



UNIVERSIDADE CANDIDO MENDES

CURSO DE TEATRO

HUDSON SALUSTIANO SILVA

**A PREPARAÇÃO PESSOAL DO ATOR:
um estudo sobre procedimentos do LUME dirigidos à pré-expressividade**

Rio de Janeiro

2014

HUDSON SALUSTIANO SILVA

A PREPARAÇÃO PESSOAL DO ATOR:
um estudo sobre procedimentos do LUME dirigidos à pré-expressividade

Trabalho de conclusão de Curso para a
Escola de Teatro

Orientador: José Luiz Rinaldi

Rio de Janeiro

2014

HUDSON SALUSTIANO SILVA

A PREPARAÇÃO PESSOAL DO ATOR:
Um estudo sobre procedimentos do LUME dirigidos à pré-expressividade

BANCA EXAMINADORA

Prof. José Luiz Rinaldi

Prof. Cecília Gusmao Wellisch

Prof. Monnica Emilio

RESUMO

A PREPARAÇÃO PESSOAL DO ATOR: um estudo sobre procedimentos do LUME dirigidos à pré-expressividade

O presente trabalho relata minha experiência na realização de alguns procedimentos do LUME dirigidos à pré-expressividade do ator. Além disso, reflete sobre o modo com o qual esses procedimentos atuaram em minha performance na cena e sobre as novas aberturas que me ofereceram para realizar e pensar a arte de ator.

Palavras chave: Teatro; Atuação; Preparação para o ator; Pré-expressividade

ABSTRACT

THE ACTOR'S PERSONAL PREPARATION: a study about procedures of LUME aimed to the pre-expressivity

The present work describes my experience in performing some of the procedures of LUME aimed to the actor's pre-expressivity. Furthermore, it reflects on how these procedures acted over my performance in the scene and on the new openings which they offered me to do and think about the art of actor.

Keywords: Theater; Acting; Preparation for the actor; Pre-expressivity;

SUMÁRIO

	INTRODUÇÃO.....	9
1.	MEMORIAL - REALIZAÇÃO DOS PROCEDIMENTOS DO LUME DIRIGIDOS À PRÉ-EXPRESSIVIDADE.....	11
1.1	SEGUNDA-FEIRA, 06/10/2014: PRIMEIRO DIA DE REALIZAÇÃO DAS PRÁTICAS DE AQUECIMENTO E TREINAMENTO TÉCNICO.....	11
1.2	QUARTA-FEIRA, 15/10/2014: SEGUNDO DIA DE REALIZAÇÃO DAS PRÁTICAS DE AQUECIMENTO E TREINAMENTO TÉCNICO...	15
1.3	SEGUNDA-FEIRA, 20/10/2014: TERCEIRO DIA DE REALIZAÇÃO DAS PRÁTICAS DE AQUECIMENTO E TREINAMENTO TÉCNICO...	17
1.4	QUARTA-FEIRA, 29/10/2014: PRIMEIRO DIA DE ENCONTRO COM O COLETIVO DE COLABORADORES.....	24
1.5	QUARTA-FEIRA, 29/10/2014: PRIMEIRO DIA DE DEMONSTRAÇÃO PRÁTICA DE EXERCÍCIOS DIANTE DA TURMA.....	29
1.6	SEGUNDA-FEIRA, 03/11/2014: TERCEIRO DIA DE REALIZAÇÃO DAS PRÁTICAS DE AQUECIMENTO E TREINAMENTO TÉCNICO...	32
1.7	SEGUNDA FEIRA, 03/11/2014: SEGUNDO DIA DE DEMONSTRAÇÃO PRÁTICA DE EXERCÍCIOS DIANTE DA TURMA.....	35
1.8	QUARTA-FEIRA, 05/11/2014: SEGUNDO DIA DE ENCONTRO COM O COLETIVO DE COLABORADORES.....	36
1.9	QUARTA-FEIRA, 05/11/2014: TERCEIRO DIA DE DEMONSTRAÇÃO PRÁTICA DE EXERCÍCIOS DIANTE DA TURMA.....	37
1.10	SEGUNDA-FEIRA, 10/11/2014: REALIZAÇÃO DOS EXERCÍCIOS PARA A BANCA DE QUALIFICAÇÃO.....	39
2.	RELATO E ANÁLISE DO ESTUDO PRÁTICO DA ATUAÇÃO.....	44

2.1	ESQUETE “DIRIJA MINHA MORTE”	44
2.2	TRABALHO “MONÓLOGOS”, REALIZADO NA DISCIPLINA DE NOVAS MÍDIAS.....	48
2.3	PARTE QUATRO DE “O CAMPO”.....	51
2.4	CONTINUIDADE DA PESQUISA ATÉ O DIA DA DEFESA DO TCC...	58
3.	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	64
4.	REFERÊNCIAS.....	65
5.	ANEXOS.....	66

“... Trabalhar o ator é, sobretudo e antes de mais nada, preparar seu corpo não para que ele diga, mas para que ele permita dizer. A arte de ator é uma viagem para dentro de nós mesmos, um reatar contato com recantos secretos, esquecidos, com a memória. A verdadeira técnica da arte de ator é aquela que consegue esculpir o corpo e as ações físicas no tempo e no espaço, acordando memórias, dinamizando energias potenciais e humanas, tanto para o ator quanto para o espectador.”.

Luís Otávio Burnier

INTRODUÇÃO

Poucos minutos antes de dar início às aulas da disciplina “Estudos de criação TCC”, sob a orientação do professor José Luiz Rinaldi, na tentativa de organizar quais eram meus assuntos de interesse, registrei no caderno três tópicos de pesquisa. Dois deles propunham alternativas mais objetivas ao propósito do ator pesquisador. Sobre um destes tópicos, que receberá o número dois como código - por não saber nomeá-lo especificamente - escrevi alguns apontamentos para que, posteriormente, pudesse intitulá-lo com precisão ou encontrar alguma objetividade com a ajuda de meu orientador. Os comentários expressos entre parênteses, como verão a seguir, apontam intuições sobre possíveis meios para encontrar meu desejo de pesquisa. Num primeiro momento, ficou assim registrado em meu caderno:

1. Comicidade, Palhaçaria. Relação específica destas linguagens com o público;
2. Lúdico, Poético (performatividade?), fuga do convencional/realismo. Corpo expressivo/extracotidiano. (narrativa?);
3. Composição de personagem.

No decorrer das aulas da disciplina, tentei estruturar um tema preciso do que, de fato, me interessava pesquisar. Assim, fui eliminando, por meio de estudos, algumas possibilidades de trabalho que não me mobilizavam tão intensamente naquele período. Ocorreu que, numa dessas aulas, olhei mais atentamente o sumário de um dos livros que nosso orientador tinha em mãos - ele costumava levar livros que pudessem nos interessar. Um deles se chamava “A arte de não interpretar como poesia corpórea do ator”, escrito por Renato Ferracini, ator-pesquisador do LUME¹. O que me motivou a adquirir esse livro foi o modo como o orientador explanou a pré-expressividade, tema central de Ferracini. Rinaldi nos disse que ela trata do modo como o ator se prepara, independentemente de resultados cênicos: é a busca de autoconhecimento do ator que visa encontrar diferentes dinâmicas em si e distintas formas de articular a atuação. Após ler o livro, senti-me ainda mais estimulado a investigar a pré-expressividade por meio dos procedimentos apresentados por Ferracini. Alguns motivos reforçaram meu desejo de pesquisa:

¹ LUME é um coletivo teatral que se tornou referência internacional a artistas e pesquisadores interessados no ofício de ator.

- A metodologia do LUME não pretende formar atores com uma técnica fechada, acabada como promessa de suprir todas as necessidades da atuação. Essa metodologia lhes permite a descoberta de uma performance pessoal por intermédio de exercícios práticos. Trata-se de uma pesquisa balizada por uma trajetória sugerida, na qual o ator entrará em contato com suas potencialidades, conhecendo e reconhecendo em si, modos de gerenciar a atuação. Por se tratar de uma metodologia cujo objetivo primeiro é induzi-lo ao encontro dele próprio, a técnica pode ser “abandonada”, pois estará inscrita nele como uma espécie de “natureza cênica”;

- O LUME expõe suas pesquisas com muita transparência, revelando minuciosamente os caminhos percorridos e as parcerias estabelecidas com outros artistas por meio de intercâmbios de trabalho e trocas culturais;

- O livro estudado denota profundidade nas pesquisas teóricas e práticas acerca do trabalho de grandes pesquisadores da atividade teatral, desmistificando um vocabulário artístico com simplicidade;

- O autor torna clara sua exposição, não somente no decurso de sua escrita objetiva, mas também pelo CD-ROM com fotos, áudios e vídeos dos atores do LUME demonstrando suas práticas;

- Todos os exercícios propostos foram vivenciados anteriormente pelos membros do LUME e seus atores-aprendizes.

Sinto-me motivado a investigar a preparação pessoal do ator por um anseio de autoconhecimento e de ampliação de possibilidades de ser e de estar em cena. Minha expectativa nessa pesquisa é poder entrar em contato com um novo modo de pensar e executar a arte de ator.

Encontrei nesse livro meu objeto de interesse para essa pesquisa que conta com dois objetivos: o primeiro consiste na exposição de registros acerca da investigação prática de alguns procedimentos dirigidos à pré-expressividade, os quais revelam minhas impressões, intuições e sensações provenientes da realização dos exercícios; e o segundo objetivo, consiste na caracterização de como percebo minha atuação e como penso sobre ela durante e após a realização desses procedimentos.

1. MEMORIAL - REALIZAÇÃO DOS PROCEDIMENTOS DO LUME DIRIGIDOS À PRÉ-EXPRESSIVIDADE.

Este capítulo apresenta o memorial dos exercícios explorados por mim durante a pesquisa. Eles correspondem ao início do capítulo “Processo de um ator não interpretativo, proposto pelo LUME” e são eles: “Aquecimento”, “Treinamento energético” e os exercícios do “Treinamento técnico”: “Pistão e rolamento”, “Raiz”, “Saltos e paradas”, “Elementos plásticos”, “Impulsos”, “Articulação” e “Montanha” (as descrições de todos eles estão inseridas nos anexos 1, 2 e 3).

1.1. SEGUNDA-FEIRA, 06/10/2014: PRIMEIRO DIA DE REALIZAÇÃO DAS PRÁTICAS DE AQUECIMENTO E TREINAMENTO TÉCNICO - Práticas realizadas: Aquecimento, “Raiz” e “Pistão e rolamento”.

A proposta da disciplina “Estudos de criação TCC”, assim como do Curso de Teatro da Universidade Candido Mendes, em sua essência, consiste em estimular o trabalho em companhia, ou seja, nosso esforço deveria ser o de assistir e de sermos assistidos pelos companheiros e, além de nos dispormos à pesquisa em grupo. Por exemplo, se eu quisesse pesquisar narrativa, e Roberta, comicidade; nada impediria que trabalhássemos juntos numa mesma cena onde cada um sondaria as especificidades correspondentes à própria pesquisa. Outra circunstância seria se três pessoas pretendessem pesquisar palhaçaria, eles poderiam escrever a monografia conjuntamente, embora trabalhassem cenas diferentes. Quer dizer, as possibilidades de parceria são múltiplas, o que realmente importa é o espírito de colaboração entre os alunos, seja por meio de conselhos, comentários, sugestões ou participando efetivamente do trabalho teórico e/ou prático. Dillan, assim como eu, investigaria preparação pessoal do ator por meio da metodologia de Ferracini, mas decidiu interromper o curso na disciplina. Aimée gostaria de investigar contato e percepção (e os exercícios de Ferracini favoreceriam na pesquisa), já Roberta, sondaria a precisão do movimento, também por meio dos mesmos exercícios.

Aimée, Dillan, Roberta e eu nos encontramos para iniciarmos a prática do aquecimento e de alguns exercícios do treinamento técnico. Estávamos descontraídos, o que interferia no andamento de nossa investigação. Por vezes, os assuntos pessoais atrapalhavam o objetivo do encontro. Tentei mudar a atmosfera interrompendo os assuntos que prejudicavam a atividade programada. Li para todos, em voz alta, sobre as atividades que executaríamos (a sugestão de

aquecimento, a morfologia e os desdobramentos dos exercícios “Pistão e rolamento” e “Raiz”). Depois, mostraria os vídeos do LUME correspondentes à prática desses dois exercícios do treinamento técnico. Sugerir que utilizássemos despertadores para marcarmos o fim da prática de uma atividade e o início da outra. Seria o melhor modo de administrar o tempo, afinal, não havia alguém para coordenar nossa prática e não nos seria positiva a preocupação com a duração da atividade.

Combinamos que não nos comunicaríamos verbalmente durante a realização dos exercícios. O objetivo era não romper o “fio” de ligação do trabalho e, assim, nos mantermos concentrados e engajados na prática executada. Os comentários acerca da atividade deveriam ser feitos somente após a realização programada no dia.

Aquecimento

Começamos a prática com a proposta inicial de aquecimento: deitados no chão, nos espreguiçávamos. Fui invadido por uma sensação de alívio e prazer, especialmente quando realizava movimentos de torção do tronco. Após algumas dezenas de segundos dessa investigação prática, Dillan se movia com rapidez e generosidade, transitando entre o nível médio e alto. Aimée “rompeu” com nosso combinado e sugeriu que ele fosse com calma. Como resposta, ele rebateu: “Estou indo com calma”.

Roberta e eu seguíamos em silêncio. Aimée discordou de Dillan e disse que tivesse mais cuidado com o próprio corpo, pois o aquecimento mal havia começado. Ele disse que não estava bem e saiu da sala. Não parei de me espreguiçar, porém minha movimentação era vazia: meu pensamento se dirigia à tensão estabelecida na sala. Transitava do plano médio ao alto, ainda espreguiçando, incomodado, porém, com a atmosfera, que não me pareceu favorecer o desenvolvimento da atividade. Eu não conseguia resgatar a devida concentração, afinal.

Voltei meu olhar para o espaço, para fora, como Ferracini sugere em algumas passagens do livro. Vi Aimée e Roberta se aquecendo. Estranhamente, “aterrisei” na prática: meus pensamentos agora retornavam à execução do exercício, validando a pesquisa sobre o aquecimento. A qualidade de minha presença modificou-se devido à ajuda da simples ação de olhar para fora. Sentia-me íntegro: não havia dissociação entre corpo e mente, estava “inteiro”. Minha mente não mais estava distante em pensamentos, ao contrário, estava próxima, atuando a favor da atividade, permitindo o fluxo de minha movimentação, tornando-me mais presente.

Passei a enxergar as coisas ao meu redor e perceber-me como parte integrante deste espaço, estabelecendo e recriando formas de relação com Aimée e Roberta. Nos afetávamos, direta e indiretamente e estabelecíamos diferentes modos de nos aquecer. Mesmo que não as olhasse diretamente, as percebia e estávamos conectados. De certo modo, elas “alimentavam” minha investigação de aquecimento: como se despertassem impulsos para que eu fosse além na prática, descobrindo e redescobrimo maneiras de despertar meu corpo. Minha percepção e sensibilidade estavam mais afloradas.

Raiz

O despertador tocou e comecei a praticar “Raiz”. Toquei, primeiramente, o dedo de um dos pés no chão e depois passei a tocar até o metatarso. Perceber esse contato despertou estranhamento: meu pé nunca pareceu tão flexível, maleável. Era como reconhecê-lo, reaprender a usá-lo.

Percebi que Roberta rolava no chão e me perguntei se ela estava confusa com relação à ordem da prática. Segui praticando “Raiz”, desta vez fazendo a trajetória dos dedos até o calcanhar. Sentia firmeza com o contato dos pés afundados no chão. Sentia-me, justamente, enraizando-me, como uma árvore que, fixa, se impõe em seu espaço delimitado. O enraizamento gera maior estabilidade para o restante do corpo e também para o deslocamento.

Notei que Roberta continuava a rolar e Aimée seguia praticando “Raiz” como eu. Subitamente, percebi que Roberta tinha razão: começaríamos primeiro com “Pistão e rolamento” e só depois praticaríamos “Raiz”. Interrompi “Raiz” e comecei a rolar. Pouco tempo depois, Aimée nos seguiu.

Pistão e rolamento

Aimée estava sentada no chão com a coluna ereta, segurando os dois pés: suas solas se tocavam. Ela fazia um balanço com seu corpo pela bacia, “rolando” as nádegas no chão. Pouco tempo depois, balançando de um lado para o outro, Aimée começou a rolar as laterais do corpo, que percorriam o chão e depois retornavam à posição inicial em outro ponto do raio. Experimentei fazer o mesmo. Parecíamos crianças rindo e realizando essa movimentação. Era aparentemente simples, porém, este rolamento não se completava sem a devida contração abdominal e impulsos que proporcionavam o retorno à posição inicial.

Arrisquei algumas cambalhotas. Eu rolava para trás com tranquilidade, afinal era algo que eu já havia “descoberto” antes de entrar em contato com esta prática, mas não conseguia, sequer, dar uma cambalhota para frente. Quando tentava, sentia dores (articulares) no trapézio e na lombar. Tive dificuldade em compreender os mecanismos que deveriam ser empregados nesse rolamento para frente sem me machucar. Refiz a trajetória do rolamento para trás tentando compreender os princípios determinantes à fluidez no rolamento para frente. Percebi a posição de cada parte de meu corpo e notei que, principalmente, o pescoço e o trapézio, moldavam meu corpo, “arredondando-o”, ao final da cambalhota para trás. A mão empurrava o chão, impulsionando-me, contribuindo para que o peso se transferisse para as pernas, completando o rolamento.

“Congelei” meu corpo nessa posição, antes que a mão empurrasse o chão e transferisse o peso do corpo para as pernas. Depois, “lancei-me” para frente: a movimentação fluiu e não senti dor. Tentei rolar para frente, desta vez, ajoelhado e senti, novamente, dores no trapézio e na lombar. Em uma dessas tentativas, pensei: “a mão que toca o chão pode favorecer, parcialmente, a suspensão do restante do corpo, se eu empregar mais força ao empurrar o chão”. Rolando desse modo, passei a sentir muito menos incômodo e dor quando rolava para frente.

Posteriormente, descobri que podia arredondar ainda mais meu corpo antes do rolamento. Notei que quanto mais minha cabeça se aproximava do meu quadril, mais eu também poderia “dobrar”, “entrar” com meu ombro: assim eu não precisava tocar o trapézio no chão. A partir disso, comecei a rolar sem me machucar e quanto mais rolava, mais compreendia integralmente (racional e fisicamente) a fluidez da atividade. Infelizmente, até compreender mecanismos benéficos ao exercício, machuquei bastante meu trapézio e minha lombar.

Rolei várias vezes, tentando entender o que poderia interferir ou modificar a qualidade do rolamento. Experimentei estender os joelhos ou flexioná-los, contrair ou relaxar o abdômen, usar ou não a mão como apoio. Cada detalhe alterava significativamente a qualidade do exercício.

Por fim, retomamos a prática de “Raiz”. Refiz o percurso de rolar o pé somente dos dedos ao metatarso, depois dos dedos ao calcanhar. Posteriormente, comecei a ir até o joelho e, finalmente, até a bacia. Refiz o mesmo com a outra perna. A sensação de estabilidade aumentava no decorrer da atividade. A ligação dos pés com a bacia não havia sido notada anteriormente por mim. Foi estranho perceber a força da bacia no enraizamento: parecia não reconhecer a mim, ou, ao contrário, reconhecer a mim, redescobrimo-me. O despertador tocou após alguns minutos e

interrompemos a prática. No dia seguinte, eu senti ainda mais dor no trapézio e na lombar.

1.2. QUARTA-FEIRA, 15/10/2014: SEGUNDO DIA DE REALIZAÇÃO DAS PRÁTICAS DE AQUECIMENTO E TREINAMENTO TÉCNICO – Práticas realizadas: Aquecimento e “Montanha”.

Hoje encontrei Roberta e assistimos aos atores do Lume demonstrando a prática de outros exercícios. Também relemos o texto sobre o aquecimento e o exercício do treinamento técnico que seria, então, praticado (“Montanha”).

Aquecimento

Iniciamos deitados e começamos a nos espreguiçar. As direções dos movimentos, aparentemente, obedeciam às necessidades do meu despertar. Uma vez iniciado, o espreguiçar pareceu conduzir minha preparação, tornar meu corpo mais vivo. Cumpri o itinerário do nível baixo ao alto, percebendo as necessidades que meu corpo apresentava naquele momento. Os movimentos de torção, especialmente do tronco, pareciam “destravar-me”, como se destravassem um portão ao lubrificar suas rodinhas.

Estava, passo a passo, cada vez mais “disponível”, mais disposto a realizar o próximo exercício. Ao atingir o nível alto, ficando de pé, perguntei-me se o tempo do aquecimento não teria acabado, se o despertador não teria falhado. Naquele momento, percebi que minha concentração e envolvimento com a prática haviam-se rompido. A fim de retomar a investigação de aquecer-me, comecei a correr pela sala.

De joelhos flexionados e bacia solta, como um patinador, eu percorria cada espaço vazio. Experimentei lutar com o ar, dando socos, como um boxeador e experimentei dançar como um bailarino, saltando e girando sobre um dos pés, mesmo nunca tendo aprendido boxe ou balé. Nesse modo de aquecimento, o importante era a qualidade dos movimentos e o meu engajamento na realização deles. Como uma criança, brincava com o espaço vazio e o transformava, preenchendo-o com meu corpo e minha imaginação. Fui invadido por uma tremenda sensação de prazer, de liberdade. Éramos somente eu, Roberta e uma sala para ensaio. Senti-me fonte inesgotável de possibilidades naquele espaço.

Estava tão maravilhado enquanto me aquecia, que acabei por chocar minhas costas com as

de Roberta. Desconcertado, toquei, instintivamente, suas costas com suavidade, como um pedido de desculpas. Nossa regra de não se comunicar verbalmente persistia. Retomamos imediatamente a investigação. O deslocamento rápido, com joelhos flexionados e bacia solta favoreceu a retomada. A sensação de estar “inteiro”, desfrutando do presente, era muito forte. Minha percepção estava muito maior do que de costume. Percebia Roberta e o espaço como se não os conhecesse antes. Era como se eu captasse tudo com a qualidade do primeiro contato.

Às vezes, observava Roberta se aquecendo e ela aparentava estar igualmente engajada na realização dos movimentos. Perguntei-me depois, se observá-la significava que eu não estava envolvido com a prática, ou se, ao contrário, implicava, de fato, estar envolvido. Afinal, Roberta “alimentava” em mim o desejo de seguir com a atividade, de mudar as dinâmicas de minha movimentação e de encontrar, em mim, equivalências de suas movimentações. Acredito na existência de ambas as possibilidades: observá-la poderia tanto tornar-me mais envolvido com a prática, quanto ausentar-me dela. O importante para mim era estar atento a este envolvimento.

Uma ação específica surgiu no aquecimento: joelhos e cotovelos flexionados, coluna projetada para frente, minhas pernas faziam movimentos rápidos de “drible” e freadas bruscas. Analisando enquanto escrevo, percebo muitas semelhanças com um goleiro pronto para defender o gol ou um atacante pronto para bater um pênalti. A ação parecia favorecer ataque e defesa. Não sabia o que ou quem atacar e de que ou de quem me defender, porém, ela me gerava um estado de vivacidade, atenção, sensibilidade e prazer, e representou o ápice da minha pesquisa de aquecimento neste dia: meu sangue parecia mais denso, ocupando mais espaço em meu corpo, como se fervesse e quisesse sair por meus poros, cobrindo a sala com uma névoa vermelha. Lembro-me de ter visto Roberta realizar uma ação muito parecida em outro momento. Provavelmente, encontrei uma “equivalência” de sua ação em mim. O despertador soou e começamos a praticar “Montanha”.

Montanha

Primeiramente, tentei encontrar a posição inicial sugerida (base ampliada, joelhos flexionados e coluna ereta apoiada na bacia) e, para isso, foi necessário regular a abertura entre as pernas até que eu sentisse boa estabilidade. A justa tensão causada pela flexão dos joelhos foi mais fácil encontrar. Se o joelho é muito flexionado, as coxas ficam sobrecarregadas pelo peso do tronco, gerando tensão excessiva (nada positiva à sustentação do corpo imóvel). Com os joelhos

completamente estendidos, não era possível dar maleabilidade aos pés, que deveriam estabelecer contato com o chão. Após acertar o nível de abertura entre as pernas, constatei não haver tensão na lombar e segui com a prática.

Ao encontrar comodidade nessa posição, tentei perceber e ativar o *koshi*². Senti minha testa se franzindo, uma forte tensão entre as sobrancelhas e desgaste mental. Acreditei que, voltar meu olhar para fora, aliviaria a tensão, beneficiando a prática.

Voltei a perceber a sala e a Roberta. Ela movia a bacia com demasiada lentidão. Minha respiração foi-se tranquilizando, as tensões faciais desapareceram e voltei a movimentar-me vagorosamente. Eu contraía o abdômen, na tentativa de identificar o *koshi*.

Quando contraí a parte inferior do abdômen (abaixo do umbigo), pensei finalmente tê-lo localizado e ativado. Movimentei meu tronco lentamente para ambos os lados, mas nada parecia adiantar. Mesmo investindo na movimentação do tronco repetidas vezes e descobrindo diferentes intensidades de contração abdominal, ainda acreditava não tê-lo “encontrado”. Tentei, então, caminhar com muita lentidão, e mais uma vez senti apenas a mesma contração. O despertador tocou e encerramos a prática. A sensação de cansaço mental era intensa.

1.3. SEGUNDA-FEIRA, 20/10/2014: TERCEIRO DIA DE REALIZAÇÃO DAS PRÁTICAS DE AQUECIMENTO E TREINAMENTO TÉCNICO – Práticas realizadas: Aquecimento, “Pistão e rolamento”, “Raiz” e “Saltos e paradas”.

Hoje seríamos apenas eu, a sala e os exercícios a serem praticados. Programei-me para iniciar com o aquecimento e depois seguir com os exercícios “Pistão e rolamento”, “Raiz”, “Saltos e paradas” e “Elementos Plásticos”. Decidi colocar uma música como estímulo externo e companheira. Eu sondaria de que modo ela poderia afetar na realização dos exercícios.

Aquecimento

Deitei-me no chão da sala e comecei a espreguiçar-me. Durante poucos segundos me senti “inteiro”, atento ao necessário para o meu despertar. O estado de organicidade foi interrompido quando comecei a pensar nas anotações que faria ao fim da prática. Passei a premeditar toda

²é “...o centro orgânico do corpo, que, no entendimento do LUME e dos atores Orientais, é um ponto interno localizado na região abdominal...” (FERRACINI, 2009, p.161)

minha movimentação e a ansiar pelos registros. Minha movimentação tornou-se mecânica, vazia de intenção e engajamento. Eu antecipava, mentalmente, os exercícios que seriam feitos após aquecer-me e avaliava se deveria praticá-los sem um aquecimento bem sucedido.

Conforme aumentava a premeditação, minha angústia também crescia. Sentia-me perdendo o controle da situação. Comecei a correr pela sala muito depressa, tentando ocupar meu corpo e distrair minha mente, para, assim, poder retomar minha concentração. Infelizmente não consegui: pensava se deveria continuar o aquecimento ou praticar os próximos exercícios. Estava frustrado comigo e a música começou a me incomodar. Os barulhos gerados pelo elevador e por pessoas em outras salas, também. Eu precisava culpar algo por minha falta de concentração. Interrompi a execução da música e comecei a premeditar, inclusive, que registraria essa falta de concentração e que optei por fazer o aquecimento sem música. Eu só pensava em como seria o desabafo no memorial depois de um dia de fracasso. Pensei em interromper o aquecimento imediatamente e começar a prática de “Pistão e rolamento”, mas eu sabia que podia vivenciar dias difíceis na prática e não queria desistir tão facilmente do aquecimento, pois, o considerava importantíssimo.

Corri em círculos o mais depressa que pude. Até consegui me ocupar e esquecer os pensamentos que capturavam minha atenção, entretanto, durou poucos segundos. Eu vestia uma calça comprida, de tecido leve, que descia e arrastava até o chão. Enrolei a boca da calça até os joelhos e, enquanto eu corria, ela se desdobrou até tocar o chão e atrapalhou minha corrida. Precipitei-me até a mochila, vesti um *short* e voltei a correr de imediato. Após poucos segundos, minha frustração atingia o apogeu. Fui tomado de tal modo que cessei a corrida e comecei a chorar. Desisti da investigação e resolvi aproveitar a inquietude desses pensamentos para escrever sobre a pesquisa.

À noite, fui para a sala de aula e comentei com o orientador sobre a frustração de poucas horas atrás. Eu disse que sentia falta de companhia nos exercícios e que não sabia o quanto a prática solitária poderia ter interferido no meu rendimento. Eu acreditava que o fato de ter criado grandes expectativas poderia ser um complicador na investigação. Na prática anterior, fiz descobertas maravilhosas e talvez estivesse esperando que o mesmo voltasse a ocorrer. Essa expectativa gerava ansiedade. Minutos depois do diálogo com a turma, perguntei se Aimée gostaria de praticar os exercícios comigo. Ela aceitou e fomos para uma sala vazia. Começaríamos pelo aquecimento e depois praticaríamos “Pistão e rolamento”, “Raiz” e “Saltos e

paradas”.

Aquecimento

Comecei me espreguiçando, deitado, enquanto Aimée optou por se alongar. Espreguiçava-me com generosidade. Os movimentos eram de torção e expansão. Bocejos me escapavam. Aimée rompeu a regra de não se comunicar verbalmente e propôs um aquecimento. Fiquei incomodado e perguntei-me se ela pensou que a regra não se estendia a outros dias de prática ou se havia esquecido. Enquanto eu a escutava, pensava se deveria interrompê-la e lembrá-la da regra. Optei por escutá-la primeiro e caso acreditasse que a prática tomou um caminho não favorável à pesquisa, eu a interromperia.

Aimée me explicou ter aprendido esse aquecimento com a Roberta, posicionou-se ao meu lado e pediu que eu “enrolasse a coluna”. O enrolamento de coluna é uma prática comum entre atores. Ele consiste, basicamente, em abaixar a cabeça, aproximando o queixo do peito e permitir que ela pese e vá se aproximando do chão. A coluna naturalmente se “enrola”. Para tal, é necessária uma base firme, com os joelhos preferencialmente semiflexionados e braços soltos. Deve-se tentar relaxar e deixar que o corpo, como um todo, fique solto e pese. O tronco, consequentemente, aproxima-se das pernas.

Enrolamos nossas colunas e Aimée instruía-me, dizendo sempre qual seria o próximo passo, enquanto praticava comigo. Feito isso, Aimée solicitou que eu colocasse as palmas das mãos no chão e fosse caminhando com elas para frente, afastando-as dos pés. A coluna se estendeu em consequência e deveria ficar reta, como uma tábua paralela ao chão. Os cotovelos se flexionaram e os braços, especialmente os tríceps, sustentavam grande parte de meu peso. Os únicos pontos de apoio no chão eram palma das mãos e ponta dos pés. O abdômen ficava demasiadamente contraído. Ficamos parados naquela posição durante dez segundos, contados por ela. O esforço e concentração para manter-me desse modo eram tão intensos, que acabaram por expulsar qualquer tentativa e prever os próximos passos. Posteriormente, imitei Aimée, que caminhava com os pés até as mãos, retornando à posição de coluna enrolada e, em seguida, caminhou com as mãos para frente, repetindo a extensão de coluna, que ficou, novamente, reta e paralela ao chão.

Cumprimos esse o trajeto por quatro vezes, sempre permanecendo dez segundos na mesma posição. Chegamos tão próximos da parede à nossa frente que não podíamos mais

avançar. Enquanto registro isso, percebo que foi uma regra quebrada em uma circunstância bastante favorável. O aquecimento proposto por Aimée colaborava em meu “mergulho” na atividade. Eu “fervia” por dentro: sentia-me mais disposto, atento e apto à prática. Acreditei que Aimée tivesse finalizado, porém, ainda com a coluna enrolada a um palmo da parede, sugeriu que colocássemos as palmas das mãos no chão e recuou, caminhando para trás com as pernas, formando, mais uma vez, a posição de coluna estendida. Fiz o mesmo. Permanecemos dez segundos parados naquela posição. Seguimos, assim, por mais quatro vezes até retornarmos à parede de trás. Ao fim do aquecimento eu sentia prazer e sede de seguir com outros exercícios. Não havia mais preocupação com despertador, com o tempo de duração da prática: eu só queria descobrir e redescobrir.

Pistão e rolamento

Não me machuquei durante a atividade, devido à breve familiarização. Eu reconhecia, enquanto praticava, os trajetos e formas antes encontrados: meu corpo acomodava-se perfeitamente para efetuar o rolamento.

O abdômen era contraído de modos distintos, variando de acordo com os estímulos que eu dava (impulso, velocidade, direção, repetição e pontos de apoio, por exemplo). Notei que, dentro desses estímulos, havia uma gama de variações. A direção, por exemplo, permite rolar para frente, para trás, pelas laterais ou explorar diagonais. A velocidade podia variar da mais rápida a mais lenta que eu fosse capaz. Impulsos mais ou menos generosos acabam influenciando diretamente na velocidade do rolamento. Esses impulsos podem ser dados em momentos distintos e por partes diferentes do corpo. Ao final de um rolamento para trás, por exemplo, se eu dava um impulso forte com as mãos, meu corpo podia ficar de pé mais depressa. Os pontos de apoio, basicamente, determinam quais partes do corpo tocam o chão na execução dos rolamentos. Fui percebendo como era possível efetuá-los (sem utilizar as mãos ou me levantando após um rolamento com uma só perna, por exemplo).

Esse exercício continuava a me surpreender a cada realização: parecia fonte inesgotável de possibilidades. Não estava acostumado a contactar o chão, além de pisá-lo ou, no máximo, sentar-me ou deitar-me nele. Foi-me bastante inusitado utilizar o corpo por intermédio desses rolamentos.

Estabeleci contato com o chão com qualidades antes inimagináveis. Em um dos

rolamentos para trás, experimentei dar um grande impulso: estava de pé e permiti que meu corpo caísse. Conduzi a queda de modo que eu não me machucasse. Meus glúteos tocaram o chão rapidamente e minha coluna, também. Minha lombar, imediatamente, “descolou-se” do chão. Os glúteos apontaram para o teto levando uma de minhas pernas, estendida acima da cabeça, enquanto a outra estava flexionada. A perna estendida tocou o chão, dando início à aterrissagem, minhas mãos empurraram-no fortemente e, em seguida, eu já estava de pé do outro lado. Fui invadido por uma maravilhosa sensação de prazer: foi como provar um prato novo e me surpreender com seu delicioso sabor, como se eu descobrisse abarcar em mim uma montanha-russa com direito a *looping*. O movimento se realizou tão depressa que foi como se o mundo tivesse girado em um segundo. Repeti esse mesmo rolamento por umas cinco ou seis vezes. Eu estava cansado e um pouco tonto.

Notei Aimée sentada no chão: suas pernas estavam suspensas no ar e ela girava sobre seus glúteos, graças ao impulso proporcionado por suas mãos, que empurravam o chão. Deu-me vontade de fazer o mesmo. Sentei-me ao seu lado e comecei a girar com ela e como ela. Ríamos enquanto rodopiávamos. Meu abdômen estava intensamente contraído, devido à suspensão de minhas pernas. Comecei a girar o mais rápido que pude, e como o chão era liso, pude fazê-lo muito rápido. Fiquei tonto e senti forte pressão na cabeça, então, deitei-me, exausto, no chão e pude senti-la pulsando. Eu precisava permanecer ali por alguns segundos até me recuperar e começar a prática de “Raiz”.

Raiz

Percebi, hoje, enquanto praticava, um movimento na bacia, que só havia visto no CD-ROM, onde um ator praticava “Raiz”. Ao afundar os pés no chão, notei que, em consequência, a bacia se moveu. Trata-se, praticamente, de uma “requebradinha” para a lateral da perna que se “enraíza”. Esse movimento podia ser mais sutil ou mais notório, dependendo da amplitude da base, posição dos pés e a força empregada no enraizamento. Quando a bacia realizava esse movimento, colaborava, “enraizando”, com maior vigor, as pernas no chão.

No início, meu olhar se direcionava, instintivamente, para as partes a serem trabalhadas (pés, pernas, joelhos). A curiosidade em checar a sequência das partes do corpo que, pouco a pouco, tocavam o chão, fazia meu olhar voltar-se para baixo. A auto-observação é primordial durante a prática dos exercícios, por não haver quem me oriente e aponte possíveis equívocos. Eu

tinha de ser rigoroso comigo. Quando me flagrava olhando para baixo, por exemplo, lembrava da sugestão de Ferracini de voltar o olhar para fora e o fazia.

Investiguei diferentes tamanhos de base durante a prática. Após enraizar o pé direito, eu movia a perna esquerda, para muito longe ou para muito perto e experimentava o intermediário entre esses limites. Existem implicações para diferentes amplitudes da base: alargá-la ou estreitá-la demais acabava por comprometer meu equilíbrio. Isso fazia com que o restante do corpo tivesse de compensar a “desmedida” provocada na base. O campo de amplitude ideal para a estabilidade ocorria quando meus pés estavam ligeiramente mais afastados da altura do quadril.

Raiz – Bêbado

Aimée e eu gargalhávamos generosamente durante a prática. O desequilíbrio e as compensações, geralmente desengonçadas, que o corpo tinha de fazer para não cair, despertavam-nos o riso. Experimentei, algumas vezes, desequilíbrios tão longos que pareciam infundáveis. Minhas pernas se deslocavam com muita velocidade, na tentativa de restaurar minha estabilidade. O trabalho de base era notório ali: as partes do corpo correspondentes a ela eram ativadas e trabalhavam com afinco. O risco de desmoronar a qualquer momento gerava-me uma gostosa sensação de adrenalina: podia sentir calafrios na região abdominal.

Após alguns minutos de prática, constatei que, soltar a coluna, fixar um ponto e deslocar-me até ele, fazia-me traçar movimentos espirais em alta velocidade. Estar sob o estado de “descontrole que deseja ser controlado” tornava-me muitíssimo vivo e atento à minha movimentação.

Raiz - Saltos a partir da raiz

Saltei, respeitando a ordem sugerida de “decolagem” e “aterissagem”. A primeira parte a sair do chão foram os calcanhares, depois os metatarsos e, por fim, os dedos. Já para voltar ao chão, o “enraizamento” era efetuado, inicialmente, pelo toque dos dedos, estabelecendo a ordem inversa. Posteriormente, os joelhos se fixaram, interrompendo a movimentação, aparentemente reverberada até o coxofemoral. Meus pés tocaram o chão com muita maleabilidade.

Saltar dessa maneira proporcionava-me amortecimento na queda e, conseqüentemente, leveza. Era como se esses saltos tivessem maior duração quando comparados a saltos “comuns”: eu parecia flutuar, sentia-me em câmera lenta. Uma suave “corrente elétrica” percorria meu

abdômen e minha respiração tornava-se lenta, profunda e calma (exatamente as qualidades dos saltos).

Saltos e paradas

Aimée e eu saltávamos de modo expansivo e, quando regressávamos ao chão, após “alçar voo”, interrompíamos bruscamente todo e qualquer movimento, evitando “ecos” na musculatura, como indicado por Ferracini. Nos primeiros minutos de salto, fui invadido por sensações de estranhamento: “frear” toda a vida de um salto, tão abruptamente, era como “engolir o choro” ou fingir não estar com raiva. Estava imóvel, mas era como se eu continuasse a saltar internamente, sentia meu corpo pulsando, especialmente o coração, que batia forte. A região intercostal se movia com nitidez quando eu estava ofegante.

Meu compromisso com a realização da “freada” precisa tornava a prática prazerosa. A cada “aterrissagem”, eu tentava estabelecer contornos diferentes em meu corpo: flexionando mais ou menos os joelhos, escolhendo a posição dos braços e da cabeça, estendendo ou envergando o tronco, por exemplo. Eu tentava interromper completamente a movimentação após “moldar-me”. Cada parada me propunha um novo desafio e eu gostava disso. Eu escolhia, a cada vez, desenhos mais difíceis de serem “congelados” e tinha a sensação de me tornar uma escultura, tamanha imobilidade.

Após aproximadamente dez minutos, começamos a praticar o desdobramento desse exercício, que consiste em realizar uma “dança dos saltos”. Saltávamos incessantemente e tentávamos estabelecer, sempre, novas maneiras de saltar. Ao longo da atividade, a musculatura de minha coxa foi-se cansando. Tornou-se cada vez mais difícil executar os *stops* precisos. Quando eu tentava interromper a movimentação, sentia “ecos” no coxofemoral. Meu corpo protestava contra a continuidade da prática: a musculatura fatigada não mais me possibilitava interromper os saltos com precisão.

Percebi Aimée em seu limite. Estávamos exaustos, porém, persistimos mais alguns minutos. Senti uma fisgada no lado direito do abdômen, um pouco abaixo da costela. Pressionei a região com as mãos e tentei seguir. Aimée já havia encerrado a prática e eu estava prestes a fazer o mesmo. Deitei-me no chão e notei minha respiração muito forte, profunda e ofegante. Sentia-me pulsar intensamente. Havia uma forte pressão em minha cabeça. Senti-me aliviado por cessar a atividade e prazer advindo de sua realização.

1.4. QUARTA-FEIRA, 29/10/2014: PRIMEIRO DIA DE ENCONTRO COM O COLETIVO DE COLABORADORES - Práticas realizadas: Aquecimento e Treinamento energético

Eu seguia com as práticas de aquecimento e de exercícios do treinamento técnico, porém, senti que deveria tentar, de algum modo, vislumbrar a realização do treinamento energético. Ferracini (2009) afirma que este é um treinamento essencialmente coletivo, portanto, tomei a liberdade de convocar alunos e ex-alunos do curso de teatro da instituição. Eu os guiaria, dentro de minhas capacidades, na realização do exercício. Já que eu não poderia praticá-lo sozinho, decidi orientar sua execução. Para minha satisfação, conquistei o interesse de aproximadamente quinze colegas dispostos a colaborar com minha pesquisa. O autor cita que Ricardo Puccetti, um dos membros do LUME, aplicou a atividade aos atores iniciantes e sua realização ocorreu por trinta e dois dias, com durações de quatro a seis horas diárias.

“Uma prática exaustiva, com duração de quatro a seis horas ininterruptas: impossível”, eu pensava. Imaginar a possibilidade de algum deles passar mal, preocupava-me. Eu não teria recursos para dar o suporte necessário. Decidi, então, que o treinamento teria duração máxima de três horas.

Tomei a liberdade de perguntar aos interessados, por meio de mensagens, se tinham algum tipo de problema de saúde (cardíaco ou respiratório, por exemplo) que viesse a impedi-los de praticar exercícios físicos intensos. Como não informei detalhes acerca da prática, alguns ficaram um pouco receosos. Porém, todos disseram não ter quaisquer problemas de saúde.

Decidi o dia e a hora da atividade e informei a todos. Recomendei que comessem algo “leve”, pouco tempo antes da prática, com o objetivo de evitar a interrupção do exercício. Afinal, a fome ou um possível desconforto provocado por uma alimentação “pesada” eram indesejados. Informei ao orientador sobre a pretensão do encontro e compartilhei meus anseios. Ele me tranquilizou e sugeriu cautela. Eu não deveria esperar que a prática durasse tanto: o coletivo apontaria suas necessidades de seguir com a prática ou cessá-la. Eu deveria atentar-me a isso. Sugeri-me, também, deixar garrafas de água disponíveis para emergências. Fiquei mais calmo e mais confiante após a conversa. O treinamento seria realizado, portanto, respeitando os limites físicos do coletivo, prezando, sobretudo, evitar que alguém “passasse mal”.

Alguns lamentaram não poderem ir, enquanto outros confirmaram presença. Felizmente,

havia número suficiente de alunos e realizaríamos o treinamento. Comprei biscoitos, que seriam consumidos depois da prática, ou antes, caso algum dos alunos não tivesse se alimentado - o que ocorreu. Recomendamos que nos encontrássemos no corredor.

O relógio já marcava a hora combinada. Os alunos foram chegando aos poucos, e conversavam descontraidamente no corredor, enquanto eu deixava a sala em condições adequadas à prática. Meia hora havia se passado e oito deles³ haviam chegado. Ofereci biscoito a quem quisesse e sugeri que fossem ao banheiro. Depois da confirmação que estavam todos prontos, expus nunca ter presenciado esse treinamento e minha orientação se cumpriria a partir do modo como eu acreditava que a prática deveria ser realizada, então estávamos ali para aprendermos, errarmos e nos divertirmos juntos

Posteriormente, informei-lhes haver uma regra: após entrarem na sala, a comunicação verbal estava proibida. Se houvesse necessidade de comunicação, deveria ocorrer de outro modo. A prática duraria no máximo três horas e que seu término seria por mim determinado. Avisei-lhes onde eu havia deixado água e biscoito para que consumissem, discretamente, durante a prática, caso houvesse muita necessidade.

Consolei-os dizendo que os conduziria dentro da sala e que não havia muita formalidade para a realização do treinamento. Se houvesse suspeita que algum ocorrido não favorecesse o exercício, eu estaria ali para restabelecer a produtividade. Em caso de urgência de parar, deveriam dirigir-se a algum canto da sala e retomar quando quisessem. Eles deveriam respeitar seus limites e, em contrapartida, a prática consistia em romper os próprios limites, portanto, deveriam avançar tanto quanto pudessem. Era fundamental encontrar equilíbrio entre o desejo de avançar e a real necessidade de interromper ou encerrar a atividade. Se necessário, poderiam falar comigo, preferencialmente, sem dispersar a concentração dos outros colegas. O exercício teria início com a investigação de aquecimento e depois seguiria com o energético. Concluí o discurso, pedindo que desligassem seus celulares ou colocassem no modo silencioso.

Aquecimento

Os alunos adentraram a sala após meu comando e solicitei que deitassem no chão, distribuindo-se pelo espaço de modo a favorecer equidistância entre seus corpos. Pedi que se

³ Alunos colaboradores presentes neste dia: Aimée Serafim, Amanda Schmidt, Andrew Costa, Bárbara Dib, Felipe Mesquita, Juliana Alvez, Marina Paiva e Samuel MacDowell.

percebessem (o próprio peso, que partes do corpo tocavam ou não o chão, como estava a respiração). Depois, pedi a quem estivesse de olhos abertos, que os fechasse e verificasse se havia alguma diferença na autopercepção estando de olhos fechados e de que modo a diferença se tornava visível.

Solicitei que se espreguiçassem aos poucos e, alguns minutos depois, que se movimentassem com ênfase nas articulações (como maxilar, pulso, quadril, peito, joelhos, cotovelos, e ombros, por exemplo) e na oposição de partes do corpo. Meu objetivo era direcioná-los ao “despertar”, por meio de movimentos no máximo de partes do corpo.

Pedi que abrissem o olhar e se percebessem como parte integrante da sala, que enxergassem os colegas e ampliassem os movimentos. Eles percorreram, pouco a pouco, do nível baixo ao alto e quando todos estavam de pé, solicitei se deslocarem pelo espaço, dinamizando o “espreguiçar”.

Alguns minutos depois, pedi que investigassem diferentes modos de aquecimento e percebessem de que modo essa prática reverberaria em sua disposição. Sugeri que não se apegassem ao modo como estavam acostumados a se aquecer. Ao contrário, deveriam buscar diversidade, sempre explorando, ao máximo, qualquer aparente novo modo de fazê-lo.

Era muito comum perceber alguns deles com o olhar voltado somente para si, “imersos” em seu próprio universo, cegos diante do outro e do espaço. Tive de solicitar algumas vezes que ampliassem o olhar, percebessem o espaço ao redor e, conseqüentemente, os colegas presentes.

Cada um deles estava engajado em um modo único, particular e pessoal de aquecimento. Amanda, por exemplo, realizava movimentos com equilíbrio precário. Já Marina, realizava movimentos amplos giratórios com os braços e, simultaneamente, soltava a coluna, aproximando-a das pernas. Todos estavam “inteiros”, vivos e envolvidos. Reconheci-me ali. Eles desfrutavam das mesmas sensações que eu quando me aquecia. Permiti que seguissem investigando durante alguns minutos, depois, pedi que se deslocassem pelo espaço buscando um ritmo coletivo para a caminhada. Minha intenção era fazer com que se percebessem, estabelecendo algum tipo de conexão. Após estabelecido o ritmo coletivo na caminhada, pedi que flexionassem os joelhos e soltassem a bacia, adquirindo maior mobilidade, disposição e agilidade.

Treinamento Energético

Dei início ao treinamento energético, solicitando que movimentassem todo o corpo. Era fundamental que seus movimentos fossem amplos, aleatórios e que evitassem a repetição de movimentos. Essa tarefa era, aparentemente, muito árdua, afinal, mesmo alertando, várias vezes, no decorrer do encontro, que ampliassem os movimentos e não os repetissem, era comum flagrá-los repetindo a movimentação ou executando movimentos pequenos.

Após alguns minutos, comecei a estimulá-los, sugerindo diferentes dinâmicas para a movimentação: ora pedia que acelerassem, ora que reduzissem a velocidade, assim, realizavam movimentos transitando do modo mais rápido ao mais lento que pudessem. Às vezes, notava uma forte energia coletiva, um vínculo entre eles estabelecido. Acredito que esse vínculo é explicado por Ferracini (2009) quando ele diz que são fundamentais a troca e a comunicação corpórea e energética entre os participantes. Eles “caminhavam” juntos. Apesar de quase nunca se olharem diretamente, percebiam uns aos outros e mais do que isso, se estimulavam a partir do envolvimento coletivo. Pareceu possível estabelecer tal conexão graças à sensibilidade, atenção e percepção conquistadas no decorrer da prática.

Nesses momentos ápices de envolvimento coletivo eu gritava: "Congela!". Assim, interrompiam bruscamente a movimentação corporal. Mesmo imóveis, a concentração de energia parecia cada vez maior. Ao olhar cada um, foi-me possível percebê-los "pulsantes", extremamente vivos, presentes. A qualidade de presença à qual me refiro é justamente o nível aflorado da sensibilidade, da percepção e do contato que demonstravam ter. Bastava oferecer um olhar panorâmico para perceber que toda a sala, como um “organismo vivo”, estava diferente. Quando utilizo a expressão “organismo vivo”, refiro-me à capacidade que os espaços têm de se modificar a partir do modo como nos relacionamos com eles. Esses espaços não mudam em sua aparência, mas em sua atmosfera. A mesma sala de uma hora atrás não condizia mais, absolutamente, com essa sala que pude ver. Qualquer um que a cruzasse e visse os alunos, tanto imóveis quanto em movimento, deveria ser capaz de sentir e perceber uma nova atmosfera, firme, viva e tão presente quanto seus integrantes. O suor que escorria por seus corpos era reflexo do progresso referente ao trabalho árduo desenvolvido por eles.

Disse-lhes que gostaria de vê-los se movimentarem a partir do estímulo criado por mim: eu batia palmas fortes e fracas, rápidas e lentas. Meu desejo não era agir sobre a razão deles e sim agir sobre eles como um todo (psicofisicamente). Bastava bater palmas e eles respondiam de

imediatamente. Batia também no quadro ou na carteira enquanto filmava a realização (links para assistir aos vídeos disponíveis nas referências, página 65). A duração da prática de aquecimento foi de, aproximadamente, trinta minutos ao todo, enquanto o treinamento energético durou, aproximadamente, duas horas. Bárbara, Aimée e Juliana pararam algumas vezes para beber água ou “tomar fôlego”, mas, regressavam à atividade depois de pouco tempo. Isso interferia significativamente na prática coletiva e de modo negativo, mas não a ponto de impossibilitar sua realização. Mesmo quando uma delas parava ou ia beber água, havia interesse, atenção e disposição dirigidos à realização do exercício e isso favorecia tanto a retomada das meninas, quanto a uma menor dispersão do envolvimento coletivo.

Senti que a prática deveria ser cessada: alguns pareciam ter atingido, de fato, seus limites naquele dia. Gritei “Congela!” e disse-lhes que seria o último momento do treinamento energético. Pedi que empregassem todo o desejo que tinham de romper com o cansaço e de vencer os próprios limites. Assim, quando eu dissesse “Retoma!”, eles dariam continuidade à movimentação o mais rápido que fossem capazes. Ao pedir que retomassem, senti como se uma avalanche tivesse invadido a sala. Havia um engajamento fortíssimo ali dentro, repleto de desejo e empenho. Eles tinham uma sede infinita de seguir avançando. Lutaram, bravamente, contra o cansaço. Gritei o último “Congela!” do dia e pedi que se entregassem ao chão. Deitados, seus corpos pareciam emanar fortes vibrações, como potentes equipamentos de som, que são capazes de fazer tremer paredes e mover objetos.

Estavam exaustos e respiravam ofegante e fortemente. Alguns sorriam, aliviados. Deixei-os assim por poucos minutos. Depois, pedi que, pouco a pouco, tocassem a pessoa mais próxima. O toque poderia ser provocado por qualquer parte de seus corpos em qualquer parte do corpo do outro. Sugeri que esse toque adquirisse movimento (apertando ou deslizando, com mais vigor ou com mais suavidade, por exemplo). Deveriam atentar-se às sensações de receber e provocar o toque. Depois, solicitei que ficassem, lentamente, de pé e formassem uma roda. Pedi que se vissem: eles eram outros, não mais aqueles que aguardavam no corredor por minha orientação. Tinham a atenção e a sensibilidade afloradas, potencializadas.

Depois, sugeri que cada um olhasse uma pessoa da roda e oferecesse a ela um “presente”. Não precisei explicar sobre o que se tratava. Alguns se aproximavam com calma, outros mais animados. Alguns faziam “dancinhas” entusiasmadas, outros se cheiravam, abraçavam, aproximavam narizes e respiravam juntos, por exemplo. Cada uma dessas ações estava repleta do

envolvimento deles. Presenciei um outro tipo de relação, que não costumo ver no cotidiano. Aparentemente, não havia barreiras ou pudor ali. Nada os impediu de expressar cuidado, carinho, ternura, gratidão e reconhecimento. Ao fim, agradei a todos pelo interesse e disponibilidade na colaboração com minha pesquisa. Abraçamo-nos, coletivamente, depois de um dia de trabalho intenso e, por fim, conversamos abertamente sobre a realização da prática.

1.5. QUARTA-FEIRA, 29/10/2014: PRIMEIRO DIA DE DEMONSTRAÇÃO PRÁTICA DE EXERCÍCIOS DIANTE DA TURMA – Práticas realizadas: Aquecimento, “Pistão e rolamento”, “Raiz” e “Saltos e paradas”.

Eu investigava, há algumas semanas, o aquecimento e alguns exercícios do treinamento técnico. Havia chegado o momento de mostrar ao orientador o rumo que minha investigação tomava. Nos foi solicitado, que apresentássemos algum exercício ou proposta cênica diretamente ligados à pesquisa que desenvolvíamos. Optei por mostrar a prática de aquecimento e dos exercícios “Pistão e rolamento”, “Raiz” e “Saltos e paradas”. A escolha foi feita por já estar mais familiarizado com essas atividades. Aimée aceitou apresentar os exercícios comigo, afinal, também havia praticado todos eles. Eu explicaria sobre os fundamentos de cada atividade durante sua realização. Pedi à Tatiana Alvim, também aluna da disciplina “Estudos de criação: TCC”, que cronometrasse o tempo.

Aquecimento

Deitei-me ao chão e me espreguicei, investindo em movimentos de torção das partes do corpo, especialmente no tronco. Depois que atingi o nível alto, flexionei os joelhos e soltei a bacia. Eu me deslocava, “penetrando” os espaços vazios da sala. Esse deslocamento era ágil e tinha um pouco da qualidade de deslizar, devido à mobilidade pélvica. Percebi que meus colegas nos assistiam atentamente. “Revisitei” modos distintos de me aquecer (soquei o ar como um boxeador e dancei como um bailarino, por exemplo). Surgiu outro modo de aquecimento que, aparentemente, trabalhava base, olhar, respiração, ritmo e precisão: na posição de base ampliada, eu me deslocava e meu braço direito se movia como se lançasse algo a um ponto fixo. Depois de realizar o movimento correspondente à uma espécie de lançamento, movimentava-me como se esse “algo” que eu tivesse lançado, retornasse para mim com o mesmo vigor. Essa movimentação

acabou por estabelecer um gingado, um requebrado no quadril e coluna. Associei essa imagem ao jogador de futebol americano quando lança e recebe a bola.

Foi instaurada uma espécie de “coreografia”, pois minha ação tinha um percurso preciso e mudava apenas de direção. Eu inspirava durante o movimento de “recepção” e expirava quando realizava o movimento de “lançamento”. Eu, aparentemente, inspirava e expirava “porções” iguais de oxigênio.

Apesar de associar esse modo de aquecimento à imagem do jogador de futebol americano, não me imaginava lançando uma bola, nem qualquer outro objeto. O importante era a realização dos movimentos e suas qualidades. Os “lançamentos” eram realizados sempre pelo braço direito e, ao “lançar”, o lado direito do tronco se estendia, enquanto o esquerdo, ao contrário, flexionava-se. As “recepções” eram realizadas por minhas duas mãos que se arredondavam, muito próximas à parte inferior do abdômen, mais precisamente em seu lado direito. Quando “recebia”, o lado esquerdo do tronco é que se alongava, enquanto o direito contraía. Minha respiração marcava o tempo de duração do lançamento. O tempo de execução deste “lançamento”, do posterior deslocamento após “lançamento”, da execução de “recepção” e do posterior deslocamento após a “recepção” para um novo “lançamento”, não sofria alteração. Cada uma dessas ações tinha duração aproximada de um segundo (lançar, deslocar, receber, deslocar, lançar, deslocar, receber, deslocar... e, assim, sucessivamente). Esse modo de aquecimento se prolongava tanto quando eu desejasse. A base ampliada e os joelhos flexionados, aliados à respiração precisa, favoreciam o “gingado”, o balanço natural que o tronco realizava ao ‘lançar’ e ‘receber’. Olhar para o ponto de lançamento antes de lançar e depois olhar para minhas mãos ao receber, era crucial para meu engajamento na realização dessa movimentação. Apesar de simples, essa “coreografia” exigia de mim uma autopercepção aguçada. Senti-me mais disponível após permanecer pouco mais de um minuto me aquecendo desse modo. Estava ofegante e excitado com a realização dos exercícios.

Pistão e rolamento

Aimée começou a rolar enquanto eu caminhava pela sala, tentando normalizar minha respiração e minha frequência cardíaca. Depois, comecei arriscando alguns rolamentos para frente e para trás. A devida acomodação do corpo durante a atividade estava inscrita em minha musculatura. Parecia recordar do arredondamento das extremidades do tronco, dos impulsos necessários para a efetivação completa dos rolamentos e das possibilidades de variação. Passei

grande parte dos três minutos tentando recapitular, na prática, todas as variações de rolamento que encontrei durante as investigações anteriores.

Raiz

Coloquei-me na posição de base ampliada, pés paralelos, joelhos semiflexionados e apontados para fora e coluna ereta, apoiada sobre a bacia. Fixei um dos pés no chão e comecei a trabalhar com a outra perna. “Revisitei”, passo a passo, o processo de enraizamento: dedos, metatarso, calcanhar, joelho e coxofemoral. Posteriormente, firmei o pé que já havia trabalhado no chão e comecei a trabalhar com a outra perna. Assim como na prática de “Pistão e rolamento”, tentei recapitular os modos de execução encontrados anteriormente. Explorei, especialmente, diferentes posições dos pés (retos, apontando para fora ou para dentro) e os diferentes tamanhos de base (mais ou menos amplas).

Raiz - Bêbado

O fato de esta prática me colocar em risco, faz com que meu envolvimento seja sempre intenso. “Bêbado” não permite o medo: não dá para fazer “mais ou menos”, não dá para se poupar. Essa característica me atrai bastante e me proporciona prazer. É fundamental soltar a coluna e confiar bem na utilização da base na compensação do desequilíbrio.

Raiz - Saltos a partir da raiz

Comecei a saltar na posição de base ampliada, respeitando a ordem de “decolagem” e “aterrissagem”. Saltei por algumas vezes, sempre obedecendo a essa ordem: a sensação de leveza proporcionada era nítida.

Saltos e paradas

Aimée e eu ríamos durante quase todos os exercícios, mas esse foi, sem dúvida, o que mais nos despertou o riso. Eu ria do meu empenho, especialmente quando, já no fim, minhas pernas não mais mostravam-se capazes de manter o corpo parado no momento de *stop*. Ria de Aimée por reconhecer-me nela quando suas pernas vacilavam. A musculatura oscilava diante de tamanho esforço.

Passamos a maior parte do tempo executando seu desdobramento da “dança dos saltos”.

Os saltos com diferentes dinâmicas me cansavam, porém, contraditoriamente, me propiciavam maior disposição e eu sentia forte desejo de seguir com a prática. Provavelmente, é por isso que Ferracini diz que esse desdobramento é uma espécie de fusão entre o energético com “Saltos e paradas”. O cansaço, acompanhado pelo desejo e necessidade de seguir com a prática é característica do treinamento energético. A busca por dinâmicas diferentes de saltos remete à fuga da repetição dos movimentos, outra característica sua.

Poucas horas atrás, Aimée praticava o energético sob minha orientação e por isso não conseguiu seguir com “saltos e paradas”: estava exausta. Obriguei-me a permanecer praticando até o tempo se esgotar.

1.6. SEGUNDA-FEIRA, 03/11/2014: TERCEIRO DIA DE REALIZAÇÃO DAS PRÁTICAS DE AQUECIMENTO E TREINAMENTO TÉCNICO – Práticas realizadas: Aquecimento, “Elementos plásticos”, “Articulações” e “Impulsos”.

Aquecimento

Encontrei-me com Roberta para praticarmos alguns exercícios. Comecei deitado. Sentia-me indisposto, preguiçoso, pesado e pouco apto à realização dos exercícios. Ainda deitado, comecei a bocejar copiosamente. Espreguiçava-me e, pouco a pouco, fui-me “destravando”. O corpo pesado se livrava de tensões musculares. A sensação de disposição e leveza foi-se aproximando no decorrer da espreguiçada. Já não me era tão custoso movimentar-me, ao contrário, comecei a sentir prazer.

De joelhos semiflexionados e bacia solta, comecei a percorrer rapidamente os espaços vazios da sala. Experimentei modos de aquecimento anteriormente descobertos: “lançamentos” e “recepções”, dançar como um bailarino, “ataque” e “defesa” e socar o ar. Ao final, sentia-me disposto e animado a seguir com os próximos exercícios.

Elementos Plásticos

Iniciei isolando partes de meu corpo e comecei a investigar diferentes qualidades de movimentos nelas. A locomoção só ocorreu quando a movimentação da parte isolada conduziu ou favoreceu seu acontecimento. Por exemplo: se exploro movimentos sagitais no peito e essa movimentação fica tão ampla que traz consigo o restante do tronco, o desequilíbrio pode fazer

com que minhas pernas consequentemente se movam.

Após alguns minutos, fui notando em mim uma forte tendência de trabalhar segmentos do lado direito do corpo (como braço, perna, joelho, cotovelo, ombro, mão e pé, por exemplo). Quando percebi, tentei explorar as mesmas qualidades de movimento com partes do lado esquerdo. Minha habilidade motora no lado esquerdo era muito inferior se comparada ao lado oposto.

Após alguns minutos de prática, experimentei uma dinâmica específica de movimentação no cotovelo direito: com a bacia ampliada, joelhos semiflexionados, eu afundava meu cotovelo em direção ao chão, de modo rápido e forte, como se socasse. Posteriormente, o cotovelo voltava com a mesma qualidade, subindo e parando abruptamente na altura da cabeça, depois fazia um último movimento para fora, também rápido e forte. Esse último movimento era interrompido quando o cotovelo apontava para a parede localizada atrás de mim, fazendo com que meu tronco se contorcesse.

Experimentei passear com essa dinâmica pelo joelho direito, depois cabeça e, por fim, peito. Não imaginava outras partes se movimentando com essa qualidade. Como o movimento nasceu da investigação no cotovelo, para mim era mais “natural” realizá-la nele. Quando eu decidi empregar a mesma qualidade no peito, por exemplo, me deparei com essa parte se movimentando de modo completamente inusitado. Era como “acessar” lugares desconhecidos, novos, onde há sempre a surpresa. Não sei explicar exatamente como me senti ao “passear” com essa dinâmica pelo peito, mas eu expirava forte empurrando-o para baixo e meu abdômen era naturalmente contraído. Depois, inspirava rápida e bruscamente quando retornava com o peito para cima. Pergunto-me: é possível empurrar o peito para baixo? Refazendo o movimento agora, enquanto escrevo, percebo que sim, embora externamente seja pouco perceptível.

Impulsos

Iniciamos a prática e os impulsos simplesmente não surgiam. Diferente da realização de outras atividades, nessa, sentia-me refém por não saber se eu deveria conduzir, provocar esses impulsos ou se, ao contrário, os esperava para movimentar-me. Comecei, então, a forçar movimentos abruptos nascidos na coluna vertebral e, posteriormente, lançava-os às outras extremidades do corpo. Alguns desses movimentos, inicialmente forçados, eram preenchidos por impulsos legítimos no decorrer da movimentação. É como se eu conduzisse inicialmente e,

milésimos após iniciar o movimento, sentia-me guiado por algo já iniciado. Outras vezes, ocorria diferente: sequer dava continuidade à movimentação por não me sentir suficientemente estimulado.

Depois que Roberta começou a se mover, senti-me mais estimulado e os impulsos começaram a se manifestar em mim. Sentia-me conectado com Roberta. Mesmo sem tê-la em meu campo de visão, podia sentir quando ela estava tomada por impulsos e se movia abruptamente. Havia momentos em que ficávamos diversos segundos imóveis, enquanto em outros “choviam” impulsos. Assim, nos movíamos, inicialmente, pela coluna e lançávamos esses impulsos por diferentes segmentos do corpo.

Não parecia haver variação de velocidade em mim e também não a percebi em Roberta. Os movimentos eram sempre realizados de modo muito rápido e amplo. Exceto, talvez, quando o impulso surgia e eu não respondia a ele com movimento, permanecia parado. Quando isso acontecia, eu podia sentir uma espécie de corrente elétrica percorrer minha espinha e passear por minha região abdominal.

No decorrer da prática, senti que maltratava meu corpo. Minha lombar começou a doer e eu sentia forte pressão na cabeça. Os movimentos abruptos em meu corpo, que estava imóvel há poucos milésimos, faziam com que eu sobrecarregasse minha lombar. Fiquei na dúvida se eu não estava realizando a prática como deveria ou se era comum sentir dores. Meu corpo protestava contra o modo de realização do exercício.

Articulação

Logo no início da prática, senti que a dinâmica lenta favorecia a compreensão minuciosa do percurso traçado por meus movimentos. Essa qualidade colaborava, também, no modo como eu descobria “saídas”, compensações necessárias às posições que iam se estabelecendo. A organização gradativa de meu corpo, em resposta aos movimentos de oposição e em situações de equilíbrio precário, se tornava nítida. Sentia-me completamente envolvido pela realização desse exercício: investiguei limites de cada segmento do corpo. Quando eu não parecia ser capaz de seguir com a movimentação, insistia e encontrava caminhos inusitados para dar continuidade com fluidez.

Após alguns minutos praticando, toquei meu pescoço na região da fossa clavicular (saboneteira), especificamente no lado direito. Devido à pressão do ar, o toque provocou um som

de “pum”. Gargalhei, contagiando Roberta, mas segui com a movimentação. O som foi emitido novamente e novamente. Roberta e eu ríamos muito. Pouco tempo depois, ela conseguiu realizar o mesmo feito: emitiu som de pum ao realizar uma movimentação muito parecida com a que eu realizava. Ela riu, escandalosamente, quando isso ocorreu, contagiando-me e despertando em mim gargalhadas intensas.

Ao explorar o nível baixo durante a prática, pareceu-me que ele não me permitia contato com situações-limite. Deixava-me um pouco mais confortável por não ter que lidar com o desequilíbrio, proporcionado pela relação específica com a gravidade, afinal, o peso de meu corpo já estava entregue ao chão e não havia instabilidade.

1.7. SEGUNDA FEIRA, 03/11/2014: SEGUNDO DIA DE DEMONSTRAÇÃO PRÁTICA DE EXERCÍCIOS DIANTE DA TURMA – Práticas realizadas: “Elementos Plásticos”, “Impulsos” e “Articulação”.

Roberta e eu apresentaríamos exercícios recém-investigados à turma. Realizamos “Elementos Plásticos”, depois “Impulsos” e, finalizaríamos praticando “Articulação”. Como na última apresentação, expliquei à turma sobre os princípios correspondentes às atividades e pedi à Tatiana que cronometrasse o tempo e me avisasse de quatro em quatro minutos para a alternância de exercícios. As impressões acerca da atividade foram, basicamente, as mesmas mencionadas no relato anterior.

Após a realização, o orientador sugeriu que eu buscasse suavidade e fluidez na investigação dos exercícios. Concordei com ele, afinal, quase sempre me percebia explorando muito pouco ou nada essas qualidades. Apesar de estar profundamente interessado e envolvido com minha pesquisa, percebia-me com forte tendência a explorar dinâmicas fortes, às quais eu empregava muito vigor e agilidade na realização dos exercícios. Voltaria minha atenção para essa questão.

1.8. QUARTA-FEIRA, 05/11/2014: SEGUNDO DIA DE ENCONTRO COM O COLETIVO DE COLABORADORES – Práticas realizadas: Aquecimento, Treinamento energético e “Elementos Plásticos”.

Começaria orientando a prática de aquecimento, depois o energético e, por fim, “Elementos Plásticos” e seu desdobramento. Hoje éramos somente quatro: eu e três colaboradores⁴. Todos eles estiveram presentes no primeiro encontro coletivo, portanto, foi mais simples conduzir a atividade. Relembrei-lhes da regra referente à não comunicação verbal e também dos demais combinados sobre o energético (movimentos amplos e aleatórios). As impressões acerca da prática de aquecimento e do energético foram semelhantes às do primeiro encontro, portanto vou me limitar a falar somente sobre a realização do exercício “Elementos Plásticos”. O aquecimento durou, aproximadamente, meia hora e o energético, uma hora e meia.

Elementos plásticos

Solicitei que os alunos pensassem nos diferentes segmentos do corpo (cabeça, peito, quadril, peito, ombro, mão, pé, cotovelo, ombro, etc.). Eles deveriam escolher um desses segmentos, investigar diferentes dinâmicas de movimentação e depois “passeá-las” por outras partes, tentando encontrar as mesmas qualidades.

Ora pedia que ampliassem ou diminuíssem o tamanho da movimentação, ora que interrompessem bruscamente os movimentos e ora que experimentassem diferentes velocidades. Às vezes, sugeria que investigassem partes específicas do corpo. Dizia: “Agora, gostaria que vocês trabalhassem, na cabeça, qualidades de movimento que encontraram na parte que estão investigando”. Outras sugestões eram mais direcionadas. Eu chegava bem próximo à pessoa e falava baixinho: “Explore a fluidez do movimento” ou “Tente passear com essa movimentação pelo pé esquerdo”. Minha intenção era fazê-los explorar, ao máximo, diferentes qualidades de movimento em diferentes partes isoladas do corpo.

Após aproximadamente trinta minutos de realização, sugeri que dialogassem apenas por movimentos de partes isoladas do corpo. Acredito que, sem a realização do aquecimento e do energético, a prática desse desdobramento, em que eles deveriam se relacionar uns com os outros, não seria possível (pelo menos não com a profundidade com que ocorreu).

⁴ Alunos colaboradores presentes neste dia: Amanda Schimidt, Juliana Alvez e Samuel MacDowell.

O diálogo aconteceu em diversos momentos por meio de ações e reações. Era-me estranho e engraçado vê-los se comunicar de modo tão inusitado. Em um dos momentos, Amanda e Samuel se comunicaram apenas movimentando suas cabeças. Aparentemente, havia alguma lógica encontrada por eles, que não era compreendida por mim. Pude perceber, de algum modo, o acontecimento do diálogo, de um estranho diálogo. O desdobramento se estendeu por aproximadamente quinze minutos.

1.9. QUARTA-FEIRA, 05/11/2014: TERCEIRO DIA DE DEMONSTRAÇÃO PRÁTICA DE EXERCÍCIOS DIANTE DA TURMA – Práticas realizadas: Aquecimento, “Pistão e rolamento” e “Articulação”.

Optei por apresentar dois exercícios do treinamento técnico, os quais eu já me encontrava mais familiarizado. Meu foco na realização da atividade seria explorar a suavidade e a fluidez. Tatiana cronometrou cinco minutos para cada exercício.

Aquecimento

Fechei os olhos e comecei a movimentar-me tentando encontrar em mim, fluidez e suavidade. Alguns movimentos se pareciam com os movimentos de “dançar como um bailarino”. Essa qualidade de movimento me proporcionava calma, tranquilidade e, também, suavidade e fluidez (as quais eu buscava). A fluidez e a continuidade da movimentação não foi tarefa fácil para mim. Afinal, estou acostumado a romper com o fluxo das movimentações, estabelecendo, sempre, novas dinâmicas e acabo não explorando por muito tempo um fluxo encontrado. Essa foi a primeira vez que sondei, especificamente, tais qualidades. Senti-me tão diferente do habitual. Não me lembro de ter sentido tamanha serenidade, anteriormente. Minha respiração fluía junto com a movimentação: estava tão serena quanto eu.

Pistão e rolamento

Eu estava tão tomado por essa atmosfera de suavidade que, quando toquei as mãos no chão para rolar para frente, notei uma relação completamente diferente do habitual. Acredito nunca ter tocado o chão com tamanha cautela. É como se minhas mãos pedissem licença, pedissem permissão, para repousar ali. Após tocar o chão com as mãos, todo o restante do corpo

parecia acariciá-lo ao rolar. Jamais poderia imaginar “Pistão e rolamento” executado desse modo.

Experimentei um fluxo contínuo de rolamentos para frente. Senti-me completamente atraído pelo chão e envolvido por esse contato. É como se aquela superfície, assim como eu, tivesse mudado suas qualidades em resposta a mim. O modo como meu corpo era organizado para rolar, fazia do chão duro e frio, como costume percebê-lo. Mas, hoje, ele tornou-se acolhedor, caloroso e, até mesmo, macio. O amortecimento ao rolar era tão notório, que eu poderia facilmente confundir-me se era eu quem rolava ou se o chão se tornara maleável e percorria meu corpo imóvel. Arrepio-me ao lembrar-me da enorme sensação de segurança e calma durante a realização dessa prática.

Articulação

Durante a realização desse exercício, fui percebendo onde a fluidez da movimentação era interrompida. Meu corpo todo se movia, porém, algumas vezes, pude notar minha nuca “travada”. Quando mantinha a respiração fluida e contínua, percebi que essa região adquiria mobilidade, permitindo alguma suavidade. Ao atingir seus limites de movimento, as partes de meu corpo encontravam “saídas” para dar continuidade ao fluxo.

Às vezes, sentia algumas “travas”, aparentemente tensões musculares, que rompiam, sutilmente, a fluidez do movimento. Não sabia se era a respiração que respondia a essas “travas”, tornando-se igualmente bloqueada ou se, ao contrário, tal respiração atravancada, prejudicava, também, a fluidez dos movimentos. Acreditei que respiração e movimento estavam ligados, porque tanto quando eu agia na musculatura, quanto na respiração, sentia-me modificado como um todo. Se eu “soltasse” a nuca travada, por exemplo, a respiração parecia destravar-se como consequência e se, ao contrário, eu investisse em respirar contínua e fluidamente, essa mesma região parecia fluir com o restante do corpo. Ao fim da atividade, fui tomado por intensa sensação de alívio, prazer e relaxamento muito parecidos com a sensação de pós-orgasmo.

O orientador recomendou que eu investigasse diversas qualidades em seu limite durante as práticas. Por exemplo: se eu encontrasse uma dinâmica de movimentação rápida, investigaria a rapidez ao máximo, desafiando-me, sempre, a executar movimentos tão rápidos quanto eu pudesse. Aceitei a sugestão, e sentia-me cada vez mais interessado em realizar os exercícios.

1.10. SEGUNDA-FEIRA, 10/11/2014: REALIZAÇÃO DOS EXERCÍCIOS PARA A BANCA DE QUALIFICAÇÃO – Exercícios realizados: Aquecimento, “Pistão e rolamento” e “Articulação”

Hoje eu deveria apresentar a realização dos exercícios aos professores convidados e falar sobre o rumo que minha pesquisa tomava. Optei por realizar a prática de aquecimento e os exercícios “Pistão e rolamento” e “Articulações”. Porém, o foco da investigação consistia em explorar, ao limite, as qualidades encontradas. Solicitei, mais uma vez, que Tatiana cronometrasse o tempo para mim. Cada procedimento teria duração de cinco minutos.

Aquecimento

Posicionei-me deitado à frente de todos que assistiam (alunos da disciplina, professores convidados e orientador). Comecei a realizar movimentos de torção e expansão com a boca. Torcia tanto quanto me fosse possível: os movimentos eram duros, controlados e vigorosos. Meus lábios apontavam para todas as direções (cima, baixo, direita, esquerda e todas as possibilidades de diagonais). Havia, também, a variação de apontarem para fora ou para dentro, não necessariamente juntos (em alguns momentos, somente o lábio inferior apontava para fora). Às vezes, a movimentação da boca se fazia tão ampla e expansiva, que englobava toda a musculatura da face, “ecoando” no nariz, nas bochechas, nos olhos e na testa. Os movimentos foram adquirindo maior velocidade e permiti que a aceleração atingisse o apogeu. Minha boca se movia como se eu falasse freneticamente: de modo tão rápido quanto jamais imaginava possível. Ao pensar ter atingido o limite de velocidade, desafiava-me a fazê-lo ainda mais rápido e, para minha surpresa, conseguia. Agora, enquanto escrevo, percebo a semelhança dessa parte do aquecimento com o exercício “Elementos plásticos”.

Movimentei todo o corpo, buscando a mesma velocidade encontrada na boca. Quando não mais suportei seguir mantendo a velocidade limite, fui desacelerando até que a movimentação se tornasse lenta e investi nessa qualidade. Notei que acabava de entrar em uma “zona desconfortável”: a contenção empregada nos movimentos não me era de simples execução. Havia ansiedade por seguir um pouco mais depressa. Foi-me pesaroso movimentar-me de modo tão lento. Tatiana avisou-me sobre o tempo e iniciei o próximo exercício.

Pistão e rolamento

Comecei a rolar com cautela, contatando o chão com suavidade. Era como se eu estivesse, primeiramente, redescobrimo como me organizar para efetuar os rolamentos. Percebia os impulsos e me permitia ser conduzido por eles. Quando digo impulsos, estou me referindo ao ímpeto dirigido à realização de algo. Em vez de me “ordenar” rolar para frente ou para trás, por exemplo, eu obedecia aos impulsos. Percebia-me no espaço e estava atento à relação estabelecida entre nós. Um exemplo prático disso foi quando eu, ainda no nível baixo, pois foi assim que eu estava ao final do aquecimento, notei que minha perna direita estava em movimento. E foi a partir dessa disposição, que permiti a modificação da prática sem “romper” com a sequência. Em outros momentos, eu, provavelmente, teria me levantado e me preparado para “outra etapa”.

A movimentação na perna apontou-me para a realização de rolamentos pela lateral direita. Alguns impulsos empregados na perna direita não foram fortes o suficiente para me fazer rolar. Conforme eu encontrava a devida organização, a continuidade e a fluidez nesse modo específico de rolamento iam-se estabelecendo. Tudo se tornou muito preciso: o impulso empregado na perna, o consequente acompanhamento de todo o corpo, a pressão exercida pela palma das mãos que contactavam o chão, o tempo de execução e os momentos onde eu inspirava e expirava. Explorei, ao limite, a precisão na repetição dos rolamentos. Percebia-me atento e extremamente engajado. Sentia-me desafiado a realizar essa sequência, a encontrar exatidão nos movimentos. Rolei dessa maneira por dezenas de vezes.

Em outro momento, rolei para frente, explorando, ao limite, a fluidez. Meu objetivo era evitar qualquer interrupção na movimentação: seu fluxo deveria ser contínuo. A compreensão de como me organizar para efetuar rolamentos subsequentes foi conquistada graças ao empenho na execução. Mal levantava meu tronco do chão e minhas mãos já o tocavam de novo, centímetros à frente, para que eu pudesse rolar mais uma vez. Não havia esforço, sentia-me apenas permitindo o “curso natural” da prática. Não parecia uma escolha, no sentido de “me dirigir a”, ao contrário, parecia ser “dirigido a”, como se a própria prática me encaminhasse. Qualidades (como rapidez, lentidão, fluidez, intermitência, vigor e contenção), apareceram no decorrer da prática, eu não as premeditava, não me direcionava a “do nada” explorar a lentidão, por exemplo. Simplesmente estava antenado e, quando se “apresentavam” a mim, permitia-me ser guiado por elas.

Segui rolando para frente e meus movimentos conquistaram maior precisão e velocidade. Quanto mais os compreendia, mais rapidamente tornava-me possível executá-los. Explorei, ao

máximo, a rapidez nesses rolamentos contínuos. Não sei como eu era visto de fora, mas eu sentia como se rolasse tão rápido quanto a roda de um carro em alta velocidade. Além de me organizar para executá-los, havia a questão do controle: eu tinha de girar, percorrendo um grande raio, porque se eu rolasse em linha reta, teria de interromper os rolamentos ou me chocaria contra a parede ou alguém. Esse foi, sem dúvida, o maior desafio que encarei desde o início da pesquisa.

Meu abdômen era ligeiramente contraído e minha visão estava comprometida devido à realização aceleradíssima dos rolamentos: mal me levantava e, em alguns milésimos, “mergulhava” com a cabeça, aproximando-a do peito, “arredondando-me” e percorrendo o chão com a coluna. Guiava-me apenas pela noção de espaço, que nunca me pareceu tão aguçada. Estranhamente, sabia com exatidão quanto de chão era percorrido a cada rolamento e o fiz por aproximadamente trinta vezes, mantendo as respectivas continuidade e velocidade.

Repousei a parte de trás da cabeça no chão por um instante: estava “deitado”, minha orelha direita tocava o ombro direito, enquanto a região próxima à lateral do joelho direito tocava a orelha esquerda, joelhos e pés tocavam o chão, minhas coxas pressionavam meu abdômen, glúteos e nariz apontavam para o teto. A partir dessa posição inicial, passei meu joelho direito, que antes tocava a orelha esquerda para o lado direito do meu rosto. Ao transferir parte do peso do corpo para o joelho direito, a perna esquerda também transitou para o lado direito do rosto, passando por cima de minha cabeça. Meu pescoço, então, girou, mudando minha cabeça de posição em busca de conforto. Comecei a explorar e compreender o deslocamento das pernas e, especialmente, esse giro no pescoço.

Uma sequência foi estabelecida: perna direita sai do lado esquerdo do rosto e passa para o direito, transferência de parte do peso para o joelho direito, perna esquerda também sai do lado esquerdo para o direito e, durante o trajeto, o pescoço gira, mudando minha cabeça de posição, aproximando, novamente, minha orelha esquerda da região próxima à lateral do joelho direito. O último movimento realizado ligava-se ao primeiro. Toda essa movimentação, na verdade um giro pelo chão conduzido pelos movimentos das pernas e do pescoço adquiria agilidade conforme eu compreendia como me organizar. Todas as regiões do pescoço moviam-se com velocidade e maleabilidade espantosas. Estranhava-me: “Que giro é esse? O que estou fazendo?”. Eu não sabia, mas o importante era manter-me em estado de pesquisa, de trabalho.

Passei a realizar essa sequência o mais rápido que pude. As mãos passaram a desempenhar forte papel em meu equilíbrio: pressionavam o chão, direcionando meu tronco. A

forte contração abdominal também ajudava a impedir que a coluna tombasse para o lado durante a execução.

Estava bastante tonto e cessei a prática desse giro. Minhas mãos tocaram o chão e voltei a rolar para frente com calma. A suavidade foi surgindo e com ela uma dinâmica mais lenta de movimentos. A ligeira contração do abdômen tornava possível rolar lentamente: graças a ela, podia equilibrar o corpo apenas com os ísquios apoiados no chão. A contração abdominal, além de sustentar o corpo, regulava a velocidade desejada. Não se fazia possível rolar devagar empregando suavidade: os movimentos passaram a ser controlados e contidos. Braços e pernas moviam-se com lentidão e buscavam o próximo contato com o chão para outro rolamento.

Quase ao fim da execução de “Pistão e rolamento”, levantei-me do chão, ofegante. Minha frequência cardíaca estava elevada e eu, agitado. Caminhei rapidamente pelo espaço e essa caminhada transformou-se em corrida. Nesse momento, realizei, pela primeira vez, rolamentos durante a corrida. Fui tomado pelo impulso de “mergulhar” no chão para rolar e repetia os mesmos rolamentos, cada vez mais depressa, graças a impulsos mais generosos. Eu já havia visto um dos membros do LUME rolando desse modo no vídeo demonstrativo, mas não imaginei que eu teria coragem de fazê-lo tão cedo. Não somente o fiz, como não me machuquei. Foi uma descoberta maravilhosa.

A intermitência foi explorada: corria rapidamente, rolava e voltava a correr pelo espaço até que eu realizasse outro rolamento. Experimentei rolar de costas, buscando a mesma generosidade encontrada nos impulsos do rolamento durante as corridas. Eu rolava para trás com muita velocidade e minhas mãos empurravam fortemente, o chão, “lançando-me” para que eu ficasse novamente de pé. Sinto-me bobo ao dizê-lo, mas, dentro de minhas capacidades, tive a sensação de estar realizando feitos espetaculares, dignos de um campeão da ginástica olímpica.

Descobrir esses rolamentos era também descobrir-me. Como podia ser diferente? Com que vigor atravesso a sala ao correr? Quanta adrenalina sinto por mergulhar-me no chão? Quanto desejo, ou não, há na execução de um rolamento? Quanto oscilo por não me sentir confiante suficiente? A percepção acerca dessas reflexões é tão reveladora quanto a prática dos procedimentos, as leituras e minha escrita sobre sua realização. Quero dizer que, a pesquisa, como um todo, tem colaborado em meu autoconhecimento e minha autopercepção.

Articulação

Eu estava exausto. Quando Tatiana me alertou sobre o tempo, respirei profunda e pesadamente: fruto de meu estado, digno de quem acabara de correr uma maratona. Sequei meu rosto suado com a camisa, igualmente repleta de suor. Sutilmente, comecei a movimentar-me. Meus braços, completamente estendidos, se movimentavam cada vez mais longe. Meus ombros se mostraram bastante maleáveis e, diversas vezes, guiavam o restante do corpo, apontando as direções da movimentação.

Comecei a trabalhar direções antagônicas e, simultaneamente, investi na fluidez dentro de uma dinâmica de movimentos em oposição. Se meus joelhos apontavam à minha esquerda, meu tronco apontava para o lado oposto, por exemplo.

O chão estava úmido e escorregadio, repleto do meu suor. Algumas vezes, em momentos onde as partes de meu corpo se encontravam em extrema oposição, meus pés deslizavam e faziam-me girar rapidamente. O giro era de, aproximadamente, cento e oitenta graus e modificava, em milésimos de segundos, toda a “arquitetura” estabelecida em meu corpo. Organizava-me, de imediato, lidando com modo no qual eu me encontrava. A organização implicava calma para lidar com imprevistos. Durante toda a realização do exercício, explorei as variações de lentidão (lento, muito lento e quase imóvel). O ímpeto de acelerar se contrapunha à qualidade empregada no movimento.

Faltava pouco tempo para que a prática se encerrasse. Eu estava deitado, meus glúteos se assentavam sobre meus pés e minha coluna se estendia no chão. Explorava, ao máximo, a qualidade de tensão. Eu “travava” as articulações realizando movimentos de expansão e contração. Os dedos das mãos chegavam a doer, tamanha força empregada. Minha respiração estava igualmente dura, “atravancada”. Sentia-me pesado, sofrido, aprisionado: meu corpo implorava por liberdade, eu precisava relaxar a musculatura. A coluna saiu do chão, ainda dura, sustentada pelo abdômen, levando, ao limite, as qualidades de dureza e contenção. Minha boca e olhos expandiam-se ao máximo. Era sofrível, extremamente sofrível. Tati avisou-me sobre os cinco minutos e, após alguns segundos, relaxei toda a musculatura. Foi como se uma forte “corrente de alívio” percorresse meu corpo. Finalmente, voltei a respirar com fluidez.

2. RELATO E ANÁLISE DO ESTUDO PRÁTICO DA ATUAÇÃO

Pretendo expor o estudo de trabalhos expressivos (um deles, concomitante, outros dois, subsequentes à realização dos procedimentos do LUME). O objetivo desse capítulo é sondar de que modo a prática desses exercícios modificou meu modo de atuar e de pensar sobre atuação.

2.1. ESQUETE “DIRIJA MINHA MORTE”

Concomitantemente à prática dos procedimentos do LUME, eu realizava um trabalho como ator: estava em turnê pelo FESTU Rio⁵ com o esquete chamado “Dirija minha morte”⁶, no qual atuei a personagem “maquiador”. Segue um breve resumo da dramaturgia: Léo é um jovem rapaz que pretende se suicidar e decide contratar um profissional para dirigi-lo em sua morte, filmá-lo e depois publicar o vídeo na internet. Porém, ele não contava que alguém aceitaria sua proposta. Uma diretora o surpreende não somente ao aceitar, mas também por acreditar na seriedade do trabalho e no possível sucesso e repercussão que ele poderia oferecer. Ela conta com o auxílio de sua equipe de filmagem.

Fui encontrando com o “maquiador”, um modo de atuar onde meu corpo tornava-se cada vez mais “desenhado”, com gestos, ações e deslocamentos mais delineados, mais precisos. Como um bailarino que sabe o percurso minucioso traçado por seus movimentos, eu descobria, como ator, modos específicos de deslocamento, de passar o pincel no disco onde contém o pó e de como guardar ou retirar pincel e disco no bolso. Encontrava esses caminhos intuitivamente, realizava-os dentro de minhas capacidades. Eu tinha algumas noções de qualidade de movimento (como velocidade e amplitude), mas nunca havia entrado em contato com um treinamento técnico que explorasse, especificamente, essas questões.

O esquete foi apresentado e filmado no Teatro SESI em Macaé no dia oito de outubro (o link para assistir o vídeo está disponível nas referências, página 65). Nesse período eu só havia entrado em contato com os exercícios referentes às práticas de aquecimento e treinamento técnico

⁵Festival de esquetes universitário que ocorre anualmente no Rio de Janeiro

⁶ Elenco: Arianne Felix, Dan Venturi, Hudson Salustiano, Igor Cosso, Kamilla Neves, Stefano Maximino e Valber Rodrigues. Direção: Kamilla Neves. Texto: Igor Cosso.

(“Pistão e rolamento” e “Raiz”).

Antes da apresentação, eu e meus colegas nos aquecemos coletivamente. O aquecimento não é uma prática que foi adotada por mim somente após a pesquisa. Eu o praticava, mas de outro modo: ele não tinha um caráter tão investigativo. Eu apenas executava um modo de aquecimento que eu acreditava ser o “certo”. Movimentava-me, espreguiçando ou contorcendo-me, correndo ou saltando, mas sem perceber com minúcias o que a realização despertava em mim, de que modo eu era modificado. Aquecia-me sem um “para quê”, sem uma direção desejada. Acreditava atuar “melhor” quando me aquecia, mas não refletia sobre de que modo essa melhora aparecia. Como ela se dava? Quais as implicações objetivas? Não havia a permissão necessária para maior envolvimento e percepção de sua realização.

Se eu me aquecia, saltando, por exemplo, eu apenas o fazia e cessava quando eu decidia. Não havia percepção do que esses saltos me despertavam e de que modo eles me transformavam e se transformavam (fazendo com que eu saltasse mais longe, mais alto, ou mais rápido, por exemplo). Eu não me envolvia tanto com meus aquecimentos e por isso eles acabavam não se desenvolvendo, também. Minha relação com eles era mais mecânica. Não costumava haver envolvimento integral (corpo e mente)

Vale a pena ressaltar uma característica que foi se intensificando no decorrer de ensaios e apresentações do esquete: o dinamismo e objetividade da diretora e de sua equipe se contrapunham à uma dinâmica oposta da parte de Léo, menos objetiva. Os profissionais encaram a morte de Léo como negócio. Eles desejam fazer de sua morte um sucesso e querem executar esse trabalho com seriedade e agilidade, já Léo, demonstra faltar-lhe coragem durante os *takes*.

Eu gostaria de explorar características dinâmicas, como objetividade e agilidade e, enquanto estava na coxia, decidi me aquecer individualmente tendo em mente esse desejo. Comecei me espreguiçando com o mesmo objetivo de quando realizei a prática de aquecimento, referente à metodologia do LUME, pela primeira vez: “despertar-me” para a realização de um próximo exercício, que, no caso, seria minha atuação no esquete. Esse despertar diz respeito à abertura da percepção e ao meu engajamento naquilo que faço, realizo, executo. No decorrer da movimentação, começo a perceber coisas simples, como o estalar das articulações e a respiração fluir, tornando-se contínua. Minha mente e meus pensamentos dirigiam-se ao meu despertar.

Após estabelecer meu primeiro contato por meio do aquecimento, voltei meu olhar e pude notar o que acontecia à minha volta (meus parceiros de cena nas coxias e, também, outros atores,

que transitavam pelas periferias do palco). Continuava igualmente envolvido com minha preparação pessoal, mas, agora, assumindo-me como parte integrante de algo maior. O espreguiçar foi se tornando mais fluido, transformando-se em movimentos circulares. Buscava a agilidade e a objetividade da personagem. Instintivamente, explorei movimentos no peito que iam adquirindo características mais pontuais e abruptas. As movimentações, alternadas entre circulares e sagitais, eram fortes, como se eu socasse, de fato, com o peito.

A cena já havia começado e eu a assistia enquanto me aquecia. A movimentação realizada no peito trazia meu tronco para frente e, em resposta, meus braços ficavam para trás. Os braços adquiriam qualidade cada vez mais dura: estavam tensos, contidos, presos. Minha respiração ia ficando mais marcada: expirava abruptamente quando socava com o peito e inspirava durante a realização dos movimentos circulares. Seguia permitindo que esse aquecimento me transformasse e se transformasse comigo: meu peito socava mais forte e bruscamente, braços se tornavam cada vez mais tensos e meu desequilíbrio proporcionado pelos socos no peito se fazia mais notório.

A música que marca minha entrada e de toda equipe (04:21) tocou. Entrei em cena permeado por uma enorme sensação de agilidade e vigor. Cruzava o espaço, invadindo-o, pronto para executar o trabalho pelo qual fui chamado. A sensação de novidade e frescor eram imensas: como se eu estivesse atuando no esquete pela primeira vez. Meus passos se alargaram e meus braços responderam ao deslocamento. Sentia o vento passando contra mim e balançar o lenço amarrado em meu pescoço. Meu caminhar estava imbuído de potência, era firme e preciso: tinha exatamente a objetividade que eu almejava. Sentia-me extremamente íntimo de meu corpo, integrado a ele. Essa totalidade psicofísica se traduzia ali, intermediada por minha percepção e contato: no sapato que tocava o chão com firmeza, em meu deslocamento ágil, a precisa transferência de peso em meu caminhar, no vento que eu pude sentir graças à velocidade desse deslocamento, no balançar de meu lenço, no contato visual estabelecido com Léo, e na percepção desse espaço com todas as suas características, como o longo palco de madeira, as coxias, a diferença de iluminação entre palco e público.

Sentia-me com movimentação precisa como nunca havia notado. Por exemplo, quando paro o deslocamento de entrada (04:34), interrompendo bruscamente o movimento, exaltando formas do corpo da personagem. Os contornos dos braços são fruto do modo com que me relaciono segurando pincel e disco. Outros exemplos: quando, após essa brusca interrupção dos movimentos, voltamos a nos mover juntos (04:38), ou quando volto o queixo de Léo para mim,

tornando possível que eu volte a maquiá-lo (04:54).

Quando realizo um trabalho que considero “pronto” para ser apresentado, torna-se desafiador, para mim, fugir da atuação mecânica, onde eu acabo por premeditar minhas ações e por cumprir as marcações sem envolvimento com o que acontece em cena, sem engajamento. Por vezes, eu sequer voltava minha atenção ao que era dito em cena, apenas estava “programado” para realizar determinada ação no momento em que eu “deveria” ou dizer algo quando deveria ser dito. Mas nesse dia, ocorreu justamente o contrário, minhas ações se tornaram orgânicas, isto é, não eram premeditadas, estava de fato engajado em executá-las.

Já experimentei a sensação de imersão outras vezes, ao longo de minhas práticas e estudos dentro e fora da instituição, mas eu me sentia refém dessa qualidade de presença. Não sabia como acessá-la: ela acontecia ou não, e só me restava aceitar. Nesse dia, a imersão não “apareceu” porque quis, acredito tê-la “convidado” ao me aquecer. Estava mais atento aos impulsos que norteavam minha atuação. Por exemplo: quando puxei o queixo de Léo (04:54), foi em resposta à dificuldade que estava tendo de pincelar sua bochecha; quando o ajudei a se vestir, o modo como segurava a fantasia foi para, de fato, ajudá-lo a se vestir; quando vou abraçá-lo foi em resposta à “brecha” na fala dele (09:10); quando deixo minhas mãos escorrerem das costas de Léo após abraçá-lo, percorrendo seu pescoço e seu peito, foi para aproveitar-me da situação; quando volto a caminhar com o pescoço ainda virado para poder olhá-lo (09:20) foi para assumir-me interessado nele.

Estar atento à organicidade, à vida dos impulsos que movem meus gestos e ações, torna-se primordial para que eu possa atuar novamente de modo engajado e não apenas cumprir marcações, premeditando-as, realizando ações sem vida, sem impulso.

Acredito que a realização dos exercícios do treinamento técnico proporcionou-me maior percepção do desenho traçado no espaço por meu corpo e maior consciência do emprego da base. Por exemplo, de 06:33 a 06:44: me desloco, paro, percorro do nível alto ao médio, abrindo os braços com suavidade. Posiciono-me junto ao Léo, pincelo o disco e depois sua face, passo os dedos sobre o pó em seu rosto, volto a ficar de pé e giro para voltar à posição de onde saí, firmo a base e, por fim, encontro uma posição para os braços. Eu já tinha essa sequência de movimentos estabelecida, mas sua execução nesse dia foi mais “certeira”. Não me resta dúvida de que a realização dessas ações foi muito mais precisa do que costumava executar: havia calma e atenção. Senti ter encontrado maior organização para a realização desses movimentos.

2.2. TRABALHO “MONÓLOGOS”, REALIZADO NA DISCIPLINA DE NOVAS MÍDIAS

Concomitantemente à prática dos procedimentos do LUME, cursei a disciplina de Novas Mídias, orientada por Helena Varvaki, iniciada em quatorze de outubro e encerrada no dia onze de dezembro. Para um dos trabalhos dessa disciplina, “Monólogos”, nós, alunos, deveríamos, primeiramente, escolher um texto de nosso interesse, sua leitura deveria ter duração máxima de um minuto. Escolhi trechos que mais me interessaram da bula do *Diazepam*⁷ (especificamente, de suas indicações). Depois, Helena sugeriu que escolhêssemos dois “verbos de ação” (termo por ela utilizado). Esses “verbos de ação” – por exemplo: lamentar, confessar, perdoar, ameaçar, ofender, recuar, consolar, ridicularizar - diziam respeito ao meu objetivo em cena (pelo menos do modo como os compreendo). Eles revelam meu desejo de agir sobre alguém (a si próprio ou outrem). Também deveríamos escolher uma ação cotidiana a ser realizada durante a cena. Suas possibilidades são muito vastas, portanto, vou citar exemplos de ações utilizadas pelos colegas: cortar cenoura, amarrar sapatos, comer uvas, beber café, fumar cigarro, organizar mochila, mexer nas hastes dos óculos e fazer anotações no caderno. Por fim, foi-nos solicitado que escolhêssemos alguém específico: seríamos filmados e deveríamos ter em mente que o vídeo seria um meio para se comunicar com tal pessoa.

Escolhi o texto (por mim editado), os verbos de ação (seduzir e acusar), a ação cotidiana (comer morangos com creme de leite) e, finalmente, escolhi alguém pelo qual eu filmaria o vídeo. Como eu me relacionaria com todos esses elementos? Eu não sabia exatamente, porém, tinha consciência de que eles deveriam estar intimamente ligados a mim e entre si.

Na semana anterior à filmagem, realizei a cena para que Helena visse e, se necessário, orientasse. É importante ressaltar que neste momento eu já havia realizado todos os procedimentos do LUME, mencionados no primeiro capítulo. Eu deveria escolher um espaço da sala, tendo em mente onde a câmera estaria me filmando. Escolhi um dos cantos da parede, em uma diagonal, e imaginei a câmera na outra extremidade. Posicionei, à minha frente, uma tigela com os morangos e uma larga taça com o creme de leite. Encontrei um modo descontraído de sentar-me no chão: a mão esquerda estava apoiada e era responsável por sustentar parte de meu

⁷O *Diazepam* faz parte do grupo dos benzodiazepínicos e possui propriedades ansiolíticas, sedativas, miorelaxantes, anticonvulsivantes e efeitos amnésicos.

peso, a perna esquerda “deitava” para o lado esquerdo e sua panturrilha quase tocava a parte inferior de sua coxa, já a perna direita, simplesmente se dobrava, o pé direito apontava para frente, sua planta tocava o chão e o cotovelo direito às vezes se apoiava sobre o joelho direito.

Eu me preparei para a cena, lembrando-me dos “verbos de ação” e me concentrando para falar, por meio da câmera, com a pessoa escolhida. Comecei olhando para os alimentos e peguei, lentamente, um morango. Eu estava engajado em seduzir e isso fazia com que eu me preocupasse em ressaltar o que acredito ter de atraente: valorizava meus movimentos como quem quer sair “bem” em uma foto ou se sentir bonito diante do espelho. Às vezes, flagrava-me olhando de lado, mostrando um ângulo que favorecesse a aparição do lado direito do meu rosto - porque do outro lado tinha um pouco de acne -, depois eu ria timidamente por perceber-me ridículo, seduzindo. Mordi metade do morango, vagarosamente e deslizei meus lábios com suavidade. Era como se beijasse a fruta com carinho. Queria despertar, no outro, o desejo de me tocar. O morango estava muito gostoso, doce e fresco. O texto fluía de modo orgânico, como uma extensão dessa qualidade de sedução. Minha voz se tornava sinuosa, macia e baixa. Meu coração batia rapidamente, devido à timidez. Às vezes eu ria, assumindo-me péssimo sedutor, assumindo meu lado ridículo, considerava que o outro me percebia do mesmo modo. Ria como quem ri “junto”, pois o vídeo seria assistido e a pessoa, certamente, riria de mim. Esse riso tinha uma qualidade completamente diferente do envergonhado, tímido: ele era mais largo, sonoro, assumido, compartilhado, enquanto o outro era mais sutil, discreto, silencioso e não revelava meus dentes.

Mergulhava o morango na taça de creme de leite e me sentia como um ator de comercial “vendendo” o que comia. Ri novamente ao supor que a pessoa a qual me dirijo também se divertia com aquilo. Encontrei qualidades específicas, advindas da própria tentativa de seduzir, desenvolvidas conforme eu “brincava” de flertar e achava graça na situação. Alguns sorrisinhos de lado, marotos, maliciosos, escapavam-me. Assumia a intenção de provocar o desejo, de “convidar” o outro. Por vezes, percebia-me manipulando a fruta entre os dedos com suavidade. Era justamente o que eu gostaria de fazer a quem me assistiria: “manipular”, despertando-lhe sensações de prazer e desejo.

Às vezes, meu tronco inclinava-se para frente, como se eu me aproximasse da pessoa com quem falo. A ação ocorria em resposta aos impulsos de seduzir com mais vigor, mostrando segurança na fala e no olhar. Meus olhos fixavam-se ao ponto onde deveria estar a câmera e se estreitavam com malícia. Esses eram momentos em que eu confiava mais no meu poder de

conquista.

Eu ainda precisava explorar o verbo de ação acusar. De que modo eu o faria? Eu não sabia. Ainda explorando a sedução, eu citava os procedimentos para os quais o medicamento Diazepam estava indicado. Fui percebendo o que dizia: estranhava tais palavras (redução de fraturas, biópsias e curativos em queimados). A sedução morria ali, onde eu questionava o que dizia. Como eu podia comer com tanto prazer dizendo palavras como aquelas? Minha boca se abriu em resposta e o morango, que estava dentro dela, rolou por minha língua e caiu no chão. Percebi ali uma “brecha”, um estímulo para explorar o segundo verbo de ação.

Direcionei meu olhar para o ponto fixo (correspondente à câmera) e comecei a acusar tal pessoa. Não havia psicologia das palavras, eu simplesmente explorava os elementos por mim escolhidos. Não sabia por que acusava e não me importava saber. Assim como não me foi importante saber por que seduzia. Eu apenas acusava. As palavras saíam firmes e tinham a intenção de ferir o “réu” como navalha. Era como se eu acusasse por algo desagradável. Que algo? Também não me importava saber. Eu estava me trabalhando como ator: agia sobre os elementos por mim escolhidos e eles, sobre mim. O verbo de ação transformava meu comportamento e mudava a relação que eu estabelecia com os outros elementos: não mais sorria, meu corpo estava mais tenso, duro, meus olhos encaravam, fixa e seriamente, o ponto, o morango, que antes era manuseado, agora estava imóvel entre meus dedos, as palavras, antes ditas de modo suave e sinuoso, agora eram diretas, duras, inquisidoras. Esse “acusar” foi se desenvolvendo. Meus batimentos se aceleraram, minha respiração tornou-se mais rápida, intermitente e meu rosto parecia mais duro. Senti uma corrente gelada na região do maxilar.

Quando atingi o ápice da acusação, calei-me por poucos segundos, e voltei a comer os morangos, com gana. Minhas mãos os buscavam rapidamente. Eu os mastigava, retirando antes a parte do “cabinho” e folhas com os dentes. A ação de comer tranquilizou-me. Minha respiração e batimentos foram se normalizando e pude desfrutar o sabor adocicado da fruta. Minha musculatura, antes tensa, tornava-se cada vez mais relaxada. Fui tomado por uma enorme sensação de prazer e bem estar. Finalizei a cena com o “verbo de ação” seduzir, ainda embriagado desse estado.

Além de executar a cena como ator, estava muitíssimo atento aos caminhos percorridos e aos estímulos que me moviam. Tinha calma para não querer “encontrar soluções” e sim estar “aberto”, permitindo que o momento presente apontasse o próximo passo a ser dado. Relacionei-

me com os elementos “passivamente”, permitindo que cada momento em cena durasse o tempo necessário, até surgir estímulos capazes de me fazer transitar a outra etapa da cena. Esse estado de presença tem se revelado com muito mais solidez após a realização dos procedimentos indicados por Ferracini.

Isso se comprovou quando realizei a mesma cena, poucos minutos depois e consegui trilhar um caminho muito próximo ao anterior. O que modificou, visivelmente, foi quando, após atingir o ápice do verbo de ação acusar, ao comer os morangos com exaltação, acabei pegando a taça de creme de leite e bebendo largos goles. Essa ação intensificou ainda mais meu prazer, minha tranquilidade e meu relaxamento: era como uma sensação de pós-orgasmo.

O vídeo foi filmado na semana seguinte (link para assisti-lo disponível nas referências, página 65) em outro local, que não a sala a qual estávamos acostumados, eu teria de escolher uma parte específica desse local. Fiz minha escolha adaptei-me ao novo espaço. As costas ganharam apoio de uma parede e meu ombro direito, às vezes, apoiava-se no extintor ao meu lado. A câmera não estava tão longe quanto eu imaginei que estivesse. Gabriel Borges, um dos colegas da disciplina, segurava a câmera bastante próxima a mim.

Comecei a cena me sentindo pressionado: a câmera estava com pouca bateria e havia outros colegas para gravar. A proximidade da lente me intimidou, afinal, era a primeira vez que atuava com uma tão próxima.

Quando Helena disse “Prepara... Ação!”, dei início à cena sem me sentir devidamente preparado. Conforme eu falava o texto, achava tudo estranho: não acreditava no que eu dizia, não estava “conectado” com a pessoa à qual eu “mandaria o vídeo”. Pedi, então, para filmar novamente e Helena concedeu. Concentrei-me e realizei a cena. Foi novo para mim, o modo como consegui me organizar e percorrer caminhos tão parecidos quanto os do ensaio. Eu tive calma suficiente para reconhecer - enquanto atuava - os impulsos que me moveram nas realizações anteriores. Se eu me percebia premeditando alguma das ações, tentava, generosamente, encontrar o devido estímulo para executá-la.

2.3. PARTE QUATRO DE “O CAMPO”

O orientador sugeriu que eu escolhesse alguma cena, por mim atuada antes da realização dos procedimentos do LUME, e a refizesse. Eu deveria me atentar às possíveis diferenças que

essa prática proporcionou em meu modo de atuar ou pensar a atuação e caracterizá-las, se houvessem. Escolhi “O campo” de Martin Crimp, traduzido por Daniele Avila. Trabalhei a partir desse texto na disciplina “Dramaturgia Contemporânea”, que teve duração de dois meses, sob a orientação de Oscar Saraiva.

Farei um breve resumo das circunstâncias da dramaturgia: Richard tem quarenta anos de idade, é médico e pai de dois filhos com Corinne, sua esposa, mesma idade. Já Rebecca, amante dele, é quinze anos mais jovem. Todos moravam na cidade, até que Rebecca resolveu mudar-se para o campo. Richard decidiu ir atrás dela e mudou-se com esposa e filhos. Corinne acreditava que o motivo da mudança tinha a ver com a reabilitação do marido (tudo indica que ele seja usuário de morfina). Rebecca sabe que Richard é casado. Eles têm um acordo, que implica ausência de contato dela com sua família. Richard e Rebecca saem e se drogam. Ele volta para sua casa com a amante adormecida em seus braços. Corinne vê quando eles chegam e a primeira parte da dramaturgia se inicia com o diálogo dela com o marido. Eles estão na sala onde Rebecca dorme. Richard disse ter encontrado a moça inconsciente, na beira da estrada. Corinne o interroga. A segunda parte segue com o diálogo dos dois após algum tempo, Rebecca continua dormindo. Corinne insinua que ele continua se drogando e que Rebecca, talvez, tenha pagado pelas drogas com sexo. Ele recebe várias ligações de Morris, seu companheiro de trabalho: Richard precisa sair para atender uma emergência de cunho profissional. Ele o faz, deixando sua mulher com a amante em casa, ainda adormecida.

A parte quatro foi a que atuei juntamente com Igor, que dividia comigo o papel de Richard e Tatiana, atual colega da disciplina “Estudos de criação: TCC”, como Rebecca. Essa parte se inicia quando Richard já está de volta em casa, depois de ter atendido à emergência. Rebecca está sozinha na sala, Richard entra e entrega um copo de água à ela. Ele quer saber se Rebecca viu Corinne. Não dissertarei sobre maiores detalhes da cena, pois ela está anexada ao trabalho (verificar anexo 4).

Encontrei-me com Tatiana para lermos a cena. Foi impressionante a quantidade de possibilidades que surgiam. Não recorro de ter “mergulhado” tanto em uma leitura. Tatiana e eu nos afetávamos durante a prática. Eu a escutava não apenas com os ouvidos, mas com todo meu corpo. Ele, meu corpo, era modificado durante a leitura. O modo como ele se organizava e reagia ao que ouvia dela era reflexo de minha imersão ali. Eu encontrava nuances antes inimagináveis. A leitura foi muito mais “viva” do que qualquer vez que eu atuei ao longo da disciplina

“Dramaturgia Contemporânea”. Essa leitura me fez enxergar o quanto eu atuava de modo “chapado”.

Durante o processo na disciplina “Dramaturgia Contemporânea”, grande parte de minha atuação se dirigia à urgência em me livrar de Rebecca. Ou, de repente, eu permanecia longos segundos abraçado à ela, desconsiderando a circunstância da dramaturgia, a qual Richard acredita que Corinne esteja em casa. Não havia concomitância de sensações como o medo de ser visto pela esposa e o prazer recebido pelo toque da amante. Não havia uma recusa enfraquecida, esmorecida, do carinho de Rebecca: ou aceitava ou negava, objetivamente, era “oito ou oitenta”. Minhas ações eram muito diretas e o texto saía com intenções igualmente diretas, duras, secas, impacientes - pelo menos na maior parte do tempo em que atuava. Não havia delicadeza com Rebecca enquanto evitava que ela caminhasse pelas dependências da casa, sendo que ela representa, ali, forte ameaça ao “meu casamento”. Minha atuação tornou-se “surda” devido à urgente necessidade em livrar-me dela.

No decorrer da leitura, descobri qualidades na fala que envolviam afeto, ironia, medo, cautela, constrangimento. Comecei a descobrir outro modo de enxergar Richard, de me enxergar diante da situação dele. Eu descobria novos impulsos a partir do “jogo” estabelecido com Tatiana. Pude perceber quando eu respondia sem envolvimento com a leitura, pois minha intenção caía no registro automático: percebia-me falando não mais em resposta à ela e acabava por reproduzir um modo único e chapado, encontrado por mim como possibilidade de atuação durante as aulas de Dramaturgia Contemporânea.

Realizamos dois dias de encontro para leituras, até que decidimos apresentar a cena para a turma, dessa vez, atuando, de fato. Combinamos de estalar os dedos caso estivéssemos pouco ou nada envolvidos com o trabalho, desse modo, deveríamos voltar um pouco antes no texto e seguir a partir desse ponto. Logo ao entrar em cena com o copo d’água, senti-me pouco conectado comigo, com a circunstância e com o antecedente. Percebia-me desconfortável e, ainda assim, seguia atuando. Embora eu tenha estalado os dedos por diversas vezes, expondo minha baixa concentração, acabava passando por cima disso por acreditar que deveria “mostrar” algo ao orientador.

Eu me percebia desconectado, mas, por várias vezes, seguia, esperançoso de que isso mudasse no decorrer da cena. Senti-me angustiado e refém da situação. Não havia o que fazer. Minha base era estranha e terrivelmente desconfortável. Quando eu parava, não reconhecia meu

corpo, não me sentia à vontade desse modo, não sentia intimidade comigo mesmo. Ao apoiar as mãos sobre a mesa e transferir parte do peso ali, perguntava-me porque tinha me apoiado. Não respondia aos impulsos, não havia calma para estabelecer contato com o espaço, para percebê-lo. Não sentava porque tinha ímpeto, referente à circunstância, de fazê-lo. Sentava por não saber o que fazer. Estava “perdido”, afinal.

Meu olhar traduzia bem o quanto eu não sabia o que fazer. Eu procurava, o tempo todo, nos olhos de Tatiana uma solução para meu problema como ator: tentava estabelecer contato com ela na tentativa de “aterrissar” na prática. Olhava para a mesa, para as cadeiras e, ao fim, eu não estava, de fato, olhando para nada. Olhava sem perceber, assim como escutava sem de fato ouvir. Essa situação foi se intensificando e eu me via sem saída. Minhas ações estavam vazias de impulso, de vida.

Eu não havia me aquecido antes de apresentar a cena. Às vezes, durante a aula, não me restava muito tempo ou espaço para a prática de aquecimento. Não havia sala livre e não imaginei que me afetaria tanto não tê-lo executado. Ao fim da apresentação, era notório que eu não estava preparado para trabalhar a cena inteira. Optei por seguir os conselhos de Rinaldi: continuaria investigando essa cena, porém, sem a preocupação de “falar” o texto. Antes de qualquer coisa, investiria nessa circunstância por suas atmosferas e nuances. Estabeleceria contato com o espaço, atento às possibilidades que o “jogo” com Tatiana pudesse me oferecer e às diferentes qualidades resultantes da relação (olhares, gestos e ações, por exemplo).

Na semana seguinte nos encontramos para seguir investigando a circunstância da cena. Sugeri que nos aquecêssemos antes de iniciar o trabalho expressivo. Acreditava que esse aquecimento deveria ser “regado” de tato: do toque dela em mim e do meu toque nela. Primeiramente, “conduzi” o aquecimento dela e, conseqüentemente, ia me aquecendo ao estabelecer contato com ela. Posicionei-me atrás de Tati e, por meio do toque, fiz com que ela enrolasse a coluna. Movi sua cabeça para verificar se estava solta, livre de tensões e obtive a confirmação. Comecei a apertar seus ombros e segui pressionando toda a extensão de seus braços. Percebia a temperatura de sua pele, a textura, quais as partes estavam desnudas e quais eram cobertas por roupas. Apertei suas mãos, massageando-as e depois segui apertando todo o restante do corpo (costas, nuca, pernas, barriga, etc.).

Depois, posicionei-me, novamente, atrás dela e envolvi as laterais de seu quadril com as duas mãos, puxando-o, sutilmente, de volta para cima. Enquanto ela desenrolava a coluna, eu

acompanhava tocando suas costas com uma mão. Posteriormente, posicionei-me à sua frente e pressionei com força, pouco a pouco, toda a extensão de seu tronco com a palma das mãos, “fechando”, entre elas, cada parte. Ela tocou-me de modo semelhante: pressionou-me a região dos trapézios, provocando em mim uma sensação de relaxamento e bem-estar. O toque da ponta de seus dedos me fazia sentir cócegas e quando sentia suas mãos deslizarem em mim com suavidade, arrepiava-me toda a pele. Quando ria, devido às cócegas, ela ria junto comigo. Fui “amolecendo” graças ao seu toque. Suas mãos, macias, agiam com vivacidade em meu corpo e minha respiração ficou mais extensa e profunda: eu estava entregue ao seu toque.

Posteriormente, segurou-me com firmeza pela lateral dos quadris. Senti cócegas, mas tentei contê-las. Ela pediu para que eu tentasse avançar, exercendo força contrária. Era como se eu fosse apenas abdômen. Sentia uma pressão concentrada nessa região. Quando ela me soltou, senti que meu corpo pesava muito pouco. Minha caminhada tornou-se mais leve.

Após esse primeiro contato, sugeri que fizéssemos um aquecimento que já conhecíamos. Posicionei-me à sua frente e pedi que fechasse os olhos. Comecei a tatear seu rosto e perceber suas características (textura, temperatura, coloração, imperfeições, extensão e consistência). Apertava, sutilmente, sua pele, puxando-a. Percorri meus dedos por seus fios de cabelo, finos e lisos, percebendo comprimento e cor.

Ela abriu os olhos e começou a tocar meus braços: “examinava-me”. Minhas mãos continuavam a tocar seu rosto. Estávamos tão próximos que pude sentir seu perfume de fragrância suave e adocicada. Ela pressionava meus braços e foi subindo com as mãos até tocar-me o rosto. Sentia a movimentação de seu corpo ao respirar. Apoiei minha cabeça em seu colo e pude sentir seu seio. Ela acariciava minhas costas e eu as dela. Comecei a massagear seu couro cabeludo e trouxe sua cabeça para o meu peito. Pude sentir o leve cheiro de cigarro que vinha de seus fios e se fundiam ao cheiro do perfume que ela usava. A mobilidade de sua cabeça me revelava profundo estado de relaxamento. Puxava com firmeza sutil a raiz de seus cabelos. Ela amolecia, entregando-me seu peso ao apoiar a cabeça em meu peito. Aos poucos, o toque dela foi se tornando mais vigoroso: apertava-me as costas com força. Eu respondia, pressionando seus fios com mais ânimo. Ela percorria a extensão das minhas costas deslizando as mãos e depois apertava algum ponto com mais vigor. Comecei a fazer o mesmo: pressionava suas costas e trazia seu corpo junto ao meu. Sentia mais notoriamente seus movimentos quando ela respirava.

Apesar de sermos próximos, sermos amigo e colega de turma, nosso contato físico no

cotidiano se restringia, basicamente, a abraços de encontro e partida. O contato estabelecido no aquecimento nos tornou mais íntimos, mais próximos, literalmente. A qualidade sensorial dos toques foi primordial para eu me sentir mais próximo dela.

Encerramos assim o aquecimento. Tati arrumava o espaço, colocando mesa e cadeiras no centro, enquanto eu ia até o bebedouro para pegar um copo e enchê-lo de água. Quando eu voltasse para a sala, iniciariamos a investigação da cena. No corredor, enquanto enchia o copo, me “nutria” com informações da circunstância. Dirigia meu pensamento ao que eu precisava fazer em cena e o que estava “em jogo”. Caminhava pelo corredor, indo e voltando, a curtas distâncias, por várias vezes. Minha respiração começou a ficar ofegante conforme eu ia me nutrindo, fazendo com que essa circunstância se inscrevesse em mim. “Trouxe Rebecca para casa e seria um problema expulsá-la: não sabia como agir, não sabia qual seria meu primeiro passo. Só queria a confirmação de que nada mudou, desejava que Rebecca voltasse para sua casa, Corinne esquecesse esse mal entendido e tudo voltasse a ser como era. Como deixar claro que nada mudou sem promover um alarde capaz de chegar até minha esposa? Como fazer Rebecca entender que o fato de tê-la trazido para minha casa não modificava nosso acordo?” Eu adquiria características de quem tinha um grave problema a ser resolvido, mais do que isso, de quem tinha um problema aguardando na sala da própria casa. Meu deslocamento era pouco fluido, minha respiração, atravancada, pesada, inconstante e meu olhar se submergia junto com meu pensamento (as pupilas se deslocavam da direita para a esquerda a cada nova linha de raciocínio traçada). Eu pensava, de fato, em uma solução para o problema: como falar com Tatiana (Rebecca) que me aguardava na sala? Minhas mãos estavam agitadas, fruto da ansiedade instaurada em mim. Eu carregava dois copos descartáveis, leves, brancos, que às vezes se amassavam um pouco, devido à fragilidade deles diante do meu toque. Eu continuava pensando em como falar com Rebecca, porém, tomando cuidado para não amassá-los. Este era um segundo aquecimento, ambos dirigidos à expressividade. Um deles foi realizado em dupla, enquanto, o outro, sozinho. Estava pronto para entrar em cena e me relacionar com Tati.

Afundi a maçaneta da porta com o cotovelo, afinal, minhas mãos estavam ocupadas. Entrei na sala: Tati ocupava as duas únicas cadeiras e lia um livro, que estava em seu colo. Fechei a porta, empurrando-a com minha lombar. Ela lançou-me um sorriso e eu retribuí, sorrindo “amarelo”. Caminhei, observando-a, e entreguei um dos copos à ela, que continuava a sorrir. Ela estava completamente à vontade, descontraída, como se estivesse em sua própria casa. Será que

ela não compreendia que nada havia mudado para mim? Ela deveria ir embora, mas como dizer isso? Como perguntar se ela viu Corinne? Após alguns segundos, olhando-a, senti-me constrangido. Faltava-me coragem para dizer qualquer coisa. Caminhei e, então, encontrei um encaixe “natural” no espaço. Foi tão orgânico. Havia um motivo para ele ter acontecido: respondi ao impulso de recuar. A proximidade na troca de olhares com ela me era desconfortável, então, afastei-me e me encaminhei à janela.

Meu ombro esquerdo e minha cabeça apoiaram-se na parede lateral do parapeito da janela. Meu braço direito se estendia sobre o peitoril e a parte inferior de minhas costas o tocava. Dobrei a perna direita, cruzando-a a frente da esquerda, tocando apenas a ponta do pé direito no chão, deixando grande parte do peso do corpo ser sustentado pelo pé esquerdo. Na hora eu pensei rapidamente: “Que diferença!”. Havia tanta intimidade em minha relação com o espaço, se comparada à primeira vez que apresentei a cena ao orientador: não estava mais perdido. Se acredito que esse pensamento prejudicava minha “imersão” no trabalho? Talvez. Mas a grande questão é: eu estava consciente do meu trabalho como ator e “me pesquisava” enquanto atuava. Descobria os caminhos percorridos, compreendendo o que me movia em cena. Entendia, na prática, a importância dos impulsos para a organicidade na atuação, especialmente em minha relação com o espaço. Minha percepção era tamanha que minha musculatura registrou grande parte dos caminhos trilhados em cena. Esse novo modo de executar meu ofício despertava-me curiosidade.

Darei três exemplos descritivos da percepção dos impulsos conduziram minha atuação em cena. Primeiro exemplo: Tatiana saiu da cadeira, deslocou-se até a janela, olhando para fora, até se posicionar ao meu lado e acariciar meu braço, discretamente. O carinho era-me prazeroso, mas sabia que ele não era bom sinal. Eu precisava cessá-lo de algum modo. Meus dedos percorriam os contornos do copo, ainda em minha mão, e eu olhava fixo para frente: não queria encará-la e correr o risco de ser beijado. Seria, definitivamente, pior, se tivesse de rejeitar um beijo. Não demonstrava aprovar seu carinho, mas sentia o prazer proporcionado por seu toque discreto. Ela “rabiscava” algo em meu braço com a unha do indicador. Minha respiração foi se tornando pesada e intermitente, conforme seu carinho se intensificava. Ela começou a deslizar toda a palma de sua mão por meu braço e peito. Tati é bem mais baixa que eu e tocava seu queixo em meu braço, olhando para cima. Senti-me pressionado por corresponder seu carinho. Sentia-me chantageado. Cessei o movimento dos meus dedos que percorriam o copo. Com exceção dos

olhos que piscavam e da respiração, eu estava completamente imóvel: não sabia como agir.

Segundo exemplo: Estava sentado frente à Tati, também sentada, e quando me levantei para afastar-me, ela me puxou com as pernas. Eu não podia atender ao seu chamado, então resisti tanto à tentação de entregar-me a ela, quanto à força com que suas pernas me seguravam: eu exercia uma pequena força contrária à dela. A adrenalina de ter a amante em casa e não poder fazer nada, “alimentava” meu desejo pelo proibido, então, deixava que ela me puxasse de volta e, sem muito vigor, tentava escapar. Até que ela, após me puxar pela terceira ou quarta vez, desamarrou o cadarço de meu short: esse foi o estímulo que me fez fugir de suas pernas com vigor suficiente para que eu fugisse. O aquecimento realizado em dupla fez com que, de algum modo, eu carecesse o toque dela e isso favoreceu a atuação (em minha compreensão, Rebecca exerce poder de sedução sobre Richard).

Terceiro e último exemplo, desta vez, em outro dia de investigação com Tati: estávamos sentados em cadeiras e ela investia em mim com carícias. Eu retribuía com pouco afinco por desejar que o carinho cessasse. Finalizei o toque pressionando seu joelho. Percebi que tanto a retribuição do carinho sem vitalidade, quanto o aperto leve (que pontuava o fim da carícia), tinha o objetivo de fazer com que ela não se sentisse rejeitada. Era como se eu mostrasse, de modo mais respeitoso, não poder retribuir ou continuar com aquilo.

Sigo em processo de investigação com Tatiana, mesmo após entregar o trabalho escrito. O objetivo de nossas investigações é descobrir “caminhos”, possibilidades de realização da cena (verificando a necessidade de inserir ou excluir objetos e encontrando gestos, ações, olhares que possam enriquecer a pesquisa). Pretendo apresentar essa proposta cênica com Tati e compartilhar com o público de que modo me percebo como ator (permitindo-me, durante a apresentação da cena, tecer algum comentário, caso sinta necessidade). O intuito da apresentação não é fazer com que o público compreenda racionalmente as informações contidas no texto de Martin Crimp, mas sim, que as enxergue de outro modo: pela relação estabelecida entre ela e eu e pelo modo como nos relacionamos com o espaço e objetos.

2.4. CONTINUIDADE DA PESQUISA ATÉ O DIA DA DEFESA DO TCC.

Faltavam apenas dois dias para a apresentação da cena e eu seguia investigando com Tatiana qual o melhor modo de apresentá-la. A grande questão era: de que modo eu poderia

compartilhar as mudanças que essa pesquisa estava proporcionando em meu modo de pensar e executar a atuação?

Durante os nossos encontros, a “não preocupação” em falar o texto, perdurava. Meu objetivo maior permanecia: encontrar as mais diversas possibilidades de “viver” e perceber-me “vivendo” em cena. Apesar de não me preocupar em falar o texto, eu não me privava de dizê-lo durante essas investigações quando sentia o devido impulso. Poderíamos permanecer longos minutos em silêncio ou falar, poucos segundos após entrar em cena: tudo dependia desses impulsos.

Levei meu *notebook* e um telefone antigo para investigar de que modo interfeririam na realização da cena. Mostraríamos ao orientador como caminhava a pesquisa para a apresentação. Carreguei um comprido banco para a sala, também com o intuito de investigar sua empregabilidade. Aquecemos brevemente: realizamos aquele aquecimento conhecido por nós “regado” de tato, (ver página 54). Organizei a disposição dos objetos como achei melhor, tendo em mente a visibilidade do “público” e informei à turma que a cena se iniciaria assim que eu voltasse. Aliás, a cena já começava sem mim, com Tati diante dos olhos dos espectadores, enquanto ela aguardava a minha chegada.

Saí da sala e me encaminhei ao bebedouro, ao fim do corredor. Peguei dois copos e os enchi de água. Optei por executar, ali, mais uma vez, o aquecimento individual, realizado na semana anterior (ver página 56). Tentei me aquecer mais rápido que da última vez. Novamente, eu parecia conhecer e reconhecer os “caminhos” que me guiavam rumo a um estado que eu julgava satisfatório. Eu, verdadeiramente, conduzi e gerenciei meu pensamento para uma possível solução do meu problema: fazer Rebecca compreender que nada havia mudado e perguntar se ela não havia dito nada a Corinne. Pensava nos antecedentes da peça (repassando mentalmente o que havia acontecido até que eu levasse esse copo com água para Rebecca): perguntava-me como pude me colocar em uma situação tão constrangedora.

Minha respiração acompanhava meus pensamentos: estava pesada, atravancada e demasiadamente profunda. Parecia faltar-me oxigênio diante de tamanha catástrofe. O problema passou, de fato, a ser meu. “O que eu deveria fazer? Pegar o *notebook* e abrir alguns arquivos para mostrar-me ocupado, na tentativa de fazê-la perceber que sua presença era indesejada e que nossas regras permaneciam?” Pensar não parecia resolver. Eu não encontrava nenhuma solução milagrosa. Não adiantava adiar: só pioraria a situação. Quanto mais tempo eu pensasse, maior

duração teria a permanência de Rebecca em casa e, portanto, maior seria o risco de um possível escândalo.

“Sentia-me” Richard. Percebia-me vacilando, temeroso e ao mesmo tempo tentando manter a devida calma para conduzir a situação do melhor modo possível. Estava próximo à porta da sala onde Rebecca se encontrava e meus batimentos cardíacos se aceleraram. Uma corrente gelada passeava por meu abdômen e minhas mãos estavam pouco firmes, assim como eu. Eu realmente havia conseguido me aquecer muito mais depressa do que de costume. Em menos de dois minutos eu já me sentia preparado para investigar-me como Richard.

Respirei fundo, na tentativa de me recompor e de esconder de Rebecca quão alterado eu estava com a situação. Adentrei a sala e todo um universo se revelou diante de mim. Tatiana e eu passamos longos segundos em silêncio. Às vezes o texto ia sendo “vomitado” (no bom sentido). Era um “vômito” absolutamente necessário: eu realmente precisava dizer tais palavras. Graças a impulsos legítimos, as intenções e nuances não somente na fala como nas ações tornaram-se completamente novas e orgânicas. Sentia-me muito conectado com ela. Falar “verdadeiramente” implicava escutá-la “verdadeiramente”. Ao escutá-la - não somente ao que ela dizia, mas como dizia, o que seu corpo (ela em sua totalidade) parecia sentir ou querer dizer -, minhas palavras saíam cheias de vida, transformadas pela relação estabelecida entre nós. A sensação de engajamento e atenção no trabalho me despertou grande prazer.

Descrevei um dos momentos onde a intenção foi completamente diferente de tudo o que eu já havia experimentado como Richard até então: Tatiana pediu para tomar um banho. Eu disse que ela não podia. Ela fingiu não ouvir e seguiu caminhando em direção à porta. Eu fui até ela e a segurei, impedindo seu percurso. Seu olhar desconfiado fez com que eu falasse, contendo o riso, que pouco tempo depois passou a ser assumido, afinal ela já notara. Éramos cúmplices dessa “maldita e deliciosa” travessura. Eu já havia dito com firmeza, com ironia, inseguro, timidamente, mas essa foi a primeira vez que eu tive vontade de rir, por achar a situação ridiculamente engraçada e embaraçosa.

Essa investigação foi riquíssima: fonte de muitas descobertas, de possibilidades que até então eu não havia enxergado. Foi como a deliciosa leitura que tivemos (ver página 52). Porém, em vez de lermos, estávamos com nossos corpos livres, engajados na relação com a circunstância, o espaço e os objetos. O importante é ressaltar que eu continuava a me descobrir e me tornava cada vez mais responsável pela qualidade de meu trabalho em cena. Percebia-me

capaz de discernir ações e falas cheias de impulso, vida. Sentia-me igualmente capaz de frear ações e falas vazias de engajamento e, assim, me reorganizar para que os novos impulsos viessem guiar minha atuação.

O orientador disse que vislumbrava muitas nuances, mas que não havia tempo suficiente para trabalhá-las. Alertou-me sobre a necessidade de compreender qual a pertinência do texto falado dentro da pesquisa. Havia tempo para trabalhar essa cena, sendo ela relativamente grande? Claro que não. Em menos de quarenta e oito horas eu estaria me apresentando. Eu precisava fazer escolhas: pensei bem e concordei que o melhor seria limitar-me a não falar o texto. A cena se encerraria com a fala da primeira frase da cena onde Richard pergunta se Rebecca viu Corinne.

A solidez dos ganhos não está no modo como o texto é dito e sim na organicidade ao “revisitar” essas possibilidades de atuação que encontrei (e continuava a encontrar) com essa cena. Ademais, não houve uma só investigação onde o texto foi dito por completo. Vale mencionar, também, que a apresentação deveria ter entre dez e vinte minutos e com o texto completamente impreciso, eu correria o risco de ser interrompido pelo orientador caso excedesse esse tempo - o que não beneficiaria a pesquisa.

Fui questionado sobre os objetos utilizados em cena. Se o objetivo era o autoconhecimento e não a habilidade na relação com os objetos, deveria levar à cena apenas o que acreditava ser essencial, que era o copo de água. A inserção de outros objetos parecia desfavorecer a riqueza de ter que lidar apenas com a circunstância, Tatiana e o espaço. Explorar o teatro Candido Mendes (local onde nos apresentaríamos com essa cena), oferecia incontáveis possibilidades de relação. Não era meu intuito perder-me em meio a objetos, muito menos distrair o público e perder sua atenção do que realmente estava “em jogo”. O fundamental era que passássemos por atmosferas que encontramos no decorrer das investigações.

Todas as nuances, gestos e olhares, sob o meu ponto de vista, diziam respeito a três atmosferas: tensão, tesão e violência. A tensão se refere ao medo do que a presença dessa mulher pode interferir em meu casamento, em minha vida pessoal, em minha relação com meus filhos. Já Rebecca, não sabe o que pode esperar de mim. Estabelece-se um “jogo” sustentado pela tensão de ambos. O tesão diz respeito ao “prazer”, de modo geral, que sentem na companhia um do outro: as alegrias, atração sexual, o bem-querer. E a violência está ligada à ameaça ou à ação de agredir, como quando ela circulava pela casa e eu a pegava pelo braço. Durante algumas investigações, ela chegou a empurrar-me fortemente, atirar-me um sapato e desferir-me tapas. Essas atmosferas

não precisavam ser exploradas separadamente. Ao contrário, se houvessem encontros entre elas mais rica seria a apresentação. Esse era o roteiro a ser seguido: deveríamos explorar essas três atmosferas no teatro com um palco completamente vazio.

Dois dias se passaram e havia chegado o grande momento: apresentação e defesa de minha pesquisa. Eu iria à universidade assistir às apresentações de Aimée e Tatiana, que ocorreria algumas horas antes da minha. Após Aimée defender sua pesquisa, minha ansiedade se fez mais presente. Havia chegado o momento de Tatiana se apresentar e eu ficava cada vez mais emocionado. Vê-las, ali, concluir uma etapa, implicava ver-me na mesma situação. Minha sensibilidade aflorava-se conforme minha vez se aproximava. Após ela concluir a cena (correspondente à sua pesquisa sobre narrativa), todos foram assistir à defesa em outra sala. Sua apresentação deixou-me ainda mais vulnerável, tanto por seu excelente desempenho como atriz, quanto pelo empenho da parceira que dividiria o palco comigo em nome da minha pesquisa.

Apesar de faltar pouco mais de uma hora para apresentar-me com Tati, acreditei carecer de um bom tempo de preparação, de concentração. Éramos somente eu e o palco. Senti meu abdômen “gelar” e fui invadido por um “tsunami” de emoções, antes contidas. Comecei a chorar entre soluços, copiosamente. Após alguns minutos de choro, minha respiração voltou ao normal. Fui ao camarim vestir-me e olhei-me diante do espelho. Sentia-me completamente transformado. Sentia-me outro ator, outra pessoa. Vivenciei uma fase atípica de profundo reconhecimento, de encontro comigo mesmo. Tão complexo e difícil descrever a transformação. Era como ir além da psicologia, da filosofia, da minha biologia, da minha razão. Esses conceitos se fundiam e se perdiam. Reconhecia-me em uma “totalidade” difícil de ser expressa. Talvez a palavra que melhor exprima meus sentimentos, seja o verbo “reconhecer”. Foi um período de reencontro comigo mesmo, em que eu me compreendia melhor.

Comecei a aquecer-me, ali mesmo, no camarim. Movia minha boca o mais depressa que eu podia: era como sílabas formadas, aleatoriamente. O que realmente importava era o esforço, o engajamento, o desafio de fazê-lo cada vez mais rápido. O esforço era tão grande que todo o meu corpo era enrijecido. A sensação era de que, até mesmo meus órgãos, estavam rígidos. Fui invadido por uma sensação de amargura, de impotência: era como se eu desabafasse, “lutasse”, em vão.

Depois, expandi olhos e boca ao seu limite. O restante do corpo respondia, tornando-se muito contido e firme, em especial o dedo das mãos. Minha respiração lutava para efetivar-se em

um corpo duro como gesso. Experimentei, ainda investigando a expansão dos olhos e da boca, diferentes posições no corpo (direcionando tronco e rosto para o chão ou os braços para cima, por exemplo). Eu queria encontrar em mim, contenção, tensão, receio e precaução. Eu sentia que seguia um bom direcionamento ao aquecer-me desse modo, porém, a ansiedade era tão intensa que se fazia presente sempre que eu me permitia algum “descanso”, nos momentos de “transição” entre as diferentes posições no aquecimento.

Optei por aquecer-me de modo a favorecer meu engajamento na ação. Comecei a descer e subir os degraus do teatro muito lentamente, porém, a ansiedade persistia. Eu precisava me desafiar mais ou minha inquietude me venceria. Fechei os olhos e aumentei a velocidade de locomoção pelos degraus. O desafio e a adrenalina de fazê-lo, devido ao risco de acidentarm-me foi a chave que possibilitou o engajamento que eu buscava. Toda minha inquietude esvaiu-se quando eu, de fato, me propus a vencer o desafio. Permaneci por mais de quinze minutos subindo e descendo escadas. Em alguns momentos, eu ousava subir ou descer dois degraus de uma só vez. Quanto mais envolvido, maior era o meu prazer com esse modo de aquecimento.

Tatiana voltou de sua defesa animadíssima para a apresentação comigo. Nos aquecemos em dupla, intensamente, de modo parecido como estávamos acostumados (“regado” de tato). O contato físico (seu toque, sua temperatura, seu cheiro e seu volume corporal) proporcionou-me conexão com ela. Esse modo de aquecimento mexia com meus sentidos e “alimentava” em mim um dado que eu julgo importantíssimo na circunstância: a ligação entre Richard e Rebecca, o desejo que sentem um pelo outro.

Estava na hora. O público entraria a qualquer instante. Tatiana já estava posicionada no palco e eu estava no corredor repassando a circunstância do texto com o copo de plástico com água nas mãos. Pude ouvir o público entrar e se acomodar nas cadeiras. Eu pesquisava a tensão encontrada nos aquecimentos individuais que havia realizado antes de subir e descer escadas. Acessei o lugar desejado com facilidade: eu estava tenso, contido, receoso e desconfiado como eu gostaria, estava, afinal, pronto para entrar em cena e jogar com Tatiana e compartilhar minha pesquisa com quem me assistiria.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Percebo-me menos ansioso para “conduzir” minha atuação em cena, estando aberto a estímulos que possam me guiar e apontar novos caminhos. Atuar desse modo, mais “passivamente”, despertou-me maior prazer de estar em cena. Também me percebo mais sensível e atento ao meu cotidiano. Reflito acerca do que me faz agir sobre algo ou alguém (penso no que faz com que minha voz se torne mais doce ou firme, em como me comporto diante de pessoas distintas e/ou em locais distintos, por exemplo). Sinto que desenvolvi uma autognose, tanto em cena quanto na vida e, em função disso, encontro maior potência na atuação.

Passei a enxergar o aquecimento como o maior aliado na intensificação da percepção e da sensibilidade. Ao realizá-lo, elevo tais capacidades. Ele é responsável, também, por gerenciar o “estado” com o qual entro em cena (mais tenso ou relaxado, agitado ou contido, por exemplo). Não mais me sinto refém do quão presente estou como ator. Sinto-me mais organizado, capaz de acessar caminhos anteriormente encontrados e repetir as ações com a qualidade que julgo necessária. A percepção, aliada à organização, me permite descobrir novos modos de atuar e escolher a partir de um “leque de possibilidades” já encontrado.

Os procedimentos, apresentados por Ferracini, me apontaram, a cada dia de prática, um luminoso caminho para desenvolver-me como ator. Enxergo a metodologia como fonte inesgotável de possibilidades na evolução de meu ofício. Acredito que tanto mais os praticasse, mais sólidas se fariam as qualidades proporcionadas pela pesquisa.

Qualquer afirmação, a título de conclusão, reflete o modo como me percebo hoje e não pretende, absolutamente, generalizar meus “ganhos”. Se eu seguir praticando esses exercícios, certamente terei novas impressões acerca de sua realização e enxergarei em mim maior desenvolvimento das qualidades já encontradas. Finalizo, dizendo que após todas essas experiências (de prática dos exercícios, de reflexões acerca dessa experiência, do encontro com meu orientador e com todos que colaboraram, de algum modo, com minha pesquisa), é que me sinto um ator mais preparado e almejo seguir na direção das descobertas. Independentemente dos caminhos que eu trilhar, a partir de hoje, que eles sejam repletos de prazer e qualidade, componentes que acredito ter encontrado durante essa pesquisa.

4. REFERÊNCIAS

Livros

BURNIER, Luís Otávio. *A arte de ator: da técnica à representação*. Campinas, SP: Editora da Unicamp, 2ª ed, 2002.

FERRACINI, Renato. *A arte de não interpretar como poesia corpórea do ator*. Campinas, SP. Editora da Unicamp, 2ª ed, 2009.

Sites

<http://www.lumeteatro.com.br/>

Diazepam, Bula do remédio. Disponível em: <http://www.medicinanet.com.br/bula/1885/diazepam.htm>>. Acesso em: 26 out. 2014.

Vídeos

SALUSTIANO, Hudson. *Exercício - Treinamento energético - parte 1*. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=RwWoEHx-mAQ>>

SALUSTIANO, Hudson. *Exercício - Treinamento energético - parte 2*. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=8GE76k1rXiY>>

SALUSTIANO, Hudson. *Esquete – Dirija minha morte*. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=Q7W5LeX5NBg>>

SALUSTIANO, Hudson. *Monólogos – Exercício da disciplina de “Novas Mídias”*. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=lnRYrUFKBtg>>

ANEXO 1 - TRECHOS DESCRITIVOS⁸ CORRESPONDENTES À PRÁTICA DE AQUECIMENTO

Antes de iniciar qualquer trabalho, o ator deve aquecer seu corpo. Isso é uma *práxis* comprovada e executada, não somente no teatro, pelos atores, mas por qualquer pessoa, em qualquer atividade física. O ator não é somente corpo, mas *corpo-em-vida* como coloca Barba. Pensando dessa forma, o ator, ao menos como entendemos no LUME, não deve aquecer somente sua musculatura, mas também, buscar um *aquecimento* de suas energias e sua organicidade, que devem estar prontas para entrar em trabalho.

No LUME, o ator não pode iniciar o aquecimento pelo relaxamento. Entendemos o relaxamento como o caminho oposto do trabalho do ator, se entendermos a palavra *expressão* como uma *pressão para fora*, realizada pela manipulação das suas tensões musculares. Portanto, ele deve aquecer sua musculatura e também seu universo interior.

Esse aquecimento orgânico individual deve ser encontrado pelos atores. Uma proposta inicial é que o ator comece com um longo e generoso espreguiçar de toda a musculatura, Esse espreguiçar deve "rasgar a musculatura", começando pelo chão, passando pelo plano médio e terminando em pé, A partir daí, esse espreguiçar começa a ser dinamizado até que o ator esteja pronto, física e organicamente, para puxar o "nó" que conduzirá seu trabalho pelo resto do tempo de treinamento. Isso é apenas uma proposta inicial, pois, na verdade, cada ator deve encontrar os meios próprios de aquecimento físico/orgânico para iniciar seu trabalho.

⁸ Trechos retirados do livro "A arte de não interpretar como poesia corpórea do ator" (p- 136 e 137)

ANEXO 2 - TRECHOS DESCRITIVOS⁹ CORRESPONDENTES AO TREINAMENTO ENERGÉTICO

O trabalho de treinamento energético busca "quebrar" tudo o que é conhecido e viciado no ator, para que ele possa descobrir suas energias potenciais escondidas e guardadas.

O treinamento energético quase não possui regras formais. Os movimentos podem, e devem, ser aleatórios, grandes, ocupando todo o espaço da sala e sempre devem ser realizados de maneira extremamente dinâmica, englobando todo o corpo e, principalmente, a coluna vertebral. A única regra primordial: nunca parar. Pode-se, e deve-se, sempre, variar a intensidade, o ritmo, os níveis, a fluidez, a torça muscular, enfim, toda a dinâmica das ações, mas nunca parar. Parando, quebra-se o "fio" condutor e desperdiça-se toda a energia trabalhada até aquele momento.

O ator deve buscar, sempre, substituir o cansaço pela mudança rápida dentro dessas dinâmicas corpóreas diferentes, fazendo com que elas o instiguem e estimulem a continuar, nunca desistindo. Porém, essas mudanças não devem ser premeditadas intelectualmente. O ator deve deixar que o próprio corpo se encarregue delas.

Deve-se sempre estar atento para não se enganar. Geralmente, quando o ator se entrega ao cansaço, ele começa a premeditar suas ações, deixando-as suaves e lentas, ou mesmo rápidas e repetitivas, mas geralmente vazias. Deve-se fugir dessas ações mentirosas, principalmente daquelas repetitivas. Elas "adormecem" o ator dentro de uma dinâmica que se torna conhecida, e esse treinamento busca justamente o novo e o desconhecido a nível corpóreo e energético. O ator deve ter vontade suficiente para autossuperar-se.

Convém dizer, também, que o energético é essencialmente um treinamento coletivo. É fundamental a troca e a comunicação corpórea e energética entre os participantes, como uma forma de "ajuda" e "alimento", superando, assim, as dificuldades e a exaustão, e buscando, dessa forma, sempre "ir além", ou seja, entregar-se sempre mais dentro da energia e organicidade individual e também aquela construída pelo grupo.

A voz deve ser usada com parcimônia e somente em momentos precisos e definidos pelo coordenador do trabalho, pois o objetivo é "diminuir o tempo entre o impulso e ação física" e,

⁹ Trechos retirados do livro "A arte de não interpretar como poesia corpórea do ator" (p- 137 a 142)

nesse caso, a voz pode, até de uma forma inconsciente, funcionar como válvula de escape para essas energias potenciais que devem se transformar em corpo.

Também, em momentos de ápice, o orientador pede para realizar uma parada brusca. O ator, então, deve segurar internamente a sensação. Deve continuar o energético internamente, como se o corpo estivesse, ainda, realizando os movimentos grandes. Esse é o primeiro contato do ator com a variação da fisicidade, na qual ele omite os elementos externos da ação, guardando sua sensação e sua corporeidade. Podemos usar a imagem de uma "panela de pressão", que por fora está imóvel, mas por dentro, tem uma pressão tão grande que pode explodir a qualquer momento.

O mesmo ocorre quando o orientador pede para realizar todos os movimentos grandes e dinamizados do energético dentro de uma dinâmica lenta. O princípio é o mesmo da parada: fazer com que o ator vivencie corporalmente uma pressão interna maior que a movimentação externa. A mesma imagem anterior da panela de pressão pode ser usada, mas e agora o ator pode soltar, de maneira controlada, uma pequenina parte dessa pressão interna, para realizar movimentos lentos e contidos.

O ator Ricardo Puccetti ficou incumbido de aplicar, nos atores iniciantes, esse treinamento. Eram de quatro a seis horas diárias durante trinta e dois dias.

ANEXO 3 - DESCRIÇÃO MORFOLÓGICA E DESDOBRAMENTOS DE EXERCÍCIOS DO TREINAMENTO TÉCNICO¹⁰

PISTÃO E ROLAMENTO

Descrição morfológica: É um trabalho, basicamente de relação com o chão. Visa à mobilidade corporal do ator, mantendo uma comunicação com o chão por meio de rolamentos, saltos e quedas. Utiliza as mãos e braços como amortecedores e pistões para controlar a ação da gravidade sobre o peso. Além de serem usados como amortecedores, os braços e pernas podem ser usados como propulsores, podendo lançar o ator para o ar. Todos os movimentos e a relação com a gravidade devem ser controlados. Dessa forma, evitam-se choques violentos e o ator pode trabalhar novos e diferentes pontos de contato e base com o seu corpo no chão, além de proporcionar um treinamento da precisão dos movimentos, mesmo em situações limites, como nas quedas e em momentos de alteração extrema de equilíbrio. Os saltos e rolamentos devem partir de impulsos, evitando, dessa forma, que o trabalho seja mecânico.

Desdobramentos: O mesmo trabalho pode ter uma variedade rica, principalmente em relação às diferentes dinâmicas propostas. Pode-se fazer o mesmo exercício num ritmo muito lento ou muito rápido. A dinâmica lenta trabalha uma acentuação no controle muscular dentro de uma situação de fora de equilíbrio extremo, ocasionando uma aprendizagem técnica do controle do tônus e da precisão. O “muito rápido” trabalha a dinamização da energia e também controle corpóreo muscular diferenciado, já que a ação da gravidade é diretamente afetada pela velocidade imposta no movimento.

RAIZ

Descrição morfológica: Visa proporcionar, principalmente, base. Podemos dividir o corpo do ator em três partes: 1) parte onde se encontra sua base de sustentação, que vai do pé ao coxofemoral; 2) da base da coluna à cabeça, que é a parte, digamos, mais “expressiva”, pois aí encontra-se a coluna vertebral; e finalmente 3) o quadril, que funciona como uma espécie de ponte de ligação entre a base e a coluna. Como o próprio nome diz, esse trabalho visa enraizar, pesar, afundar a parte de base do ator no chão, começando pela ponta dos dedos dos pés e indo

¹⁰“A arte de não interpretar como poesia corpórea do ator” (p- 152 a 162)

até o coxofemoral. Para a melhor eficácia do treinamento o trabalho é dividido em várias partes: Enraizamento somente dos dedos, *afundando*, e posteriormente, empurrando o chão com os próprios dedos. Enraizamento dos dedos ao metatarso dos pés, fazendo o mesmo movimento de ida e vinda, e, posteriormente, empurrando o chão. O mesmo, agora até o calcanhar, também empurrando o chão. Dos dedos até os joelhos, e, posteriormente, empurrando o chão. Finalmente dos dedos até o coxofemoral, *idem*.

É importante frisar que o ato de empurrar o chão deve percorrer, justamente, o caminho inverso do enraizamento. Portanto, se começamos a enraizar da ponta dos dedos até o coxofemoral, os dedos, na hora de empurrar, devem ser os últimos a sair do chão, pois foram os primeiros a enraizar, e mais importante, empurrar com força para fazê-lo. Os dedos e o pé como um todo não devem sair passivamente do chão.

Apesar dessa separação, todo o corpo deve estar engajado no trabalho de raiz, principalmente a coluna vertebral, e *isso será uma regra básica para todos os exercícios*, caso contrário, corre-se o risco de uma estereotipização e mecanização desse trabalho. Outra questão de extrema importância é a *base* estar sempre aberta e os joelhos, sempre apontando para fora.

Os olhos não devem estar voltados para o chão, o que é uma tendência natural, mas para fora e para o espaço, ampliando o campo de ação.

Esse trabalho visa a base maior e mais forte para um estar “natural” no desequilíbrio, pois somente uma base ampliada pode sustentar o ator em estado de equilíbrio precário; e ainda, quanto mais ampliada for a base, maior poderá ser o desequilíbrio, e como consequência, maior a dilatação corpórea.

Desdobramentos: São vários os desdobramentos desse trabalho:

1) *Compasso*. No momento de empurrar o chão, o ator mantém a perna contrária àquela que está trabalhando a raiz, fixa, e então, ainda com metade do corpo no ar, gira-o sobre essa perna que funciona como um ponto fixo de “compasso”, enraizando novamente num outro ponto da linha circular criada por esse “compasso”. O enraizamento no compasso pode chegar até a base do quadril.

2) *Bêbado*. Com a raiz, o ator solta completamente a coluna, deixando-a livre. A coluna solta remete o ator a um estado constante de desequilíbrio, que deve ser sustentado pela raiz. Se a raiz/base não estiver ampliada e forte, o ator cairá, ou então, não conseguirá liberar

completamente a coluna.

3) *Saltos a partir da raiz*. No momento de empurrar o chão com os dedos, o ator dá um impulso um pouco mais forte que o normal. Esse impulso maior, juntamente com o empurrar o chão, faz com que ele salte. No momento da queda, o ator deve novamente cair na ponta dos dedos, reiniciando todo o processo de enraizamento, como preparação para um novo salto. Essa espécie de molejo da raiz proporciona leveza para o ator. Os saltos devem ser dinamizados na medida em que o ator for sentindo mais segurança de sua base e de sua posterior queda.

SALTOS E PARADAS

Descrição Morfológica: Nesse trabalho buscam-se formas livres e diferenciadas de saltos, desde que sejam grandes e ampliados, proporcionando uma dilatação da percepção do espaço.

O mais importante não é o salto em si, mas a queda e a parada, que deve ter um *stop* muito preciso e desenhado, incluindo aí, o olhar. Aqui é imprescindível o trabalho de raiz, principalmente na precisão da queda. Busca-se, também, que as posições finais dessas paradas estejam em oposição, figuras com um certo desequilíbrio e a base ampliada. Essa parada *precisa* proporciona ao ator um corte brusco do que seria o continuar natural do movimento de inércia do salto, criando uma tensão interna que gera energia. Esse corte seco e preciso treina, justamente, a precisão muscular e a contenção dessa energia. Nesse trabalho é fundamental o controle dos saltos e dos *stops* pelo abdome. É justamente ele que gera o controle espacial e energético interno.

Em uma parada não precisa, quando há ecos musculares pelo corpo, a energia se “esvai” por esses ecos, tornando a ação, portanto, menos precisa, “suja”, e em consequência, menos carregada de energia.

Desdobramento: A princípio, o trabalho visa um salto e uma parada como consequência. Porém, uma outra maneira de se trabalhar é criando uma dança dos saltos, tentando buscar dinâmicas diferenciadas de saltar. Funciona quase como um energético condensado, tendo como regra a necessidade de sempre saltar, em diferentes ritmos, velocidades e dinâmicas. A parada pode dar-se em um momento preciso dentro dessa dança: um *stop* preciso para, posteriormente, se reiniciar os saltos. Esse *stop* tem o mesmo objetivo da parada realizada no trabalho de energético.

ELEMENTOS PLÁSTICOS

Descrição Morfológica: Para esse trabalho, o corpo é dividido em segmentos para poderem ser trabalhados separadamente: cabeça, peito, cintura, quadril, pernas, pés, ombros, braços e mãos. A partir dessa separação, pesquisa-se, em cada parte, dinâmicas e ritmos diferentes, explorando-as de maneira plástica e buscando suas possibilidades de articulação no tempo/espço. Inicia-se com cada parte separadamente. Após algum tempo de trabalho, faz-se com que uma parte *converse* com a outra através de dinâmicas diferenciadas. Convém frisar que, mesmo tendo uma parte do corpo como foco, todo o resto do corpo deve estar engajado na ação. Para tanto, a coluna e a base ampliada são imprescindíveis.

Nesse exercício, o ator pode trabalhar a questão do desequilíbrio ou equilíbrio Precário de uma maneira dinâmica e em movimento, proporcionando outras relações com o equilíbrio e a gravidade.

Tal trabalho visa, principalmente, a segmentação do corpo e a possibilidade do ator em articular e manipular as diferentes energias e dinâmicas que cada parte do corpo proporciona. Outro foco é a *variação de fisicidade* que esse trabalho proporciona: o ator pode encontrar, no peito, por exemplo, uma dinâmica de ações fortes e rápidas. Imediatamente ele pode *passar* essa dinâmica para o quadril e logo depois experimentá-la na cabeça. Uma ação suave de mão pode ser *transferida* para o pé. Pode encontrar uma dinâmica e *escondê-la* na musculatura, ou ainda, fazer com que essa dinâmica escondida possa *passar* por todas as partes do corpo. Como visto, é um treinamento riquíssimo para possibilitar, futuramente, as *variações de fisicidade* das matrizes que possam vir a ser utilizadas em cena, e faz, também, com que o ator saiba, corporalmente, identificar em que parte precisa está localizada a corporeidade e o “coração” de uma ação.

Desdobramentos: Os atores podem se relacionar através dos elementos plásticos, como num diálogo de pergunta/resposta, ação/reação entre dois ou mais atores.

IMPULSOS

Descrição Morfológica: Podemos dizer que os trabalhos de impulso e de elementos plásticos são exercícios irmãos. Se nos elementos plásticos busca-se a pesquisa de dinâmicas distintas em diferentes partes do corpo, podemos dizer que o exercício de impulsos busca trabalhar, especificamente, as diferentes dinâmicas desse elemento pontual nos diferentes segmentos do

corpo. Primeiramente, deve-se buscar impulsos grandes e generosos, que tenham origem na coluna vertebral, e que, posteriormente, sejam lançados para fora em um ponto específico e preciso da sala, como um *facho de luz que espirra do corpo*. O olhar é um fator determinante para *precisar* esse ponto de lançamento. Posteriormente, deve-se variar as dinâmicas desses impulsos, lançando-o de maneira lenta, suave, forte, fraca, grande, pequena, rápida, deixando-os escapar por partes determinadas do corpo, por duas ou mais partes ao mesmo tempo e também por todas as partes, tendo sempre em mente a precisão do local de lançamento desses impulsos. A base deve estar ampliada, o corpo todo engajado, como sempre. Também deve-se trabalhar a *variação de fisicidade* desses impulsos, diminuindo-o no espaço e até mesmo, trabalhando-o internamente, através de impulsos *escondidos dentro da musculatura*.

Esse trabalho busca a familiarização do ator com a questão do impulso transformado em ação, como numa ação/reação sem tempo de pensamento, mas que pode ser controlado via corpo, Também trabalha o direcionamento precisa da energia, causado pelo impulso, no espaço.

Desdobramentos: Da mesma forma, os impulsos podem ser usados como diálogos, pergunta/resposta, ação/reação entre dois ou mais atores, criando-se um “jogo” e uma comunicação real através deles.

ARTICULAÇÃO

Descrição Morfológica: Nesse trabalho busca-se, também, exercitar um elemento pontual dentro da segmentação proposta pelo trabalho de elementos plásticos, que é a pesquisa e ampliação das possibilidades de articulação de cada segmento e também o diálogo entre cada parte. Diferente dos elementos plásticos, que buscam dinâmicas distintas, o trabalho de articulação procura uma dinâmica lenta, variando mais entre tensões musculares suaves e fortes. Isso faz com que o ator tenha mais tempo para explorar os limites extremos da articulação de cada segmento, fazendo com que sua musculatura se "rasgue",

Quando todos os segmentos/articulações são trabalhados em conjunto, busca-se, também, dentro da ampliação das possibilidades de articulações, posições corpóreas de oposição. Assim, por exemplo, se a cabeça busca o lado esquerdo, o quadril deve tender à direita, um ombro para cima, outro para baixo, fazendo com que cada parte vá até seu limite. A articulação, no limite extremo de cada segmento, fará com que o próprio corpo encontre uma saída possível para aquela

posição. Essa saída encontrada pelo corpo deve, também, ser articulada até o extremo, criando um círculo onde uma articulação extrema leva a outra.

Como visto, esse trabalho dá ao ator uma ampliação de suas possibilidades articulares e corpóreas, além de treinar o corpo a se “acostumar” com a oposição muscular. A dinâmica lenta, nesse caso, também possibilita um controle muscular/corpóreo, fixando, ainda mais, a noção de precisão. A ida ao extremo de cada articulação e de cada oposição faz com que o ator entre em um universo de ações além do cotidiano, gerando, desse modo, uma energia dilatada.

Desdobramentos: Em alguns momentos específicos, esse trabalho pode ser feito de olhos fechados, possibilitando um mergulho ainda maior no universo interno do ator, através das situações corpóreas extremas que está vivenciando.

MONTANHA

Descrição Morfológica: O exercício da montanha busca ativar o centro orgânico do corpo, que, no entendimento do LUME e dos atores Orientais, é um ponto interno localizado na região abdominal, que denominamos, dentro do âmbito de nosso trabalho, de *koshi*.

Koshi é uma palavra japonesa que significa, literalmente, bacia, e é a principal parte do corpo no Nô e Kabuki japonês. O *koshi* é tão importante para os atores japoneses que a medida para julgar um bom ator é o domínio maior ou menor que ele tem de seu *koshi*. No LUME não trabalhamos com a noção real, exata e formal do *koshi* japonês, mas a partir do princípio de centro orgânico do corpo e da ideia de fixidez e força na região da bacia. Uma imagem utilizada por Luís Otávio Burnier em sala de trabalho era a do *koshi* como um ponto, localizado um pouco abaixo do umbigo, no abdome, na região central e interna da bacia, que tinha uma espécie de mão que o agarra e empurra constantemente para baixo. Esse ponto é o centro orgânico do corpo como o cérebro é o centro do intelecto. Desse ponto deve nascer e partir todos os impulsos e ações que vão se refletir na coluna vertebral. Devido à importância em ativá-lo, são vários os trabalhos e exercícios para esse fim.

O exercício da montanha parte do princípio que existe somente esse ponto orgânico corpóreo, funcionando como uma espécie de cérebro corporal que controla todo o resto do corpo. Assim, com a base aberta, joelhos flexionados e coluna reta, apoiada na bacia, o ator tenta ativar esse ponto e lentamente se mover para esquerda ou direita, até o limite, a partir do *koshi*. Quando

está no limite, da esquerda ou direita, deve-se buscar um impulso, também a partir do *koshi*, que ocasionará um pequeno giro ao redor de seu eixo, com uma posterior parada precisa. Depois, move-se novamente para a esquerda ou direita, repetindo-se novamente o mesmo ciclo.

ANEXO 4 – PARTE 4, DE “O CAMPO” DE MARTIN CRIMP – TRADUÇÃO DE DANIELE AVILA¹¹

Personagens:

CORINNE 40 anos

RICHARD 40 anos

REBECCA 25 anos

Corinne e Richard são de Londres. Rebecca é americana.

Época: o presente

Lugar: o campo

Nota: uma barra (/) marca o ponto de interrupção na sobreposição do diálogo.

IV

Mesma cena, mais tarde.

Rebecca, sozinha.

REBECCA “Nesta canção de agricultura... de colheitas e animais e árvores frutíferas, eu cantava enquanto o grande Cesar trovoava próximo ao profundo Eufrates, vitoriosamente em guerra por agradecidos povos”. Agradecidos povos. (*risada leve*) Mas o que ele sabia? Sobre as colheitas. Ou sobre as árvores. Como ele sabia que os povos estavam agradecidos?

Entra Richard com um copo d’água, que dá a Rebecca.

E como as fazendas eram administradas? (Obrigada.) Eu vou te dizer como as fazendas eram administradas. Pelos escravos. Pelo trabalho dos escravos. O que ele se recusa a mencionar.

RICHARD: Por favor, fala baixo.

REBECCA: Mas isso é poesia. Isso é pastoral.

Pausa. Bebe um gole.

RICHARD: Então você não viu a Corinne?

REBECCA: O quê? A sua mulher? (*Breve pausa.*) Eu já te contei: Eu acordei. Eu estava sozinha. Numa casa estranha. Eu estava com medo. Então não / eu não “vi a Corinne”.

RICHARD: Você não ouviu ela andando por aí?

REBECCA: Eu não ouvi ninguém andando por aí. Eu não ouvi nada. Por que a sua mulher estaria andando por aí?

RICHARD: Se ela estivesse acordada. Se ela estivesse acordada, ela andaria por aí.

Pausa.

Ela ficaria andando.

REBECCA: Posso tomar um banho? Onde é?

RICHARD: Não.

REBECCA: É por aqui?

RICHARD: Não. Não pode. Não pode – me desculpa – tomar banho.

REBECCA: É por aqui que eu vou?

RICHARD: Não, aí é... Aí...

REBECCA: O quê?

¹¹ A tradução não foi publicada. O texto foi cedido pela tradutora para minha pesquisa.

Pausa.

O quê é aqui?

RICHARD: Você não vai entrar aí.

REBECCA: Aonde eu vou?

RICHARD: Não vai. Faz barulho.

REBECCA: Que barulho?

RICHARD: Sim.

REBECCA: É?

RICHARD: Sim. Desculpa.

Pausa.

REBECCA: Eu não vou fazer nenhum barulho.

RICHARD: Você vai fazer barulho. Me desculpa mas você vai fazer barulho.

REBECCA: Que barulho? Eu não vou / fazer barulho.

RICHARD: O barulho que faz. O barulho de...

REBECCA: O seu chuveiro faz um barulho? Que / barulho?

RICHARD: O barulho do chuveiro.

REBECCA: O quê?

RICHARD: Do chuveiro. O barulho / da água.

REBECCA: O seu chuveiro faz barulho de água?

RICHARD: Infelizmente, sim.

Pausa.

REBECCA: Você está falando da água?

RICHARD: A água e a cortina também faz um barulho no trilho.

REBECCA: Que tipo de barulho?

RICHARD: Um tipo de guincho, um barulho / estridente.

REBECCA: Eu não vou tocar – bom, nesse caso, eu simplesmente não vou nem tocar na cortina.

RICHARD: Faz / barulho. Não.

REBECCA: Eu só vou tomar um banho.

RICHARD: Não. Eu lamento muito mesmo. Não.

Pausa.

Você vai acordar a minha mulher. Você vai acordar / os meus filhos.

REBECCA: Como é que eu vou fazer isso? Eu não posso / tomar um banho?

RICHARD: Escuta o que eu estou dizendo.

REBECCA: Como exatamente você se propõe a... você se propõe a... fazer valer...

RICHARD: O quê?

REBECCA: Fazer valer – sim – essa proibição?

RICHARD: Por favor, eu só estou / pedindo a você.

REBECCA: Com violência?

RICHARD: Eu só estou pedindo que você não use / o chuveiro.

REBECCA: Com violência? Sério?

RICHARD: Não. Escuta. Deixa eu explicar. O chuveiro – com violência não – o chuveiro fica lá em cima...

REBECCA: Ok.

RICHARD: Tem que subir pela escada, mas o banheiro é...

REBECCA: Obrigada. Então eu tenho que subir pela escada.

RICHARD: Sim. Mas não – não, você não vai subir porque o que eu estou querendo dizer é que tem que atravessar o quarto das crianças. O chuveiro é depois do quarto das crianças. Você

entende agora?

REBECCA: Tem que atravessar o quarto das crianças.

RICHARD: Sim.

REBECCA: Entendo. Seus filhos.

RICHARD: Sim.

REBECCA: Mas por que isso?

Pausa.

Por que a sua casa foi planejada assim? Por que você tem que atravessar o quarto dos seus filhos pra chegar até o / seu banheiro.

RICHARD: Não é uma casa.

REBECCA: Não é uma casa?

RICHARD: Não, não é uma casa, é um...

REBECCA: É o quê?

RICHARD: Eu estou dizendo o que é. Você sabe o que é. Você sabe que isso aqui não é uma casa, que é um celeiro, que é...

REBECCA: Não é um celeiro.

RICHARD: Era um celeiro. Era para os grãos. Não era uma casa. Agora é uma casa. E é claro que eu não estou – você sabe que não – ameaçando você. Eu estou apelando – simplesmente – você entende – apelando pra sua razão.

REBECCA: Mas isso é razoável?

RICHARD: O que é razoável?

REBECCA: Essa – rota.

RICHARD: Rota.

REBECCA: Essa estranha – sim – rota para o banheiro. É uma rota razoável?

RICHARD: Eu acredito que sim. Sim. Na verdade tem sido uma rota muito boa – uma rota, você poderia dizer, ideal.

REBECCA: Até agora.

RICHARD: Até mesmo agora.

REBECCA: Mas não pra mim.

RICHARD: Não – é verdade – pra você. Vamos.

REBECCA: O quê?

RICHARD: Vamos. Vamos embora.

REBECCA: Vamos embora? Pra onde?

RICHARD: Eu vou levar você de volta.

REBECCA: Eu não confio em você pra me levar de volta.

RICHARD: É claro que você confia em mim.

REBECCA: Por que eu confiaria em você?

RICHARD: Eu vou levar você de volta.

REBECCA: Por que eu confiaria em você? Você me deixou aqui.

RICHARD: Eu deixei você, sim, mas eu não deixei você, e agora eu vou levar você de volta. Eu voltei, e vou levar / você de volta.

REBECCA: Mas essa é a minha casa.

RICHARD: Essa não é – me desculpa – a sua casa.

REBECCA: Então por que você me trouxe pra cá?

RICHARD: Você sabe por que / eu trouxe você pra cá.

REBECCA: Foi pra me oferecer uma posição?

RICHARD: Pra fazer o quê?

REBECCA: Pra me oferecer uma posição? Pra ajudar a sua mulher? Pra ser a empregada. Foi pra ser a empregada?

RICHARD: Ela não precisa de ajuda. Ela é muito capaz.

REBECCA: Arranja uma empregada. Come a empregada.

RICHARD: Eu não quero comer a empregada.

REBECCA: Todo mundo quer comer a empregada.

RICHARD: Bom, eu não. Pelo contrário, na verdade.

REBECCA: Pelo contrário? É mesmo? *(risada leve)*

RICHARD: É mesmo. Isso é / engraçado?

REBECCA: E qual é o contrário de comer a empregada?

RICHARD: O contrário de comer a empregada é não comer a empregada.

Os dois riem em silêncio. Ela pega a mão dele.

REBECCA: Então, onde você estava?

RICHARD: Foi um bebê.

REBECCA: Estava doente?

RICHARD: Estava nascendo.

REBECCA: Você pegou o bebê no colo?

RICHARD: É claro que eu peguei o bebê no colo.

REBECCA: A mãe também pegou ele no colo?

RICHARD: Sim.

REBECCA: Ele chorou?

RICHARD: Berrou. Por quê?

REBECCA: Foi bonito?

RICHARD: Eles acharam bonito.

REBECCA: Os pais.

RICHARD: Sim, os pais acharam bonito e eu também.

Pausa.

O pai me agradeceu.

REBECCA: Ele agradeceu a você?

RICHARD: Colocou o braço em volta de mim.

REBECCA: Estava agradecido.

RICHARD: Estava agradecido. Eu fiz o parto do filho dele.

REBECCA: Era um menino...

RICHARD: Era um menino. Sim.

REBECCA: Era uma família.

RICHARD: Eles... se tornaram uma família. Ele queria que eu bebesse com ele...

REBECCA: Então você bebeu com ele?

RICHARD: Mas eu não quis.

Pausa.

REBECCA: Mas você deveria ter bebido com ele. O homem tinha acabado de se tornar / pai.

RICHARD: Mas não. Eu... ele... me acompanhou até a escada... e ele... me encurralou na antessala. Era muito pequena. O medidor de eletricidade estava aparafusado na parede, e dava pra ver o disco, o disco prateado do medidor girando e girando. Ele disse: “Bebe, doutor?” E eu devo ter ficado com uma cara, porque ele perguntou de novo. O disco continuava girando e eu fiquei pensando como pode uma casa tão pequena consumir tanta energia? Deve ter alguma coisa ligada, um aquecedor – uma geladeira – que esteja consumindo a corrente. “Eu vou beber alguma coisa” ele disse “e você?” E ele tinha um nome enorme na camisa. O nome de uma marca. O

nome da marca da camisa... na camisa. Ele estava tão feliz. Tão cheio de esperança.

Pausa.

REBECCA: Bom, é claro que ele estava feliz. Você fez o parto do filho dele.

RICHARD: Mas eu disse “Não eu tenho que ir. Eu preciso trabalhar.”

REBECCA: Você decepcionou ele. Ele queria comemorar.

RICHARD: Não. É exatamente essa a questão. Ele pareceu aliviado.

Ela segura a mão dele com mais força.

Não me machuca.

REBECCA: Eu não vou machucar você.

RICHARD: Eu disse: não me machuca.

REBECCA: O quê? Isso machuca?

RICHARD: Sim. Dói. Para. O que é isso?

REBECCA: É mesmo? Machuca?

RICHARD: Sim.

Ele se solta. A mini tesourinha cai no chão.

Você cortou a minha mão.

REBECCA: Eu o quê?

RICHARD: Você fez um buraco na minha mão.

REBECCA: Um buraco na sua mão?

RICHARD: Sim.

REBECCA: Nossa – você está com raiva.

RICHARD: Sim.

REBECCA: *(rindo)* Você tá com tanta raiva, Richard.

RICHARD: Fala baixo.

REBECCA: Eu fiz um buraco na sua mão? É profundo? Você está sentindo dor?

Pausa.

Pressiona.

RICHARD: Eu estou pressionando.

REBECCA: Deixa eu pressionar.

RICHARD: Não toca em mim.

Ele deixa ela pegar na mão dele.

REBECCA: É só carne.

RICHARD: Só existe carne.

Ela chupa o ferimento, solta a mão dele.

Ele olha para ela, sorri.

REBECCA: O quê?

RICHARD: Tem sangue em você.

REBECCA: Onde?

RICHARD: Aqui no seu rosto.

Ele toca o rosto dela perto da boca. Ela deixa que os dedos dele permaneçam um instante, depois se solta, e limpa a boca com a manga da camisa.

REBECCA: Posso ver eles?

RICHARD: Ver o quê?

REBECCA: Os seus filhos.

RICHARD: Não, eu já disse.

REBECCA: Você já disse?

RICHARD: Sim, eu já disse.

REBECCA: Você já falou.

RICHARD: Isso mesmo.

Pausa.

REBECCA: Quais são os nomes deles?

RICHARD: Eles não têm nomes.

REBECCA: Eles não têm nomes.

RICHARD: Não.

Pausa.

Você sabe que eles não têm nomes. Nós temos um acordo.

REBECCA: Eu acho que a gente não tem mais um acordo.

RICHARD: Nós temos um acordo. Nada mudou.

REBECCA: Tudo mudou. “Nada mudou?” O quê?

RICHARD: Eles não têm nomes.

REBECCA: Pra começo de conversa, eu estou aqui.

RICHARD: Não. Você está errada. Você não está aqui.

REBECCA: Eu não estou aqui?

RICHARD: Não.

REBECCA: Então onde eu estou?

Pausa.

Eu prometo andar na ponta dos pés. Deixa eu ir lá na ponta dos pés e ver. Deixa só eu ouvir eles respirarem. Ou, se eles acordarem, eu posso contar uma história.

RICHARD: Eles não querem ouvir uma história.

REBECCA: Mas todo mundo quer ouvir uma história, não é? Eu posso dizer: Oi. Eu sou a Rebecca. Eu sou a empregada. Deixa eu contar uma história pra vocês. Vocês querem que eu conte uma história?

RICHARD: Eles não querem ouvir / uma história.

REBECCA: Sim, por favor, Rebecca, conta uma história. Bom, era uma vez, crianças, uma garota, uma garota inteligente, e ela estava doente, e precisava tomar um remédio. Então ela foi ao médico...

RICHARD: Escuta.

REBECCA: Ela foi ao médico e disse doutor, doutor, está doendo, eu preciso de um remédio. Mas o médico não dava remédio pra ela. Ele dizia: vai embora – não me faça perder meu tempo – eu não tenho remédio. Então ela voltou lá outra vez e disse: doutor, doutor, está doendo mesmo, eu preciso de um remédio. E dessa vez o médico foi até a porta. Ele trancou a porta. Ele disse: eu preciso fazer uns exames – arregace a manga da camisa. Então ela arregaçou a manga e o médico fez um exame. Depois, crianças, ele pegou um aparelho pra olhar dentro dos olhos dela. E outro aparelho pra ouvir o coração dela. E depois de olhar nos olhos dela e ouvir o coração dela, ele pediu pra ela tirar a roupa

RICHARD: Rebecca.

REBECCA: Ele pediu pra ela tirar a roupa. E depois que ela tirou a roupa, ele disse: agora eu entendo o quanto você está doente – você precisa de um remédio. Ela disse: Doutor, eu vou morrer? Ele disse: Não, é só que os seus olhos são muito escuros e a sua pele é muito pálida. A sua pele é tão fina que quando eu toco nela assim com os meus lábios eu consigo sentir o sangue correndo por baixo. Você está doente, é só isso. Você precisa de um remédio. Assim começou o tratamento. O tratamento foi selvagem, crianças. Podia ser a qualquer hora do dia ou da noite. Em qualquer parte da cidade. Em qualquer parte do corpo dela. O corpo dela... passou a ser a cidade. O médico aprendeu a desvendar a garota – como um mapa. Até que um dia, a bela garota decidiu

que o tratamento tinha que chegar ao fim – porque quanto mais remédio ela tomava, mais ela ansiava pelo remédio – e além disso ela estava se mudando para o campo. Agora, isso deixou o médico com muita raiva. Porque ele tinha quebrado todas as regras – do ponto de vista dele – por causa dela. E não é o tipo de regra que vocês crianças têm – tirar os sapatos, lavar as mãos – mas são regras de adulto. Leis. Ele quebrou todas essas regras – essas leis – e ele estava com muita raiva. Na verdade, ele chorou. Sua puta, ele disse. Sua putinha. Porque, sabe, houve um grande mal entendido. Porque aquilo que a jovem inteligente e putinha chamava de tratamento, o médico – que é claro, ele mesmo estava doente – ele mesmo ansiava pelo remédio – achou que fosse – o quê? – alguma coisa pessoal. Alguma coisa humana. E foi por isso que / ele seguiu a garota.

RICHARD: Escuta, escuta, escuta, Rebecca. O que / nós precisamos...

REBECCA: Ele foi atrás dela. Ele trouxe a / família dele.

RICHARD: O que / nós precisamos...

REBECCA: Ok. Bom. Sim. Diga / o que nós precisamos.

RICHARD: Porque tem um limite – não é o que nós precisamos – mas você não vê que tem um limite para o que nós...

REBECCA: Um limite?

RICHARD:...para o que nós podemos – um limite, sim – útil – essa noite – você não vê – para o que nós podemos...

REBECCA: Esperar. Esperar alcançar.

RICHARD: Sim. Não. Não. Para o que nós podemos... / dizer.

REBECCA: Alcançar com as palavras.

RICHARD: Sim, para o que nós podemos – exatamente – alcançar / com as palavras.

REBECCA: Sabe, eu não acredito nisso. Acho que isso é tão completamente / desonesto.

RICHARD: Eu estou falando dessa noite, dessa noite em que nós dois estamos...

REBECCA: Eu não estou cansada.

RICHARD: ...quando nós estamos – exatamente - cansados – tão cansados que / não conseguimos pensar.

REBECCA: Porque eu me recuso a acreditar nisso. Não há um limite para o que pode ser dito, só há limite para o quanto nós estamos preparados para ser honestos. Eu não estou cansada. Eu / consigo pensar.

RICHARD: Bom, eu estou. Você ficou dormindo. Eu fiquei trabalhando. Eu / fiquei dirigindo.

REBECCA: Então me diz o que você acha / que nós não podemos falar.

RICHARD: Eu estava trabalhando. Eu não estou preparado pra ter / essa conversa.

REBECCA: Não está preparado? Então me diz.

RICHARD: Diz o quê?

REBECCA: Me diz o que você acha que nós não podemos dizer.

RICHARD: Como é que eu posso dizer pra você o que eu não posso – como é que é? – dizer? O quê?

REBECCA: Exatamente. Exatamente. Porque não existe / uma coisa dessas.

RICHARD: (*suavemente*) Eu devia ter deixado você naquela porra daquela trilha.

REBECCA: Me deixado?

RICHARD: E a verdade é essa. Devia ter deixado você lá.

REBECCA: Você quer dizer pra morrer?

RICHARD: Eu quero dizer – sim, isso – pra morrer.

Pausa. Rebecca começa a rir.

REBECCA: Você sabe que ela achou que eu dei um sinal pra você? (*Breve pausa.*) A sua mulher. Ela achou que eu dei “um sinal”. Ela queria se desculpar por você. Não é ótimo? (*Breve*

pausa.) Na verdade, ela é bem atraente. Por que você ficava dizendo que ela não era nada atraente? Que você tinha que apagar a luz? *(Breve pausa.)* Você / mentiu pra mim.

RICHARD: Você falou com ela.

REBECCA: Você mentiu pra mim. O quê? Sim. Bom, sim, com certeza, eu falei com ela. *(Breve pausa.)* Ah, não precisa se preocupar. Ela foi embora. Há algum tempo. Ela pegou as crianças e foi embora. *(Breve pausa.)* Eles estavam com tanto sono. Meus deus, o jeito que ela arrastou eles pra fora.

Pausa. Eles não se movem. Não me machuca.

RICHARD: Eu não vou machucar você.

Pausa. Ele olha para ela.

REBECCA: Então não olha pra mim.

RICHARD: Eu não estou olhando pra você.

REBECCA: Então não olha pra mim. Eles ficam se olhando.

(...tesoura)