capazes de afetá-lo e transformá-lo energeticamente a fim de encontrar seus impulsos de vida.

O que podemos ver na arte como veículo é que Grotowski encontra no trabalho sobre os cantos tradicionais (principalmente afro-caribenhos), estruturas objetivas para o trabalho do ator. Os cantos de tradição conteriam em si qualidades vibratórias e seriam *"radicados na organicidade"* (GROTOWSKI; 2007, p. 237), onde a sonoridade estaria organicamente conectada aos impulsos do corpo.

Ao expor seu trabalho com os cantos tradicionais, Grotowski (2007) o compara ao mantra, de cultura hindu ou budista. Para o diretor, seja no mantra ou no canto de tradição, a eficácia do trabalho opera-se sobre aquele que o pratica. No mantra, a respiração e a posição do corpo atrelados à emissão da sonoridade, tornaria possível o aparecimento de uma qualidade de vibração capaz de influenciar o tempo/ritmo interno do praticante. Nos cantos de tradição, por outro lado, *"não estão mais em questão a posição do corpo ou a manipulação da respiração"* (GROTOWSKI; 2007, p. 237), mas os impulsos e as ações que surgem do canto e, ao mesmo tempo, são o próprio canto. Impulso/corpo e impulso/canto estariam organicamente atrelados um ao outro.

"Don't close your eyes!" – ele me disse.
Abri os olhos. O som deveria vir de fora, do espaço.
Busquei o som, os impulsos surgiram.
"What happening now? What is this impulse?"
Uma imagem me veio, quis tocá-la.
Ele me parou. "Now, you are out of tone"
Pedaços de mim encontram o canto,
pedaços de mim saem do tom.

Outra característica deste momento apontada por Grotowski é o trabalho sobre uma estrutura que possa ser repetida. A *Action* consistiria num trabalho estruturado e rico em detalhes, com começo, meio e fim. A concretude da partitura, precisa e detalhada, permite que o atuante possa ir cada vez mais profundamente no trabalho sobre si. A *Action* consistiria numa *"estrutura performática objetivada nos detalhes"* (GROTOWSKI; 2007, p. 240) destinada àqueles que agem, e nunca aos espectadores [35]. Tanto a prática com os cantos de tradição como a necessidade de uma *Action* estruturada e precisa seriam elementos objetivos para um possível trabalho do atuante sobre si na arte como veículo. Para nossa discussão, o interessante é perceber que estas seriam as chaves, ou os instrumentos, encontrados por Grotowski, para uma arte que seja veículo ao homem. Os pontos objetivos encontrados por Grotowski visariam propiciar ao atuante uma verticalidade, uma direção a outros níveis de energia e percepção. Mais do que nos aprofundarmos sobre estes mesmos elementos encontrados pelo artista (o canto tradicional e a *Action*), nos interessa discutir um pouco mais a questão, ou a visão sobre a arte que o levou a tais chaves de trabalho. Nos debruçaremos a seguir em quais os objetivos desta arte, quem seria este homem que a pratica, e quais as transformações nas qualidades de consciência poderiam ocorrer com este processo.

---

35 Mesmo que a Action não seja destinada aos espectadores, Grotowski ressalta que por vezes a presença de *"testemunhas"* (2007; p. 240) tornou-se necessária. Por um lado para testar a qualidade da ação e por outro para que não se tornasse apenas uma questão privada e, portanto, inútil. Porém o que nos interessa discutir aqui são os objetivos de uma Action no trabalho do atuante sobre si.

2.2 - Uma questão – Awareness - Performer e seus Pássaros

Em seu texto *"Da Companhia Teatral à Arte como veículo"* Grotowski se refere a duas de suas fases anteriores para diferenciar e explicar este momento de sua pesquisa. Em sua fase *parateatral*, a participação de pessoas de fora apresentava-se como parte de um profundo processo que ocorria anteriormente com seu grupo. O diretor diz então ter percebido que ao incluir um número maior de participantes e, principalmente, se tais pessoas não haviam passado pela experiência de base anterior, o risco era que a experiência conjunta decaísse em qualidade, misturando-se numa *"sopa emotiva entre as pessoas"* (GROTOWSKI; 2007, p. 231).

Como sequência a este processo nasceria o Teatro das Fontes, uma pesquisa que partiria de diferentes fontes tradicionais, procurando uma relação natural entre o indivíduo e o ambiente. Segundo Cuesta e Slowiak (2007) a palavra *raízes (roots)* também foi usada como sinônimo de 'fonte' ou 'origem', sendo menos associada à ideia de um retorno a preceitos éticos e culturais, e mais pela busca de encontrar origens e raízes comuns à própria humanidade. Suspendendo os hábitos e realizando ações simples (como andar e correr), procurava-se o que é comum e que precederia as diferenças (sociais, culturais, biológicas) nos seres humanos. Na continuidade de sua pesquisa, Grotowski alerta no entanto que:

> *"Tanto o parateatro quanto o Teatro das Fontes podem implicar em uma limitação: a de fixar-se no plano 'horizontal' (com suas forças vitais, portanto principalmente corpóreas e instintivas) em vez de decolar desse plano como uma pista. (...) porque o predomínio do elemento vital (...) não permite passar na ação acima daquele plano". (GROTOWSKI; 2007, p. 231).*

A palavra-chave para a sua última fase seria então verticalidade: ultrapassar as energias vitais e horizontais para movimentar-se, ascendentemente, em direção a energias mais sutis. A imagem comparativa fornecida por Grotowski é a de dois elevadores. Nas artes do espetáculo, o ator teria a função de um ascensorista que dentro de um elevador/ espetáculo transportaria o público a diferentes *andares energéticos*. Esta seria a imagem do elevador/espetáculo cuja montagem está dirigida para a percepção do espectador. Na arte como veículo, o elevador seria primitivo, *"uma espécie de cesto puxado por uma corda, com ajuda do qual* ***o atuante*** *se eleva rumo a uma energia mais sutil"*. (GROTOWSKI; 2007, p. 234, grifo meu).

O processo de verticalidade ocorre no atuante, na busca de uma passagem de energias instintivas (por isso, horizontais) a energias mais sutis (verticais). Esta verticalização do atuante seria um fenômeno de *"ordem energética"* (GROTOWSKI; 2007, p. 235) e incluiria um movimento constante, de ir e vir; da ascensão de energias cotidianas para energias da *"higher connection"*, e ainda o movimento contrário, do retorno de energias sutis ao nível orgânico, instintivo e cotidiano. Haveria, para o diretor, uma linha de movimento ao atuante, que passaria pela organicidade e pela *"awareness"* (GROTOWSKI; 2007, p. 235). A tradução literal da palavra seria consciência, mas é interessante notar que o próprio artista ressalta que ela não estaria conectada à ideia de uma *"máquina para pensar"* mas à *"Presença"* (retornarei a este termo mais adiante).

Nos detivemos acima mais detalhadamente nas palavras de Grotowski para entender uma primeira possível chave de diálogo com o tema das qualidades de consciência apontada no primeiro capítulo. Em vista deste processo sobre a perspectiva do atuante

apontado por Grotowski, o que podemos nos perguntar agora é quem seria este homem que atua verticalmente sobre si, e que, nos parece, pode conectar-se com a noção de um artista como cultivador.

- Ah, pois é, eu já ia lhe perguntar isso...

- O quê?

- Você está fazendo todo um levantamento do que ele disse.

- Sim.

- E quando é que você vai retornar ao seu assunto propriamente?

- Calma, eu retornarei. Acontece que primeiro quero mostrar ao leitor as chaves que o Grotowski parece nos dar.

- E depois?

- Depois, no outro tópico, eu mostrarei as minhas portas.

Encontramos outro texto do diretor que parece nos fornecer algumas pistas para este diálogo. Em *"Performer"* (2001) [36] Grotowski aponta que este seria o homem que, por meio da ação, está a caminho de conquistar conhecimento. E este conhecimento seria, para o diretor, uma questão de ação. O *"professor do Performer"*[37] , função à qual ele se nomeia, deve então estimular este homem à ação, evitando que, na tentativa de compreender

---

36 A primeira versão deste texto data de 1987, a partir de uma conferência, e foi publicada pela revista Art Press, n.114, sob o título de *"Le Performer et le teacher of performer".* Aqui tomaremos como base a versão em inglês. ***"The Grotowski Sourcebook"*** - SCHECHNER, Richard; WOLFORD, Lisa - Londres/ Nova York – Ed. Routledge, 2001.

37 Grotowski ressalta neste momento que está usando a palavra Performer no singular, mas não oferece mais explicações de usar a palavra no singular. Há, nos parece, uma relação entre professor e Performer que deve se estabelecer de forma tão profunda e pessoal, que por isso, talvez, dificilmente possa atingir um nível de qualidade se for estabelecida com diversas pessoas ao mesmo tempo. Cabe observar ainda que neste período Grotowski já se encontrava trabalhando com Thomas Richards, aquele que se tornaria futuramente o seu aprendiz e "herdeiro".

seu processo de amadurecimento ele se torne resistente e transforme seu conhecimento em apenas ideias e teorias.

Dois dias depois do fim do curso, mais um sonho.
Sozinha, em um campo lindo, duas casas grandes.
Uma delas era a casa dele.
Eu estava sentada no chão quando ele aparecia.
Em minha perna, um ponto preto nos chamava a atenção.
Olhávamos para este ponto e ali começava a nascer uma planta.
Um caule verde com pequenos brotos de flor
nascia em minha perna.
Não parava de crescer, dando voltas e voltas no ar,
enquanto eu e ele assistíamos.
Quando o processo de nascimento cessou,
começamos a dividir o enorme caule em
pequenos pedaços colocando algumas flores brancas.
Construímos juntos um Ikebana [38].

Grotowski compara este homem da ação à imagem do guerreiro encontrada nas tradições hindus e africanas. Esta comparação parece se estabelecer numa relação de características opostas que lhes seriam intrínsicas: morte e vida, bravura e ternura. O guerreiro, como aquele que tem consciência de sua mortalidade, é capaz de lidar com a morte mas no espaço

---

38 Ikebana é um termo em japonês que significa flores vivas. Geralmente são arranjos florais para serem utilizados como oferta religiosa, para decorar altares, e são montados com flores, folhas, galhos, frutos e plantas secas. O ikebana quer transmitir a ideia de crescimento contínuo na vida e vitalidade e deseja alcançar a recriação do crescimento floral, baseando-se na importância da linha, ritmo e cor. A haste principal é chamada de “Shin” e simboliza o Céu. A haste secundária ou “Soe” representa o Homem e a haste terciária ou “Hikae” simboliza a Terra. No sonho, “ele” era Thomas Richards.

entre as batalhas possui um *"coração terno, como uma jovem garota"* (GROTOWSKI; 2001, p. 377). É porém, na intensidade da batalha, no risco da morte, que o guerreiro, assim como o Performer, encontraria os fluxos e impulsos de vida. O Performer deveria tornar-se capaz de conectar estes impulsos corporais vitais à canção, articulando este fluxo em forma.

Para Cuesta e Slowiak (2007), Grotowski estava encontrando neste momento a relação teórica e prática entre o ritual e as artes: o ritual como ação/performance – um momento de intensidade como a batalha do guerreiro – e o Performer como o agente/atuador desta ação. A testemunha que adentra este espaço de intensidade perceberia o fluxo de vida que ali pulsa por meio da presença do atuante. Segundo Grotowski (2001; p. 377), o Performer seria assim o *"pontífex"* que conecta a testemunha à esta pulsão de vida.

O diretor afirma ainda (GROTOWSKI; 2001, p. 377) que o processo em busca do conhecimento colocaria o Performer em conexão com sua essência, passando do dualismo *"corpo-e-essência"* para um *"corpo-de-essência"*. Não se trata aqui de uma essência adquirida, sociologicamente e culturalmente, mas algo interno e pessoal que somente o próprio atuante pode descobrir. Este estado de indissociabilidade entre corpo e essência entretanto não seria permanente. Ao Performer caberia a tarefa de agarrar-se ao seu próprio processo, descobrindo seus caminhos para ajustar esta conexão. O corpo poderia tornar-se assim *"não-resistente, quase transparente"* [39] (GROTOWSKI; 2001, p. 377, tradução minha).

Há ainda uma outra característica deste processo que nos será interessante discutir. Neste caminho em direção ao corpo-de-

---

39 *"non-resistant, nearly transparent".* GROTOWSKI; 2001, p. 377

essência, o Performer desenvolveria o *"Eu-Eu"* [40] (GROTOWSKI; 2001, p. 378, trad. minha), uma espécie de duplo olhar sobre si. Segundo ele, é possível encontrarmos em textos ancestrais a imagem do ser humano constituído por dois pássaros: um responsável por bicar (ação) e o outro por ver (observação). O diretor aponta ainda que este 'olhar que observa' é geralmente negligenciado em nossa vida cotidiana. Não se trataria de um julgamento bloqueador sobre suas ações, como um olhar externo e social, mas uma visão de si, um *"olhar imóvel: uma presença silenciosa"*[41] (Grotowski; 2001, p. 378, trad. minha). A união entre corpo e essência passaria assim pelo desenvolvimento desta dupla visão, também não dissociadas, mas unidas como um duplo olhar sobre si.

Traçamos até aqui algumas características deste momento da pesquisa de Grotowski, a arte como veículo e focamos nosso olhar sobre a figura do Performer que ele nos apresenta. Resta-nos agora retomar as discussões apresentadas no primeiro capítulo a fim de estabelecer as conexões e diálogos com o trabalho do diretor polonês. O que nos interessa neste momento não é inserir teorias ao discurso/prática do artista, mas colocar seu trabalho lado a lado com as questões apresentadas a fim de estabelecer diálogos possíveis. A abordagem sobre qualidades diferenciadas de consciência tem como intuito (re)ver o assunto, estabelecendo pontes teórico-práticas, a fim de se (re)pensar as noções de consciência/presença no trabalho do ator/performer, bem como seu treinamento/cultivo.

---

40 No original em inglês: *"I-I"*

41 *"(..) immobile look: a silent presence (..)".* GROTOWSKI, Jerzy In SCHECHNER, Richard; WOLFORD, Lisa; 2001, p.378.

Morro lentamente.
Micropedaços de mim se desfacelam a cada minuto.
A estrutura se mantém, pelo menos aparentemente.
Quando o olho-lupa enxerga o desfalecimento,
na poeira dos micropedaços – o espanto.
Deveria-se, talvez, se espantar, horrorizar-se,
respeitar solenemente suas pequenas mortes, mas não.
O espanto é tomado de um assombro de vida,
escuta-se o coração palpitando, o sangue correndo,
o vento nos pelos, a terra nas mãos..
.Haja terra para tanta expansão de vida...
Haja vida para tanta morte...

2.3 - Um caminho – Verticalidade - Performer, o cultivador

Retornando ao final do primeiro capítulo encontramos uma análise geral que incluiu alguns tópicos de discussão que serão retomados neste momento. Primeiramente apontamos que a reconexão entre corpo e mente, entre as brechas psico e físicas na atuação, poderiam ser possibilitadas pelo desenvolvimento de uma consciência/atenção enquanto presença (superando a visão de uma consciência gramaticalizante). Em segundo plano, apontamos que este processo implicaria numa prática (diária e criativa, ética e estética) de reinvenção de si. O reinventar-se indicaria ao artista uma postura de cultivador, exigindo ainda uma reflexão corporalizada (um olhar em ação e sobre suas ações). E

finalizamos, naquele momento, apontando que tais pensamentos e práticas dependem de um repensar as noções de treinamento, diante de um olhar para o fazer artístico como um processo de desenvolvimento/ amadurecimento do espírito. Como apontamos anteriormente com Yuasa (1993), em certas tradições orientais a arte é vista como meio, um caminho para o amadurecimento daquele que se encontra em processo de criação. Dentro do campo específico das artes cênicas, encontramos em Grotowski um discurso e uma prática ressoadora de tal pensamento ao notarmos que o artista percebe sua arte como um veículo de transformação do atuante. Brook (2001) ressalta a importância da pesquisa de Grotowski no fato deste instaurar um caminho de possibilidades para a existência humana, compreendendo a investigação artística também como um caminho espiritual. Para ele, tal como podemos encontrar em algumas tradições espirituais ao longo da história, Grotowski também buscaria caminhos e estruturas sólidas que forneçam suporte para uma investigação interior.

Como dito, nos parece que o diretor haveria encontrado, no trabalho com os cantos de tradição e o detalhamento da Action, a sua forma/estrutura para trabalhar a arte como veículo. Se Brook (2001) alerta que nenhuma tradição espiritual é construída vagamente, sem formas e estruturas, Thomas Richards (2012) ressalta que Grotowski sempre insistiu na importância da técnica enquanto ofício, artesanato. A estrutura deve ser trabalhada com a premissa, entretanto, de um desejo de investigação interior de quem a pratica. Tanto que, para Brook (2001; p. 384, trad. minha), aqueles que se acercaram de Grotowski pareciam desejar uma *"evolução pessoal interior"*[42]. O trabalho sobre si nos leva novamente à noção de um treinamento que não visa apenas agregar potência ao praticante, mas que tem como propósito o

---

42 "(...) personal inner evolution ." BROOK, Peter. In SCHECHNER, Richard; WOLFORD, Lisa; 2001, p.384

desenvolvimento de um ser humano.

Para Quilici (2013) o caminho apontado por Grotowski exige do artista uma revisão de suas vontades diante do fazer artístico, suas implicações e exigências éticas e estéticas:

> *"Nesse sentido, o 'ofício' exigiria um comprometimento intensivo, necessário para que o exercício artesanal possa alcançar dimensões profundas, tornando-se uma espécie de 'sacro-ofício'". (QUILICI, Cassiano; 2013, p. 165)*

O Performer apresentado por Grotowski apresenta-se como a figura que busca este estado de existência, de um homem que visa desenvolver-se em ação, e que, parece-nos, pode se conectar à noção do artista como 'cultivador de si'. Antes de continuarmos, o que podemos sentir de uma forma generalizada é que: o 'Performer-cultivador' entrega-se a um ofício cujo treinamento ultrapassa as instâncias estéticas em busca de um caminho espiritual, de amadurecimento e desenvolvimento de si. Caminha assim em direção a uma verticalidade, lidando e transformando suas qualidades energéticas e perceptivas, entre as energias instintivas e orgânicas para energias mais sutis. O 'Performer-cultivador' desenvolveria, neste processo, uma reconexão entre corpo/mente, ou corpo/essência, adquirindo ainda a capacidade de um duplo olhar sobre si, transformando assim suas qualidades de consciência enquanto atenção e presença.

O guerreiro

Grotowski (2001) relacionou o Performer ao guerreiro que, no risco dos embates mortais, é capaz de articular os fluxos de vida

potenciais destes momentos de intensidade. Relembrando Yuasa (1993), encontramos ainda em ambas as figuras um modo processual de amadurecimento do espírito. Suas técnicas, seu ofício, requerem um posicionamento intencional de investigação e aprimoramento. O diretor polonês apresenta ainda a mudança na relação entre o corpo e a essência deste homem de ação. Seu processo pode reintegrar estes dois aspectos de sua existência. Esta (re)união parece nos mostrar um caminho de reconexão entre corpo e mente, carne e espírito.

Há um apontamento interessante de se agregar aqui, feito por Denise Sant'Anna (2001), relacionando o risco, os momentos de perigo, à conexão entre corpo e mente. Utilizando o exemplo dos esportes radicais, a autora enxerga no esportista que escolhe enfrentar os riscos da natureza a possibilidade de experiências que integram corpo e mente. Para a autora, o cansaço e o risco à vida são sensações dilatadas por serem vividas concomitantemente por mente e corpo. O perigo vivenciado deflagra capacidades inimagináveis do corpo, possibilidades e inteligências corporais que surgem quando a mente, na iminência do risco de vida, não se desconecta da corporalidade do momento. Há nesta experiência uma potencialização das forças de vida presentes no jogo entre natureza e homem.

Parece-nos que este momento de intensidade dialoga com a imagem do guerreiro que, na luta e perigo, vivencia a potencialização dos fluxos da vida. Há no risco um processo que poderia tornar o corpo *"quase transparente"*, como aponta Grotowski (2001, p. 377, trad. minha), superando hábitos, padrões e bloqueios, alcançando uma passagem para outras conexões psicofísicas. Aquele que assume a postura de Performer, como o guerreiro, parece partir em busca de uma reconexão entre corpo e alma, sua matéria e espírito. O fazer artístico tornaria-se, como apontamos anteriormente, o veículo para tal desenvolvimento. É neste sentido que a figura do

Performer parece construir, para nós, uma conexão com o artista como cultivador de si. Um homem que vê nos treinos e práticas artísticas um caminho ético e estético de amadurecimento do espírito.

O processo de cultivar a si não se restringiria, no entanto, apenas às transformações pessoais. Parece necessário que este trabalho esteja articulado a fim de criar possíveis reverberações, onde as transformações operadas em si sejam capazes de interferir e modificar as relações e percepções com e no mundo. Como vimos em Varela (1991), a cognição e constituição do sujeito impermanente e mutável pode ser vista como uma construção que se realiza a partir de uma gama variável de suas ações. O sujeito em experiência constrói e reconstrói a si e ao mundo, nele e com ele. Sant'Anna (2001) também nos fala sobre a importância de uma arte que toque, ao mesmo tempo, nossa intimidade e o mundo exterior, realizando as conexões entre os aspectos internos e externos:

> *"Uma ressonância capaz de reforçar as passagens entre autonomia pessoal e vínculo social, entre as condutas do aqui–agora e as de outras épocas, que antecedem nossa existência ou que a ultrapassam" (SANT'ANNA, Denise: 2001, p. 87)*

No aspecto individual, o cultivo e desenvolvimento de si já pode estabelecer no artista as transformações de suas ações e relações compositivas com o mundo. Sua verticalização se opera nos planos estéticos e éticos, entre arte e vida, em suas condutas enquanto ser humano. Por outro lado, no aspecto coletivo, o artista pode se tornar ainda o ponto de ligação, conectando as 'testemunhas' aos fluxos e potências de vida. Por meio de sua presença, este 'guerreiro' pode irradiar e afetar as relações e reconstruções de outros seres *com* e *no mundo*.

Retornando à imagem do guerreiro, interessante relembrar que Yuasa, ao analisar algumas tradições orientais, constantemente se refere às artes marciais como exemplo de treinamento corporal e cultivo de si. A figura do guerreiro, seja pelo risco apontado por Grotowski seja pelo treinamento das artes marciais analisado por Yuasa, parece permear o mesmo imaginário de um trabalho sobre si. No entanto, cabe notar algumas diferenças entre as qualidades desta metáfora.

Em Grotowski, este guerreiro está associado ao homem que age, nos remetendo talvez a uma figura mais ativa e forte. Podemos pensar que há uma postura *yang*, uma energia masculina no sentido de que este homem deve estar em ação para caminhar rumo ao seu amadurecimento. Por outro lado, algumas tradições orientais, mesmo no treinamento de artes marciais, tendem a se debruçar muito mais ao *não agir*. Exerce-se nestes casos muito mais o exercício da passividade, contemplação e não ação como modos de desenvolvimento.

Mesmo que as tônicas do trabalho sejam diferentes, as diferenças não parecem se contradizerem, mas talvez possam justamente se complementarem. O Performer de Grotowski também é instigado a trabalhar com uma atenção silenciosa, aprendendo a ser passivo em ação (como veremos mais a frente). As diferenças podem ainda nos remeter às noções de 'criador' – como aquele que age, cria – e 'cultivador' – como aquele que contempla e cultiva. Assumindo que estamos constantemente lidando com energias tanto densas como sutis, e pensando que o trabalho do ator/performer presume lidar com a ação/criação, a conexão pode se estabelecer no equilíbrio entre as qualidades deste homem. Se por vezes nos é necessário ser mais 'guerreiro' – como aquele que age diante do risco – em outros momentos parecemos necessitar desenvolver a postura do 'jardineiro' – como aquele que cultiva e contempla.

A escada

Uma outra imagem oferecida por Grotowski em seu texto *"Da Companhia teatral à Arte como Veículo"* é a escada de Jacó, um trecho bíblico [43], onde Jacó haveria sonhado com uma escada que ligava Terra e Céu e por onde anjos passariam, subindo e descendo. Há nesta imagem dois aspectos que podem ser colocados em nossa discussão: em primeiro plano a importância de se construir uma escada, e em segundo, a própria movimentação ascendente e descendente de quem nela caminha.

Peter Brook e Thomas Richards nos alertaram da importância dada por Grotowski às formas, as estruturas necessárias para o trabalho sobre si. Assim como podemos ver nas tradições espirituais antigas, bem como em algumas tradições orientais, o rigor sobre a forma surge como o apoio para o desenvolvimento deste Performer. Torna-se claro aqui a relevância de se pensar o ofício teatral embasado em elementos concretos que permitam a construção desta escada de Jacó. O labor, o artesanato, os elementos técnicos devem ser bem estruturados, a fim de que esta escada possa ser erguida e sustentada.

Levantei da mesa para beber água.
Os pensamentos vieram e com eles a lembrança
de uma referência que devo escrever.
Outros pensamentos vieram e me esqueço
do que tinha lembrado.
O que eu estava fazendo quando a lembrança veio?
Refaço o caminho, re-encontro a ação que fiz.
De frente para pia, a mão direita largava o copo.
Refiz. Lembrei.

---

43 Gênesis 28 – versículos 10-18

O Performer necessita das estruturas para articular os fluxos de vida. Como Quilici (2012) aponta, a relação entre “estrutura” e “espontaneidade”, presente em diversas fases da pesquisa de Grotowski, se estabelece na medida em que uma serviria não apenas de contorno aos fluxos, mas também como influência direta nas qualidades destes. Ainda na imagem da escada, podemos pensar, enquanto metáfora, que a matéria (como material) e a forma (enquanto formato) escolhidas e utilizadas na construção desta escada irão ditar não apenas sua estruturação – ou a força para parar de pé – mas também a qualidade de sua edificação e localização – como sua beleza estética ou o local a que nos leva. Além disso, tais escolhas materiais e concretas irão ainda influenciar diretamente na qualidade da movimentação daqueles que caminham por esta escada.

Grotowski encontrou os elementos objetivos para seu trabalho com os cantos tradicionais e sua noção de *Action*. É interessante notar no entanto, que o próprio diretor alerta que ao Performer cabe descobrir qual é o seu processo, aquilo que lhe pode reconectar à sua essência. Ressaltamos esta questão porque nos parece interessante relembrar, como Mario Biagini (2003) [44] também relembrou, que as abordagens para trabalhar sobre si são inúmeras e pessoais.

Uma segunda colocação sobre a imagem da escada de Jacó se faz ainda necessária: o subir e descer. A imagem de movimento já nos remete à verticalidade apontada por Grotowski. Há uma constante passagem ascendente e descente de quem nela caminha.

---

44 “Pode essa intenção, essa aspiração estar também presente em outras abordagens, em outras maneiras de lidar consigo mesmo? É evidente que a resposta só pode ser sim. Seria absurdo pensar que seres humanos pudessem esforçar-se para trilhar essa estrada exclusivamente em um único campo de atividade.” – BIAGINI, Mário; ***“Desejo sem Objeto”*** *- In:* ***“Revista Brasileira de Estudos da Presença”;*** Porto Alegre, v. 3, n. 1, jan./abr. 2013, p. 180.

Para o diretor, a verticalidade consiste num fenômeno energético que ocorre para aquele que constrói e caminha sobre sua escada. Como Quilici (2013) também coloca, se a escada de Jacó conecta Céu e Terra, podemos compreender melhor as qualidades das energias apontadas por Grotowski: energias pesadas e instintivas (Terra – organicidade) a energias sutis, a alta conexão (Céu – 'awareness'). Esta passagem de energias poderia talvez ser pensada quase como uma 'escada interna', experienciada pelo atuante que lida constantemente com as movimentações de suas energias, percepções, pensamentos e ações. Há, nos parece, na verticalização deste atuante, a necessidade de se construir uma percepção atenta sobre as variações de suas qualidades energéticas. Para Grotowski (2001), não se trata de ignorar os estados instintivos e orgânicos inerentes ao ser humano, mas ser capaz de trabalhar com cada força em seu devido lugar.

Yuasa (1993) relembra que no termo *"seishin"* (espírito), 'sei' é a parte material ligada às energias sexuais, reprodutivas e primitivas, e 'shin' à energia espiritual. É interessante notar que o espírito é feito de energias opostas, dando ao homem a característica de experienciar estados e qualidades tanto grosseiros como refinados. Trabalhar o espírito parece não poder escapar de um processo que lide com ambas as energias. O plano da horizontalidade de Grotowski, das forças vivas e instintivas, não é descartado, mas pode ser trabalhado como uma etapa do processo de maturidade do espírito.

No primeiro capítulo, ao trazermos os estudos de Varella e Yuasa, apontamos as variações das qualidades psicofísicas, a impermanência dos estados e pensamentos inerentes ao ser humano. Os estudos sobre fontes tradicionais orientais, em específico a meditação de atenção/consciencialização, nos trouxeram naquele momento a discussão acerca da necessidade de construirmos uma atenção sobre nosso hábitos e padrões

corpóreo-mentais. É neste sentido que a verticalização apontada por Grotowski pode dialogar com a construção de uma qualidade de atenção enquanto presença. Podemos talvez pensar que esta qualidade de consciência como atenção e presença (como a *Awareness* de Grotowski) pode ser desenvolvida em um processo de verticalidade do atuante sobre si.

Os pássaros

Grotowski (2007; p. 237) aponta que nos trabalhos com os cantos tradicionais pode-se encontrar uma conexão entre impulso/corpo e impulso/canto, em que não se sabe mais *"se descubro aquele canto ou se sou aquele canto"*. Parece-nos que a relação entre as qualidades vibratórias e os impulsos e ações se conectam de tal maneira que possibilitam a presentificação deste atuante, onde o homem e a ação tornam-se um só. Pretendemos agora entender que esta ação presentificada demanda uma construção de outra qualidade de consciência (ou awareness), um desenvolvimento daquele duplo olhar sobre si apontada pelo diretor na imagem dos dois pássaros.

No primeiro capítulo sugerimos a metáfora do cultivador que reflete sobre o seu plantio (o terreno, sua colheita e suas escolhas) por meio de dois processos: um olhar *sobre* suas ações e um olhar *em* ação. Retomando a discussão, relembramos que apesar da diferenciação, esta dupla reflexividade não deve pressupor a dominação de uma pela outra, mas um equilíbrio entre elas. A reflexão do cultivador sobre suas ações estariam associadas ao distanciamento do sujeito que amplia seu olhar diante de seu terreno cultivado, a fim de que possa (re)pensar suas escolhas e (re)configurar seus próximos atos. Já a reflexão *em* ação diz respeito ao desenvolvimento da capacidade de se observar

agindo, sem um julgamento racional restritivo, mas atento e presente à sua experiência.

Tendo em vista os pontos discutidos no primeiro capítulo (a cisão corpo/mente, a visão de uma consciência apenas como racionalidade, bem como as consequências nos treinamentos artísticos ocidentais), interessa-nos centralizar a discussão sobre a necessidade de construirmos outras qualidades da percepção em experiência.

Como apontamos com Varela, a primeira descoberta do meditador seria perceber a própria dispersão mental, que nos desconecta do momento presente. Seria necessário desenvolver uma consciência enquanto atenção, capaz de estar presente em nossas ações, apenas percebendo o que se faz, no momento em que se faz. Grotowski (2001; p. 378, trad. autora) parece encorpar o discurso sobre nossa atitude dispersiva em vida, quando nos diz que, diante daquela imagem dos dois pássaros, *"esquecemos de 'fazer viver' a parte em nós que observa"* [45] . O amadurecimento do Performer perpassa o desenvolvimento desta capacidade de reconfigurar a atenção diante de suas ações.

Podemos pensar que este 'pássaro esquecido' dialoga com as características de uma outra qualidade de consciência, menos significante e mais presentificada. Descrito pelo diretor (GROTOWSKI; 2001, p. 378) como um *"olhar imóvel"*, uma *"presença silenciosa"*, o pássaro que observa nos remete à citação da *"sabedoria imóvel de Buda"*, o estado ideal de *"não mente"* (TAKUAN; apud. YUASA; 1993, p. 31). O ponto de imobilidade da mente que Takuan nos apresenta possibilita justamente que o corpo torne-se livre. Como apontamos no primeiro capítulo, esta imóvel sabedoria requer a atitude de uma mente silenciosa e

---

45 *" (...) we forgot to 'make live' the part in us which looks on."* GROTOWSKI, Jerzy. In SCHECHNER, Richard; WOLFORD, Lisa; 2001, p.378.

desapegada dos fatores externos, que não julga mas observa a experiência e permite que o corpo mova-se por si mesmo, ou *"inconscientemente"* como nos diz Yuasa (1993, p. 31). Parece-nos que podemos ver este desapego da mente, que mantém uma consciência atenta na observação, como possibilidade para aquele *"corpo quase transparente"* de Grotowski (2001; p. 377).

O diretor aborda ainda este estado de conexão entre os dois pássaros como uma relação entre atividade e passividade reversa ao que estamos habituados. Seria necessário estar *"passivo em ação e ativo ao ver"*[46] (GROTOWSKI; 2001, p. 378, trad. autora). Richards (2012) também ressalta que há em nossas vidas a predominância de uma mente discursiva, responsável pela nomeação e significação das coisas e acontecimentos. Como apontamos, a 'consciência gramaticalizante' tende a bloquear e julgar racionalmente a experiência, impedindo assim que o corpo se mova livremente. É necessário, como o diretor comenta (RICHARDS; 2012, p. 74), uma imobilidade da mente que *"deve aprender o modo correto de ser passiva, ou aprender a se ocupar de suas próprias tarefas, deixando o corpo livre para que ele possa pensar por si mesmo"*.

Há uma reversão do modo habitual na relação entre estar ativo e estar passivo. Como vimos com Zarrilli (2009), a cisão entre corpo e mente afetou o modo de se pensar os treinamentos corporais, tendo como uma das consequências o hábito de enxergar o corpo como objeto do sujeito/mente. Uma mente discursiva, com sua consciência gramaticalizante, costuma forçar e tentar comandar o corpo em ação. Tendemos a buscar estar ativo quando estamos em ação. Por outro lado, como parece para Grotowski, desenvolver uma mente passiva, silenciosa, significaria estar ativo na observação.

---

46 *"(...) to be passive in action and active in seeing".* GROTOWSKI, Jerzy. In SCHECHNER, Richard; WOLFORD, Lisa; 2001, p.378.

Esta reversão de padrões reposiciona a consciência (enquanto 'olhar atento') em relação ao corpo (enquanto 'agente passivo'). Como abordado anteriormente, parece-nos que é neste sentido que o corpo pode se mover *"inconscientemente"* segundo Yuasa (1993; p. 31; trad. autora). Uma mente desapegada, com o desenvolvimento de uma consciência/atenta, parece permitir que este corpo mova-se 'por si mesmo' como nos aponta Richards.

Relembramos ainda que esta diferença, entretanto, entre o tentar fazer e o deixar-se ir não significaria um espontaneísmo ou inconscientização do processo. Como Grotowski também alerta (2007; p. 237), quando a relação impulso/corpo e impulso/canto se conecta a ponto de dissolver a separação entre homem e ação, é preciso vigilância, *"estar em pé"* para não se tornar *"propriedade do canto"*. Como vimos em Yuasa, o desbloqueio e a liberdade das pulsões do corpo se aderem menos ao discurso de um processo espontâneo do que à ativação de um fluxo de potências. As funções conscientes não desaparecem diante desta liberdade, mas adquirem outras qualidades mais refinadas que permitem este acesso e desbloqueio. Este corpo livre para mover-se não submerge em seus recalques inconscientes, mas libera impulsos bloqueados para reagir ao momento presente, sem uma mente apegada e dominante. Um refinamento da consciência, sutil e silenciosa, parece permitir esta liberdade, ao mesmo tempo em que permanece atenta para observar-se em ação.

Houve ainda no primeiro capítulo um questionamento que irei retomar aqui. Indagamo-nos a respeito da relação, se concomitante ou a posteriori, entre a liberação dos impulsos corporais e a construção desta qualidade de consciência refinada. Por um lado, levanta-se a possibilidade de se pensar num trabalho com o desbloqueio dos impulsos orgânicos e instintivos (como um processo de exaustão psicofísica, por exemplo) para assim chegar a uma outra qualidade de consciência. Por outro lado, aposta-se na possibilidade de que este refinamento energético e perceptivo

pode ser construído durante o processo de desbloqueio. O trabalho psicofísico consiste num caminhar contínuo de conexão entre corpo e mente, entre consciência silenciosa e ação. Mais do que chegar a um estado de consciência diferenciada, é preciso atentar-se a um processo de cultivar a construção de tais qualidades sutis. Assim como Grotowski parece abordar na imagem dos dois pássaros, que não se apresentam cindidos mas como um duplo presente em experiência e que pode ser gradativamente desenvolvido pelo Performer.

Compreender este processo de verticalização, de passagens energéticas em direção a uma Awareness, parece-nos possibilitar a construção desta consciência enquanto presença. O transitar entre os diferentes planos energéticos poderia dialogar com a construção de uma qualidade de consciência refinada, atenta e presente. Ainda a respeito do trânsito entre tais energias, é interessante relembrar que Grotowski (2001) aponta a necessidade do movimento descendente destas qualidades energéticas ao plano do instintivo. Se podemos pensar que este plano horizontal diz respeito às energias orgânicas e instintivas (Terra) parece-nos que seria possível retornar ao plano cotidiano, da vida comum, carregando as forças e transformações de nossas percepções. Parece haver uma 'retroalimentação energética' inerente aos planos horizontais e verticais. A escada de Jacó que conecta Terra e Céu permitiria que, ao mesmo tempo em que ascendemos com nossos instintos ao plano sutil, possamos descer com novas percepções sutis a este plano do cotidiano. Mais uma vez esta possibilidade parece inserir em nosso discurso um (re)pensar na relação entre arte e vida e, consequentemente, entre treinamento e cultivo.

O Performer/cultivador, num processo de verticalizar/cultivar, constrói uma qualidade de consciência refinada que o permite estar presente em suas ações, bem como reconfigurar seus padrões corpóreo-mentais. A este artista caberia a tarefa de

atravessar seus planos energéticos, suas variações de estados densos e sutis construindo esta qualidade de consciência silenciosamente atenta, tornando-se ainda capaz de reconfigurar a si e de afetar ao outro por meio da irradiação e fortalecimento de sua presença.

Com este segundo capítulo espero ter realizado não só uma análise do trabalho de Grotowski na arte como veículo, mas ter lançado sobre este campo de discussão os apontamentos levantados anteriormente. O desenvolvimento de uma qualidade de consciência enquanto atenção e presença permeou a abordagem do trabalho de Grotowski, ampliando o diálogo entre o campo teatral e outra áreas como a filosofia e as neurociências.

Toda a discussão aqui apresentada, no entanto, esteve sempre pautada no trabalho do atuante, suas reconfigurações e a necessidade de um cultivo de si. Para além das dicussões filosóficas ou analíticas, a tônica da abordagem esteve sobre o sujeito que experiencia e trabalha seu desenvolvimento. Não por outro motivo, a autora lançou em diversos momentos alguns reflexos e reverberações de suas próprias experiências. É inevitável assim que este sujeito/autora que vos fala complete sua presentificação na escrita a partir de agora. O intuito é realmente expor-se, colocar-se em questão, apresentar suas dúvidas e compartilhar seus processos. Têm-se em vista aqui que, talvez, nenhum discurso construído em terceira pessoa pode realmente se efetivar se não for capaz de afetar e transformar quem o profere.

Capitulo 3 – Vozes da Prática

- A palavra está me perseguindo

- Então escreva!

- Mas não estas palavras.

- Como assim? Palavras são palavras.

- Mas aqui as palavras são outras, fechadas, revisadas. Precisam de cuidado, visam entendimento, compreensão.

- E o que estas 'outras' palavras querem?

- Querem voar, rasgar o papel, dilacerar o coração, jorrar um sangue sem nome, sem nexo, sem razão.

- Que pretensão! Mas o que as impede?

- Nada. Mas elas não acham seu lugar. Seu espaço parece ser outro que não este.

- Quem disse isso? É proibido, está em alguma lei, você pode ser presa ou chicoteada por colocá-las aqui?

- Acho que não.

- Então lance tais palavras, deixe que elas pousem em seu devido lugar e, se aqui for, que assim seja.

Há sabias razões para elucidar discursos Há poucas paixões para feri-los na prática O corpo que se assenta muito tempo cria meios de expurgar-se Quando o movimento interno é maior que o externo a dança move-se nos órgãos dilatando e contraindo músculos invisíveis a olhos nus A boca não profere o que a mente jorra com rapidez Transborda-se de músculos tensos escapando pelas mãos e escrevem uma digitação nervosa que tenta acompanhar o movimento Não se sabe o que se quer mas tal qual uma dança orgânica move-se pra lá e para cá atirando passos-palavras no contratempo do ritmo interno A solitude do movimento tem como companheira apenas as palavras seu único meio de vida no momento Instante a instante cada segundo vibra com o pulso marca no tempo interno da dança escreve o passo unindo sílabas casando cosoantes num pa-de-deux de frases que dura uma sinfonia infinita Eis agora a companheira de salão um discurso desconexo mas nem tanto vociferado quando um corpo estagnado pede passagem por qualquer buraco de fechadura quando a porta trancada dos músculos deixa escapar uma fresta de ar onde a chave-palavra se encaixa e se movimenta abrindo passagem para algo que está do lado de lá da porta Entre por favor Não repare a bagunça Memórias e palavras não combinam com uma valsa perfeita O turbilhão sensível de um processo jorra dramas de um tango sofrível e melodramático A palavra dançada vai agora duelar com a memória criativa Entre Sente Fique à vontade A casa é sua

No início a palavra era pensamento. No meio a palavra era ação. No 'fim' a palavra é (re)criação. O discurso reflexivo que predominou até aqui, cedendo apenas brechas para pequenos lampejos de processos criativos, irá agora entrelaçar teoria e prática.

3.1 – Praticando uma teoria: Houve no (per)curso escrito, um curso prático que desviou o curso vivo. Daqui sairão análises e confissões, emaranhadas como as vozes da pesquisadora e da artista que estiveram presentes durante o estágio no *Workcenter of Jerzy Grotowski and Thomas Richards.* Do mês que se passou na Itália, tentarei transpor não descrições exatas, mas os atravessamentos da experiência, entrecruzando-os com o tema discutido. Serão ainda lançados por fim a narração de alguns sonhos – as tão cruéis, misteriosas e reveladoras imagens de um inconsciente/consciente – transbordando assim os meus próprios limites entre arte e vida, ética e estética, experiência e tranformação

3.2 – Revendo trajetórias: As questões que surgiram neste percurso serão abordadas a partir de duas experiências criativas. Na busca de encontrar os próprios caminhos, traço possibilidades em pontos e contrapontos, paralelismos e diferenças. Por um lado, em *Passei Hoje Corrigindo Ontem*[47], o que se sobressai é o lidar com uma partitura, a repetição, a descoberta de caminhos para se construir uma qualidade de consciência refinada em cena. Por outro lado, junto ao coletivo *meninas sem nome* [48] , pelo viés da performance, o vislumbre de uma abordagem mais sutil, onde o tempo, a dilatação e o esgotamento podem também propiciar o trabalho com um consciência enquanto atenção e presença.

---

47 Espetáculo criado junto à Cia Temporária de Investigação Cênica, direção Joana Dória. Temporada em novembro/dezembro de 2012 no Espaço da Cia Elevador de Teatro Panorâmico, São Paulo/SP.

48 Coletivo formado com Alda Maria Abreu, Daniela Alves e Marilene Grama que desenvolve performances e intervenções.

3.1 – Praticando uma teoria

Logo no primeiro dia balbucio algumas palavras daqueles cantos que não entendo. Me perco no tom, me arrisco na palavra, choro por algum motivo que não sei explicar.

Thomas indica que, apesar de não sabermos a letra, para podermos cantar, precisamos entrar no espaço como uma criança. É necessário estarmos vivos e atentos como uma criança que se dispõe a conhecer algo novo.

Vou ao fundo da sala tremendo. Solto minha muda voz com o texto preparado, ando cegamente com o movimento ensaiado, canto nervosamente a canção tão minha conhecida. Tudo acaba quando nada aconteceu.

Grotowski alertara para os riscos de se cair em estereótipos quando se fixa a atenção às formas, afastando o ator de um processo psicofísico. Esta compreensão se concretizou ao ouvir de Thomas um apontamento semelhante, depois da primeira vez que mostramos nossas cenas preparadas para o curso. Eu havia caído em diversos clichês de atores, notados por ele, especialmente no Brasil. Haveria um excesso de consciência corporal, onde toda a atenção não está voltada para a ação, mas para a forma de realizá-la. Mais do que um envolvimento com o 'O quê', tendemos a concentrar nossa atenção ao 'Como' estamos fazendo.

"Se você pudesse escolher, agora, o que faria com o texto?"

"Eu não sei, ele me dá vontade de... explodir!"

"Então escolha uma situação em que você possa explodir!"

Haveria ainda tropeçado no erro comum de utilizar recursos físicos para 'bombear emoções'. A todo momento somos alertados sobre o perigo de tentar manipular o corpo, a voz ou a respiração em um texto ou canto. A luta se tornou então encontrar nos cantos as vibrações e impulsos orgânicos; e no texto encontrar as ações, memórias e associações.

Descripción de un estado físico, Artaud. Não encontro ações claras, memórias objetivas, uma situação para este estado. Vejo o grupo deles em cena. Imagens se formam em mim, e, mesmo não compreendendo suas ações, sou tocada e choro. Afinal do que se trata a 'ação'?

Durante as *Sing Seassions* *, ou mesmo nos trabalhos sobre a canção ou texto de cada cena, não havia uma forma correta sendo transmitida ou manipulada. No entanto éramos constantemente alertados sobre algumas formas/padrões que desfavoreceriam o trabalho. Uma das principais advertências tratava-se da contração. Haveria uma tendência a contrairmos o corpo sempre que algo vivo começa a aparecer (note-se que quando um choro irrompe ao acaso, por exemplo, o corpo tende a debruçar-se sobre si, fechando mãos, olhos, arqueando a coluna, etc.).

Finalizei a cena, desconsolada, desistente. Ele veio até mim. Colocou sua mão sobre meu ombro, caminhamos em silêncio de volta ao banco onde eu iniciava a cena. Uma espécie de fragilidade me abateu. Ele percebe e diz: " Yeah, now! Again! From beginning." Recomecei o texto, ele me conduzindo com pequenos toques. "Yes, yes, ok. No! Dont' fixed, go! Yeah, yeah. No! No contract! Open your hands! Open your eyes! Yes!"

Richards alertara que, para não corrermos o risco de ficarmos cegos diante de algo orgânico que surge, seria preciso encontrar as ações precisas (no texto e/ou canção) a fim de que esta energia circule, que esta vida possa se expandir. E trabalhar com as ações

---

* Sessões de cantos realizados entre os participantes do curso e o grupo.

físicas foi, sem dúvida, um dos focos principais do curso e, pessoalmente, um caminho bem difícil de se percorrer. Em primeiro plano Richards insistia sempre na questão *'Por que este texto? Por que esta música?'*. Seria preciso sempre escolher elementos que se conectem aos seus interesses e pulsões. Uma busca constante de investigação de si, de encontrar as suas verdades, os desejos e impulsos que lhe movem a falar sobre aquilo. Descobrir o que há em você e que pode aparecer em associação com aquele texto ou canção.

Umbanda e Artaud. Sei por que escolhi a música, sei por que escolhi o texto. Mas ensaio mil vezes como responder à pergunta fatídica: por quê? É sempre este o ponto principal para ele. Mas se entendo minhas escolhas, sei que não as consigo realizar.

É neste sentido, de fazer surgir algo que está por trás de você, que Richards insiste que encontremos as canções veículos. Como vimos, ao trabalhar com cantos de tradicionais, Grotowski encontra na qualidade vibratória destes uma sonoridade que se atrela organicamente aos impulsos corporais. Podemos compreender que estas seriam as 'canções veículos' de que Richards falara.

Troco a música, mostro outra. Ele não gosta. Achava agora que a canção era muito cheia de "scoop". Troco a música, tento colocar mais ritmo. Eu ensaiava quando ele veio até mim. "Now you are singing like a 'copacabana music'. Stop!" Iniciei de novo. Ele me conduzindo. Difícil, tensa, fora do tom, emocionada, nervosa. "Yes. Stay in tone! No! Yes. No! Out of the tone!".

Para além, porém, dos elementos tradicionais e qualidades que ativam impulsos, Richards argumentava ainda que seria necessário encontrar a canção que seja veículo para você, que possibilite o aparecimento de uma vida, desejo, pulsão que está em cada um de nós.

20 dias procurando uma canção. Esta canção é muito melódica. Esta é cheia de scoop. Esta é para dormir. Acho melhor você não cantar. "Focus on the text".

Este processo seria descoberto por meio do trabalho com as ações físicas, com o pra quê e para quem se está fazendo, lidando ainda com as memórias e associações que surgem a partir destas ações. Em seguida viria o processo de fixar as ações, estabelecendo uma estrutura com começo, meio e fim. No entanto, num território tão sutil do trabalho criativo, a relação entre fixar uma ação e manter a organicidade gerada num primeiro contato é ainda um dos processos mais primitivos e difíceis do trabalho do ator.

Um cansaço triste me abate. Mas uma força me arrasta para a cena. Temo e desejo este lugar. Sinto fortemente o dever de estar ali e tento desesperadamente transformar isto em ação. Algo está pulsando por dentro, mas não consegue sair. Presa em mim, presa em cena. Que canal devo abrir para liberar esta correnteza?

Richards apontava que encontrar a fisicalidade da ação (o que eu fazia? como estava meu corpo?) seria útil para liberar o acesso àquele fluxo de vida descoberto, atentando-se porém ao cuidado de não fixar-se simplesmente a uma forma que bloqueie o fluxo vivo.

E ele diz algo... como... um caminhante em uma montanha, que encontra ao longo de sua jornada pequenas 'estacas', com a quilometragem ou indicação do local. Assim devem ser as ações, pontos estruturados apenas para lhe assegurar o fluxo e a vida de sua jornada... "Qual sua transição física?"

Um dos paradoxos que se inseria neste momento, para mim, tratava-se justamente da relação apontada nos capítulos anteriores, entre o agir e não agir, o tentar fazer e o deixar-se ir. A

não manipulação física, bem como o não fixar-se à forma, demandava uma passividade ativa, como Grotowski apontara. Parecia necessário encontrar um ponto de equilíbrio entre o agir a ação encontrada e o não tentar agir na forma estabelecida.

Suados, nos sentamos e ouvimos um retorno sobre o jogo. Escuto ela me dizer da boa disposição e entrega, de não ter medo de me arriscar...eu vou..."but don't overdo it, trying to express what happening. Don't push!"

Quando um fluxo de vida se apontava durante o texto, especialmente se Richards estava conduzindo-me, era possível perceber o corpo agindo livremente, sem um julgamento sobre o que surgia, incluindo-se aí memórias, imagens e associações. Porém este estado fluido e presente durava, na maioria das vezes, alguns segundos ou minutos, para logo em seguida a 'cabeça' reconhecer o que surgia. Este reconhecimento racional parecia identificar e nomear o acontecimento, levando a consciência para fixar-se na forma que estava surgindo. Biagini (2013) nomeia de *"pseudoemoções"* a reprodução autoconsciente e superficial de algo que já foi – ou poderia ser – verdadeiro. O processo de auto-observação seria um mecanismo que nos levaria a tentar (re)criar atmosferas e repetir as formas. Talvez seja importante diferenciar esta auto-observação de uma qualidade de consciência enquanto atenção. A primeira parece reconhecer e atribuir significado ao que se passa, apegando-se ao corpo, à ação, sensação ou movimento que surge. Por outro lado, uma qualidade refinada de atenção parece manter suas funções conscientes, mas de maneira silenciosa sem fixar-se às formas.

Fim da cena, sento no banco, ele no chão ao meu lado fala para todos. Inclino levemente a coluna em sua direção. Escuto com uma atenção pulsante, transformada, presente, quente.

Não consigo me mover.

Ele alerta para o perigo da contração. Fala algo sobre bons momentos de silêncios e suspensões. "Even now, sitting here, in silence, I don't know who is this woman, but she's strong"

Como apontei nos capítulos anteriores, somos seres impermanentes e estamos constantemente lidando com as variações de nossos pensamentos e estados psicofísicos. Neste sentido, silenciar a mente me pareceu um dos maiores desafios se desejamos construir uma outra qualidade de consciência e atenção. Lembro-me de, ao final do curso, em um bate-papo coletivo, alguém perguntar a Richards e Biagini se por acaso as palavras poderiam nos atrapalhar e bloquear.

Ele começa a responder e ao mesmo tempo joga com Biagini. Canta algo, se olham, uma ação viva aparece. Neste momento ele começa a narrar o próprio pensamento "Hum... O que é isso? Opa, está acontecendo algo. Será que isto está bom?"

Para Richards, isto dependeria de quais palavras e quando elas surgem. Segundo ele, quando uma vida orgânica, alguma 'eletricidade', começa a aparecer em uma ação/cena, somos invadidos por uma série de desejos e necessidades que não fazem parte de nossa vida cotidiana e que surgem nos momentos errados. O importante seria então reconhecer o que está por trás, quais as intenções escondidas nestas palavras/pensamentos que surgem. Biagini alerta ainda que os pensamentos são naturais e fazem parte do ser humano.

"Como um pássaro que sobrevoa o mar e, quando vê o peixe, no momento certo, ele vai". Ele diz que assim devemos fazer. "Quando sentir o impulso vivo, deixe-o viver e vá". Mantenha o fluxo entre "in and out", dentro e fora, saiba onde está o centro das coisas. "Quando sentir, vá com calma, não tente fazer. Se você fica consciente do que fazer, você bloqueia."

A questão está localizada, ao que parece, em saber lidar com tais pensamentos. 'Não ficar consciente do que se faz' não pode ser compreendido como perder a consciência, associando uma atmosfera de espontaneidade e inconsciência com a ação que é viva. O malefício desta espécie de conscientização que Biagini aponta se associa aos significados, juízos de valores externos (isto está bom?) apegando-se ao tentar fazer ou mostrar o que se faz e o que se passa. Mas se não perdemos a consciência, uma outra abordagem desta pode se instaurar se a deslocarmos para uma posição de observação e atenção silenciosa.

Força, precisão, dor, limite, sincronicidade com o grupo. "Awareness". "Vigie sua mente, não se distraia. Como um caçador entrando na selva, veja tudo mas não se fixe". "Keep awake".

Se durante o trabalho com as cenas não ouvimos muito a palavra "consciência", durante a *Motions*** isso acontecia com frequência. Numa sequência de posições e alongamentos em grupo, constantemente somos alertados para que mantenhamos uma atenção presente. Richards e os outros instrutores repetem que se nossa mente se apegar a alguma coisa (seja uma dor física ou algo na parede à nossa frente), iremos nos distrair, balançar ou perder o tempo coletivo. Mais do que conseguir realizar cada posição de forma correta, o importante seria estar atento e acordado ao momento presente, alerta como um caçador.

Para esta discussão o que se pode antever é que a construção de uma qualidade refinada de consciência/atenção pode talvez se efetuar nos dois polos: antes e durante o trabalho criativo (em preparação e em criação).

** Sequência de posições e alongamentos realizados em pequenos grupos, com exigência de precisão, sinconicidade do grupo e princiapalmente uma atenção presente.

No trabalho do Workcenter pode-se pensar que é na preparação que se localiza a tônica da construção de uma qualidade de consciência/ awareness, tendo em vista que o ator/performer não deva se (pre)ocupar com isto durante a ação criativa e permita a circulação da vida criativa de forma orgânica.

'Vi que você trouxe uma máquina, queria lhe pedir para não usar, mesmo que só do lado de fora. Porque se todos fizerem isto se criará um clima de passeio que não é propício ao trabalho.' 'Não use maquiagem por agora. Sinto que para o que você deseja falar isto não irá lh ajudar.'

O local e o momento, sem dúvida, colaboravam para o esmorecimento da linha entre criação em sala e vida lá fora. A ansiedade em "conseguir aprender" é inevitável, mas o tempo é curto para ir tão fundo, palavras ficaram presas, ações não funcionaram, vozes ficaram mudas dentro de mim. Mas a reverberação foi para além das paredes, durante e depois do curso ao revisitar e tentar reescrever o que se passou.

A vida, a escrita e os Sonhos

Durante o curso na Itália, um sonho:

Uma sala de aula num prédio alto com janelas de vidro. Somente homens brancos e rígidos.

Tento dizer algo e um homem ri da minha cara. Respondo que não nasci sabendo,

que estou ali para aprender.

Dois jovens negros entram na sala e começam a brigar.

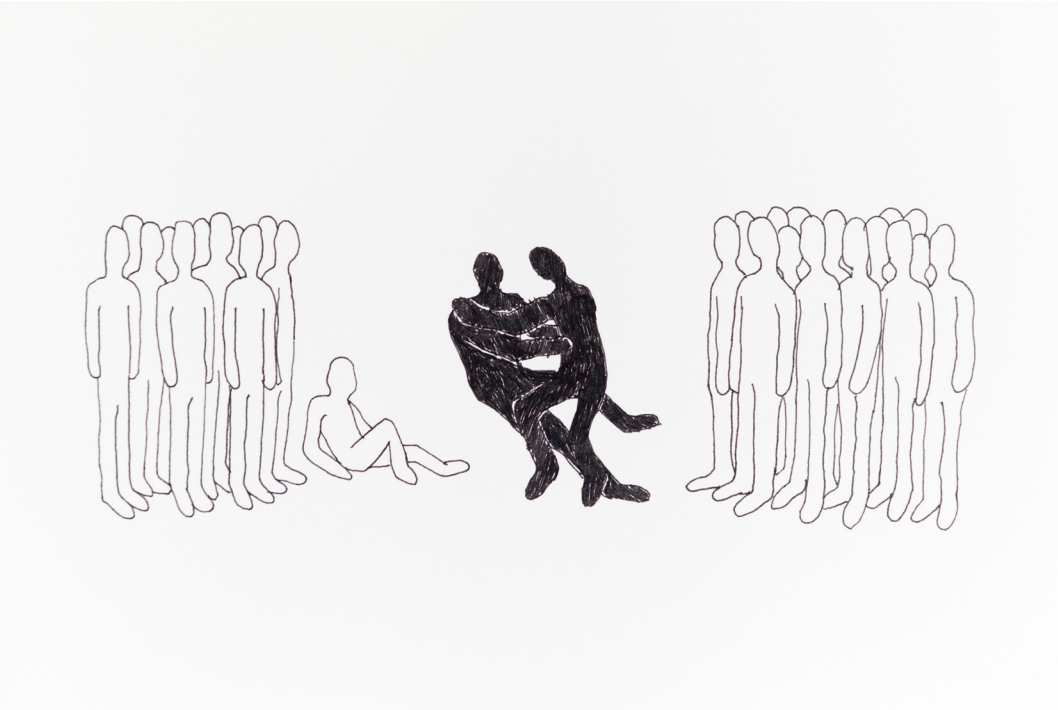
Todos se afastam, vou ao chão.

Um deles vem falar comigo.

Tento responder, mas a voz não sai. Ele se irrita.

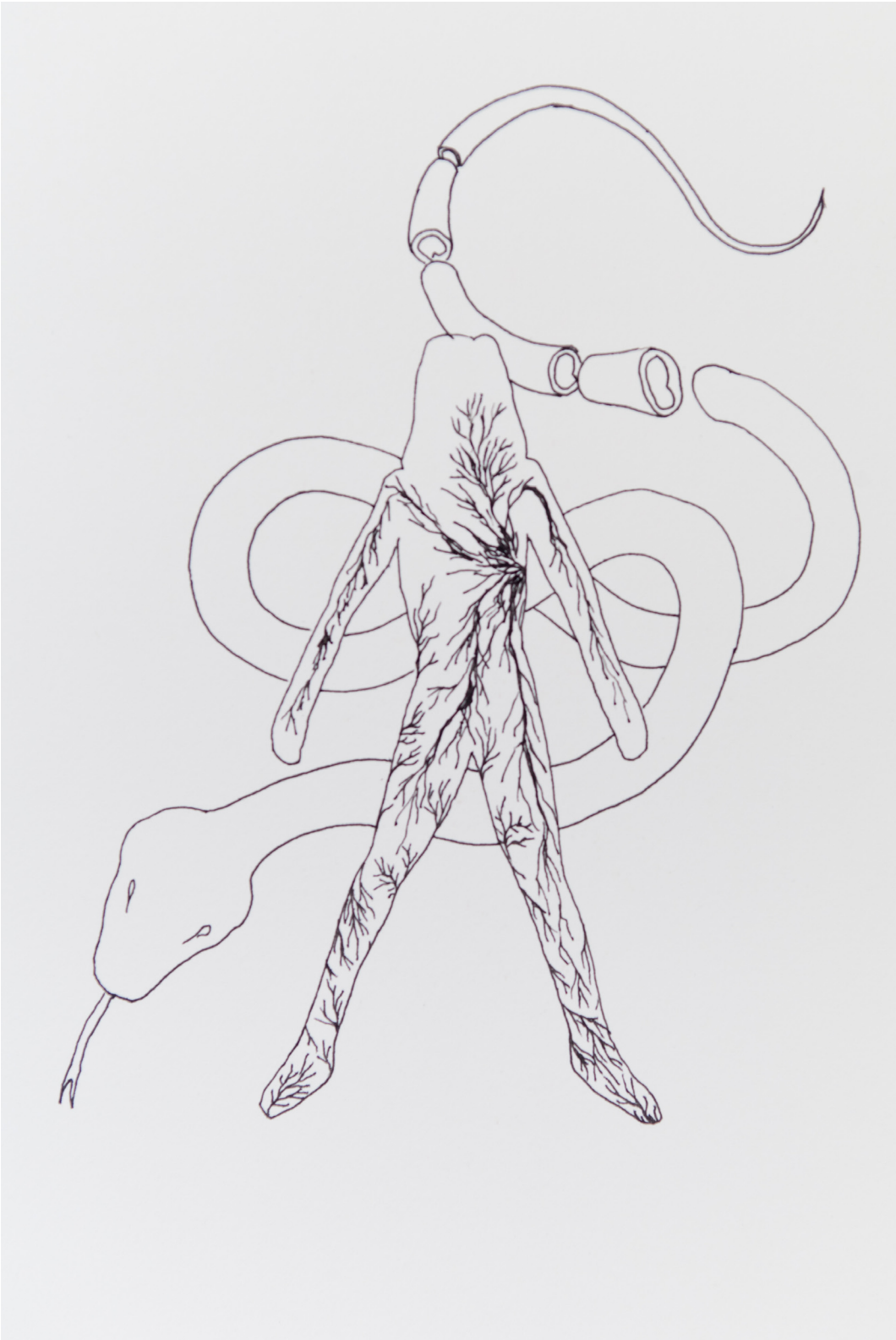
Atira em mim. O tira passa de raspão em meus ouvidos.

Estou surda.



Depois de tão pouco tempo de trabalho, a sensação só poderia ser de impotência, de querer mais. Artaud me pulsa, Richards me balança, eu inflo. No dia seguinte ao término do curso, outro sonho:

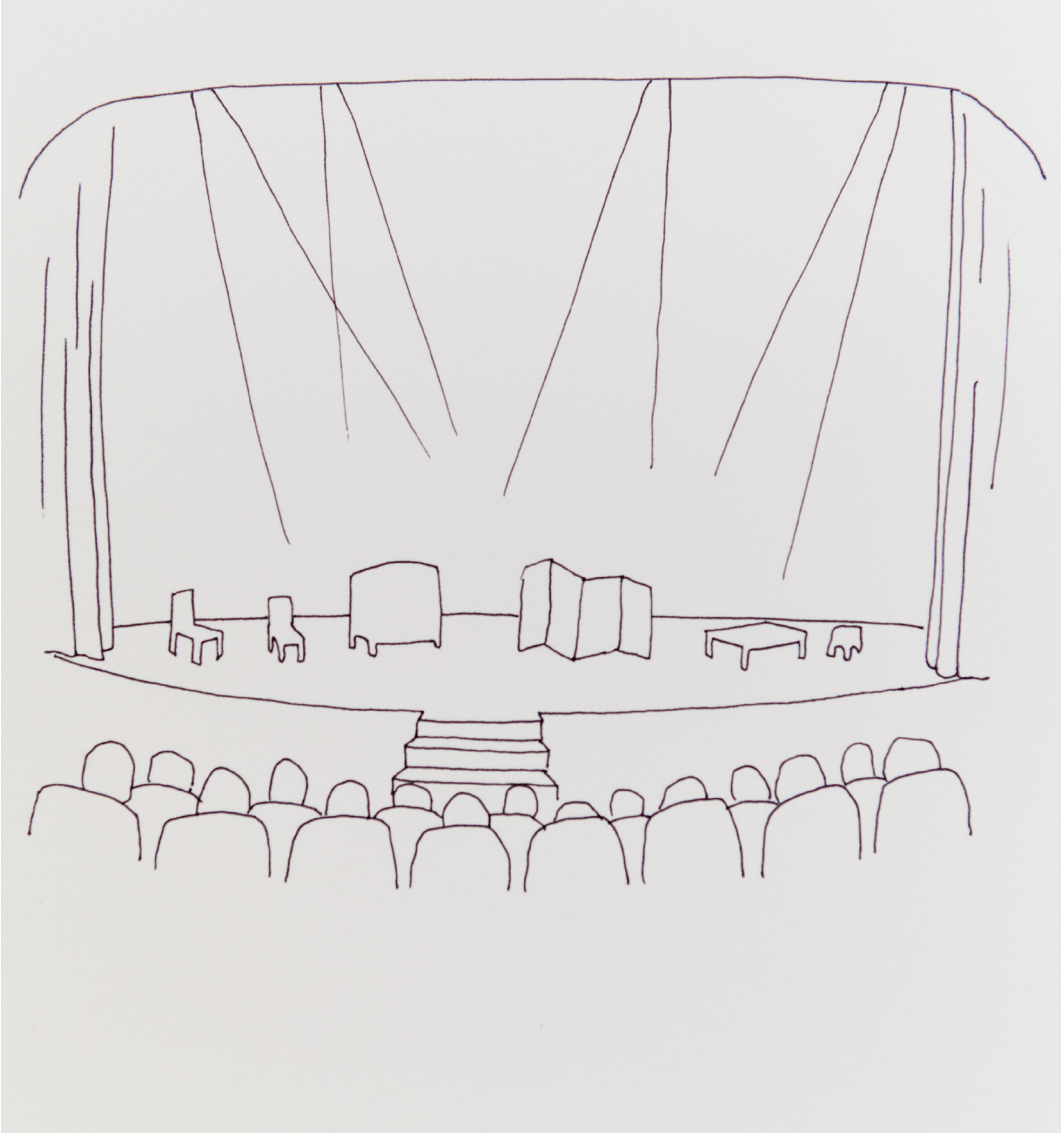
Um lugar desconhecido, muitas pessoas, um chão de terra.
Deitada, vejo um pau de madeira no teto com
uma pequena cobra amarela.
Não tenho medo, sorrio e jogo com os movimentos dela.
De repente ela está no chão e me pica na mão.
Saio correndo em busca de ajuda e chego numa cozinha branca.
Pessoas estão cozinhando, e pergunto pela cobra,
pois devo levá-la comigo ao hospital para tomar o soro correto.
Alguém havia cortado-a para cozinhar.
Me entregam um pedaço dela, só a carne branca
e um pedaço de sua pele amarela separada.
Neste momento, olho para as minhas mãos e elas
começam a ficar transparentes.
Por dentro, vejo o sangue que começa a se espalhar, sem pingar.
Grito que estou tendo uma hemorragia interna.
Ninguém me ajuda.
Meu corpo começa a voar e me afasto do cenário.
Transparente, meu corpo sangra, como um vulto
que vai se escurecendo.
O sangue se espalha internamente.
E toma conta de todo o meu corpo, sem jorrar nenhuma gota para fora.
Desapareço no ar com uma hemorragia interna.



Não fui embora. Alguns dias a mais ali, lendo, vendo vídeos e em contato com outros membros do grupo. Parece iniciar-se uma nova etapa do processo, se não ainda de compreensão interna, ao menos de aquietar-se. Outra noite lá, agora dois sonhos de uma vez:

Sozinha, em um campo lindo, duas casas grandes.
Uma delas era a casa dele.
Eu estava sentada no chão quando ele aparecia.
Em minha perna, um ponto preto nos chamava a atenção.
Olhávamos para este ponto e ali começava a nascer uma planta.
Um caule verde com pequenos brotos de flor
nascia em minha perna.
Não parava de crescer, dando voltas e voltas no ar,
enquanto eu e ele assistíamos.
Quando o processo de nascimento cessou,
começamos a dividir o enorme caule em
pequenos pedaços, colocando algumas flores brancas.
Construímos juntos um Ikebana.

Era o palco de um teatro.
Eu e minha família encenávamos um espetáculo musical.
Todos de branco. Os móveis, também brancos,
eram movidos de um lado a outro.
Num certo momento meu pai, de branco,
começava a cantar uma música em Yorubá.
Todos se emocionavam.
Na plateia, minha avó paterna, sorrindo,
murmurava a música junto com meu pai.
Uma luz branca descia sobre eles.



Pelos próximos três meses tento escrever sobre o que se passou. Nenhuma palavra parece capaz de traduzir tamanha confusão interna. Um embate de amor e ódio com a experiência e com a tentativa de revivê-la na escrita. Quase finalizando este capítulo, ele me retorna:

Estou no Workspace novamente.
Numa sala com chão de terra batida, um grupo de pessoas.
Uns cantam, outros assistem.
Mário traduz uma canção em Yorubá para o português.
Era sobre Oxum e ele dizia olhando para mim.
Numa outra sala assisto a um ensaio do grupo de Thomas.
Depois, era noite, todos tinham ido embora.
Eu e Thomas ficávamos.
Numa fazenda linda, olhávamos as estrelas e conversávamos.
Como num filme, uma trilha sonora encobre a nossa conversa,
não escuto o que dizemos, mas sei que falamos sobre
a vida e a sua imensidão.
Ele me abraça, rimos. Somos amigos.
Pela manhã, muitas pessoas, um dia lindo.
Estão preparando um café da manhã coletivo.
Digo a Thomas que voltei, mas sem dinheiro para pagar o curso.
Ele me deixa ficar.

A partir desta experiência outras questões se colocaram a respeito de quando e onde construir o refinamento da consciência/atenção. Partindo-se já do argumento defendido até aqui, onde o treinamento do ator/performer pode ser entendido como cultivar a si (em sala e em vida), desloquei o olhar para processo criativos a fim de tentar responder outras questões: 1) como lidar com o refinamento de uma consciência enquanto presença em cena, no trabalho com ações e partituras fixas? 2) e no caso de ações performáticas, como entender a construção desta qualidade em trabalhos livres de estruturas pormenorizadas?

Volto para casa com a pulga atrás da orelha. Não canto canções tradicionais. Não conseguiria repetir o trabalho. Vejo o ponto em que me conecto a eles ali na frente. O alvo pode ser o mesmo, mas preciso achar o meu caminho.

3.2 – Revendo trajetórias

– Passei hoje corrigindo Ontem –

Música. Iniciamos montando o cenário. A cada movimento me atento à minha respiração. Inspirar, expirar. Ouço minha mente pensar em outras coisas. "Será que ele veio?" Volte, você está colocando um aquário no chão. Inspirar, expirar.

Ter uma partitura, transitar entre ações, repetir um roteiro, apresentar muitas vezes. Depois de construir um espetáculo o desafio se torna deixá-lo vivo a cada apresentação, permitindo que o encontro com o público revitalize-o e transforme-o em momento presente. Um dos aspectos positivos de tal repetição é possibilitar

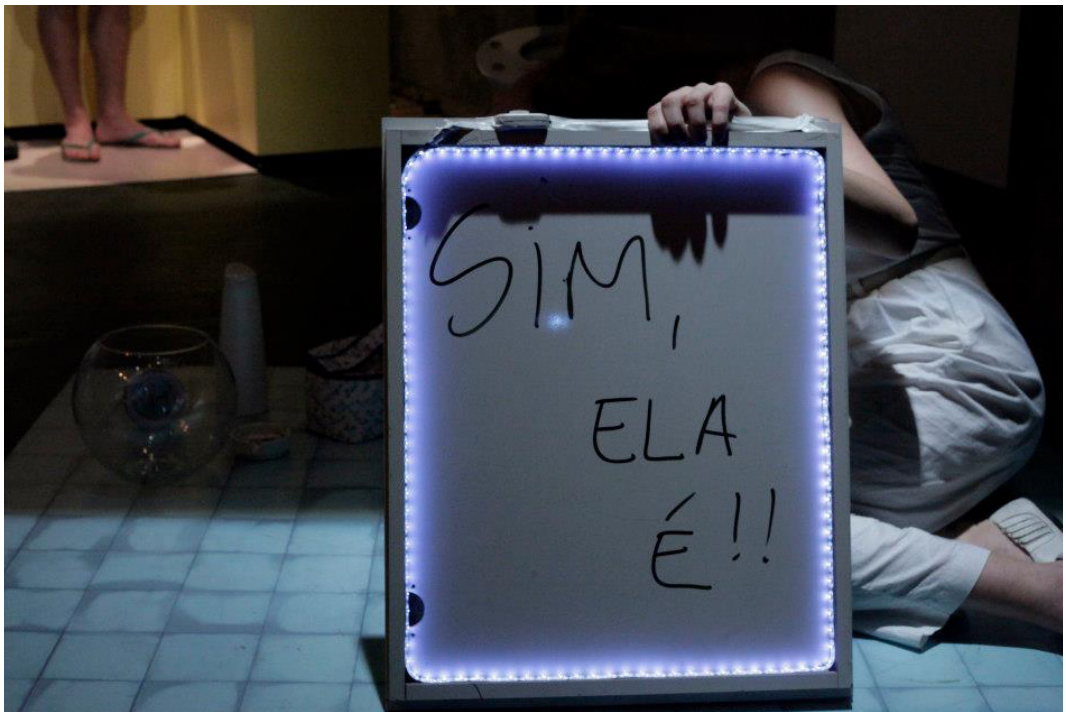
a pormenorização de cada ação, descobrir detalhes indo cada vez mais profundamente em si e, verticalizando o trabalho, irradiar uma força de presença que afete. A impermanência diária e momentânea, no entanto, nos atira aos abismos das variações de nossos pensamentos, emoções e estados psicofísicos. Nesta experiência, lancei-me ao desafio de investigar como manter-me presente diante da repetição de uma partitura.

Adentro um quadrado, o cenário de um banheiro. Estou a Garota do Aquário. Escrevo rapidamente numa lousa. O corpo vira pulsação. A velocidade da ação me altera. Não escuto mais minha respiração.

Mais do que chegar a um estado cênico, a experiência é construir uma consciência atenta em ação, que permita sair dos vícios e dispersões mentais que me tira do instante presente. Revisitando este espetáculo percebi que o método foi escolhido primeiramente de maneira intuitiva e, só depois de algumas apresentações, me conscientizei de meu caminho e investiguei-o mais a fundo. Neste caso, a respiração foi o principal ponto de apoio para retornar a atenção quando sentia-me dispersa e não presente. Estabelecer um foco para onde retornar, permitia a ampliação da percepção a respeito das próprias variações psicofísicas.

Às vezes, ao lembrar da respiração, percebia que estava vagueando. Noutras, havia primeiramente a percepção da movimentação interna para em seguida retornar à respiração. Era possível me desapegar daquilo que me distraía e voltar simplesmente à ação. Acontecia, algumas vezes, uma certa circulação de energia, uma espécie de distensionamento corporal.

Escrevo na lousa. Escrevo e começo a pensar em coisas, lugares, pessoas, situações. Percebo o vaguear. Mostro a lousa ao público. Pausa. Escuto de novo a respiração. Inspiro. Expiro. Você está deitada sobre uma privada.



A relação entre estrutura e espontaneidade fora testada entre o fluxo de estar presente (ou deixar-se ir) e a objetividade de uma partitura detalhada. Como apontamos no segundo capítulo, seria talvez necessário cultivar uma qualidade de consciência refinada capaz de reconhecer nossas passagens energéticas e variações psicofísicas. A construção desta percepção momento a momento em ação teve, neste caso, como ferramenta para desenvolvimento, o foco na respiração.

Para encontrar uma passividade ativa, que permita o fluir em ação, a respiração foi utilizada como alternativa para silenciar a mente quando se reconhecia que esta encontrava-se apegada a algum fator externo.

Um dos riscos desta investigação se encontra relacionado ao apontamento feito por Richards (em 3.1), de utilizarmos recursos físicos para 'bombear emoções'. De fato, o uso da respiração como apoio psicofísico pode conduzir ao bombeamento de 'pseudoemoções'. Ao revisitar esta experiência posso enxergar diversos momentos onde este equívoco aconteceu. No entanto, foi possível distinguir algumas diferenças entre *alterar a respiração* e *retornar a respiração*.

> *Retorno. Inspiro, expiro. Meu corpo se tensiona, minha mente não se move. Mostro o que escrevi ao público e levo um cigarro lentamente à boca. Sou pedra da cabeça aos pés. Já não ouço a respiração.*

Se, ao perceber uma dispersão ou apego da mente em algo exterior, retornamos a atenção para a respiração e a alteramos (mudando sua velocidade e/ou intensidade) o resultado provavelmente será um tensionamento corporal, um excesso de atenção ao corpo e um transbordamento emocional acionado pela manipulação física. Havia neste caso, me parece, um efeito de psicologização excessiva, onde a explosão emotiva se reduz e se concentra apenas naquele que está promovendo em si esta manipulação (o ator/performer). 'Concentrar emoções' parece caminhar para o lado oposto do exercício de refinar a consciência.

Se, por outro lado, retornamos nossa atenção à respiração sem alterá-la, apenas observando seu movimento durante um certo tempo, o resultado pode ser o silêncio da mente dispersa, ou o livrar-se de uma forma, emoção ou pensamento. Neste sentido, Biagini (2013) comenta sobre a canalização da atenção a um foco de direção:

“Normalmente, nossos recursos psíquicos e físicos vão para onde querem, para cá e para lá, empurrados ou atraídos por estímulos internos e externos. Quando uma pessoa faz um esforço para, conscientemente, canalizar estes recursos em uma determinada direção, esse esforço pode ser percebido pelos outros como uma qualidade específica de presença, uma substância humana mais completa que o normal, por assim dizer.” (BIAGINI; 2013, p. 297).

Mais do que provocar algum estado/emoção, trazer a atenção para a respiração poderia ser uma ferramenta para desbloquear o corpo/mente e desenvolver uma consciência que presentifique a ação. E é esta presentificação que parece ser capaz de afetar o outro pela irradiação das forças e fluxos que atravessam a experiência.

Coloco a lousa no chão e escrevo uma confissão. Escrevo rapidamente e ao mesmo tempo devo trocar olhares com a plateia. Os nervos se agitam e estou ofegante. “Estou diante do júri”. Revelo. Pare de sofrer. Suspensão. Você está se julgando. Inspiro, expiro.

Para tanto, o primeiro cuidado estava em não se apegar à própria respiração. O retorno a ela deveria durar apenas o tempo suficiente para silenciar e desbloquear a mente e o corpo. De novo, não agir a respiração, mas utilizá-la como foco para liberar o fluxo e deixar-se ir novamente. À medida que a atenção retornava à respiração, a partitura estabelecida se desenrolava de forma fluida, descobrindo-se detalhes e transições a cada dia. Um silêncio possibilitava estar em ação mais do que mostrar uma ação. Infelizmente, é claro, esta atenção silenciosa ainda durava poucos minutos. Entretanto o que se apontou foi a possibilidade de refinar esta consciência/presença, atentando-se às passagens e mudanças energéticas em cena.

Outro risco deste procedimento seria uma certa consciência corporal externa, que vê ao corpo como objeto de atenção. Porém, retornar a mente da dispersão não significa apegar-se a um corpo sólido, fixando a atenção por exemplo a uma forma corporal exterior. A diferença é necessária para evitar uma identificação e apego ao corpo como centro da ação. Como Biagini alertou em entrevista (cap. 3.1), a potência parece estar em atentar-se a onde está o seu centro de ação, mas mantê-lo fluido, dentro e fora, sem se conscientizar disto, identificando ou nomeando um corpo ou uma forma.

É neste sentido que se tornava necessário não se apegar à respiração, atentando-se a ela apenas por um tempo. Parece-me que de fato o intuito não deve ser *pensar*, durante uma cena, na construção de uma qualidade diferenciada de consciência. Tendo em vista a dificuldade apontada anteriormente – em liberar o corpo/mente e deixar-se ir com os impulsos e ações – o que pareceu possível, nesta experiência, foi encontrar ferramentas para silenciar a mente das dispersões e dos padrões psicofísicos, e retornar a consciência/atenção à ação presente.

Desenhamos pequenos quadrados de fita crepe pelo chão. Inspiro, expiro. Pulamos de um a um. Ali dentro eu "inexisto". A ação vai se repetindo. Vejo peixinhos dançando num grande aquário. Esqueço a respiração. Há peixes dourados dançando dentro de mim. A água me transborda e toma conta do espaço. Me afoga e eu vou.

Há, sem dúvida, uma infinita discussão sobre a investigação da respiração no trabalho do ator/performer. Quilici (2002; p. 98) relembra que para Artaud o ator deve *"desenvolver a percepção aguçada dos fluxos respiratórios"*, tendo em vista que *"Ela precede, por assim dizer, a exteriorização da ação"*. Caberia ainda se questionar sobre esta relação entre respiração – impulso – movimento, a fim de investigar como ela pode colaborar, ou não, para a construção de uma qualidade diferenciada de consciência. para a construção de uma qualidade diferenciada de consciência. Mas, se no momento não é possível se aprofundar completamente nesta discussão, o que se pode relatar é que se percebeu com esta experiência que, como Quilici (2002; p. 98) aponta, *"Pesquisar*

a respiração significa investigar o nascimento dos impulsos e as transformações sutis dos estados interiores". Neste sentido, estabelecer a respiração como ponto de apoio da atenção permitiu ao menos a ampliação da percepção acerca das variações psicofísicas, bem como o silêncio da consciência em ação.

Enfio repentinamente a cabeça na privada. O movimento brusco altera minha respiração e a tensão no meu corpo. Há um micromovimento de pulsação; ar que entra e sai rapidamente, ofegante, os olhos estão arregalados para dentro do buraco. Mantenho-me atenta ao que está acontecendo. O corpo, o ar, os olhos, as tensões. Movo-me para a próxima ação: pegar a maçã. Mantenho-me atenta. Seguro a maçã e abro o olhar, preciso ver meus colegas de cena. Mordemos a maçã juntos. Repetindo me disperso. Respiro. "Você está mordendo a maçã."

A experiência citada tinha como característica uma partitura fixa de ações individuais e algumas estruturas de âmbito coletivo. Além da respiração, ter uma partitura de ação propiciava que a atenção retornasse a um ponto objetivo em cena. Como Richards descrevera (em 3.1), uma ação detalhada servia como indicação de caminho. A ação fixa e os detalhes de uma partitura possibilitavam o retorno da atenção ao momento presente, bem como focar a consciência dispersa. Havia no entanto, neste espetáculo, um outro momento livre de partitura, onde algumas regras me cercavam, mas uma dança surgia em fluxo novo a cada dia.

Pequenos quadrados desenhados no chão. Ali dentro eu não existo. Não posso pisar ou cair fora deles. Peixes transbordam de mim. Ondas me atiram ao mar. Sou lançada às quedas. Luto para inexistir. Dentro destas pequenas terras quadradas devo permanecer. Mas sou água, rio fluido, correnteza e mar. "Inexistir Cansa".

Não se tratava neste momento de uma improvisação completamente livre, tendo em vista que algumas regras norteavam a cena. Com um início e um fim determinados, o percurso da cena não continha uma partitura fixa, sendo estabelecido apenas uma regra (não cair fora dos quadrados) e uma qualidade de movimento adequada (sutil e leve, amparada em algumas imagens e sensações). Recupero este momento do espetáculo, a fim de encontrar as diferenças qualitativas da consciência e atenção quando não se trata de uma partitura detalhada de ações. Havia porém a necessidade de uma precisão para manter a relação entre deixar-se ir na movimentação e atentar-se às regras. Neste momento a respiração não apenas deixou de ser um foco de retorno da atenção, como deveria estar organicamente atrelada ao movimento. Se a respiração se alterava e/ou aparecia demasiadamente, o resultado era novamente um 'bombear' emocional, como se desejasse mostrar o que se passava internamente. O que se percebe é que o próprio risco e a tensão de manter-se dentro de uma regra objetiva propiciavam uma atenção ao mesmo tempo desperta e silenciosa. Interessante pensar que o centro da ação a que se referiu Biagini (em 3.1), parecia estar fluido, movendo-se entre exterior – atenção aos quadrados no chão – e interior – imagem das águas puxando.

Como um constante e orgânico piscar de olhos. Pisco. Ondas me derrubam ao chão. Abro. Vejo onde devo cair. Pisco dentro de mim. Abro fora de mim. Fecho-me em mar e abro-me em chão.

O caminho de se construir uma qualidade de consciência enquanto atenção/presença parece abrir-se em dois sentidos (concomitantes e não excludentes): por um lado no âmbito da criação, seja em treinamento seja em cena, e por outro lado em vida, criando mecanismos para desconstruir hábitos e refinar a atenção. No aspecto da criação poética,

pareceu necessário revisitar na própria experiência a relação entre estrutura e espontaneidade. No caso deste espetáculo, a inquietação era manter e refinar a consciência apoiando-se tanto na respiração quanto na partitura de ações. Mas tendo em vista a brecha citada acima, onde não havia exatamente ações detalhadas, a dúvida que se abriu é: como trabalhar com o refinamento de uma consciência/atenção em se tratando de uma não estrutura fixa? É possível investigar uma qualidade de presença por meio de dispositivos performáticos?

– coletivo meninas sem nome –

Um terreno com um monte de empilhos de construção. Uma delas está deitada num colchão que paira sobre a pilha de lixo. Vejo Ofélia flutuando no aterro. Lanço-me a ele, misto de terra que meus pés afundam, cacos que roçam minha barriga, vidros arranham meus braços. Babo. Sinto-me escorrendo como a própria areia. Sou terra – caco – vidro demolindo, despedaçando, movendo-me minimamente.

O coletivo meninas sem nome realizou ao longo de um ano e meio algumas ações performáticas e intervenções urbanas, ora na rua, ora em espaços expositivos. A primeira particularidade deste trabalho que nos interessa discutir é a relação entre estruturas maleáveis e a possibilidade de assim se construir uma qualidade diferenciada de consciência. Não haviam partituras fixas, mas algumas regras eram criadas para servirem de estruturas. Sem ações definidas e detalhadas, estas regras delimitavam o fluxo de um espaço aberto ao momento presente. Neste sentido, o conceito de Programa proposto por Eleonora Fabião fornece pistas para compreender as características de algumas ações performáticas. Para Fabião (2008; p. 237) *"Performar programas é fundamentalmente diferente de lançar-se em jogos improvisacionais. O performer não improvisa uma ideia: ele cria um programa e programa-se para realizá-lo"*. Com mais ou menos detalhes estabelecidos, interessa-nos pensar que as estruturas/programas não são ensaiadas ou preparadas, mas irão cercar um campo da experiência que *"é a ação em si mesma"* (FABIÃO; 2008, p. 37).

Um corpo quase em branco que vaga por uma cidade não chama atenção por sua cor, mas pela transparência de suas marcas. E se todas as marcas, cicatrizes e remendos, cravados a ferro, fogo, sangue, vinho, suor e lágrimas, rasgassem a armadura da pele e em nossa carne se tornassem visíveis? Haja olhos e corações para suportar uma cidade de corpos cujas marcas se expõem visivelmente... Haja peito que se compadeça de tantas outras marcas além das suas...

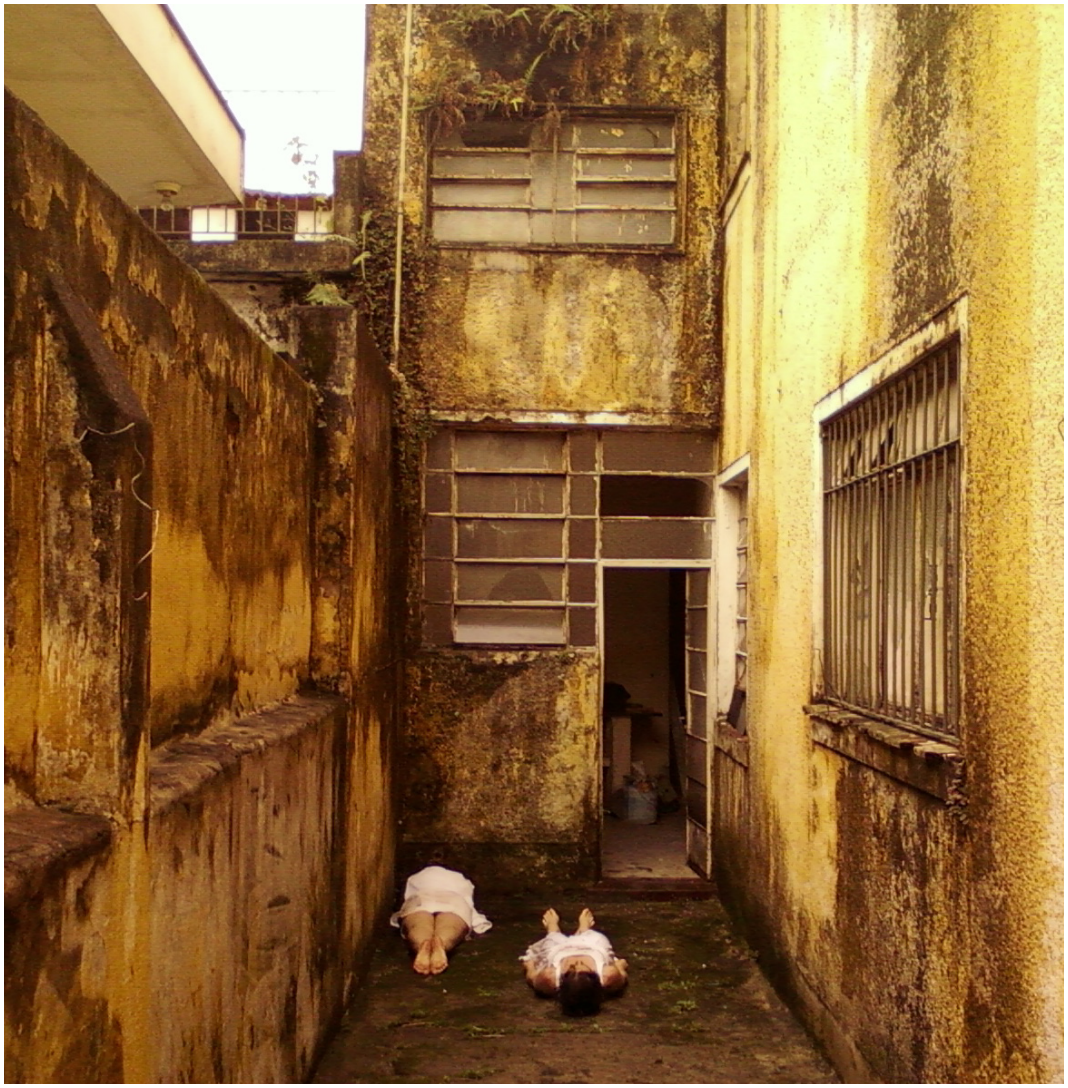
Uma diferença a se notar, é que no caso das ações performáticas realizadas pelo coletivo, não havia uma (pre)ocupação sobre os efeitos a serem gerados na visão do espectador/passante. A tônica das experiências realizadas concentrava-se na investigação das percepções e alterações psicofísicas nas performers durante a ação. O olhar do outro inseria-se muito mais no testemunho de uma presença dilatada, que, em consonância com a atmosfera gerada a partir desta presença, poderia afetar e alterar o olhar daqueles que cruzavam a experiência. Para tanto, foram criados dispositivos psicofísicos e regras para as ações que dialogassem com a temática, sendo que algumas estruturas se mantinham em todas as performances e outras se desdobravam para cada caso.

Pequenas Mortes. Bomba-relógio. Instabilidade. Memória topológica. Tempo Esgotado. Tempo Presente. Esgotamento.

1: Insônia. Noite em claro / 2: Caminhar das 6h até meio-dia para a Praça da Sé / 3: Silêncio / 4: Usar roupas brancas sempre. Rastros e vestígios de uma ação para a outra / 5: Longa duração. Saída às 8h. Paranapiacaba. Retorno às 18h / 6: Ação única: deitar-se pelo espaço sem escolher os modos / 6.1: Ação livre com a condição de reação / 7: Caminhar em tempo lento, sentido horário, em volta do quarteirão repetidamente por 2 horas / 7.1: Voltar sentido anti-horário, caminhando de costas por 1 hora.

Enquanto algumas regras delimitavam as ações, os dispositivos psicofísicos eram criados a fim de potencializar o tema em experiência, além de restringir o *espontaneísmo* que uma ação improvisada pode gerar. Mesmo com abertura para reagir ao momento presente, não se tratava de uma improvisação livre. O intuito era justamente que cada ação surgisse da não-ação, do não tentar fazer. O desejo era eliminar qualquer padrão de ação, jogo, composição e reação, seja ao espaço seja com a outra pessoa,

de explorarmos os meios de esgotar um ser. Modos de esgotar os possíveis, pois *“apenas o esgotado pode esgotar o possível, pois renunciou a toda necessidade, preferência, finalidade ou significação”*.(DELEUZE; 2010, p.71).



A outra está deitada sob um pedaço de móvel abandonado. Já não a reconheço como carne, torna-se pedaço morto de entulho (ou o entulho torna-se imovelmente vivo?). Deito-me sob uma goteira que cai na minha testa. Vejo a trajetória de cada gota. Me assusto quando ela me toca. Sinto-me chão, pedra enlameada. Se fico aqui, viro musgo verde.

Como vimos no primeiro capítulo, Yuasa nos fala sobre acionar funções inconscientes, compreendendo que se trata de um processo de adentrar um mundo interior, livrando-se de um racionalismo crítico e bloqueador, passando pelo refinamento das funções conscientes. Aqui, o intuito de investigar a si em ação presente permitia liberar os impulsos que surgem deste desbloqueio do corpo/mente, mas pelo processo de esgotar os padrões possíveis. Não se tratava, no entanto, de um esgotamento por meio de movimentos incessantes e cansativos. Pelo caminho oposto, a aposta era desfazer-se de padrões e (re)criar possibilidades de ação que surgem da não-ação. Para isto, duas palavras se tornaram essenciais: TEMPO (longa duração e/ou dilatação) e ESGOTAR (pelo tempo, cansaço, risco e ação).

Experimento olhar em pontos fixos, mas a mente vagueia e começa a planejar o dia de amanhã. Pensamentos a mil. O sono se aprofunda e me sento para fugir dele. A partir daqui batalha constante. Sintomas físicos: boca seca, bocejo, olhos secos – quase grudando – cabeça pesada, qualquer microssensação na pele me causa uma leve coceira. Tento ficar ao máximo em cada posição, mas quanto mais o sono vem, mais eu me mexo. Já nem sei mais o que se passa na minha mente. Começo a sentir o esgotamento, não tanto por estar acordada, mas pela própria luta de assim me manter.

Estas duas palavras – tempo e esgotamento – acabaram por cercear tanto os dispositivos psicofísicos (ficar sem dormir, por exemplo) quanto a maioria das regras/programas de cada ação (como uma caminhada de 6 horas de duração). Revisito esta experiência por notar que justamente a relação entretempo/esgotamento acabou por possibilitar outras qualidades de consciência enquanto presença em ação. Para compreender como isto parecia possível no trabalho, retorno à imagem do guerreiro que abordamos no segundo capítulo.

Apontamos naquele momento que tanto em Grotowski como em Yuasa, a imagem do guerreiro parece inserir ao Performer a possibilidade de uma reconexão entre corpo e mente, carne e espírito. Este processo parece ainda estar associado a um ponto de risco ou a momentos de intensidade que o performer/guerreiro pode enfrentar. Mas como entender o que é o risco ao performer?

*"Não estou. Não estive. Estive ausente para dar passagem ao imemorável que reside na topologia das pedras de Paranapiacaba. Para dar passagem àquilo que pulsa, vibra e chora nas plantas crescidas sem aviso nem licença. Para dar passagem ao a-temporal, a-histórico e que me catapultou para além das humanas cotidianidades." **

---

* *Texto-depoimento de Alda Maria Abreu.*

Para Cuesta e Slowiak (2007), no trabalho da arte como veículo Grotowski haveria encontrado na ação/performance o aspecto ritual, como sendo este o momento de intensidade e risco, e o Performer como o agente desta ação. Por outro lado, se a objetividade do ritual está em sua capacidade de afetar e transformar o atuante, podemos pensar que o 'fator de risco' está na própria investigação e confronto consigo mesmo que um trabalho sobre si pode nos colocar. Neste sentido, parece possível ainda que o performer opte por escolher dispositivos de riscos reais para desafiar e investigar a si. Na arte da performance percebemos mais facilmente a utilização de recursos com este caráter, com desafios psicofísicos ao performer, lidando por exemplo com a exposição, exageros, mutilações ou limites corporais e mentais.

Com o *coletivo meninas sem nome* o que encontrei foram dispositivos e regras criados que, alterando as percepções e qualidades psicofísicas, acrescentavam um certo fator de risco às ações. A alteração psicofísica pelo esgotamento, e o risco que este estado nos colocava, parecia reconectar corpo e mente em ação. Como relembramos com Sant'Anna (2001), no risco iminente e no esgotamento psicofísico, a mente parece não se desconectar da corporalidade presente. Com tais ações e dispositivos, o risco parecia conectar corpo e mente, despadronizando e deflagrando novas possibilidades de ações, reações e composições.

No início o mundo externo me chama: Um negro sentado no chão, uma mulher que passa caminhando, um carro em alta velocidade, um cachorro me cheirando, um muro de construção, um ônibus passa rente ao meu corpo, pessoas no ponto nos olham. Na metade do caminho meu corpo está sentido: reparo ainda nas minhas companheiras. Daí em diante esgoto-me: é preciso seguir quando o corpo não aguenta.

Ainda a respeito da imagem do guerreiro, no segundo capítulo apontei as diferentes tônicas possíveis do trabalho ao ator/performer, relacionando as forças ying-yang no que se refere a relação entre ação e não-ação, entre agir e contemplar. O trabalho com o tempo e esgotamento pareceu se apontar como possibilidade de unicidade nesta relação. Ao mesmo tempo em que se coloca em ação, o esgotamento propicia um ponto de passividade, um equilíbrio entre deixar-se agir e simplesmente estar presente. O corpo esgotado parece eliminar a reação mecânica e padronizada e reagir apenas aos impulsos mais orgânicos, como se nenhuma energia a mais pudesse ser desperdiçada em tentar fazer ou tentar mostrar. É neste sentido que não se trata de uma espontaneidade, visto que não se age por agir. A consciência/atenção não bloqueia nem significa o que surge, mas somente (re)age ao fluxo dos impulsos/pulsões mais orgânicos e necessários. Nestes momentos, não há pensamento bloqueador ou disperso, o que diminui ainda o tempo entre ação e reação, ao mesmo tempo em que o risco abre novas possibilidades a este corpo/mente. Nesta qualidade de esgotamento, a consciência parece se refinar, como se um ponto central permanecesse imóvel e silencioso, mas presente, reagindo ao fluxo da ação.

Estou fora, vejo tudo. Estou em mim, centrada. Cabeça e corpo unidos para permanecer. O que eu fiz? Ante a queda, o risco do cansaço me põe em ação. Como subi nesta caçamba de lixo? Perco qualquer separação. Sou a terra desta sepultura. Entre o pensar e o agir. Reajo. Sigo. Flutuo sutilmente na paisagem. Incrível como nenhum movimento brusco surge. Tudo tem a calma e leveza de uma garça que pousa em solo para descansar.

As ações de longa duração parecem nos reposicionar diante de um fluxo de vida que passa. Estender ou dilatar o tempo não para poder 'fazer' mais coisas, mas para 'perceber' todas as coisas. O tempo que se alonga permite o vivenciar de cada passagem de nossos estados e ações. É quase possível tocar a sutileza de cada momento vivido. Ao trabalhar com a duração do tempo, acabamos por também diminuir a velocidade. Para Sant'Anna (2001) optar ou aderir pela lentidão não significa simplesmente criar oposição às velocidades, nem a criação de algo novo, mas ampliar e recriar o que já existe. A lentidão se aproxima do estado de cansaço na medida em que ambos buscam menos *"o que se deve fazer"* e mais *"o que se pode deixar de fazer"* (Sant'Anna; 2001, p. 19). O corpo em lentidão e cansaço abre mão do fazer e ganha no perceber, ampliar, escutar e recriar. Deixa-se de trabalhar com os impulsos mecânicos e é possivel agir em resposta a uma escuta cuidadosa, onde a ação que surge tem maior potencial de recriação. Não que esta ação não seja uma reação ao presente, pelo contrário. A ação/reação aberta ao tempo e espaço presente, surge carregada de novas/outras potências. Do mesmo modo, o corpo cansado também se exime de tentar agir/fazer, e, perdido no esgotamento, deixa-se aberto e poroso ao momento.

*"Não é possível sair de mim. Desconectar-me de mim. Abandonar-me. É tudo tão claro e tão concreto (...) O cansaço vira ameaça. Transe. Imaginar que seu pé não afunda. Imaginar que seu peso é menor. Imaginar que você flutua. Eis o cansaço, presente. Tudo contra a queda e o pensamento falho. Avistamos a chegada. Pique final. Mais rápido. Menos respirado. Mais quente. O pensamento tenta desvincular-se do corpo, mas o pé caminha mais rápido e não deixa. Passamos por outras pessoas. Chegamos." ***

** *Texto-depoimento de Marilene Grama.*

Há ainda um último aspecto a se notar, como nos questionamos anteriormente, no que diz respeito a relação entre construir e chegar a uma qualidade de consciência enquanto atenção/presença. Nesta experiência, os limites desta relação pareciam se esfumaçar, na medida em que se construía um refinamento da consciência durante a ação e, ao mesmo tempo, poderia se chegar a uma qualidade diferenciada desta. A proposta nos conduzia a um estado de esgotamento, onde se chegava inevitavelmente a uma alteração nas qualidades energéticas e psicofísicas. Havia no entanto uma construção gradual, uma passagem que deslocava gradativamente a posição da consciência como bloqueadora da ação. Sem tentar encontrar uma resposta afirmativa, do que seria certo/errado nesta relação, alguns pontos podem ser levantados a partir desta experiência.

Ao apostar na construção de uma qualidade diferenciada de consciência, enxergamos que este processo demanda um desejo, esforço e disciplina tanto aos aspectos criativos do trabalho do ator/performer, quanto aos aspectos cotidianos. Uma construção que se realiza na relação arte/vida, ética e estética. No caso destas experiências performativas, o que se notou foi a possibilidade de uma construção em ação, menos pelo desejo de se chegar a uma 'qualidade final' de consciência, e mais pelo entrelaçamento destes campos da experiência. Como Fabião apontou (2008), aqui o campo da experiência vivida já é o da ação performativa. O processo gradativo da ação, com o tempo e o esgotamento, atrelava e ampliava as percepções graduais das passagens psicofísicas e o refinamento de uma consciência presente. É possível notar, por exemplo, que esta qualidade de consciência como atenção/presente não era permanente e estável. Assim como na experiência cotidiana, mesmo no esgotamento psicofísico, este *estado* refinado da consciência não se fixava, mas movia-se, indo e vindo durante o tempo da ação. A diferença, no entanto, consistia no fato de que, como a proposta performativa era permanecer em ação,

isto propiciava uma investigação profunda, com uma percepção prolongada da alteração dos estados psicofísicos, possibilitando que esta qualidade de consciência/atenção durasse cada vez mais. É neste sentido que, por mais que se alcançasse realmente um estado de esgotamento, não se tratava de se chegar a um estado ideal e permanente da consciência, mas de radicalizar sua construção gradativa, bem como sua ampliação em tempo e espaço.

No vazio renuncio a qualquer tentativa frustrada de agir. Repetir mais do mesmo que há em mim já não me basta. Provoco-me, atiço-me, esgoto-me e me refaço. Deixar-me visível e presente. Ser corpo de passagem para a vida invisível que está aqui, entre eu, você e eles.

Alguns apontamentos finais se tornam necessários no que tange à relação entre o performer e o público, ou ética/estética, experiência/formalização.

Ao refazer a experiência com o espetáculo *Passei Hoje Corrigindo Ontem*, abordei questões inerentes ao processo individual como atriz, apenas durante a temporada de apresentações, não incluindo aí o processo de criação até sua construção estética final. Como espetáculo teatral, houve uma preocupação com um resultado formalizado de elementos estéticos, que surgiram durante o processo e que foram 'alinhavados' e organizados pelo olhar da direção e dramaturgia.

O que quero dizer é que neste caso a preocupação com a construção de uma qualidade diferenciada de consciência foi individual e pessoal. Com a questão estética sendo orientada pela direção e com foco na recepção do público, coube a esta artista colocar-se em experiência de refinar a consciência e a atenção diante de uma estrutura formalizada esteticamente.

Este processo de cultivo em ação não esteve atrelado diretamente às consequentes organizações externas que a direção tomava, nem estava abertamente presente na relação entre os atores. Ficou como vestígio a inquietação (sem resposta) de como este trabalho individual pode reverberar (ou não) no outro: tanto público quanto aos próprios colegas de cena. Como trabalhar aspectos individuais, como o cultivo e construção de qualidades refinadas de uma consciência/atenção, em um coletivo e diante das demandas de um resultado estético final? Que qualidade de presença se constrói nesta experiência diante do público, e como ela se entrelaça e compõe com os elementos estéticos apresentados? Isto é possível quando os objetivos do coletivo não perpassam por esta questão?

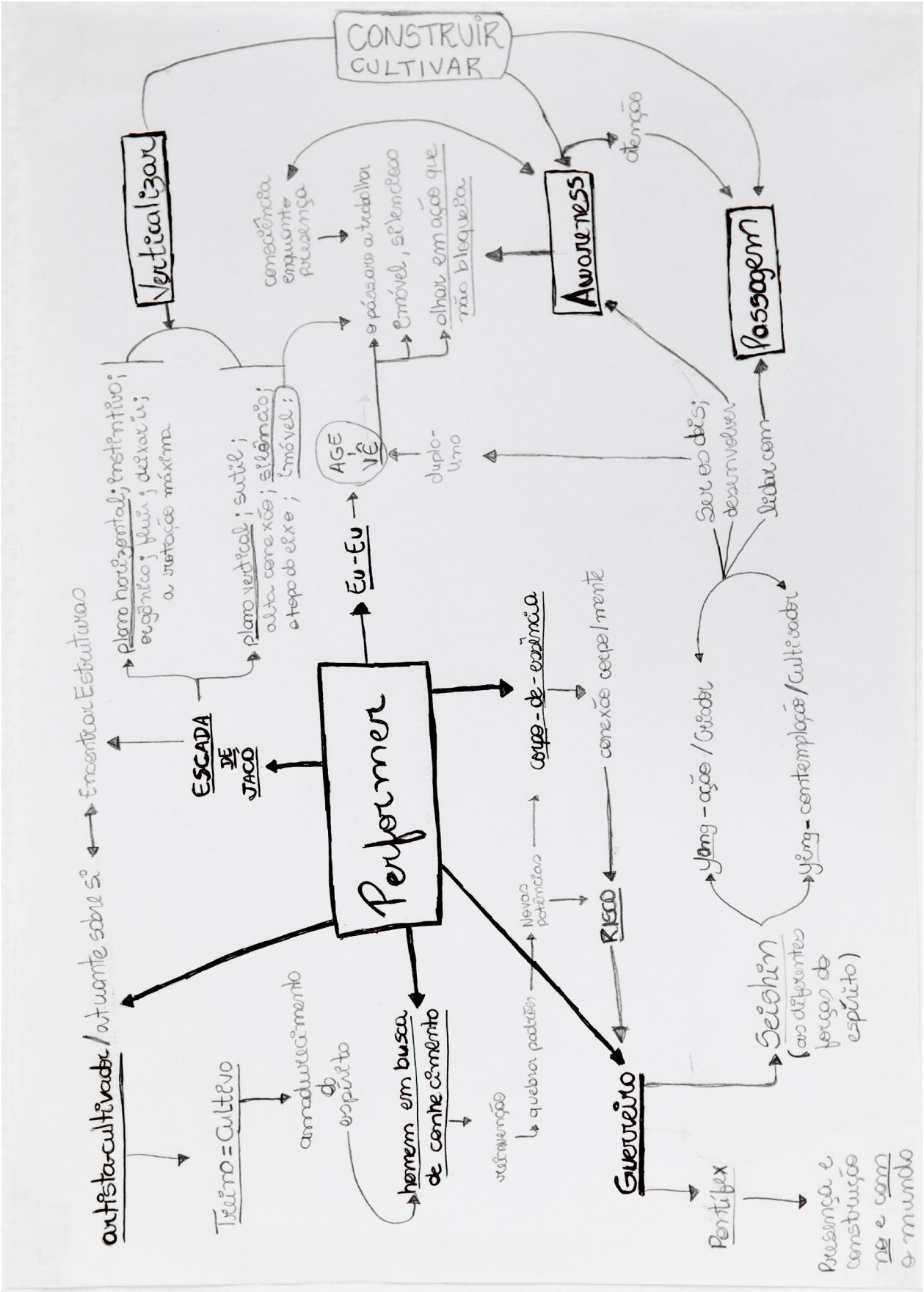
Sem conseguir uma resposta, apenas percebo outras possibilidades e diferenças quando se tratava do trabalho com o *coletivo meninas sem nome*. Neste caso reconhece-se que também não havia uma discussão coletiva especificamente sobre qualidades diferenciadas de consciência/atenção. O trabalho sobre si, bem como o termo consciência, não era exatamente o foco destas experiências. Um primeiro diferencial, entretanto, é que o grupo se constituiu pelo desejo de que as quatro integrantes conseguissem misturar e agregar suas pesquisas individuais naquele coletivo. Assim, a minha investigação acabou por alimentar e atravessar as proposições, às vezes de forma direta, às vezes indiretamente. As palavras-chaves escolhidas como tema para o grupo – Tempo, Esgotamento, Presente – além de surgirem como resultado da mescla de inquietações individuais, já carregavam em si a potência de dialogar com a construção de uma qualidade de consciência enquanto atenção/presença.

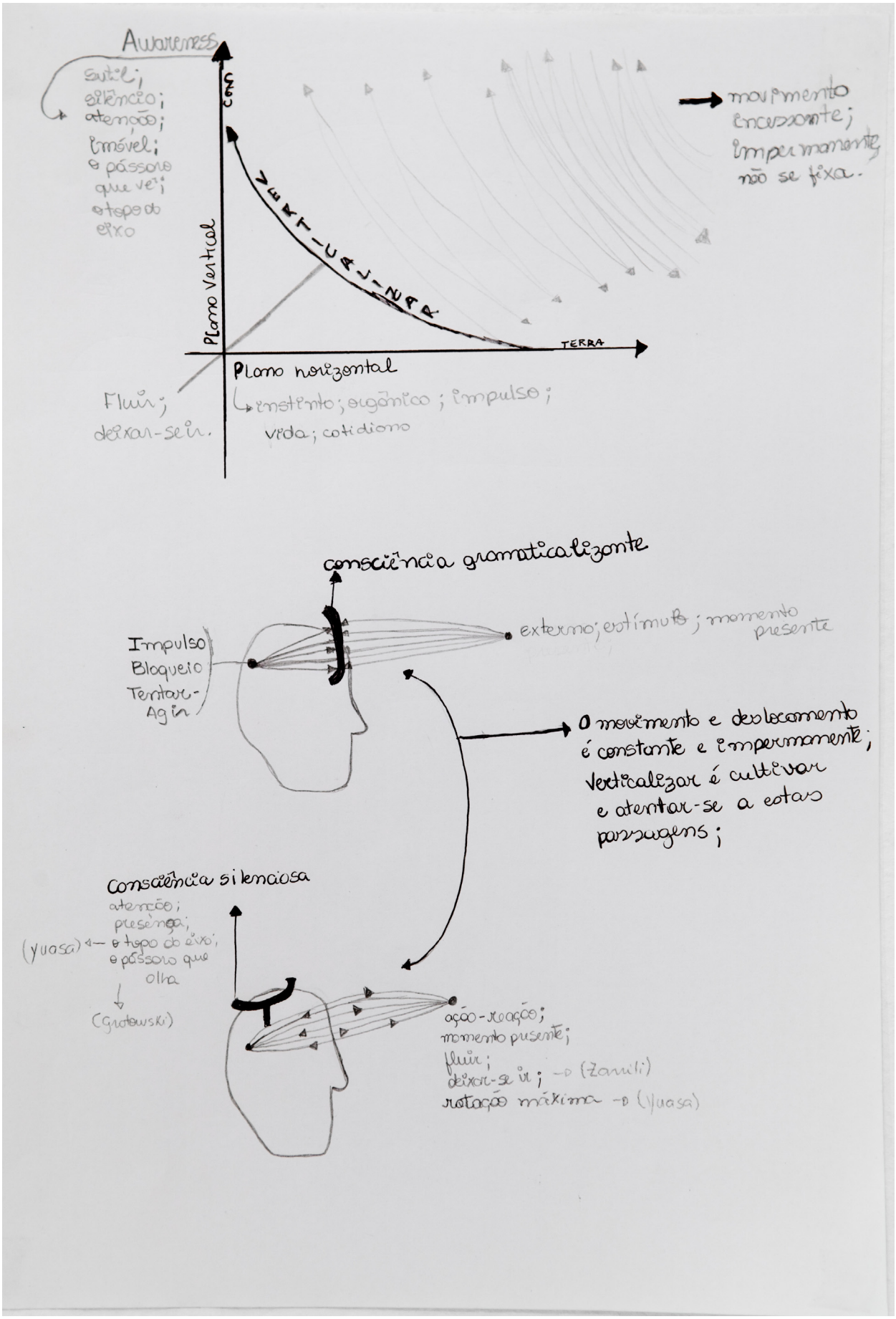
Para além ainda destes fatores que propiciavam a investigação deste trabalho individual de forma coletiva, outro ponto importante era a tônica do trabalho sobre as performers em experiência. Como apontado anteriormente, a investigação recaía muito mais nas percepções dasdas atuantes. Mesmo que se possa enxergar algumas escolhas estéticas, como usar branco por exemplo, elas estavam sempre atreladas às

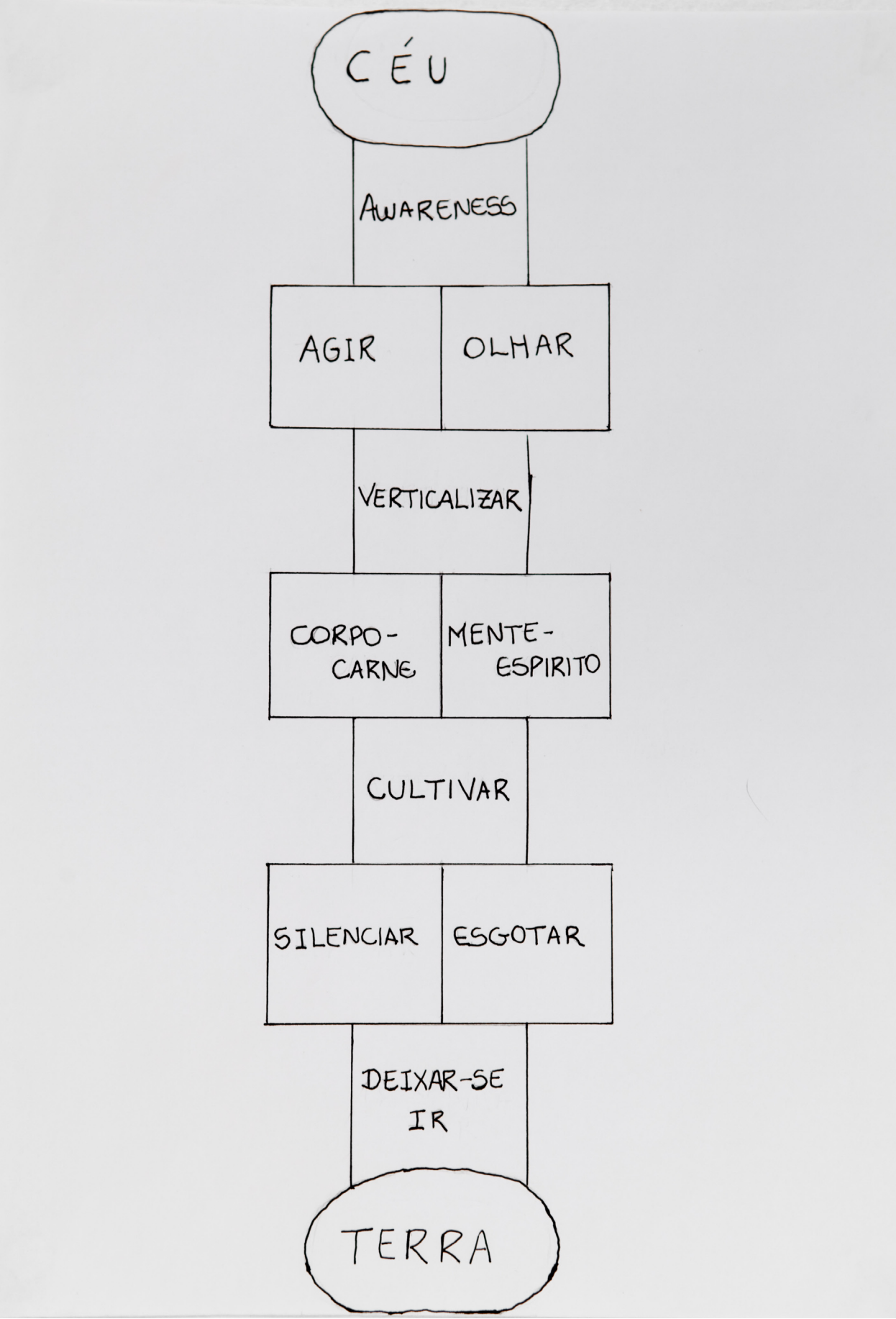
necessidades das performers em experiência (*o branco corpo que capta as memórias do espaço e carrega no tempo seus vestígios e rastros*).

Entretanto o público, que, na maioria das vezes, era os transeuntes nas ruas, estava incluído na ação, mesmo que não fosse o foco de nossa investigação. Os corpos brancos, lentos, esgotados, que se espalhavam e deitavam pelas ruas, criavam deslocamentos no olhar daqueles que passavam. Na justaposição destas presenças dilatadas e inesperadas ao caos urbano estavam inseridas opções estéticas. A diferença talvez seja pelo fato de terem sido feitas diretamente a partir das inquietações e investigações éticas que nos atravessavam. Além disso, como vimos com Fabião, as ações performáticas eram o próprio campo da experiência. A relação treino-ensaio-espetáculo para o público se dissolvia para um campo onde não havia mais diferenciação, onde cultivar – estar – compor ganhavam foco, mesclando a ação sobre si (performer) e a inclusão do outro (público). O que se pode notar é que, diante da ideia de cultivo, de um ator/performer que busca construir outras qualidades de consciência enquanto atenção e presença, as questões estéticas talvez possam se entrelaçar as questões éticas. No campo do teatro ou da performance, repensando o treino do ator/performer como cultivo, (re)descobrindo os objetivos e a relação entre o trabalho individual e coletivo, parece possível conectar arte/vida, nossas escolhas éticas/estéticas e, por meio desta relação, afetar aquele com quem compartilhamos – o público.

CONCLUSÃO


CONSTRUIR
CULTIVAR
Verticalizar
Awareness
Passagem
Performer
ESCADA DE JACO
Encontrar Estruturas
plano horizontal; instintivo; orgânico; fluir; deixar-se; a rotação máxima
plano vertical; sutil; alta conexão; silêncio; o topo do eixo; imóvel;
consciência enquanto presença
o pássaro a trabalhar
imóvel, silencioso
olhar em ação que não bloqueia
atenção
AGE VÊ
duplo-uno
Eu-Eu
Ser os dois; desenvolver
lidar com
corpo-de-essência
conexão corpo/mente
Novas potências
RISCO
yang-ação/Criador
yang-contemplação/Cultivador
artista-cultivador/atuante sobre si
Treino=Cultivo
amadurecimento do espírito
homem em busca de conhecimento
reinvenção
quebrar padrões
Guerreiro
Seishin (as diferentes forças do espírito)
Pontífex
Presença e construção no e com o mundo


Awareness
sutil;
silêncio;
atenção;
imóvel;
o pássaro que vê;
o topo do eixo
CON
VERTICALIZAR
Plano Vertical
TERRA
Plano horizontal
instinto; orgânico; impulso;
vida; cotidiano
Fluir;
deixar-se ir.
movimento incessante;
impermanente
não se fixa.
consciência gramaticalizante
Impulso
Bloqueio
Tentar-Agir
externo; estímulo; momento presente
O movimento e deslocamento é constante e impermanente;
Verticalizar é cultivar e atentar-se a estas passagens;
Consciência silenciosa
atenção;
presença;
(yuasa) o topo do eixo;
o pássaro que olha
(Grotowski)
ação-reação;
momento presente;
fluir;
deixar-se ir; → (Zarrili)
rotação máxima → (Yuasa)


CÉU
AWARENESS
AGIR
OLHAR
VERTICALIZAR
CORPO-CARNE
MENTE-ESPIRITO
CULTIVAR
SILENCIAR
ESGOTAR
DEIXAR-SE IR
TERRA

- Ok, ok. Já deu né?

- Lá vem você de novo...

- Você não acha que se empolgou?

- Talvez.

- Pensamentos, imagens, desenhos, diagramas, gráficos...

- E os diálogos com você. Não se esqueça.

- Ok. Te deixarei em paz. Mas está na hora de concluir. Volta.

Não me parece nenhuma novidade falar da dificuldade em se concluir uma dissertação, mas mesmo assim é quase inevitável se repetir. Se não consigo dizer que chegamos a conclusões (descobertas, assertivas, afirmações), o que posso pensar é que um ciclo se construiu e agora se encerra, deixando rastros e pistas para novas portas se abrirem. Retorno ao título deste trabalho para finalizar (ou resumir) um pensamento: Verticalidade e Awareness: qualidades de consciência no trabalho do ator/perfomer.

A respeito do termo Awareness, percorrendo a desconexão entre corpo/mente e os aspectos psico e físico no trabalho do ator/performer, acabamos por identificar a possibilidade de se ampliar a visão sobre a consciência para além de sua função racionalizante. Não se trata, é claro, de subjulgar a razão ou o pensamento como característica intrínseca ao ser humano. Pelo contrário, trata-se muito mais de ampliar estas funções conscientes, refinando nossa capacidade de percepção, escuta e ação.

Na relação entre verticalidade e awareness, podemos pensar num deslocamento desta consciência, imaginando que sua posição transfere-se da frente – como um véu em nossa fronte – para cima – como um olho no topo da cabeça (ver figuras acima). Recorro a esta imagem para traçar algumas considerações finais sobre as possíveis ‘características’ desta qualidade diferenciada de consciência.

Tendo o **silêncio** como forte característica, esta consciência gramaticalizante – como aquela que está sempre a falar, nomeando, julgando, criticando – pode em certos momentos calar-se, esvaziando as nomeações, esburacando os sentidos para dar espaço ao que se passa. Uma espécie de silêncio que dissolve os padrões perceptivos, as dispersões e os apegos físicos e mentais.

Esta qualidade diferenciada de consciência parece ainda ser **conectiva**, na medida em que, se deslocando de uma posição dominante e bloqueadora, permite a conexão entre mente e corpo em ação, onde a mente discursiva deixa de querer dominar o corpo como seu objeto.

Fluida por deixar fluir a relação entre mundo interno e externo, diminuindo o tempo entre ação e reação, deixando-se ir em composição com o momento presente. Por isso parece acessar as funções inconscientes, pois está se livrando dos padrões psicofísicos e liberando este mundo interno orgânico para (re)agir.

Atenta, ela parece capaz de permanecer observando ao que se passa. Como o pássaro que bica, ela é um duplo, não está à parte, separada do acontecimento. Ela é ação e contemplação.

Estabeleceria ainda uma **alta conexão** (como diz Grotowski), pois está no plano do sutil, do vertical, da conexão com percepções refinadas indo além dos vícios instintivos e horizontais. Passa pelas potências terrenas, mas se aproxima da 'qualidade céu' no topo da escada de Jacó.

E talvez por isso mesmo seja **impermanente**, pois se assim também somos, e o que nos forma são matérias tanto primitivas/instintivas quanto espirituais, a passagem por nossos estados perceptivos será inevitável.
Esta qualidade de awareness diferenciada é construída, não se fixa, mas podemos nos atentar às nossas alterações psicofísicas para a ampliação desta qualidade.

Uma consciência **presente** e que pode gerar **presença** para além de qualquer linguagem, pois acontece nos momentos de potência e risco do homem que busca a si, seu amadurecimento e inteira humanidade.

Esta pesquisa buscava compreender que qualidade de consciência enquanto atenção e presença pode ser possível ao trabalho do ator/performer. Para além dos apoios em outras áreas, como a neurociência, filosofia e tradições orientais, me aproximei de Grotowski para um diálogo com as artes da cena. A ideia de verticalidade, bem como de compreender a arte como veículo, acabou por corroborar com uma noção do trabalho do atuante como cultivo. Ressalto ainda que não se tratou de abolir ou criticar o treinamento físico, mas aprofundá-lo conectando-o aos aspectos psíquicos do ator/performer e principalmente ampliando sua visão para além do espaço de criação cênica.

Tentando ainda compreender as possibilidades processuais para se construir uma qualidade mais refinada da consciência, encontrei a partir de meus próprios processos criativos abordagens possíveis pelo viés da respiração, do tempo e do esgotamento. Obviamente que são inúmeras as possibilidades para esta construção, portanto finalizo este ciclo com o desejo de que estes conteúdos estimulem ainda mais descobertas.

Assumo novamente um tom pessoal para um tratar de um último fator: os *Gestos de Interrupção*. Alguns destes gestos apareceram durante a escrita, de forma a transformar em palavras, práticas que permearam meu próprio cotidiano. Diante da visão de um trabalho sobre si, compreendendo o treino como cultivo para além da sala de ensaio, parece-me potente a busca por práticas/táticas individuais para isto. Se no início desta escrita ressaltei o fato de não ser praticante da meditação, o estudo sobre tais tradições (e o sincero desejo de crescimento psicofísico), impulsionou-me a encontrar formas de me investigar e (re)inventar. Estes gestos surgiram primeiramente de forma orgânica, ganhando aos poucos uma conscientização mais racionalizada

(aquele olhar sobre a minha horta, sabe?), o que me levou a criar outros dispositivos, a fim de romper com meus próprios hábitos, padrões e dispersões em vida. Confesso que estes 'pequenos deslocamentos cotidianos' foram extremamente valiosos e instigantes, colocando-me na posição de desafio constante para comigo.

Continuo em tom pessoal, pois, se não compartilho certezas, concluo com uma transformação interna que ainda ocorre e que, espero, reverbere de outras formas a quem acessar este trabalho. Depois de tentar compreender que qualidade de consciência é esta, como ela pode ser construída, como Grotowski poderia ajudar-me, o que vejo ao final deste ciclo é uma transformação na visão do que é ser ator/performer, do que se trata o fazer artístico para mim, das responsabilidades éticas/estéticas comigo e com o mundo à minha volta. Entender que as instâncias do treinamento devem ultrapassar as barreiras da instrumentalização e provocar o ator/performer a cultivar a si, a confrontar-se com seu processo de amadurecimento.

Compreender que o cultivo de uma qualidade diferenciada de consciência não só pode permitir seu livre fluir em cena (gerando presença e irradiação), como pode catapultar transformações pessoais. Encerro o ciclo com a ansiedade de um alquimista, que crê poder transformar sua matéria bruta em algo mais nobre. Mesmo que isto leve toda uma vida (ou mais).

EPÍLOGO

Quero ser uma alquimista de mim...
Dizem que se pode transformar matéria bruta em matéria nobre.

Conjugar as ações elementais da natureza.
Ser água e dissolver as formas, da terra coagular os vazios, no fogo carbonizar meu ego, no ar sublimar a carne.

Quando digo desta qualidade diferenciada de consciência é do labor das sutilezas que estou tratando. Realizar as passagens impermanentes de minha percepção e presença em vida. Esta é aquela camaleoa do início.

Estar em cena, em ação, com esta presença é só um recorte da expressão de um mundo interior. Não se trata somente de arte. Há coisas que não se explicam nem se atingem em uma linguagem.

Aquele meu corpo em transe é este corpo/mente presente, é esta capacidade de deslocar minha consciência egóica para um local de silêncio, onde só observa o que (se) (me) passa.

Corpo - passagem.

Um labor que tem como
único e sincero objetivo
tranformar-me,

re-inventar-me,

re-fazer-me,

e-voluir-me.

O recorte em ação
criativa é
reverber-ação
de um estado interno
que pode afetar o outro
com o que
(me) (se) passa

Me transformar em
algo mai nobre
para oferecer-me
ao outro.

Quero ser
alquimista
de mim...

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BIAGINI, Mario. 2013. ***Desejo sem Objeto***. In Rev. Bras. Estudos da Presença; Porto Alegre, V. 3, n.1, jan/abril.

BERGSON, Henri. 2010. ***Matéria e Memória***. São Paulo: Ed. Martins Fontes.

BROOK, Peter. 2001. *Grotowski art as vehicle.* In SCHECHNER, Richard; WOLFORD, Lisa. ***The Grotowski Sourcebook***. New York: Routledge

BYCKLING, Liisa. 2005. Notas não publicadas sobre a conferência ***"Theatre of the Future? Michael Chekhov and 21st Century Performance"***, Dartington Hall, UK. Apud. ZARRILLI, P. B. 2009.

CUESTA, Jairo; SLOWIACK, James. ***Jerzy Grotowski.*** 2007. New York: Routledge.

DELEUZE, Gilles. 2010. ***Sobre Teatro. Um manifesto de menos/ O esgotado***. Rio de Janeiro; Ed. Zahar.

FABIÃO, Eleonora. 2008. ***Performance e Teatro: poéticas e políticas da cena contemporânea.*** In. Rev. Sala Preta; Vol.8. São Paulo.

FÉRAL, Josette. 2004. ***Teatro, Teoria e Prática: más allá de las fronteras.*** Buenos Aires; Galerna.

GIL, José. 1996. ***A imagem nua e as pequenas percepções***. Portugal; Ed. Relógio D' Água.

GENET, Jean. 2005. ***Diário de um Ladrão.*** São Paulo; Nova Front Sinergia.

GROTOWSKI, Jerzy. 2007. *Da companhia teatral à Arte como Veículo.* In. ***O teatro Laboratório de Jerzy Grotowski 1959-1969***, São Paulo: Ed. Perspectiva; org. LUDWIK, Flaszen; POLLASTRELLI, Carla.

_____ 2007 *Farsa - Misterium*, In. ***O teatro Laboratório de Jerzy Grotowski 1959-1969*** São Paulo: Ed. Perspectiva; org. LUDWIK, Flaszen; POLLASTRELLI, Carla.

_____ *Teatro e Ritual*, In. ***O teatro Laboratório de Jerzy Grotowski 1959-1969,*** São Paulo: Ed. Perspectiva; org. LUDWIK, Flaszen; POLLASTRELLI, Carla.

_____2001. *Performer*. In SCHECHNER, Richard; WOLFORD, Lisa. ***The Grotowski Sourcebook***. New York: Routledge.

GUMBRECHT, Hans Ulrich. 2010. ***Produção de Presença: o que o sentido não consegue transmitir.*** Rio de Janeiro/RJ: Ed. Puc Rio.

ICLE, Gilberto. 2006. ***O ator como Xamã.*** São Paulo: Ed. Perspectiva.

KRASNER, David. 2000. ***Method Acting Reconsidered: Theory, Practice, Future***. New York; Ed. St. Martin's Press.

LIMA, Tatiana Motta. 2012. ***Palavras Praticadas – o percurso artístico de Jerzy Grotowski, 1959-1974***. São Paulo; Ed. Perspectiva.

MERLIN, Bella. 2001. ***Beyond Stanislávski: The Psycho-Physical Approach to Actor Training***. New York; Routledge.

QUILICI, Cassiano S. 2013. ***Notas sobre a arte como veículo e o ofício alquimico do performe***r. In Rev. Bras. Estudos da Presença; Porto Alegre, V. 3, n.1, jan/abril.

_____2002. ***Antonin Artaud e a física dos afetos***. In. Revista Sala Preta; Vol.2. São Paulo.

RICHARDS, Thomas. 2012. ***Trabalhar com Grotowski sobre as Ações Físicas***. São Paulo, Ed. Perspectiva.

SANT'ANNA, Denise B. 2001. ***Corpos de Passagem – ensaios sobre a subjetividade contemporânea***. São Paulo; Estação Liberdade

STANISLÁVSKI, Constantin S. 1989. ***Minha vida na Arte.*** São Paulo, Ed. Bertrand Brasil.

TOPORKOV, V. O. 1991. ***Stanislavski in Rehersal: the final years***. New York; Ed. New York Art Books.

VARELA, Francisco; THOMPSON, Evan; ROSCH, Eleanor. 2001. ***A Mente Corpórea – ciência cognitiva e experiência humana.*** Portugal; Instituto Piaget

YUASA, Yasuo. 1993. ***Body, Self-Cultivation and Ki-Energy.*** New York; Ed. Suny Press.

WERNER, Jaeger. 2010. ***Paideia: a formação do homem grego.*** São Paulo, Ed. Martins Fontes.

ZARRILLI, Phillip B. 2009. ***Psychophysical Acting: An Intercultural approach after Stanislawski***. London/N.York, Routledge.

BIBLIOGRAFIA

ARTAUD, Antonin. ***O teatro e seu duplo***. São Paulo: Ed. Martins Fontes, 2006.

ATTISANI, Antonio. ***Algumas Notas sobre 'The Living Room' e 'I am America'.*** In: Rev. Bras. Estudos da Presença; Porto Alegre, V. 3, n.1, jan/abril, 2013.

_____. ***O Século de Jerzy Grotowski***. In: Rev. Bras. Estudos da Presença; Porto Alegre, V. 3, n.1, jan/abril, 2013.

_____; FACCO, Ricardo; RUSEK, Iwona E. ***Les Sens D'Un Theatre. 3 témoignages sur Workcenter of Jerzy Grotowski and Thomas Richards***. Le Mans, France; La Fonderie, 2011. Material cedido pelo grupo em ocasião de Estágio de Pesquisa no Exterior (Bolsa BEPE-FAPESP).

BARBA, Eugenio; SAVARESE, Nicolas. ***A Arte Secreta do Ator: Dicionário de Antropologia Teatral***. Campinas, SP: HUCITEC; Editora da UNICAMP, 1995.

BARTHES, Roland. ***O Neutro***. São Paulo; Ed. Martins Fontes, 2003.

BASTIDE, Roger. ***El Sueño, el Trance y la Locura***. Buenos Aires: Amorrortu Editores.

BIAGINI, Mario. ***Encontro na Universidade de Roma "La Sapienza" ou Sobre o cultivo das cebolas***. In: Rev. Bras. Estudos da Presença; Porto Alegre, V. 3, n.1, jan/abril, 2013.

BONDIA, Jorge Larrosa. ***Notas sobre a Experiência e o saber de experiência***. In: Revista Brasileira de Educação. Nº19, jan/fev/mar/abril. 2002.

BOURRIAUD, Nicolas. ***Formas de Vida: A arte moderna e a Invenção de si***. São Paulo; Ed. Martins Fontes, 2011.

BURNIER, Luís Otávio. ***A arte de ator – Da técnica à representação.*** Campinas: Ed. Unicamp, 2009

CALVERT, D. ***Heranças de Grotowski***. In: Revista Folhetim, Rio de Janeiro: Rio Arte, n. 13, abr./jun. 2002.

COHEN, Renato. ***Working in Progress na Cena Contemporânea***. São Paulo: Perspectiva, 2003.

DAMÁSIO, Antônio. ***O mistério da consciência***. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

DAWSEY, John C. ***Victor Turner e a antropologia da experiência***. In: Revista Cadernos de Campo, nº13, 2005.

DELEUZE, G. ***Francis Bacon: A lógica da sensação.*** Rio de Janeiro; Ed. Zahar, 2007.

_____ e GUATTARI, F. ***Mil Platôs: Capitalismo e Esquizofrenia. Vol. 1.*** Trad. Aurélio Guerra Neto, Célia Pinto Costa. Rio de Janeiro: Editora 34, 1995.

_____. ***Mil Platôs: Capitalismo e Esquizofrenia. Vol. 3***. Trad. Aurélio Guerra Neto, Célia Pinto Costa. Rio de Janeiro: Editora 34, 1995.

FABIÃO, Eleonora. ***Corpo Cênico, Estado Cênico***. In: Revista Contrapontos, Vol 10, n.3, set-dez - 2010.

FERRACINI, R. ***A Arte de Não Interpretar como Poesia Corpórea do Ator***. Campinas: Editora da Unicamp, Imprensa Oficial do Estado S.A. – 2001.

FOUCALT, Michel. ***Vigiar e Punir.*** Rio de Janeiro; Ed. Vozes, 2007.
_____. ***A Hermenêutica do Sujeito***. São Paulo; Ed. Martins Fontes, 2010.

GOLDBERG, RoseLee. ***A Arte da Performance – Do Futurismo ao Presente***. São Paulo; Martins Fontes, 2006.

GREINER, Cristhine. ***Leituras da Morte***. São Paulo: Annablume, 2009.

GROTOWSKI, Jerzy. ***Respuesta a Stanislavski***. In Máscara: Cuaderno iberoamericano de reflexion sobre escenologia, número especial de homenaje a Grotowski, México: Escenología, ano 3, n. 11-12, jan. 1993.
_____. ***Para um Teatro Pobre***. São Paulo: Dulcina Editora, 2011
_____. ***Palestra de Jerzy Grotowski [1974]*** In: Revista ArtCultura, n.1, vol.I; Uberlândia, Minas Gerais, 1999.

HEIDEGGER, Martin. ***A questão da Técnica***. In: Cadrenos de Tradução, n.2. DF/USP. 1997.

KASTRUP, Virginia; PASSOS, Eduardo; ESCOSSIA, Liliana. ***Pistas do Método da Cartografia***. Porto Alegre; Ed. Sulina, 2009.

KUMIEGA, J. ***El teatro laboratorio de Grotowski***. In: BRAUN, Edward. El director y la escena: del naturalismo a Grotowski. 2. ed. Buenos Aires: Editorial Galerna, 1986.

LIMA, Carla Andréa. ***Da via negativa como espaço de Travessia: o trabalho do ator e sua relação com o Real***. In: Rev. Bras. Estudos da Presença; Porto Alegre, V. 3, n.1, jan/abril, 2013.

LIMA, Tatiana Motta. ***A arte como veículo***. In: Revista do Lume. N. 2, Campinas: UNICAMP, ago 1999.

_____. ***"Cantem, pode acontecer alguma coisa": em torno dos cantos e do cantar nas investigações do 'Workcenter of Jerzy Grotowski and Thomas Richards.*** In: Rev. Bras. Estudos da Presença; Porto Alegre, V. 3, n.1, jan/abril, 2013.

_____. ***Conter o incontível: apontamentos sobre os conceitos de 'estrutura' e 'espontaneidade' em Grotowski***. In: Rev. Sala Preta - revista de artes cênicas, n. 5, São Paulo: USP, 2005.

LEVY, Pierre. ***O que é o virtual?*** São Paulo; Ed. 34, 1996.

MERLEAU-PONTY, Maurice. ***O Visível e o Invisível***. São Paulo: Ed. Perspectiva, 2003.

PLÁ, Daniel. ***Sobre Cavalgar o vento: contirbuições da meditação budista no processo de formação do ator.*** Tese de Doutoramento; Instituto de Artes – Unicamp, 2012.

_____.***Considerações Inconclusas Sobre Organicidade, Contato e Meditação.*** In: INLIX: Revista do Lume. N.01, set. 2012.

_____.T***ornar-se Filho de Alguém: reflexões sobre 'organon', técnica e tradição em Grotowski***. In: Rev. Bras. Estudos da Presença; Porto Alegre, V. 3, n.1, jan/abril, 2013.

OIDA, Yoshi. ***O Ator Invisível.*** São Paulo: Beca Produções Culturais, 2001.

OLSEN, Mark. As ***Máscaras mutáveis do Buda Dourado***. São Paulo: Perspectiva, 2004.

OSINSKI, Z. ***Grotowski traza los caminos: del drama objetivo (1983-1985) a las artes rituales (desde 1985)***. In: Máscara – Cuaderno iberoamericano de reflexion sobre escenologia, número especial de homenagem a Grotowski, México: Escenología, ano 3, n. 11-12, jan. 1993.

QUILICI, Cassiano Sydow. *Teatro, Performance e Inquietude de Si* In: ***Performance, Arte e Antropologia***, São Paulo, Hucitec, 2010.

_____. ***Antonin Artaud: Teatro e Ritual.*** São Paulo: AnnaBlume, 2004.

_____. ***Proposições para um diálogo entre artes performativas e o Budismo***. In: Anais ABRACE, 2010.

_____. ***O conceito de cultivo de si e os processos***

RICHARDS, Thomas. ***Sobre 'The Living Room'***. In: Rev. Bras. Estudos da Presença; Porto Alegre, V. 3, n.1, jan/abril, 2013.

ROLNIK, Suely. ***Cartografia Sentimental.*** Porto Alegre; Ed. Sulina, 2006.

SCHINO, Mirela. ***Alquimistas do Palco.*** São Paulo; Ed. Perspectiva, 2012.

SESC. (São Paulo, SP). ***Centro de Pesquisa Teatral do Sesc.*** Catálogo sobre a ocupação *Workcenter of Jerzy Grotowski and Thomas Richards.* Setembro/outubro, 2006.

STANISLÁVSKI, Constantin S. ***A Construção da Personagem.*** São Paulo, Civilização Brasileira, 2001.

_____. ***Manual do Ator***. São Paulo, Martins Editora, 2001.

UNO, Kuniichi. ***Corpo Gênese ou tempo-catástrofe***. In: Cadernos de Subjetividade. PUC/São Paulo. 2010.

VIRMAUX, Alain. ***Artaud e o Teatro***. São Paulo: Perspectiva, 1978.

YASUO, Yuasa. ***The Body: toward an eastern mind-body theory.*** New York: State University of New York Press, 1987.