

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE
INSTITUTO DE ARTE E COMUNICAÇÃO SOCIAL

BRUNA FELIX DO NASCIMENTO

A Intuição como bússola para o bom encontro:
Saberes do corpo do ator através do yoga, das ações físicas e da *via negativa*

Programa de Pós-Graduação: Estudos Contemporâneos das Artes
Linha de pesquisa: Estudos de processos artísticos
Orientadora: Walmeri Ribeiro

Niterói,
2020

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE
INSTITUTO DE ARTE E COMUNICAÇÃO SOCIAL

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM
ESTUDOS CONTEMPORÂNEOS DAS
ARTES – PPGCA

A Intuição como bússola para o bom encontro:

Saberes do corpo do ator através do yoga, das ações físicas e da *via negativa*

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação Estudos
Contemporâneos das Artes, na linha de pesquisa Estudos de
Processos Artísticos como requisito para a obtenção do título de Mestre.
Orientadora: Walmeri Ribeiro

Niterói,
2020

BRUNA FELIX DO NASCIMENTO

A Intuição como bússola para o bom encontro:
Saberes do corpo do ator através do yoga, das ações físicas e da via negativa

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação
Estudos Contemporâneos das Artes, na linha de pesquisa
Estudos de Processos Artísticos como requisito
para a obtenção do título de Mestre

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dra. Walmeri Kellen Ribeiro (orientadora) – UFF

Prof. Dra. Celina Maria Sodré Fonseca (co-orientadora) – UFF

Prof. Dra. Martha de Mello Ribeiro (examinadora) – UFF

Prof. Dra. Dinah de Oliveira (examinadora) – UFRJ

Niterói,
2020

Agradecimentos

Em especial, por todo o incentivo e o apoio ao longo dos anos e por acreditarem no meu potencial e desejo, aos meus pais, Emidio Dionísio e Zelia Felix.

À minha orientadora neste trabalho, prof. Dra. Walmeri Ribeiro, pela interlocução, estímulo e generosidade e à prof. Dra. Celina Sodré, pela co-orientação, colaboração, parceria artística e por ter me apresentado a riqueza do conhecimento de Jerzy Grotowski e Constantin Stanislavski.

Também sou grata à prof. Dra. Martha Ribeiro e à prof. Dra Dinah Oliveira por terem aceitado compor minha banca de mestrado e à prof. Dra. Dinah Oliveira por sua pesquisa inspiradora sobre o *tranning* físico do Teatro-Laboratório e pelos *bons encontros* para treinamento nos últimos anos.

Ao prof. Dr. Marcus Fritsch por escutar minhas dúvidas e auxiliar em questões peculiares.

Aos professores e funcionários do PPGCA-UFF, em especial, o prof. Dr. Luiz Guilherme Vergara, por seus apontamentos generosos durante o grupo de pesquisa *Interfluxos*.

Aos colegas de mestrado Camila Oliveira, Jefferson Medeiros, Marina Lima, Nathalia Silva pela rede de afeto e a Cris Campos pela sua amizade e parceria artística e holística dentro e fora do programa.

Aos alunos da graduação em Artes da UFF que, durante o estágio de docência, permitiram explorar as técnicas de treinamentos para atores e criação de estruturas pessoais desenvolvidas nessa pesquisa.

A Evelin Reginaldo pela *alegria* dos encontros em que ela compartilhou o treinamento elaborado por Rena Mirecka, que é seu objeto de pesquisa de

doutorado, e pela companhia de Amanda Brambilla, Igor Trombini e Tassia Leite nesses dias luminosos de treino.

Às amigas Clarisse Monteiro e Luli Burdman pela irmandade, e sou especialmente grata pelos registros fotográficos feitos por Luli para a dissertação. Agradeço a leveza que essas duas artistas trazem ao meu cotidiano.

A Nany Kipenzi pela sua escuta e apontamentos acolhedores.

Agradeço o amor, companheirismo e ternura de Tomaz Sodré.

Ao Instituto do Ator, um lugar de investigação pulsante que me anima e a todos seus sócios e sócias.

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES). Agradeço pela bolsa que possibilitou a dedicação a essa pesquisa.

E, por último, agradeço aos mestres do yoga integral, Mirra Alfassa e Sri Aurobindo, por inspirarem a jornada artística e espiritual.

RESUMO:

Este trabalho de dissertação é o desenvolvimento de um estudo sobre as potencialidades suscitadas por uma prática, a *estrutura pessoal*. Esta, que é metodologia do meu estudo, é descendente de pensamentos praticados por Jerzy Grotowski e Constantin Stanislavski. A pesquisa é influenciada pelas técnicas do yoga, de treinamento de atores e por estudos sobre a intuição através do neurocientista António Damásio e do filósofo Baruch Spinoza. Trato, por meio do exame de questões que se levantaram durante a pesquisa, de propor a intuição como uma *cognição rápida* que, no âmbito do processo artístico, oferece, sem hesitação, uma série de impulsos que conduzem o atuante às suas fontes de criação. A investigação, balizada pelos princípios da *via negativa* de Jerzy Grotowski, levou ao entendimento de que é possível evocar os saberes incorporados e ancestrais por meio da queda de bloqueios do *corpo-memória*. Na jornada laboratorial dedicada ao estudo do paradoxo da forma e do fluxo de vida na obra cênica, a *estrutura pessoal* é um campo para o trabalho sobre si do artista.

Palavras-chave: yoga, treinamento, intuição, processo.

ABSTRACT:

This dissertation work is the development of a study on the potentialities raised by a practice, the personal structure. This personal structure, the methodology of my study, is a descendant of thoughts practiced by Jerzy Grotowski and Constantin Stanislavski. The research is influenced by yoga techniques and actor training, and by studies on intuition through the hypotheses of neuroscientist António Damásio and philosopher Baruch Spinoza. Through the examination of questions raised during the research in this methodology, I try to propose intuition as a quick cognition that, within the scope of the artistic process, offers, without hesitation, the exposure of a series of actions that lead the actor to their sources of creation. The investigation, guided by the principles of the negative path, led to the understanding that it is possible to evoke the incorporated and ancestral knowledge through the work of the memory-body and, also, to expand the questions that arise from the individual field. In the laboratory journey dedicated to the study of the paradox of form and the flow of life in the scenic work, personal structure is a field for the artist's work on himself.

Key words: yoga, training, intuition, process

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

- Fig. 1: fragmento da estrutura pessoal com a ação vocal de ó-ai-ó, p.35
- Fig. 2: fragmento da estrutura que explora ações com as mãos e equilíbrio precário, p.36
- Fig. 3: Ação durante a canção "Rei Davi", p.37
- Fig. 4 Krishna com sua flauta. Fonte: Google, p.69
- Fig. 5: ação com as mãos durante o giro com o corpo: o krishna mudra, p.70
- Fig. 6: escultura de *jnana mudra*, p.70
- Fig. 7: ação com as mãos durante o giro com o corpo: *Jnana mudra*, p.71
- Fig. 8: ação com as mãos durante o giro com o corpo: o pássaro que bica e o pássaro que olha, p.71
- Fig. 9: Imagem retirada do filme Divine Horsemen, p.73
- Fig. 10: fragmento da estrutura pessoal, p.75
- Fig. 11: Gárgula de Notre Dame, p.75
- Fig. 12: Esculturas Carrancas, p.75
- Fig. 13: Kali, em pintura de Ravi Varma, p.84
- Fig. 14: Kali bebendo sangue de Raktabija, p.84
- Fig. 15 Trecho da estrutura entre Kali e a "Carranca", p.86
- Fig. 16: Visitante na exposição diante da Carranca, p.94
- Fig. 17: Descrição da obra "Carranca", p.95

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO p.10

Capítulo 1 **As bases para o laboratório de criação: intuição, estrutura pessoal e via negativa**

1.1 Memória e imaginação: pensamos por meio de imagens, p.16

1.2 A intuição como bússola para a criação de uma linha de ações físicas, p.21

1.3 Etnodrama, *mystery play*, ação individual: a criação de uma estrutura pessoal para trabalhar, p.27

1.3.1 A *via negativa* como ética de trabalho, p.33

Capítulo 2 **As influências das técnicas orientais na ética do trabalho**

2.1 Grotowski e o *yoga*: sua raiz hindu e o encontro com Ramana Maharishi, p.41

2.2 Influências do Yoga Integral de Sri Aurobindo e Mirra Alfassa, p.44

2.3 Proximidades entre éticas: Stanislavski, o caminho óctuplo do budismo e os *yamas* e *nyamas* do *yoga*, p.48

Capítulo 3 **Saberes praticados: jornadas de autoconhecimento**

3.1 O fluxo da vida nas formas, p.61

3.2 O processo da estrutura de um minuto de ações, p.67

3.2.1 Corpo inteligente: saber do corpo e *via negativa* contra éticas e modos coloniais de pensamento, p.76

3.3 O processo final da estrutura de um minuto e sua dimensão ancestral: desmontando a lógica colonial através da pesquisa prática, p.81

CONSIDERAÇÕES FINAIS, p.98

REFERÊNCIAS, p.100

APRESENTAÇÃO

Ritualizo algumas práticas do processo artístico como trampolim para o autoconhecimento. É possível que tenha um viés terapêutico *des-cobrir* os entraves que impedem a ação, mas não é esse o foco desta pesquisa. O foco está em desenvolver como atravessar as crises, interiores ou exteriores, através da jornada de criação de uma *estrutura pessoal* de ações físicas. *Des-cobrir* nossas forças interiores e trabalhar para agir através delas, na liberdade. O *des-cobrir* como uma aventura de abrir as portas, encontrar a nossa própria fonte de energia, de *água-viva*, daquilo que dá sentido à nossa vida. Colocar perguntas ao mundo e *criar* modos de viver que enfrentam as forças exteriores que insistem em diminuir as potências dos corpos. Uma questão averiguada através da *via negativa* na pesquisa foi a lógica colonial como um freamento do fluxo de vida.

Esta dissertação é o compartilhamento de alguns anos de pesquisa prática sobre a intuição como bússola. Durante o proceder da dissertação, percebi que a revelação da própria fonte está ligada à ciência da intuição de Spinoza. Cada artista, ao longo de seus processos, desenvolve artesanalmente a sua bússola. A bússola-intuição auxilia que o inconsciente fertilize as ações criativas. A intuição atrai as associações mentais que são parte importante do material para a obra. Sem a censura dos mecanismos do intelecto, ela sinaliza no corpo-memória onde estão os entraves para a liberdade se realizar. A intuição não ignora que o corpo criador é um corpo canal¹ para a arte se manifestar e, por isso, sabiamente, atrai materiais, situações e memórias para que o artista possa se desenvolver em duas vias do trabalho sobre si: artística e espiritual.

Às vezes a intuição ainda está adormecida e, como bússola, não está funcionando bem, estando coberta por um entulho de pensamentos, julgamentos e, como veremos aqui, de *marafundas coloniais*². Enquanto o indivíduo-artista está com a mente possuída pelos poderes dos sistemas julgadores, castradores e, com seu território-corpo, invadido e governado pelas lógicas coloniais e suas perversidades, é impossível agir com liberdade e criar seu modo de viver. É impossível ser alegre vivendo à mercê dos *maus encontros* com esses poderes.

¹ (Grotowski in Wolford, 2006, p.377)

² (Rufino, 2019)

Uma das vias para escapar dessa *tristeza* que diminui as potências é a presença de uma mestria, como quando um artista aprendiz vai ao atelier de outro artista mais experiente. Esse encontro também pode acontecer por meio de livros, da vibração de uma canção, do encontro com as próprias raízes ancestrais. Essa presença com força de estrela-guia, ou chave mestra, mostra algumas pistas sobre como construir para si a sua bússola para *bons encontros*³, aqueles que aumentam a potência. O sintoma para detectar que estamos caminhando em direção ao norte da bússola é a *alegria*, o aumento das potências de agir e dos modos de ser. Essa *alegria* pode vir ao sabor fortuito dos encontros, mas também pode ser aprendida e, sem depender mais da conjuntura exterior para *bons encontros*, torna-se *alegria ativa*⁴, uma *alegria* que é livre. E, assim, absolutamente fiel à sua *essência*, e fiel à sua *alegria ativa*, pode se dissolver o que cria intervalos entre uma ação e outra.

Por meio de algumas éticas praticadas, podemos agir sobre o que atrapalha o *fluxo da vida*: a ética da *via negativa* de Grotowski e como ela se relaciona com outras éticas como a *Ética, obra inacabada*, de Stanislavski, a ética dos princípios do *yoga* e a *ética responsiva*⁵ de Exu. Respectivamente, um esforço para dissolver os bloqueios, para cuidar da vida dentro e fora do teatro de modo que fomente um espaço harmonioso individual e coletivo para a arte do ator se desenvolver; princípios a se buscar e a cultivar para uma vida mais aberta ao Divino; e, por último, uma luta que não bate de frente, que, na *mandinga*⁶, nos saberes do corpo, se afirma.

A *via negativa* diz sobre a atitude de olhar ativamente para os bloqueios, expressão cunhada por Jerzy Grotowski durante os anos do *Teatro Laboratório* para designar o trabalho na contramão do virtuosismo do atuante. Em vez de treinar naquilo que é conhecido, o atuante vai ao encontro do que lhe desafia, a fim de dissolver os bloqueios. Dessa maneira, o treinamento que Grotowski desenvolveu junto com seus atores, não existe para que o atuante se torne especialista em uma série de proezas, mas, sim, para que desenvolva suas capacidades de ultrapassar limites, resolver problemas que surjam, diminuir as resistências psicofísicas para o fluxo da vida através do corpo. Ao trabalhar pela ética da *via negativa*, o atuante

³ (Spinoza, 2008)

⁴ (Spinoza, 2008)

⁵ (Rufino, 2019)

⁶ (Rufino, 2019)

torna-se conhecedor do próprio *mapa corporal*⁷ e pode criar dispositivos para aumentar a liberdade e o poder de criação.

Treinando com Evelin Reginaldo⁸, - o treinamento criado por Rena Mirecka⁹ -, uma das atrizes do Teatro Laboratório, percebi a importância da energia dos *mantras* durante a estrutura de treino para que os exercícios ultrapassassem sua dinâmica corporal e como esses cantos agiam em áreas específicas do corpo auxiliando o processo da *via negativa*. Conduzida pelo rigor da intuição, segundo pensam Spinoza (uma *ciência*, um *gênero de conhecimento*¹⁰) e Damásio (uma espécie de *cognição rápida*¹¹), ela auxilia a queda dos muros que impedem a intuição de agir, que criam intervalos entre o impulso e a ação, que geram desintegração, dúvida, medo.

Nessa pesquisa, me interessei por investigar as inteligências do corpo, o corpo integrado: físico, coração, espírito e mente.

A dissertação foi escrita a partir do meu processo artístico, que atraiu uma série de reflexões sobre a intuição: como *cognição rápida*, à luz das descobertas do neurocientista António Damásio¹²; como *ciência, gênero de conhecimento*, de acordo com o filósofo Baruch Spinoza. Damásio é estudioso de Spinoza e vê, em seus textos, dados que anteciparam confirmações da neurociência. Ambos repudiam o *cogito* de Descartes, “Penso logo existo”, que gerou a doentia cisão mente/corpo, razão/ sentimentos, que provocou tantos danos e mal-entendidos a humanidade.

⁷ (Damásio, 2016)

⁸ Atriz do Instituto do Ator que desenvolve seu doutorado na UNIRIO sobre o treinamento de Rena Mirezcka. Sua dissertação de mestrado foi sobre o *corpo-memória*.

⁹ Rena Mirezcka continua até hoje na Polônia, na sala que trabalhavam e apresentavam os espetáculos com direção de Grotowski, com seu treinamento chamado *The Sun*.

¹⁰ Para Spinoza, existem três gêneros de conhecimento: a experiência vaga, a razão e a ciência da intuição. No terceiro gênero é possível criar, pois há liberdade para agir conforme as forças interiores. Nele há o afeto da *alegria* ativa, uma alegria que não é mais uma paixão que acontece a partir de um bom encontro por acaso. Falarei nessa dissertação sobre o terceiro gênero e sua relação com a criatividade do artista.

¹¹ Para Damásio, a intuição é uma cognição rápida porque é uma espécie de raciocínio que dispensa muitas elocubrações para que se chegue a uma decisão, ela age assim graças às experiências anteriores que tivemos.

¹² António Damásio é um médico neurologista, neurocientista português que trabalha no estudo do cérebro e das emoções humanas. É professor de neurociência na Universidade do Sul da Califórnia e escreveu a trilogia “O erro de Descartes”, “O Mistério da Consciência” e “Em Busca de Spinoza” onde escreve sobre os avanços da neurociência na compreensão dos sentimentos e emoções integrados ao pensamento.

Esse *cogito* deu base para, até os dias de hoje, culturas ocidentais e brancas que privilegiam os saberes intelectuais a se considerarem superiores a outros povos. Podemos notar o poder *triste*¹³ e contagioso em ação na crescente aniquilação dos povos indígenas originários. A hipótese de Descartes embasa até a intolerância religiosa. Desde os padres jesuítas até nos pastores neopentecostais de hoje, esse pensamento cartesiano justifica a imposição de religião e cultura sobre os povos cujo conhecimento está imbricado ao corpo.

O conhecimento holista, que enxerga o ser humano em suas partes integradas, foi considerado inferior aos conhecimentos ‘iluminados’. Inferiorizando os povos cujas manifestações de cultura e espiritualidade estão integradas, nos quais não há uma cisão que desmereça o corpo.

Os conhecimentos orientais do *yoga*, que atraíram Grotowski e Stanislavski, são essenciais para entender as trajetórias artísticas desses mestres que marcaram a história do teatro no século XX. A cultura africana está intrinsecamente conectada às últimas pesquisas de Grotowski e esses *crucos* entre culturas e conhecimentos revelam sobre a fonte dos interesses técnicos desses mestres.

Como professora de teatro e de *yoga*, fascina-me os *crucos* entre culturas, os interesses que existem em comum por aquilo que liberta, energiza, revela e une.

A experimentação se dá por meio da *estrutura pessoal*, um procedimento descendente das práticas de Grotowski, que objetivam trabalhar sobre elementos relacionados aos desafios do ator em cena e também do ator em sua vida. A partir dessa *estrutura*, proponho uma dramaturgia com a temática que surgiu da dimensão arqueológica e ancestral da estrutura.

A pesquisa, a partir da *estrutura pessoal*, que começou em 2014, ao ingressar no Instituto do Ator¹⁴, evocou histórias da minha linhagem familiar: o sequestro de minha bisavó, indígena, que, como é dito popularmente, foi raptada “a dente de cachorro” e encarcerada com a finalidade de ser ‘amansada’ para se tornar ‘esposa’ de seu sequestrador. Esse fato que veio à superfície, através do *corpo-*

¹³ (Spinoza, 2008)

¹⁴ Instituto do Ator, um espaço gerido coletivamente com a direção artística de Celina Sodré onde acontece um grupo de estudos teóricos semanal e gratuito sobre a obra de Jerzy Grotowski, Grupão Grotowski, há dez anos, grupos de laboratório artístico e apresentações cênicas (com os coletivos Novos, Novíssimos e a companhia *Studio Stanislavski*), aula de *yoga* integral também gratuita (ministrada por mim), cursos de aprofundamento para atores e treinamentos com Celina Sodré e com outros membros do Instituto.

memória, acordou para a necessidade de criar em uma proposta cênica com foco nas vozes femininas silenciadas, dando protagonismo àquelas que foram sequestradas de sua liberdade e impedidas de contar sua história. A montagem cênica será um desenvolvimento futuro dessa pesquisa.

As questões que movem a pesquisa envolvem como dissolver as tensões psicofísicas que empalidecem a presença em cena. Como promover situações e exercícios em sala de aula que ativem um espaço de confiança onde se possam realizar as experimentações dos limites. E como, através das técnicas do *hatha yoga* e dos princípios do Yoga Integral¹⁵, instigar a chama do autoconhecimento que, um dia, acendeu em mim por intermédio do *bom encontro* com Grotowski, com o *yoga*, com Spinoza e com a direção de Celina Sodré.

Através do tempo, de 2014 até hoje, o intercambiamento entre essas áreas diversas de estudo ditou o ritmo para a pesquisa. Salles, em seu livro *Redes da criação - Construção da obra de arte* coloca que

“Uma memória criadora em ação (...) também deve ser vista nessa perspectiva de mobilidade: não como um local de armazenamento de informações, mas um processo dinâmico que se modifica com o tempo” (SALLES, 2006, p.19).

Ao ingressar no coletivo Instituto do Ator, origina-se a investigação dos aspectos análogos aos caminhos experimentais/espirituais através do *yoga* e daqueles próprios às pesquisas do trabalho do ator, que estão ligados à herança de Grotowski e Stanislavski. A razão que motivou o trabalho foi o entusiasmo adquirido pelo *artesanato* com o corpo no corpo. O desejo pelo campo de investigação através das ações e da memória.

Durante cinco anos de dedicação sobre a *estrutura pessoal* de um minuto de duração, esta primeira célula se expandiu para cinco minutos e, durante a pesquisa do mestrado, emergiram novos pontos, nós a serem trabalhados. Como *pesquisa guiada pela prática* (Haseman, 2015), saltaram da própria estrutura as questões para essa investigação.

Convido à leitura do compartilhamento desse processo de pesquisa que atravessa pela vida do meu corpo e se expande nos três tempos: no passado, ancestral; para uma utopia futura de liberdade e, em um presente, onde se age

¹⁵ Yoga Integral, ou *Purna Yoga* dos mestres Sri Aurobindo e Mirra Alfassa cujo *ashram* se localiza na cidade de Pondicherry, na Índia.

artisticamente para a criação de um mundo mais *alegre*.

Capítulo 1

A dimensão temporal do laboratório de criação

1.1 Memória e imaginação: pensamos por meio de imagens

Trabalharei nessa dissertação com o que António Damásio desenvolveu sobre o mapa corporal. Suas hipóteses científicas sobre a razão e as emoções estarem unidas nos processos de pensamento irão somar ao que Grotowski e Stanislavski dizem sobre o trabalho do ator e, também, ao que os conhecimentos orientais antigos do *yoga* já observavam sobre a mente, o corpo e as emoções.

Para o neurocientista, o corpo envia para o cérebro impressões do que acontece no meio ambiente e também dentro do próprio corpo, a leitura do mapa corporal feita pelo cérebro cria sensações emocionais:

“À medida que ocorrem alterações no corpo você fica sabendo da sua existência e pode acompanhar sua evolução. (...) Esse processo de acompanhamento contínuo, essa experiência do que o corpo está fazendo *enquanto* pensamentos sobre conteúdos específicos continuam a desenrolar-se, é a essência daquilo que chamo *sentimento*” (Damásio, 2012, p. 140).

O neurocientista António Damásio, que se destaca nos estudos sobre o funcionamento do cérebro humano, suas emoções, sentimentos, contribuiu para o entendimento de que as tomadas de decisão dos humanos precisam tanto das emoções como da razão para que tenham mais chances de serem bem-sucedidas. A razão e a emoção unidas também contribuíram para a evolução humana e continuam participando dos mecanismos de regulação do corpo. Damásio afirma, inclusive, que o sistema de raciocínio evoluiu do nosso sistema emocional:

O sistema de raciocínio evoluiu como uma extensão do sistema emocional automático, com a emoção desempenhando vários papéis no processo de raciocínio. Por exemplo, a emoção pode dar mais relevo a determinada premissa e, assim, influenciar a conclusão a favor dessa premissa. A emoção também auxilia no processo de manter na mente os vários fatos que precisam ser levados em consideração para chegarmos a uma decisão. Essa presença da emoção pode ser vantajosa ou nefanda dependendo das circunstâncias da decisão e da história pregressa de quem decide (Damásio, 2012, p.13).

As emoções constituem o aspecto mais “físico” da consciência. Nós as vivenciamos através das sensações. São as portas do corpo para a consciência. Isso não quer dizer que devemos nos guiar apenas pelas sensações e emoções, mas, sim, que precisamos reconhecer que participam, unidas ao raciocínio, dos

sistemas inerentes à vida humana. Vivendo apenas no fluxo das sensações, não seríamos capazes de tomar decisões convenientes, pois estaríamos ao sabor dos acontecimentos e de como eles nos afetam. Precisamos entender os fenômenos que nos afetam para conseguir criar nossos modos de viver.

Nossos circuitos neurais inatos contêm dispositivos para regular o organismo, não só em sua homeostase, mas também em relação ao meio ambiente e ao ambiente social. Os circuitos neurais inatos, além de regularem os processos bioquímicos, também atuam sobre os impulsos e instintos que levam a ações que prezam pelo objetivo maior do corpo que é a sobrevivência. O corpo instintivamente quer ser potente e viver, não quer se aniquilar, quer manter a *alegria*, sua expansão. Os impulsos e instintos contribuem, conscientemente ou não, para a sobrevivência. Em seu livro *O erro de Descartes*, Damásio expõe o equívoco que o “Penso, logo existo” de Descartes criou. Com esse *cogito*, Descartes retirou do processo de raciocínio humano a influência das emoções. A cisão entre a razão e a emoção criou um equívoco que até hoje dita os modos de pensar em diversas áreas de conhecimento. A proposta de Damásio expõe que "as emoções e os sentimentos, são centrais para a visão de racionalidade (...) porque são uma poderosa manifestação dos impulsos e dos instintos" (p.117).

Esses processos biológicos não teriam nenhuma vantagem se variassem muito, porque uma alteração significativa acarretaria disfunções graves para o organismo. Porém, podemos influenciar intencionalmente os comportamentos que por hábito são induzidos pelos sistemas inatos. Podemos acalmar os batimentos cardíacos por meio do controle da respiração, ou decidir fazer um jejum prolongado. As disposições inatas não mudam nesses casos. O que muda são alguns componentes de comportamentos relacionados a essas disposições, seja através do uso da força muscular (na respiração, por exemplo), seja através da força de vontade (como ao decidir jejuar).

Podemos ver isso nos dispositivos inatos de sobrevivência do corpo. Um exemplo é a queda de açúcar no sangue. Este mapa corporal interior é lido pelo cérebro que, por sua vez, altera o estado do corpo para que aumente a probabilidade de correção: sente-se fome. Ao comer para saciá-la, o índice glicêmico sobe no sangue, o hipotálamo detecta e os neurônios apropriados fazem o organismo passar a um estado em que a experiência associada é a sensação de saciedade.

É um sistema de regulação do corpo pelo corpo onde esses mecanismos reguladores asseguram a sobrevivência ao ativar sensações que promovem ações para manter a vida.

Os padrões de alteração do corpo são impulsos que manifestam estados do corpo com um significado específico (fome, náusea) ou uma emoção identificável (medo, raiva) e também podem se combinar. Segundo Damásio, a ativação desses padrões pode ser: interior “visceral” (como no exemplo do açúcar no sangue), exterior (como uma ameaça de ataque de um animal) ou interior “mental” (a percepção da iminência de uma catástrofe). E cada padrão pode manifestar uma série de outras representações dispositivas e essas, por sua vez, ativarão as tomadas de decisão de modo a preservar a sobrevivência do corpo e sua potência de vida.

Qualquer uma dessas ativações pode gerar uma resposta biorreguladora interna, ativar um padrão de comportamento instintivo, um plano de ação criado no mesmo instante ou tudo junto. Por isso as representações dispositivas são complexas, estão se compondo desde tempos remotos do pensamento humano e também são transmitidas pela memória genética e através da cultura. Tudo isso compõe os *marcadores somáticos*, a hipótese de Damásio para essas representações complexas que são acessadas mediante a necessidade e que possuem muitas faces para que a resposta enviada seja a mais conveniente possível.

Falei sobre os comportamentos instintivos, pois eles são como o ancestral ou a base dos comportamentos intuitivos que me interessam na pesquisa. O impulso instintivo de gerar um plano de fuga ao perceber uma catástrofe ou um ataque, assemelha-se ao impulso intuitivo que transmite a certeza da ação a ser tomada, sem precisar de elaboração específica através dos circuitos de raciocínio intelectual. Essa certeza intuitiva é fruto das experiências, que são vividas por nós em nosso corpo, que foram aprendidas através da história de nossa cultura, são as experiências de nossos ancestrais que, ao longo de muitos séculos, foram construindo quem somos, é uma herança (genética e cultural). Qualquer uma dessas ativações de padrões do corpo pode gerar uma resposta biorreguladora interna, um padrão de comportamento instintivo e/ou um plano de ação recém-criado e, em todas elas, a emoção está em diálogo com a razão.

A hipótese levantada por Damásio é de que a mente humana consulta, para

suas decisões, os *marcadores somáticos*: parâmetros cerebrais complexos elaborados por meio de experiências passadas. "A emoção transmite informações cognitivas, diretamente e por intermédio dos sentimentos" (p.14). São os dispositivos que ajudam a examinar o que acontece e realizar boas escolhas, convenientes ao corpo, escolhas *alegres*.

A hipótese do *marcador somático* veio de anos de pesquisa do neurocientista com pacientes cuja conduta social fora alterada por lesão cerebral em um setor específico do lobo frontal. Baseado nesses estudos, ele discorre sobre os sistemas cerebrais que participam conjuntamente da emoção e da tomada de decisões estarem envolvidos também na gestão da cognição e do comportamento social.

Emoções *marcam* certos aspectos de uma situação e desempenham um papel na conhecida intuição. Essa palavra tão usada e praticada pelos artistas em seus processos, e que Damásio define como um processo cognitivo rápido, pelo qual se chega a uma determinada conclusão sem ter noção de todas as etapas lógicas:

A qualidade da nossa intuição depende do quanto raciocinamos bem no passado, do quanto classificamos bem os acontecimentos de nossa experiência passada em relação às emoções que os precederam e que os seguiram e ainda do quanto refletimos bem sobre os êxitos e fracassos de nossas intuições anteriores. Intuição é simplesmente cognição rápida com o conhecimento necessário parcialmente varrido para baixo do tapete – uma cortesia da emoção e de muita prática do passado (Damásio, 2012, p.13).

O que não quer dizer que o conhecimento intermediário não esteja presente. Ele está presente, mas o processo todo de entrega do resultado pela emoção ocorre em tal velocidade que é desnecessário que venha à mente seu conhecimento.

Damásio diz que pensamos através de imagens. Para ele "o conhecimento factual necessário para o raciocínio e para a tomada de decisões chega à mente sob a forma de imagens" (Damásio, 2012, p.102). Ele divide em dois campos: as *imagens perceptivas* e as *imagens evocadas*. Imagens de modalidades sensoriais diversas trazem as *imagens perceptivas*. Como ao olhar pela janela, ouvir uma música que toca ao fundo, deslizar os dedos sobre a mesa, ler as palavras, linha após linha de um livro. Ao trazer recordações do passado, a voz de um cantor, o rosto de sua tia, ao pensar sobre o que acabou de ler, são ativadas as *imagens*

evocadas. Imagens evocadas podem ser a partir de acontecimentos passados, da imaginação ou a partir de planos para o futuro. Damásio sugere que

(...) imagens mentais explícitas que evocamos surgem da ativação sincrônica e transitória de padrões de disparo neural que, em larga medida, ocorrem nos mesmos córtices sensoriais iniciais onde os padrões de disparo correspondentes às representações perceptivas ocorreram outrora. A ativação resulta numa representação topograficamente organizada (Damásio, 2012, p.102).

O autor diz que as imagens são provavelmente o principal conteúdo de nossos pensamentos, qualquer que seja a modalidade sensorial em que são geradas, e a memória se tornará um registro neural das muitas alterações do organismo-corpo (nas vísceras, músculos, olhos). O corpo não é passivo no pensamento e, por isso, Damásio, por intermédio da neurociência, fala de descobertas feitas por Stanislavski no seu estudo das ações psicofísicas. Estudo este aprofundado por Jerzy Grotowski. A importância de Stanislavski nas pesquisas de Grotowski é assumida e determinante. Essa rede de autores, que desenvolvem suas pesquisas a partir da trama de conhecimento tecida por outros que vieram antes, é preciosa para essa pesquisa.

As questões provenientes do livro *O Erro de Descartes* cruzam as inquietações dessa pesquisa artística, que olha para o problema criado pela invenção de uma racionalidade sem corpo, de razão sem emoções, e da elevação de uma espécie de conhecimento iluminado, elencado como a Razão em detrimento de outros modos de pensar e ser no mundo.

Damásio coloca que, dessa bagunça e soberba da separação cartesiana, derivam diversos equívocos atuais como o problema dos biólogos tratarem os processos vitais mecanicamente e de neurocientistas que acreditam que a mente pode ser explicada somente a partir dos fenômenos cerebrais, excluindo o resto do organismo e os meios ambiente, físico e social, por exemplo. A divisão cartesiana moldou a investigação e a prática médica, que não olha para o ser em sua inteireza, não enxerga as consequências psicológicas das doenças e tampouco os conflitos psicológicos no corpo (Damásio, 2012, p. 220).

Com o “penso, logo existo”, o mundo ocidental e sua ciência validaram a soberania de seus saberes. Corpo e mente, corpo e natureza, espírito e pensamento estão imbricados nos modos de ver o mundo de outras culturas. Essa diversidade foi atacada brutalmente pela supremacia de povos ocidentais e brancos,

‘donos da razão’.

1.2 A intuição como bússola para a criação da linha de ações físicas

Stanislavski começou seus estudos sobre a arte do ator investigando o papel das emoções. Iniciou um pensamento sobre como utilizar a *memória afetiva* como ferramenta criativa. A partir da rememoração de um acontecimento, se manifestariam qualidades emocionais, no corpo e, assim, o ator poderia dar vida aos seus personagens.

Esse efeito é similar ao que acontece por meio das *imagens evocadas*. Através da respectiva memória, o ator supostamente atualizaria também as sensações específicas daquele momento. Dependendo do impacto emocional da memória e da riqueza de detalhes lembrados, há possibilidade de que o ator se emocione e tenha sensações parecidas com as que teve no passado. A chance de imagens suscitarem sensações é grande, mas Stanislavski percebeu que esse não era um caminho suficientemente rigoroso para poder trabalhar no teatro, porque as emoções não surgem todas as vezes que nos lembramos de algo. Não é possível convidar as sensações com hora marcada.

Uma memória é sempre reconstruída a cada atualização. O que lembramos não é um registro fotográfico do que aconteceu. O corpo que lembra está sempre em transformação através do tempo e sua maneira de relacionar-se com os acontecimentos do passado também. A repetição, que faz parte da arte teatral, mostrou a Stanislavski que trabalhar com a memória afetiva era falho. O artista precisava refazer a linha de acontecimentos por meio da imaginação a cada ensaio, e depois a cada apresentação. Após tanto repetir, aquela memória não causa tantas sensações e, ao não “sentir” mais nada, o ator começa a forçar os sentimentos, a bombear as emoções porque não sabe mais o que fazer.

A *memória afetiva* é como encontrar no meio do caminho um poço que ofereceria água em abundância, mas que rapidamente seca. O ator faz um esforço em vão para captar uma água que não brota mais. O balde volta sempre seco e jogá-lo com força novamente para o fundo não vai fazer com que a água volte a brotar.

É preciso, então, desenvolver uma competência para construir o poço. No começo do século XX, enquanto Stanislavski desenvolvia seus *studios*, não haviam

técnicas que ensinassem a arte da atuação. O ator era um artista subordinado a hierarquia do texto e do diretor. Algumas atrizes e atores se destacavam pelas suas vivências no palco, mas não eram professores de técnicas para a atuação. Ou você era uma genialidade da atuação ou não. Stanislavski almejava encontrar um caminho para quem não era genial intuitivamente.

No livro *Análise-ação*, Knebel escreve que, para Stanislavski, era imprescindível que os atores entendessem o teatro como “a arte da experiência do vivo”: “A linha contínua das ações físicas, ou seja, a *linha da vida do corpo humano* ocupa um lugar importantíssimo na criação do personagem e faz brotar tanto a ação interna como a experiência do vivo” (Knebel, 2016, p.26).

Stanislavski percebe as *memórias afetivas* não são um elemento rigorosamente útil para a arte da repetição. Porém, as sensações que emergem no corpo eram uma pista. Stanislavski transfere o foco de seus estudos para como o corpo está durante as emoções. Perceber como o corpo se comporta – como olha, como estão as mãos, qual o ritmo da respiração, como está a coluna, qual o tempo-ritmo do caminhar, do piscar dos olhos. Dessa maneira, ao rememorarmos um acontecimento, levamos o foco da nossa concentração para o que o corpo faz. Ao imaginarmos uma circunstância proposta¹⁶ nos perguntaremos como agiríamos. As ações são possíveis de se trabalhar, detalhar e, ao repeti-las, experimentando tempos e ritmos, podemos criar uma *linha de ações físicas*.

As ações físicas são parte importante do legado de Stanislavski. Grotowski continuará o que Stanislavski estava desenvolvendo e parou apenas porque morreu, como é dito pelo próprio Grotowski. A arte do ator ganhará, durante o século XX, um olhar para os estudos da corporeidade do ator e o desenvolvimento/autoconhecimento do artista imbricado aos seus saberes artísticos.

A revolução iniciada por Stanislavski e continuada por Grotowski, que nos inspira a trabalhar ainda hoje, captou que a mente e o corpo estão imbricados nessa linha de ações. O que se faz é o material para o ator trabalhar. Tem uma dimensão concreta e, ao mesmo, tempo energética, invisível. A vida tem pulsações, ritmos e sons. Os acontecimentos geram impulsos, sensações internas (viscerais e mentais),

¹⁶ “São a fabula da peça, seus fatos, acontecimentos, a época, o tempo e o lugar da ação, as condições de vida, (...) nossas contribuições pessoais, as marcações, a montagem (...) e tudo mais que se propõe aos atores durante a criação” (Knebel, 2016, p.32).

sonoridades, palavras, reflexões e tomadas de decisão que são traduzidas no corpo. Criar e atravessar uma linha de ações psicofísicas é como aprender a cavar o poço para dali sair *água-viva*. Água que alimenta o físico e também o energético, espiritual.

No processo que compartilho aqui, um parâmetro para a escolha das ações é a intuição. Intuição como uma 'cognição rápida' segundo o neurocientista António Damásio e também como um 'gênero de conhecimento', a partir da leitura do livro *Ética* de Spinoza e de estudos de Deleuze sobre Spinoza. Investiga-se a intuição como uma bússola para as ações que, posteriormente, serão editadas no processo de montagem da estrutura e, ainda mais tarde, trabalhadas para um momento cênico.

A intuição como um dispositivo para a seleção das ações, é fomentada pelas imagens das experiências da vida na memória. Intuição que inaugura a liberdade para realizar escolhas, que guiam as decisões a partir das forças interiores e criam modos de agir. Para Damásio, a qualidade de nossa intuição depende de como classificamos os acontecimentos da nossa experiência passada e ainda o quanto refletimos sobre os êxitos e fracassos de nossas intuições anteriores. As emoções transmitem informações cognitivas por intermédio dos sentimentos e participam do processo de pensamento.

Estar subjogado às intempéries das emoções é uma mazela do primeiro gênero de conhecimento, de acordo com Spinoza. No primeiro gênero, da *imaginação*¹⁷ ou *razão inadequada*, o ser humano ainda não conhece os modos da natureza a fim de evitar *maus encontros*, aquilo que diminui sua potência, não sabe o que fazer ainda para promover *bons encontros*, que aumentam suas potências. O corpo desconhece seu potencial de afetar e ser afetado e, por isso, não pode experimentar uma *alegria ativa* proveniente da sua potência de agir. Vive apenas ao sabor da sorte, dos *bons encontros* que acontecem fortuitamente.

O afeto que não é *ativo* para Spinoza é uma *paixão*, afeto que só pode vir das causas exteriores. Liberdade para Spinoza envolve aumento das capacidades

¹⁷ Como explica Marilena Chauí, "Espinosa emprega as palavras "imaginar" e "imaginação" com o sentido de "perceber" e "percepção", isto é, imaginar não é inventar pela fantasia (como hoje pensamos), mas perceber sensorialmente as coisas". A percepção sensorial que ainda não compreende as causas das coisas. Retirado do artigo *Paixão, ação e liberdade em Espinosa*, publicado na Folha de S.Paulo, em 20 de Agosto de 2000. Disponível em <<https://www1.folha.uol.com.br/fsp/mais/fs2008200006.htm>>. Acesso em 20 fev. 2020.

de afetar e ser afetado sem ser diminuído em sua potência. Vejo semelhanças em Spinoza, Stanislavski e Grotowski nos pensamentos/éticas/práticas que levam à libertação da ignorância. Os estudos desses mestres, estudos sobre mente, afetos, emoções, essência e corpo estão perscrutando a liberdade: como criar os próprios modos de existir na vida e na arte, em como não ser um escravo das paixões ou das forças exteriores.

A palavra *essência* usada aqui está relacionada ao que Grotowski expõe em *o Performer*. Grotowski fala da essência como algo que não é exterior, algo único de cada um:

A essência me interessa porque ela não tem nada de sociológico. É aquilo que nós não recebemos dos outros, aquilo que não vem do exterior, que não é aprendido. Por exemplo, a consciência (no sentido de *the conscience*) é alguma coisa que pertence à essência, e que é completamente diferente do código moral pertencente à sociedade.(...) Como quase tudo que nós possuímos é sociológico, a essência parece pouca coisa, mas ela é sua¹⁸.

Deleuze comenta que Spinoza denunciava as falsificações e depreciações da vida, criticava as paixões tristes porque elas nos separam da vida, nos deixam embebidos nas ilusões e na escravidão. O grau de potência do indivíduo seria sua essência individual:

Essa crítica [de Spinoza] das paixões tristes está profundamente enraizada na teoria das afecções. Um indivíduo é antes de mais nada uma essência singular, isto é, um grau de potência. A essência corresponde a uma relação característica; a esse grau de potência corresponde certo poder de ser afetado (Deleuze, 2002, p.33).

Não seria possível ser pleno de sua potência sem conhecer as forças interiores da essência individual. Deleuze escreve que a *Ética* de Spinoza é uma etologia que considera, 'tanto para os homens quanto para os animais, em cada caso, somente o poder de ser afetado' (Deleuze, 2002, p.33). Para essa etologia do humano ele trará a distinção entre duas espécies de afecção: as *ações* e as *paixões*. As ações se explicam pela natureza do indivíduo afetado e derivam de sua *essência* enquanto as paixões se derivam do exterior. Logo, o poder de ser afetado pode se apresentar como *potência para agir* ou *potência para padecer*.

¹⁸ "Essence interests me because nothing in it is sociological. It is what you did not receive from others, what did not come from outside, what is not learned. For example, conscience is nothing which belongs to society (...) Because almost everything we possess is sociological, essence seems to be a little thing, but it is ours" (Grotowski in Wolford, 2006, p.377). Em toda a dissertação uso a versão traduzida por Celina Sodré para fins didáticos dos textos de Grotowski.

As paixões ainda poderiam ser classificadas em dois tipos: *alegres* ou *tristes*. Ao encontrar um corpo exterior que não convém ao nosso, que subtrai a nossa potência de agir, as paixões correspondentes são *tristes*. As paixões de *alegria* nos afetam quando encontramos um corpo que soma sua potência a nossa e, assim, a potência dos envolvidos é ampliada. Essa *alegria* aqui não é *ativa*, ainda é uma *paixão* porque sua causa é exterior. Contudo, a potência de agir pode aumentar de tal modo que ficamos próximos do 'ponto de conversão, do ponto de transmutação que nos tornará senhores dela, e por isso dignos de ação, de *alegrias ativas*' (Deleuze, 2002, p.34).

Um *bom encontro*, então, pode nos conduzir ao corpo que está conectado com sua *essência* e que não está mais alienado de sua potência de agir. Essa *alegria* gerada é capaz de desdobrar-se em *alegria ativa*, 'nos tornamos consciente de nós mesmos de modo essencial (terceiro gênero de conhecimento, intuição)' (Deleuze, 2002, p.49-50).

Enquanto não está em atividade a intuição-bússola, estrela-guia ou mestre interior, uma figura exterior pode auxiliar a acordar essa faculdade humana. Nas vertentes de trabalho holistas, como no *yoga* e no budismo e também nas artes marciais, existem aquelas pessoas que fazem a ponte entre as técnicas praticadas e os aprendizes que aspiram a elas, são os mestres e mestras que desenvolveram a possibilidade de ser uma ponte para um saber praticado. Ao despertar essa força interior que atua guiando o seu processo de arte e vida, o atuante desenvolve sua *mestria*.

Através do *bom encontro* e da *alegria* em Spinoza, esta pesquisa lança um olhar para a relação com aquele ou aquela que faz a ponte entre experiências. Nesse *bom encontro*, com uma técnica ou prática, há um aumento de potência para que o aprendiz avance no desenvolvimento de seu processo (artístico, espiritual, ou oriundo de artes marciais, por exemplo), e também fortaleça o conhecimento, pois, as técnicas se atualizam no corpo de quem pratica e, assim, não correm o risco de desaparecer.

Por isso a importância emergencial de olhar para os conhecimentos ancestrais, tirando-os do limbo da classificação como excêntricos. Uma lástima que tantos saberes originários já tenham sido exterminados por serem considerados menores, taxados como irrelevantes para as ciências e culturas ocidentais

hegemônicas, que centralizam seus pontos de vista como únicas verdades.

Na *alegria* do encontro que é *bom*, os corpos são potentes, podem existir, se contagiar e criar novos territórios de ação. A *tristeza* é o afeto que envolve a diminuição da potência de agir, de criar. Portanto, os *bons encontros* criam as máquinas de guerra contra os poderes despóticos que engendram paixões tristes para diminuir as potências dos seres (humanos ou não).

Em aula sobre ideia e afeto em Spinoza¹⁹, Deleuze desenvolve sobre o *affectus* (afeto) da alegria e tristeza como aumento ou diminuição das potências. Deleuze diz que

“É como se os afetos de alegria fossem um trampolim, eles fazem vocês passarem através de alguma coisa pela qual jamais poderiam passar se só existissem tristezas. (...) Como alguém faz progressos? Jamais fazemos progressos sobre uma linha homogênea, é um truque aqui que nos faz progredir lá, como se uma pequena alegria tivesse disparado um gatilho. Novamente a necessidade de um mapa: o que aconteceu lá para que algo se desbloqueie aqui?” (Deleuze, 1978).

As próprias técnicas para a criação se revelam. Ao perceber as sensações dessa potência que levam a agir, da força desse campo imanente, inicia-se um mapeamento de onde ela nasceu e dos lugares de potência para criar. Elas são justamente não-técnicas: são planos de imanência revelados que não possuem um roteiro fechado, vão se transmutando caleidoscopicamente.

Spinoza, em sua obra *Ética*, no século XVI, já afirmava que, ao viver sem perceber as forças exteriores que agem sobre si, o sujeito está no gênero de conhecimento que ele chama de *imaginação*. Nesse gênero, não é possível ser livre, pois se desconhece as próprias forças interiores, não se está consciente de sua própria potência para realizar essas forças interiores. Segundo Spinoza, apesar de se ter conhecimento racional sobre as forças exteriores, vivendo assim no segundo gênero de conhecimento, *A razão* e, mesmo que se conheça a relação entre as forças, o sujeito só estará livre quando for capaz de criar um modo de vida a partir de sua força interior, quando conquistar o terceiro gênero de conhecimento, *a ciência da intuição*.

As emoções, sentimentos e o raciocínio estão imbricados nos dispositivos mentais que ajudam a pensar e tomar decisões. Evocando esses dispositivos, procurei vias para *des-domesticar*, *des-cobrir*, deixar emergir e costurar. Aqui

¹⁹ <https://www.webdeleuze.com/textes/194>

exponho sobre o processo de criação, que não pretende culminar em um objeto final, mas continuar, como território de pesquisa, sobre questões que inquietam a vida do artista da cena: como criar uma cena com intensidade da vida? Como dar voz e corpo a fim de que se materialize algo ligado à sua *essência*?

1.3 Etnodrama, *mystery play*, ação individual, partitura de ações físicas: a criação de uma estrutura para trabalhar

No léxico de Grotowski, existem alguns modos para designar esse trabalho pessoal ao longo de sua pesquisa, como *mystery play*, *etnodrama* e *estrutura individual*. A raiz dessas palavras está nos estudos de Stanislavski sobre as ações físicas. Grotowski disse que continuou com o trabalho de Stanislavski sobre as ações físicas a partir do ponto que Stanislavski tinha parado porque morreu. Para Grotowski, uma das diferenças entre sua abordagem e a de Stanislavski era a questão dos impulsos geradores das ações. Antes de sua morte, Stanislavski não conseguiu deixar escritos sobre o impulso, porém Grotowski relata que ouviu falar de um exercício, enquanto estudava na Rússia, em que Stanislavski já bastante idoso, quase sem se mover, havia se transformado em um tigre apenas trabalhando com impulsos (Richards, 2012, p.110).

Algumas expressões são empregadas por Grotowski para falar sobre estrutura. A *mystery play* foi o trabalho feito durante o *Objective Drama Program* que consistia numa estrutura como 'mini espetáculo com um único ator' (Richards, 2012, p.36). Este ator trabalhava com um canto antigo proveniente da própria infância ou ligado à sua própria tradição. A palavra *etnodrama* é usada por Grotowski no texto *Você é filho de alguém*, no qual diz que seu ponto de partida era 'uma canção antiga ligada à tradição étnico-religiosa da pessoa em questão' (Grotowski in Richards, 2012, p.48). Ele explica que é como um *etnodrama* no sentido tradicional, coletivo, com a diferença de que ali era 'uma pessoa que age com *uma* canção e *sozinha*' (grifo de Richards).

O trabalho em uma estrutura com essas especificidades ajuda o atuante a se aprofundar no seu processo artístico, auxilia a ver o que, em si mesmo, o ajuda e o que não. Grotowski expõe que um grande problema para o desenvolvimento do artista é o diletantismo, o comportamento 'turístico' diante do trabalho que faz com que os atores trabalhem horizontalmente, sempre no mesmo nível, sem se dedicar o

suficiente para aprofundar a qualidade de sua arte. Sem cavar esse poço, não há como ter acesso à *água-viva* que circula quando estamos perto da essência. Como no hexagrama *O Poço* do *I Ching – O Livro das Mutações*²⁰. O hexagrama diz: “Quando se chega próximo ao nível da água, mas a corda não vai até o fundo ou o balde se quebra, isso traz infortúnio”. Wilhelm, na análise desse hexagrama, fala que:

Há, porém, dois pré-requisitos necessários a uma satisfatória organização social ou política da humanidade. É preciso ir aos fundamentos da vida. A mera ordenação superficial da vida, que deixa insatisfeitas as necessidades mais profundas e vitais, é, na verdade, inútil. E o mesmo que não realizar qualquer esforço de organização. A negligência — em virtude da qual o cântaro se quebra — é também desastrosa. (Wilhelm, 2006, p.152).

Encontra-se algo no processo artístico que é bastante excitante quando aparece pela primeira vez, mas, em vez de se trabalhar sobre esse material, cria-se uma nova versão, e depois outra e, assim, sucessivamente em uma atitude que impede o ‘ir a fundo’. Isso pode ser fruto da educação recebida que não consegue engajar o ser humano em seus processos de autoconhecimento. Segundo Wilhelm que analisa esse problema, ainda em seu comentário do hexagrama *O Poço*:

Apesar das diferenças em tendências e educação, os fundamentos da natureza humana são idênticos em todos os seres. E cada indivíduo, em sua formação, pode usufruir dessa fonte inesgotável, que é a centelha divina presente no interior da natureza humana. Mas aqui também dois perigos ameaçam. Primeiro o risco de, em sua educação, o homem não chegar às verdadeiras raízes da condição humana, ficando preso às convenções — uma formação parcial como esta é tão nociva quanto nenhuma formação. Ou, em segundo lugar, ele pode sofrer um súbito colapso em sua educação, desistindo do autodesenvolvimento (Wilhelm, 2006, p.152).

Assim, o artista ficaria sempre no primeiro nível superficial da empolgação, uma excitação passageira. O trabalho segue ‘indo para o lado – e não como alguém que está escavando um poço’ (Grotowski in Richards, 2012, p.48).

²⁰ O livro funciona como um oráculo onde, através de um jogo aleatório de varetas ou moedas que leva a um ideograma, uma pergunta mentalizada anteriormente é respondida. Os hexagramas, combinações dos trigramas a partir das moedas, possuem comentários que ajudam a destrinchar esse poético oráculo. O hexagrama possui um *juízo* e *imagem* e, dependendo do jogo das moedas ou varetas, há alguns versos específicos, chamados *linhas*. Surgiu “no período anterior à dinastia Chou (1150-249 a.C), com figuras lineares, compostas de linhas inteiras e linhas interrompidas, superpostas em conjuntos de três e seis linhas, chamados *Kua* (signo)” (Wilhelm, 2006).

Grotowski alerta que, durante esse tipo de trabalho, haverá momentos de crise, que são períodos em que o trabalho parece sem vida e tedioso. Ele fala que, para cada 'fase de espontaneidade de vida, vem sempre uma fase de absorção técnica' (Grotowski in Richards, 2012, p.50). Precisamos aprender a trabalhar sem o combustível fugaz da excitação inicial. É preciso resolver os problemas técnicos que emergem e, como numa montagem de cinema, fazer cortes, trabalhar para que os fragmentos voltem a ter fluxo e reações orgânicas. Organicidade era um termo que ele compartilhava com Stanislavski. No texto *C'était une sorte de volcan*, citado por Richards, Grotowski fala que organicidade está relacionada ao *aspecto-criança*. "A criança é quase sempre orgânica. (...) É possível prolongar a vida da organicidade lutando contra os hábitos adquiridos, contra o treinamento da vida cotidiana, rompendo, eliminando os clichês de comportamento" (Grotowski in Richards, 2012, p.74).

Grotowski, durante os trabalhos no *Workcenter*, acreditava que a *arte como veículo* era a extremidade de uma cadeia que tinha, na outra ponta, a *arte como apresentação*:

Entre elas deveria ser possível a passagem: das descobertas técnicas, da consciência artesanal... Tudo isso deve poder passar se não queremos ser completamente cortados fora do mundo. Lembrome daquele capítulo do chinês *I-Ching*, o antigo Livro das Mutações, em que se diz que o poço pode ser bem escavado e a água dentro dele pura, mas se ninguém atinge a água daquele poço, irão habitá-la os peixes e a água vai estragar-se (Grotowski, 2007, p.243).

Esse é o hexagrama *O poço*, na íntegra:

O POÇO. Pode-se mudar uma cidade, mas não um poço.
O poço não aumenta nem diminui.
As pessoas vão e vêm e recolhem a água.
Se antes de a corda alcançar a água, o cântaro se quebra,
isso traz infortúnio (Whilhelm, 2006, p.151).

Os peixes aos quais Grotowski faz alusão estão na *linha* nove na segunda posição: "Atira-se nos peixes à entrada do poço. O cântaro está quebrado e vazando" (Whilhelm, 2006, p.152).

A interpretação dessa *linha* sugerida por Whilhelm :

A água é limpa, mas não está sendo utilizada. Assim só os peixes vivem no poço e quem dele se aproxima o faz apenas para pescar. Mas o cântaro está quebrado e não se pode manter os peixes nele. Isso descreve a situação de alguém que tem boas qualidades, mas as negligencia.

Ninguém se preocupa com ele. Como consequência, ele se corrompe interiormente. Associa-se a homens inferiores que já não podem mais realizar nada de valor (Whilhelm, 2006, p.152).

É preciso criar uma cadeia entre uma extremidade e outra para que o conhecimento esteja em prática e não inacessível, isolado do mundo. Na fase da *Arte como veículo*, no *Worcenter of Jerzy Grotowski* em Pontedera, Itália, não se realizavam mais espetáculos, porém, trabalhava-se sobre uma estrutura chamada *Action*, esmerada em rigor, detalhes e precisão comparável àquelas do Teatro Laboratório. Grotowski dizia que não era ‘um retorno em direção à arte como apresentação’, mas era ‘a outra extremidade da mesma cadeia’ (Grotowski, 2010, p.232).

Segundo ele, a diferença entre essa fase e a fase dos espetáculos estava na sede da montagem. Nos espetáculos, a sede estaria na mente do espectador; na *arte como veículo*, a sede era no próprio atuante. Grotowski dizia que a *arte como veículo* era como um elevador primitivo, um cesto puxado por uma corda em que ‘o próprio atuante se eleva rumo a uma energia mais sutil, para descer *com ela* até o corpo instintual’ (Grotowski, 2010, p.234). Enquanto o espetáculo seria um elevador cujo ascensorista é o ator e os espectadores são transportados através dele para algum lugar.

As palavras para Grotowski eram esculpidas conforme as necessidades de suas práticas. O estudo sobre as ações físicas é forte durante a fase de seus espetáculos com o *Teatro Laboratório* e continua até sua última fase, a *arte como veículo*, quando já não abria mais o trabalho para receber espectadores. As criações continuavam plantadas no princípio do rigor da precisão, ações amalgamadas ao fluxo da vida.

O trabalho da estrutura, nessa que foi sua última fase de trabalho, envolvia dedicação aos cantos antigos da própria tradição do atuante e, também, sessões com os cantos de tradição afro-caribenha. Grotowski estudava de que modo as qualidades vibratórias dos cantos tradicionais tinham poder de transmutar as energias grosseiras em energias finas. Em seus estudos, expõe que as pessoas fazem uma confusão entre a melodia e as qualidades vibratórias do canto. Diz que o encontro com uma canção deve ser reconhecido como o encontro com uma pessoa. Ao cantar, deve-se ir ao encontro do canto, dos impulsos conectados ao canto, como ir ao encontro de alguém. Perguntar-se se o canto é uma mulher, um homem,

uma criança. O canto pode ser de trabalho, de lazer, pode ser uma canção-animal ou uma canção-força. Quem canta deve, então, se perguntar quem foi que começou a cantar a canção pela primeira vez (Grotowski in Richards, 2012, p.142,143).

Para Grotowski, o canto de tradição pode ser comparado, em sua qualidade de verticalidade, de instrumento para acessar algo elevado que transforma aquele que canta, através de suas qualidades vibratórias, ao mantra da cultura hindu ou budista. 'O mantra é um breve encantamento, eficaz como instrumento; não serve aos espectadores e, sim, a quem o pratica' (Grotowski in Richards, 2012, p. 143). No texto *o Performer*, Grotowski diz que o canto pode se tornar um instrumento que começa trazendo a corporalidade de alguém conhecido até chegar a uma corporalidade de alguém desconhecido, ancestral.

Grotowski não estendeu sua pesquisa em direção aos mantras por considerá-los afastados da linha orgânica. No caso dos cantos de tradição afro-caribenha o canto é, para ele, sempre canto-corpo, está ligado aos impulsos que atravessam o corpo (Grotowski in Richards, 2012, p. 143). Os *mantras* estariam ligados a um entoar que pode ser particular, sem precisar da conexão entre as pessoas, como em uma meditação.

Cuesta²¹ e Slowiak²² comentam que o trabalho em uma *estrutura individual* religa com as fontes pessoais, oferece ao atuante um território para confrontação de vários desafios na construção de uma partitura de ação física e pode ser como uma prece pessoal. É uma estrutura para onde o ator pode sempre voltar para se lembrar dos elementos do seu ofício (Cuesta, 2013, p.241).

Como uma prece pessoal, a estrutura me lembra de quem sou e quem fui antes de poderes avançarem sobre mim impondo como deveria pensar e existir. É um instrumento para convocar a leveza da energia a transformar o corpo que foi subjugado. Um instrumento para lembrar como dançar a própria dança. Através dos afetos alegres e ativos, *des-cobrir* a potência e poder ser a *água-viva* que flui a leveza de si mesma, através da matéria.

Através da estrutura pessoal de um minuto, o atuante experimenta seu processo, desenvolve suas técnicas de concentração, vence os entraves para o trabalho dedicado, combate a vontade de se exibir de forma egóica, conhece o

²¹ Jairo Cuesta colaborou com Grotowski no Teatro das Fontes e no Objective Drama Program de 1976 a 1986.

²² James Slowiak foi assistente de Grotowski no Objective Drama Program de 1983 a 1989.

próprio corpo e seu poder. Esse um minuto não é uma cena teatral ainda, é a *protocena*, o território para se explorar um caráter importante da obra de arte encarnada no atuante: o paradoxo da forma e do fluxo da vida, ou, da precisão e da espontaneidade.

Costurar as ações em um minuto, sem se preocupar com lógica entre uma ação e outra, sem entrar e sair 'de cena', apenas fazer e repetir é um caminho. Na repetição, percebem-se os detalhes, percebe-se aquilo que se tornou conhecido porque migrou do território energético do impulso para a ação visível no corpo. Sem construir um mapa preciso dos detalhes, a repetição torna-se nebulosa como um sonho que veio à mente ao acordar e depois cai no esquecimento. Com a repetição em detalhes, é possível dar a ver o fluxo da vida que corre por dentro da *ação física*.

A ação é sempre psicofísica. Não é necessário sublinhar que tem psiquismo e corpo envolvido nas ações, entretanto o conceito cunhado por Stanislavski, *ações físicas*, auxilia a compreender que é no corpo. Stanislavski fala que:

em cada ação física há algo de psicológico, e no psicológico há algo de físico. Um cientista famoso disse que se você tenta descrever seu próprio sentimento, o resultado será um relato sobre uma ação física (Stanislavski in Labaki, Vássina, 2016, p.308).

O cientista de quem Stanislavski fala, nesse trecho que está em *Cartas: 1918-1938*²³, poderia ser William James, cuja obra *The Principles of Psychology* havia sido traduzida para o russo em 1896 e era uma influência para a *intelligentsia*. Segundo Ryder, os textos de James tiveram grande influência sobre os psicólogos e filósofos da Rússia e “várias das ideias de James, entre as quais o conceito de ‘fluxo de consciência’, se aplicavam diretamente aos representantes dos novos movimentos nas artes”²⁴. Ryder também escreve:

Eles [psicólogos] e muitos outros intelectuais russos também levaram a religião, e o 'espiritual' em seu sentido religioso, muito a sério, e a óbvia atração de James pela experiência religiosa, pela vontade de criar um lugar de destaque para ela em sua psicologia, ressoaram bem. E na década de 1890, a Rússia, especialmente Petersburgo, estava cheia de novos movimentos artísticos e estéticos que consideravam a arte um meio com uma capacidade especial, mais que a ciência, de penetrar nos mistérios da

²³ Conforme é citado por Vássina e Labaki, 2016: Stanislavski, K.CO 9, V.9. STANISLAVSKI, K. *Cartas: 1918 -1938*. Coletânea de obras em nove volumes. Moscou: Editora Iskusstvo, 1999. V.9

²⁴ “Several of James’s ideas not the least of which his concept of the ‘stream of consciousness’ appealed directly to the representatives of the new movements in the arts” (Ryder, 2004, p.363).

vida e da natureza (Ryder, 2004, p.363) ²⁵.

Um trecho do livro de James é citado por Damásio, no capítulo *Emoções e Sentimentos*, e assemelha-se ao que disse Stanislavski:

Se imaginarmos uma emoção forte e depois tentarmos abstrair da consciência que temos dela todos os sentimentos dos seus sintomas corporais, veremos que nada resta (...) É-me muito difícil, se não mesmo impossível, pensar que espécie de emoção de medo restaria se não se verificasse a sensação de aceleração do ritmo cardíaco, de respiração suspensa, de tremura dos lábios e pernas enfraquecidas, de pele arrepiada e de aperto no estômago (James in Damásio, 2012, p.127).

Não existe nada apenas físico no corpo e isso foi inquietação de pesquisa prática para Stanislavski e para Grotowski. Isto está presente no hinduísmo e em outras linhas orientais de pensamento como o budismo, além de estar em descobertas da psicologia feitas por James e na *Ética* de Spinoza. E mesmo assim, o 'erro de Descartes' continua vivíssimo equivocando diversos espaços de conhecimento.

O trabalho sobre a estrutura de um minuto tem muitas linhas de força que impulsionam o ator ao autoconhecimento. A revelação das memórias subterrâneas, de compreensão dos bloqueios que foram adquiridos com a domesticação da vida cotidiana e o subsequente caminho para a liberação, para afirmar o desejo artístico em ação, são algumas delas. Essas linhas fortalecem o combate aos afetos tristes que diminuem a potência e embotam o caminho para a essência.

1.3.1 A *via negativa* como ética de trabalho

Grotowski, no desenvolvimento dos treinamentos do Teatro Laboratório, trabalhava com exercícios físicos, plásticos e vocais com foco na integração do corpo e na eliminação do lapso entre o impulso interior e a ação exterior. O que desejava era a erradicação dos bloqueios dos atores e não o acúmulo de técnicas. *A via negativa* é descrita por Grotowski como um processo que até depende de uma

²⁵ "They and any many other russian intellectuals also took religion, and the 'spiritual' in it's the religious sense, quite seriously, and James' obvious attraction to religious experience and his willingness to make a prominent place for it in his psychology resonated well. And in 1890's Russia, especially Petersburg, was abuzz with the new movements in art an aesthetics that took the view that art is the medium with a special capacity, more so than science, to penetrate the mysteries of life and nature" (Ryder, 2004, p.363).

certa concentração, mas que não é voluntário. É uma “disposição passiva a realizar um trabalho ativo, não um estado pelo qual *queremos fazer aquilo, mas desistimos de não fazê-lo*” (Grotowski, 1976, p.03).

Procedo desta maneira na estrutura procurando que ela seja um território de atenção passiva. As partes intelectuais abdicam de agir e os bloqueios e medos baixam a guarda. A intuição, conforme escreve Damásio, pode então se ocupar da sua atividade, a *cognição rápida*, e diminuir o intervalo entre o impulso interior e a ação.

Uma das proposições para a criação do minuto de estrutura é fazer algo que desafie seus limites, mas que não seja um virtuosismo. Mais do que procurar fazer alguma coisa existe uma atitude de deixar de fazer o que atrapalha. O que posso *não fazer* para que minha aventura comece? Ao abandonar hábitos, como a representação, o artista começa a se libertar de um excesso de artifícios que acreditou serem o alicerce da prática teatral. A *via negativa* trabalha como dispositivo para permitir ao atuante visitar sua vulnerabilidade e, assim, conhecer o ainda desconhecido. Dinah de Oliveira cita Kumiega sobre o conceito ético da *via negativa* ser o sustentáculo do trabalho de Grotowski com o *training*: “Seria o ponto nevrálgico da ética de Grotowski”, a intenção da *via negativa* “é a de desconstruir todos os tipos de vícios que estão ligados aos bloqueios ou aos recalques, se aplicarmos uma linguagem psicanalítica sustentada por Flaszen²⁶ e pelo próprio e pelo próprio Grotowski”²⁷. O treinamento é pessoal e é coletivo. Mesmo quando se desenvolve uma cena em que se está sozinho, existe o contato com a arquitetura do espaço, os objetos, o ar e as memórias. Tudo está em contato e jogo.

Faremos uma decupagem das ações que compõe a estrutura visando a comentar os procedimentos da pesquisa em laboratório. Em algum momento dos improvisos, tomei a postura agachada na meia ponta alta dos pés e, seguindo no rigor da intuição, essa postura foi escolhida para iniciar. Nessa atitude, começa um trabalho sobre o desafiar o corpo em equilíbrio precário, um outro princípio importante no treinamento para atores²⁸. Quando estou agachada, mapeando a

²⁶ Ludwik Flaszen fundou e produziu o Teatro Laboratório junto com Grotowski. Colaborou criativamente durante muitos anos, inclusive na fase Parateatral.

²⁷ (Kumiega in Oliveira, 2010, p.49).

²⁸ Eugênio Barba e o Odin Theater possuem um treinamento para atores que é descendente dos treinamentos do Teatro Laboratório e, entre elementos como ‘enraizamento’, forças em oposição, há também o estudo do equilíbrio precário.

ação com as mãos no rosto, procuro subir o mais alto possível até gerar o máximo de instabilidade possível. Trabalhar com o que é desafiador expande as possibilidades do corpo e gera um estado de concentração e contato importante para ultrapassar insegurança e medos.

Na ação com o equilíbrio precário, começou um levantamento de diversas outras ações com as mãos, como deslizar a mão no rosto, e se segurar em barras de ferro invisíveis, erguer-se com as mãos na direção do céu enquanto os calcanhares vão para o chão.

Dessa ação agachada, vieram sonoridades e ações com a musculatura da face. Um som, 'ó-ai-ó', veio a partir da associação com uma memória da infância que emergiu, de uma ocasião a qual havia enfrentamento e deboche. Mais tarde, percebi relação com a expressão popular 'ó, paí, ó' de origem baiana que quer dizer 'olhe pra isso, olhe'.



Figura 1: fragmento da estrutura pessoal com a ação vocal de ó-ai-ó



Figura 2: fragmento da estrutura que explora ações com as mãos e equilíbrio precário

Após a ação de enfrentar, vem a ação de apertar as mãos. Apertar as mãos e olhar para elas me trouxe a *imagem evocada* de uma pessoa presa. Na exploração do que o mapa corporal trazia a respiração e a força aplicada nas mãos em apertar, veio a sonoridade ‘eu-é-ô-aí-aí’ que, mais uma vez, não tinham consoantes, mas, ao contrário da primeira ação vocal de enfrentamento, essa reivindicava o desejo de sair. Anos depois, apareceu a associação entre esse som e o canto de um galo. As ações possuem camadas de memórias que criam uma trilha cheia de vestígios ao longo do tempo, associações mentais modificam o ritmo respiratório e constroem mais um pedaço da jornada. A estrutura de ações é como um caminho da roça, quanto mais se passa pelo trecho, mais seu chão fica batido e a caminhada pode fluir melhor. No entanto, a paisagem ao redor está cada vez um pouco diferente, os anos modificam-na de um modo imprevisível. A memória é mutável e cada atualização feita em ensaios nos deixa um rastro.

Esses são os primeiros segundos de estrutura. Após o enfrentamento de ‘ó-aí-ó’ e a súplica por sair em ‘eu-é-ô-aí-aí’, aparece um suspiro, no som ‘à-ês, ah,

espírito...'. A sonoridade 'ah-ês' antecede a primeira palavra que surge, 'espírito'. Com essa palavra, comecei um improviso com mãos pelo rosto, que, em silêncio, levantam-se na direção do céu. Até aí havia a linha de ações de metade da estrutura.



Figura 3: Ação durante o canção "Rei Davi"

No retorno para casa após o ensaio que levantou esse material, parei no sinal de trânsito que fica em uma encruzilhada entre a Rua do Bispo e a Barão de Itapagibe. Esperando, veio à mente uma canção da minha infância com uma voz e ritmo muito diferente de como ela é conhecida. A canção, que é lúdica e animada, tinha a entonação de voz de anciã, com uma vibração que não existia na versão que aprendi. Essa visita da canção, com qualidades específicas vocais, literalmente cruzando meu caminho, foi um sinal para que entrasse na estrutura ensaiada. Ao término de um ensaio, as memórias atualizadas no campo criativo reverberam no corpo e podem continuar agindo. Com a atenção ampliada, podem-se reconhecer sinais que são a bússola para uma direção. A canção foi aprendida por mim quando frequentava os cultos da igreja evangélica em companhia dos meus familiares e tem a seguinte letra:

*Se o espírito de Deus se move em mim eu canto como o Rei Davi (2x)
Eu canto*

*Eu canto
Eu canto como o Rei Davi (2x)*

Se o espírito de Deus se move em mim em danço como o Rei Davi (2x)

A música, que era animada como uma brincadeira, veio com uma tonalidade muito circunspecta e com uma voz que nunca tinha escutado de mim mesma. No texto o *Performer*, Grotowski fala:

Um dos acessos à via criativa consiste em descobrir em si mesmo uma corporalidade antiga à qual somos ligados por uma relação ancestral forte. Não se encontra então nem no personagem, nem no não personagem. A partir de detalhes, pode-se descobrir em si um outro – o avô, a mãe. Uma foto, a lembrança das rugas, o eco longínquo de uma coloração de voz permite re-construir uma corporalidade. Primeiro a corporalidade de alguém conhecido, e, a seguir, cada vez mais longe, a corporalidade do desconhecido, do antepassado. Ela é verídica ou não? Talvez ela não seja como ela foi mas como ela poderia ter sido. Você pode chegar muito longe para trás como se a memória despertasse. É um fenômeno de reminiscência (...) (Grotowski in Wolford, 1997, p.378)²⁹.

A pesquisa, através da reminiscência do ‘eco longínquo’ da voz, seguiu com a exploração do canto e das reminiscências ativadas, até que a estrutura concluiu seu primeiro minuto em 2014. O canto é um ritornelo³⁰ que cria um território, protegido pelos contornos recebidos do canto.

Diversos sinais, durante o cotidiano da minha vida, relembavam o que estava acontecendo no campo da criação. Cecília Almeida Salles (2006) fala sobre o acaso no processo artístico e como

o artista, imerso no clima de produção de uma obra, passa a acreditar que o mundo está voltado para sua necessidade naquele momento; assim, o olhar do artista parece transformar tudo para seu

²⁹ “One access to the creative way consists of discovering in yourself an ancient corporality to which you are bound by a strong ancestral relation. So you are neither in the character nor in the non-character. Starting from details you can discover in you somebody other – your grandfather, your mother. A photo, a memory of wrinkles, the distant echo of a color of the voice enable to reconstruct a corporality. First, the corporality of somebody known and then more and more distant, the corporality of the unknown one, the ancestor. Is it literally the same? Maybe not literally – but yet as it might have been. You can arrive very far back, as if your memory awakes. That is a phenomenon of reminiscence (...)”

³⁰ Definição do *Deleuze Vocabulário* de Francois Zourabichvili: "O ritornelo vai em direção ao agenciamento territorial, ali se instala ou dali sai. Num sentido genérico, chama-se ritornelo todo conjunto de matérias de expressão que traça um território, e que se desenvolve em motivos territoriais, em paisagens territoriais (há ritornelos motrizes, gestuais, ópticos etc.). Num sentido restrito, fala-se de ritornelo quando o agenciamento é sonoro ou dominado pelo som – mas por que esse aparente privilégio?" (MP, 397). "O grande ritornelo ergue-se à medida que nos afastamos de casa, mesmo que seja para ali voltar, uma vez que ninguém nos reconhecerá mais quando voltarmos (QPh, 181)". (Zourabichvili, 2004 , p.50).

interesse, seja uma frase entrecortada, um artigo de jornal, uma cor ou um fragmento de um pensamento filosófico. James Joyce (apud Maddox, 1988) leva isso ao extremo ao afirmar que o acaso lhe fornece tudo o que precisa. “Tropeço. Meu pé toca em algo, curvo-me e é aquilo exatamente o que quero” (Salles, 2006, p.148).

Costuma-se separar a vida cotidiana da vida artística, porque o cotidiano não é vivido com intenção, ou com concentração suficiente que transforme uma presença em arte. Inclusive a vida cotidiana geraria empecilhos para o processo artístico. Porém, os *insights* e acasos apresentam-se nessa pesquisa como pistas e marcas para a caminhada. Ao começar a trabalhar sobre a canção do Rei Davi, uma criança para a qual eu dava aula me presenteou com um colar com um pingente da estrela de Davi. E percebi, ao estudar sobre a figura do Rei Davi, que ele foi um personagem bíblico envolvido com guerras, somando à figura com energia de combate que emergia para a estrutura. Na história do Rei Davi, existe uma passagem em que ele dança para Deus, o que tocou na gênese deste processo, no nascimento dos primeiros impulsos proveniente das danças ao som de *mantras*. Essas coincidências, acasos ou sinais alimentam a fé nos rumos da pesquisa e também acrescentam novos fatos e camadas de sentido.

A chegada mítica do Rei Davi nesse processo fez com que eu retomasse uma questão em pausa que apareceu durante os improvisos dançados, sobre a possibilidade de que a estrutura fosse feita nua. Um dos momentos de improviso que gerou mais material ocorreu em um dia em que, ao sair do banho em casa, segui o impulso do improviso com dança. Nas histórias populares sobre Rei Davi, conta-se que ele dançou nu para Deus – o que não está na bíblia mas faz parte do imaginário que ouvi durante a infância. Isso foi determinante para entender que a estrutura tinha nudez, mas ainda não sabia como seria na prática, se com algum figurino ou fazendo inteiramente nua. Era necessário tempo para distinguir se esse era realmente um desafio ou um desejo de exibição (mesmo que inconsciente).

A *via negativa* como ética do trabalho ajuda a observar se as escolhas não estão alimentando paixões egóicas. Como não ficou nítido o que fazer com esse dado da nudez, ele apenas permaneceu como uma interrogação.

Os elementos que aparecem ao acaso para a criação da estrutura são preciosos. Eles têm a energia do não intencional e me abrem para múltiplas possibilidades que não poderia arquitetar com os modos de escolha e montagem da racionalidade. O acaso é ativado através do campo da dedicação ao trabalho, um

“colocar-se em situação propícia para o acaso”, como diz Salles. O acaso, além de fornecer a matéria-prima para a escolha da estrutura que dá o início do corpo das ações, também atua como um selecionador de materiais, cores, nuances, objetos, figurino e ritmo. Salles (2006) descreve esse procedimento na construção da obra de arte dando o exemplo de Miró que dizia não procurar pelos materiais:

(...) há relatos de acasos que foram de certo modo, ‘construídos’ apesar de receber a descrição de um inesperado absoluto. O artista coloca-se em situação propícia para a intervenção do elemento externo, como fotógrafos que visitam o mesmo lugar diversas vezes, aguardando uma luminosidade inusitada. Há portanto nesses casos uma espera pelo inesperado. Miró (1989, p.33), ao ser perguntado se estava sempre à procura de novos materiais, respondeu: “Não procuro: eles me atraem, vêm a mim” (p.145).

A ‘construção’ do território propício por meio de um retorno a mesma estrutura. Como um anti-roteiro, um *des-treinamento* das sinapses. Salles fala sobre o acaso ser associado, pelos artistas, aos acontecimentos dos quais não se tem o total controle consciente (p.144).

A busca pela amálgama entre ações e canção tornou-se mais objetiva. Ao realizar o ensaio com a música do rei Davi, o procedimento visado é deixar que a canção atravessasse as ações físicas tornando-se ação vocal. Em ensaio, a música foi experimentada no momento seguinte à palavra ‘espírito’, unindo as ações com as vibrações do canto. Inicia-se um trabalho de detalhar com a canção, os lugares do corpo por onde ressoam as palavras. Surgiu um trabalho sobre o modo de respirar: as palavras são ditas até o último fôlego. E a canção terminaria junto com as mãos para o alto.

Capítulo 2

As influências das técnicas orientais na ética do trabalho

2.1 Grotowski e o *yoga*: sua raiz hindu e o encontro com Ramana Maharishi

Nessa pesquisa, o universo dos laboratórios teatrais está em conexão com as técnicas e práticas do *yoga* graças à relação de Grotowski com o hinduísmo. Seu interesse pela filosofia do *yoga* motivou que eu procurasse uma formação na qual pudesse aprofundar nesses modos orientais de engajamento ao autoconhecimento.

Grotowski possuía uma forte conexão com a Índia. Considerava o país como sua segunda pátria, segunda raiz mítica³¹. Ao todo, realizou seis viagens para a Índia durante sua vida: duas vezes em 1969, no verão de 1970, em 1977, em fevereiro de 1980 e, pela última vez, em de julho de 1981³² (Osynski, 2014, p.64).

A mãe de Grotowski fez um esforço que foi fundamental para sua relação com o *yoga*: caminhou vinte quilômetros, no período da Segunda Guerra Mundial, para conseguir dois livros que ela considerava um alimento importante para os seus filhos: de *A vida de Jesus*, de Renan e *a Índia Secreta* de Paul Brunton. Grotowski, na mesma época, teve um encontro mobilizador com a leitura dos Evangelhos. Ele conta como o encontro com essas leituras desenvolveu nele duas raízes míticas, uma polonesa e católica e a outra, hindu:

Minha verdadeira viagem interior começou com esse livro que minha mãe tinha trazido, se arriscando... O que era arriscado na época: essa estrada de vinte quilômetros. E, isso começou a me acompanhar. Podemos dizer que num outro sentido, como na história dos Evangelhos, que foi a raiz mítica polonesa, e essa foi a raiz mítica hindu que se apresentou (Grotowski [1998] in Sodré, 2014, p.268).

Começou a refletir sobre a pergunta “quem sou eu”, pois essa era a principal questão colocada por Ramana Maharishi, o mestre shivaísta que conheceu por meio do livro de Brunton. O *yogue* não ensinava técnicas, apenas praticou em silêncio, por anos, a sua meditação. Suas falas conduzem para a importância de descobrir quem somos, além dos nossos papéis no mundo.

³¹ “Para mim, isso foi, evidentemente, importante que a raiz polonesa e a raiz hindu, elas se fixaram na mesma idade, quando eu não tinha ainda o mental analítico desenvolvido” (Grotowski [1998] in Sodré, 2014, p. 254).

³² OSYNSKI, Zbigniew. *Jerzy's Grotowski's Journeys to the East*. Poland: 2014. Routledge.

Voltou a ler o livro Brunton após a guerra e também estudou escritos sobre Maharishi em inglês. Isso foi contado por ele a seu amigo Zbigniew Raszewski após voltar de sua primeira viagem à Índia, em 18 de janeiro de 1969. Raszewski relata esse encontro em que Grotowski diz que “tinha que mudar seu ponto de decolagem”³³.

Durante uma longa viagem de avião saindo dos Estados Unidos para editar um documentário sobre *Apocalypsis cum figuris*, ele abriu um atlas que achou na cabine e encontrou a Índia e, em letra pequena, quase imperceptível, o nome Tiruvannamalai. Ele disse: ‘aquela legenda me dando boas-vindas no avião da Air France, acima de um território estrangeiro, parecia navegar na minha direção vinda do abismo do tempo³⁴. Tiruvannamalai é o lugar do templo sagrado onde Ramana Maharishi iniciou sua jornada. Então o diretor teatral avisou o Ministério da Cultura, na Polônia, que faria uma viagem para a Índia por motivos profissionais e eles não criaram objeção.

Em sua última conferência do Collège de France, em 26 de janeiro de 1998, Grotowski conta como Ramana Maharishi saiu de casa movido pelo impacto da palavra Arunachala:

O nome Arunachala, ele tinha escutado ainda quando estava no liceu. Chegou um tio (eu acho) que pronunciou esse nome, dessa Montanha. Ele já tinha ficado impressionado com esse nome. Então, depois (apenas pelo nome), depois, quando ele abandonou sua família, ele se dirigiu para essa Montanha (Grotowski [1998] in Sodré, 2014, p.259).

A atitude de seguir essa força motriz suscitada pelo simples nome de um lugar é um exemplo da confiança na intuição. Sem hesitar, diante da certeza que vem do interior, tanto Maharishi quanto Grotowski deram início a grandes aventuras.

Esse impulso difere do que, coloquialmente, se chama de ‘atitude impulsiva’. Aqui, seguir o impulso é uma *atitude intuitiva*. Os dois exemplos citados são respectivos a decisões tomadas na vida, não em sala de ensaio, mas claramente se relacionam com a vida artística. Quando se age na *via negativa*, o intervalo entre o impulso e a ação diminui em todos os setores. A ética da *via*

³³ ‘I arrived at the conclusion’, he says, that I should change my take-off point’ (Raszewski in Osynski, 2014, p.65).

³⁴ “During the flight I looked through an atlas and I found in the cabin. I reached Índia and I would have certainly turned that page over if I hadn’t noticed one tiny cape – perhaps unnoticed by anybody – the name Tiruvannamalai. That caption, welcoming me on the Air France plane, above a foreign territory, in fact seemed to sail to me from the abyss of time” (Raszewski in Osynski, 2014, p.65).

negativa age para remover hesitações que, porventura, paralitem o indivíduo diante de desafios. Permite boas decisões graças à confiança nessa bússola que foi calibrada pelos *marcadores somáticos*, como disse Damásio. Pode-se confiar nesse impulso porque a intuição foi bem regulada pelas experiências passadas.

Em sua terceira viagem à Índia, em 1970, Cuesta relata que Grotowski sofreu uma metanoia³⁵, uma grande transformação. O diretor chegou cerca de quarenta quilos mais magro e com uma grande barba ao aeroporto, tão mudado que seus companheiros do Teatro-Laboratório sequer o reconheceram.

A sua quarta viagem foi em 1977, com sua mãe, que tinha 72 anos na época e, após isso, retornou em fevereiro de 1980 com as seis pessoas do grupo internacional do Teatro das Fontes para realizar, em Bengali, um workshop com o *Living Theater*³⁶ em Khardaha, e outro, com oito participantes, incluindo vários Bauls³⁷ e, integrantes do *Living Theater*. Ao chegar, ele pediu um lugar que fosse o menos prejudicado pela presença humana possível e escolheu uma floresta em Kendula.

Lá, fez um workshop que incluía exercícios:

“de absorção da energia psico-física a partir dos elementos, luta travada consigo mesmo, colaboração, atenção em relação ao meio ambiente, consciência ambiental, silêncio, técnicas de comunicação espiritual dos Bauls, biomecânica do teatro interior e encontros em que a pessoa nem se recusa, nem se impõe”³⁸.

Essas experimentações extrapolavam os limites conhecidos pelo teatro e foram um período de laboratório no qual Grotowski estreitaria sua pesquisa com as técnicas das culturas ainda conectadas a natureza, culturas que mantinham vivas práticas espirituais mais ligadas a manifestações artísticas do que filiadas a uma religião.

³⁵ Etimologia (origem da palavra metanoia). Do grego metánoia. as 'mudança de sentimentos'. Mudança, transformação de caráter ou na maneira de pensar.

³⁶ Uma companhia de teatro fundada em 1947, em Nova York, pelo casal de atores, diretores e teóricos teatrais Julian Beck e Judith Malina. O apogeu do trabalho do *Living Theatre* marcou a explosão da contracultura americana, nos anos 60 e 70. Em atividade até hoje, faz turnês internacionais. Mais informações em <https://www.livingtheatre.org/history>

³⁷ Bauls são um grupo de músicos mendicantes, que foram muito importantes no desenvolvimento dos primeiros workshops realizados no Teatro das Fontes.

³⁸ “(...) absorbing psycho-physical energy from the elements, wrestling with oneself, collaboration, environmental awareness, silence, techniques of spiritual communication of Bauls, bio-mechanics of inner theatre, and encounters in which one neither refuses, nor imposes oneself” (Osinki, 2014, p.78).

Uma questão sempre levantada por Grotowski é se a vida que levamos nos basta. Durante a formação para instrutora de *hatha yoga* na Associação Nacional de Yoga Integral, no Rio de Janeiro, notei que havia semelhanças entre o que a mestra Mirra Alfassa, no texto *Ciência do Viver*³⁹, escreve sobre os objetivos e o que Grotowski escreve sobre destino em *o Performer*.

Mirra Alfassa fala: ‘Uma vida sem objetivo é sempre uma vida miserável. Cada um de vocês deve ter um objetivo. Mas não se esqueçam que da qualidade do seu objetivo dependerá a qualidade de sua vida’⁴⁰. A qualidade da vida e do objetivo me remeteu a que Grotowski diz em *o Performer* sobre o destino:

O processo é como o destino de cada um, o próprio destino que se desenvolve (ou: que apenas se desenrola) no tempo. Então: *qual é a qualidade da tua submissão ao teu próprio destino?* (Grotowski in Wolford, 1997, p.377)⁴¹.

Na leitura do capítulo *Ciência do Viver* e do texto *o Performer*, me deparei com a inquietação de como desenvolver o destino e não apenas deixar a vida desenrolar-se sem sentido – sem direção e sem significado. Como conhecer seus objetivos e agir na direção de sua realização? O objetivo e o destino estão ligados ao que queremos fazer com nosso tempo e energia. Como descobrir o que realmente importa é um questionamento que precisa da intuição para se desdobrar.

2.2 Aproximações da pesquisa com o Yoga Integral de Sri Aurobindo e Mirra Alfassa

Yoga Integral ou Yoga da Plenitude do Ser são traduções possíveis para o *Purna Yoga*⁴² de Sri Aurobindo (1872-1950) e Mirra Alfassa (1878-1973). Diferente

³⁹ Capítulo 1 do livro *On education*, o volume 12 das obras completas de Mirra Alfassa disponível em sriurobindo.org

⁴⁰ “An aimless life is always a miserable life. Every one of you should have an aim. But do not forget that on the quality of your aim will depend the quality of your life”. Versão em inglês cedida pela Casa Sri Aurobindo de Belo Horizonte, pois o livro *On Education* está indisponível no site <http://library.sriurobindoashram.org/>

⁴¹ “ The process is something like the destiny of each one, his own destiny which develops inside the time (or which just unfolds – and that is all). So: *What is the quality of submission to your own destiny?*”

⁴² Purna em sânscrito significa pleno, total. Roberto Miranda (2014) em sua dissertação *A tradição dos mantras no contexto do yoga integral* aponta para o fato de que o despertar do ser na senda do yoga integral é uma importante etapa, mas não é a última, o *samadhi*, a profunda conexão com o todo não é o ponto de chegada, pelo contrário, é o ponto de partida para acessar o que Sri Aurobindo chamou de supramente.

das linhagens mais antigas de *yoga*, em que um mestre inicia um discípulo para continuar seus passos, esse *yoga* visa à realização da perfeição divina na matéria e não em um mundo além. Sri Aurobindo diz no capítulo *The Integral Perfection* em *The Synthesis of yoga* (1914-1921) ⁴³:

Toda a vida é um *Yoga* secreto, um crescimento obscuro da Natureza em direção a descoberta e o cumprimento do princípio divino escondido nela que se torna progressivamente menos obscuro, mais autoconsciente e luminoso, equânime no ser humano pela abertura de todos os seus instrumentos de conhecimento, vontade, ação, vida para o Espírito dentro dele e no mundo ⁴⁴ (Aurobindo, [1914-1921] 1999, p.617).

O princípio geral do *sadhana* (prática individual) do *yoga* integral é uma abertura à Força Divina que trabalha a transformação do ser. Mirra Alfassa expõe sobre isso:

Alguns métodos são psicológicos, alguns são religiosos, alguns são até mesmos mecânicos. Na realidade, cada um tem que encontrar o método lhe é mais apropriado, e se houver uma aspiração ardente e firme, uma vontade persistente e dinâmica, é certo que encontrará de um modo ou outro – exteriormente através de leitura e estudo, interiormente através concentração, meditação, revelação e experiência - o auxílio necessário para atingir a meta. Apenas uma coisa é absolutamente indispensável: a vontade de descobrir e realizar. (Alfassa, 1999) ⁴⁵.

O Centro Internacional de Educação Sri Aurobindo (SAICE) tem um sistema para o desenvolvimento dos cinco aspectos essenciais da personalidade, segundo o *Yoga Integral*: o físico, o vital (cinético), o mental, o psíquico e o espiritual. Considera-se que a vida tem um propósito divino e uma das tarefas mais importantes da educação é levar o aluno a descobrir por si mesmo o objetivo da vida e o papel específico que ele próprio desempenha nela.

Grotowski cita em cartas a Eugênio Barba sua ida ao *ashram* de Sri Aurobindo e Mirra Alfassa em Pondicherry. Na minha opinião, esses aspectos da

⁴³ A *Síntese do Yoga* apareceu pela primeira vez em série na revista mensal *Arya* editada por Sri Aurobindo entre agosto de 1914 e janeiro de 1921.

⁴⁴ "All life is a secret Yoga, an obscure growth of Nature towards the discovery and fulfilment of the divine principle hidden in her which becomes progressively less obscure, more self-conscious and luminous, more self-possessed in the human being by the opening of all his instruments of knowledge, will, action, life to the Spirit within him and in the world.

⁴⁵ "The one which suits him best, and if one has an ardent and steadfast aspiration, a persistent and dynamic will, one is sure to meet, in one way or another— outwardly through reading and study, inwardly through concentration, meditation, revelation and experience —the help one needs to reach the goal. Only one thing is absolutely indispensable: the will to discover and to realise."

educação do Yoga Integral interessaram Grotowski por não visarem a equalizar os comportamentos em um único modo espiritualizado de viver.

O Yoga Integral não está focado apenas em práticas do *hatha yoga*, mas também em práticas para que o corpo seja receptível para a manifestação da energia mais sutil, que é uma capacidade de todos os seres humanos. Essa manifestação modificaria o próprio corpo desde as células. As técnicas do *hatha yoga* são algumas das ferramentas, mas o yoga integral pode ser trabalhado através das artes e da educação física porque 'toda a vida é o *yoga*'⁴⁶. O método escolhido por cada um varia conforme suas necessidades e sua personalidade. Um treinamento físico sempre pode ser útil para manter o corpo saudável, porém, as técnicas físicas que funcionam para algumas pessoas não servem para outras. Cada um interessado em pesquisar essas questões do trabalho sobre si, nas artes ou na espiritualidade, desenvolve a partir das técnicas sua própria metodologia, formula suas questões. Experimentando na prática, percebem-se quais são melhores horários para certas atividades, que materiais ativam a criatividade. Assim, consegue ir à direção do que ocasiona *bons encontros*, enquanto evita e se esquivava de *maus encontros*.

Mesmo com suas características tão concretas (vísceras, músculos, ossos, etc.), o corpo humano tem a capacidade de irradiar uma força invisível, o corpo também é a energia espiritual. Por isso, é muito conveniente que algumas religiões demonizem o corpo e seus impulsos e, com isso, colocam um muro de medo e pecado entre as pessoas e seu próprio potencial intuitivo e espiritual. Acreditando que o corpo é um obstáculo, sujo ou pecaminoso, as doutrinas apagam a conexão com a sabedoria interior que guia as ações. As pessoas se tornam uma manada *triste*, desapropriadas da sua capacidade de êxtase. São desterradas de sua própria sabedoria herdada ao longo de toda a evolução humana, de sua ancestralidade

Outra aproximação com aspectos do Yoga Integral é feita por André Gregory no prefácio do livro *Heart of Practice – Within the Workcenter of Jerzy Grotowski and*

⁴⁶ (Aurobindo, 1999)

Thomas Richards, mas já em relação ao trabalho que Thomas Richards⁴⁷ desenvolve com os cantos:

A Mãe, em colaboração com Sri Aurobindo, passou uma vida pesquisando a possibilidade de Deus como presença celular no corpo. A dança das células. (...) Richards e seus colegas fazem uma pesquisa [research] semelhante. Re. Procurar. [Re. Search] Uma dança das células. Uma oração em nossa escuridão, iluminada por velas⁴⁸ (Gregory in Richards, 2004)⁴⁹.

Procurar de novo essa qualidade que se perdeu, essa crença de que podemos manifestar em nossos próprios corpos a energia do êxtase que não é um direito reservado a uma estirpe elevada de seres 'santos'.

Em carta para Barba, em 1964, Grotowski pede livros sobre *tantra* e *hatha yoga*. O *tantra* é a espiritualidade através do *corpo como canal* para a manifestação do divino. O *hatha yoga* são práticas que envolvem o equilíbrio e saúde do corpo, para um corpo mais *alegre*, e para retardar seu envelhecimento. Para Grotowski, é interessante o conhecimento como instrução para as pessoas sobre o que, no caminho interior, leva para a verticalidade (Grotowski [1998] in Sodré, 2014, p.268).

Harish Johari⁵⁰ descreve que

O tantra (...) lida com a energia psicofisica de uma pessoa (...). Com a ajuda da memória, da imagina o e da intui o, uma pessoa pode compreender as leis da natureza e canalizar as forças que seriam, de outro modo, misteriosas, para trabalhar para próprio benefício, crescimento (...). Com a sincroniza o perfeita dos ritmos exterior e interior, pode-se seguir o caminho da menor resistência e fluir livremente no oceano do mundo fenomenal sem se afundar (Johari, 2017 p.16).

Compreender as leis e canalizar, por si mesmo, as forças, sem se perder nas sensa es. As ferramentas do *tantra* são técnicas precisas para sair do estado de ignorância e passividade, da *imagina o* do primeiro gênero de conhecimento de Spinoza.

⁴⁷ Thomas Richards desde 1999   diretor artístico do *Workcenter of Jerzy Grotowski and Thomas Richards* em Pontedera, Itália. Atualmente dirige dois grupos de trabalho no *Workcenter*, o *Focused Research Team* e o *Workcenter Studio in Residence*.

⁴⁸ "The Mother, in collaboration with Sri Aurobindo spent a life time researching the possibility of God as a cellullar presence in the body. The dance of the cells. Her life work, her findings exists in 12 lovely red bound volumes. (...) Richards and his colleagues do a similar research. Re. Search. A cellullar dance. A prayer in our darkness, lit by candles".

⁴⁹ Disponível em <https://books.google.com.br/books?id=VELXAwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=pt-PT#v=onepage&q&f=false> Acesso em 24. Jan. 2020

⁵⁰ Harish Johari foi um autor do norte da  ndia, estudioso t ntrico, poeta, músico, compositor, artista e gemologista, formado em filosofia e literatura.

Do *bom encontro* com Ramana Maharishi, através do livro *A Índia Secreta*, Grotowski pôde elaborar seu modo de existir no mundo. O autoconhecimento oriundo do *bom encontro* tem poder de esculpir novas sinapses e despertar a bússola do cérebro antigo.

A influência do *yoga* e do hinduísmo em Grotowski não envolvia o teatro feito na Índia⁵¹. O que importa para ele são as técnicas para a transformação de energia, a consciência da vida no momento presente, as práticas que levam ao que é possível fazer juntos sem se impor ou constranger através do encontro.

Um impulso que emana do indivíduo em direção a sua ancestralidade e, ao mesmo tempo, almeja unir-se a uma fonte, a um centro de energia. Tatiana Motta Lima cita uma fala de Thomas Richards sobre o elo feito através do *yoga*:

Um dos significados da palavra *yoga* é jugo, o instrumento com o qual se une dois animais para orientar a sua força. Grotowski usava essa palavra referindo-se a um trabalho sobre si no qual se coloca a própria força sob um jugo, visando um movimento interior. A própria força começa a subir em torno de um eixo, como sobre uma árvore, e a dirigir-se como em direção a uma fonte de energia que reside mais acima; e depois qualquer coisa dessa fonte leve desce, penetra suavemente e lava. Pode iniciar um diálogo entre diversas fontes em nós e uma determinada fonte, uma qualidade de energia que não te pertence. Não podemos dizer que é nossa, mas podemos nos avizinhar, tocá-la. É este o tipo de jugo que estamos procurando, e suponho que era isso verdadeiramente que me atraía em Grotowski e na sua investigação. (RICHARDS in LIMA, 2013, p.236).

Existe uma aplicação do artista ou buscador espiritual, interessado nessa prática, em trabalhar sua natureza para acessar a energia supramental, que está além da mente individualizada, um esforço para estar receptivo para receber a descida da energia, a energia geradora do universo, que, no *tantra*, é chamada *shakti*. É um paradoxo de existência: a energia *shakti* precisa da matéria para se manifestar e a matéria precisa dessa energia para se expressar, assim como na arte do ator há o paradoxo entre a precisão da forma e o fluxo de vida: apenas espontaneidade não configura uma presença artística, assim como uma forma 'rígida', que não permite o fluxo de energia e pensamentos, está incompleta.

2.3 Proximidades entre éticas: Stanislavski, o caminho óctuplo do budismo e os *yamas* e *nyamas* do *yoga*

⁵¹ Grotowski escreve isso em cartas trocadas com Eugênio Barba.

As descobertas da influência do *yoga* sobre Stanislavski foram definitivas no caminho dessa pesquisa por ser ele a maior referência para trabalho de ator no século XX. Grotowski foi seu seguidor e também se tornou um expoente nessa área das artes cênicas. Ao investigar as influências dos preceitos éticos do *yoga* nas sugestões de Stanislavski para os atores em seu texto *Ética, obra inacabada*, eu pude relacionar minuciosamente alguns dos entraves, no campo do *yoga* e no campo teatral, para a realização do trabalho sobre si.

Através de estudiosos como Sharon Carnicke, Andrew White e Serguei Tcherkasski⁵², existe hoje uma bibliografia que comprova como Stanislavski envolveu-se com os estudos do *yoga* para elaborar sua pesquisa na arte do ator. Além das técnicas do *Raja yoga* para o trabalho de concentração e respiração dos atores, Stanislavski interessava-se pelo estudo de si que é próprio das práticas desse conhecimento hinduísta. Por muitos anos, a relação de Stanislavski com o *yoga* não ficou clara, pois ele precisava cuidar para não ser preso ou morto pela ditadura stalinista que não apreciava palavras como intuição, *prana* e subconsciente, por exemplo. Há os que acham que foi apenas uma fase ‘mística’ do começo dos seus estudos, mas, graças à crescente aceitação dos modos holistas de conhecimento pelo meio acadêmico, pode-se ler sobre Stanislavski e sua conexão com o autoconhecimento do *yoga* como um fato irrevogável. O *yoga* foi usado, não somente para desenvolver técnicas de relaxamento muscular e concentração, mas, também, para uma ética condizente com as mudanças que almejava para a classe teatral.

A estética de Stanislavski e sua ética de trabalho foram revolucionárias. Exigia dos seus companheiros atores um estudo sobre si e a responsabilidade de averiguar seus próprios bloqueios e tensões. Incluía também um estudo das circunstâncias dos personagens seguindo a premissa de se perguntar: como eu faria? Stanislavski começou suas experimentações investigando as *memórias afetivas*⁵³ e culminou suas descobertas na concepção das *ações físicas* como uma

⁵² Ver Andrew White em *Stanislávski and Ramacharaka: the impact of yoga and the occult revival on the System* em *The Routledge Companion to Stanislavsky*. Ed. Routledge, 2013. Sharon Carnicke em *Stanislávski in focus: a guide for the twenty-first century*, 2a ed. Routledge, 2008; Serguei Tcherkasski e Stanislavski and yoga. Editora Routledge, 2016, traduzido para o português no segundo semestre de 2019 e lançado pela editora É Realizações.

⁵³ Stanislavski acreditava que se podia conseguir uma experiência do vivo através do que ele chamava de memórias afetivas, criar a partir da memória dos afetos. Quando percebeu que as

ferramenta para os atores em cena. Para esse trabalho em coletivo funcionar, era necessário que alguns hábitos fossem repensados.

Existem zonas de contato nos caminhos de treinamentos para artistas da cena e naqueles específicos de caminhos espirituais como no budismo zazen e no *yoga*: práticas para causar ruptura no cotidiano e criar território para emergirem outros modos de pensar e agir no mundo. Tanto nesses específicos caminhos espirituais quanto naqueles artísticos, que incluem um treinamento do atuante, existe uma ética em companhia da prática, são duas instâncias amalgamadas, indissociáveis.

Os treinamentos propostos pelo budismo e pelo *yoga* e aqueles realizados por companhias teatrais como de Stanislavski e Grotowski têm em comum a característica do aumento da liberdade. Seriam como ‘des-treinamento’ da educação recebida para uma espécie de existência e comportamento social limitados. Um monge, um yogue e um artista podem estar inseridos no centro de seus meios sociais, contudo, em suas práticas de vida, possuem ações, que são feitas de modos muito particulares, visando o desenvolvimento de um corpo desperto que vive o momento presente e anseia pela liberdade.

Descondicionar, desdomesticar, descolonizar o corpo. *Des-cobrir* o território do ser para criar a própria existência e não permanecer escravo de estruturas sociais que ditam como agir.

Os treinamentos das linhas espirituais e os treinamentos elaborados para o caráter teatral do corpo em cena possuem em comum o foco na ética que alimenta os treinamentos. Farei um breve estudo sobre princípios éticos do *yoga*, os *yamas* e *nyamas* de Patanjali e sobre o *esforço correto* para o *nobre caminho óctuplo* do budismo. Em seguida, há um reconhecimento da influência da ética e técnicas do *Raja Yoga* no sistema de Constantin Stanislavski, tanto em suas práticas com os atores como em seu texto *Ética, obra inacabada*⁵⁴. Stanislavski estuda as técnicas de concentração, relaxamento e atenção plena para os atores no trabalho criativo e pré-criativo. Em *Ética, obra inacabada*, instiga os atores a uma verificação pessoal

emoções não eram o caminho para seu sistema ele até negava esse trabalho anterior às ações físicas.

⁵⁴ Será usada a tradução livre feita por Celina Sodré do texto *Etica opera non finita* do livro STANISLAVSKIJ: L'ATTORE CREATIVO, editora La Casa Usher.

dos próprios modos de agir em relação à sua arte e seu meio teatral, a fim de eliminar o que impede um ambiente favorável para o trabalho coletivo artístico.

Stanislavski escreveu durante toda a vida textos que foram organizados em dois tomos principais. Todos os volumes iniciam com a premissa *O trabalho do ator sobre si mesmo*⁵⁵.

Na senda do yoga, existem variados tipos de pensamento-prática: *Raja, Hatha, Jnana, Karma, Bhakti, Mantra, Kundalini*, entre outras. A escolha de um ramo do yoga diz respeito à personalidade particular de cada um que encontra o mais apropriado para suas necessidades (Satyananda, 2009, p.2). São diferentes ramos a partir de princípios básicos, comum a todas: os *Yoga Sutras* de Patanjali. Nele está *ashtanga yoga*, os oito membros, ou, oito passos do yoga que serão trazidos a esse estudo por sua relação com o que seria um treinamento para um buscador espiritual e para um artista performativo.

Os dois primeiros passos são os *yamas* e *nyamas*, respectivamente, códigos de ética em relação à sociedade e ‘prescrições psicofísicas’ (Kupfer, 2017). O livro *Yoga Sutras* de Patanjali, um texto basilar da tradição do yoga, é feito de aforismos e fala sobre os entraves para a realização desse caminho, além de práticas para alcançá-lo. O livro de Patanjali foi feito como uma compilação do conhecimento já praticado. Ele faz a organização em aforismos, mas não é o inventor da prática.

O *Yoga Sutras* é dividido em quatro partes, *samadhi pada* (parte sobre a contemplação), *sadhana pada* (parte sobre a prática), *vibhuti pada* (parte sobre a realização), *kayvalia pada* (parte sobre o Absoluto). Logo nos primeiros aforismos contidos no *samadhi pada*, explica-se que será feita a exposição do que é o yoga: *yoga cita vritti nirodah*, que significa “o aquietamento das ondas mentais é yoga” (Satchidananda, 2017, p.33).

Na parte de *sadhana pada*, a partir do aforismo 28, Patanjali descreve o *ashtanga yoga* (em sânscrito, *ashta* significa oito e, *angani*, membros), o caminho para a experiência do yoga como modo de viver e ser no mundo. Estão descritas

⁵⁵ Esses tomos possuem esse título na tradução direto do russo. No Brasil foram publicadas versões a partir da tradução americana, são os livros *A preparação do ator* e *A construção do personagem*. Além de perderem a força do título engendrado por Stanislavski, essas traduções são apenas partes do texto. Até o momento não há traduções direto do russo desses tomos em português.

nesse aforismo as práticas que ficaram mais conhecidas no ocidente como os *asanas* (posturas psicofísicas) e *pranayamas* (práticas respiratórias) e *dhyana* (meditação). Na tradução de Swami Satchidananda, o aforismo 29 de *sadhana pada*:

YAMA NYAMASANA PRANAYAMA PRATYAHARA DHARANA DHYANA
SAMADHAYOSTAVANGANI

As oito partes do yoga são:

- 1) Yama (abstinência)
- 2) Nyama (observância)
- 3) Asana (postura)
- 4) Pranayama (controle da respiração)
- 5) Pratyahara (exclusão dos sentidos)
- 6) Dharana (concentração)
- 7) Dhyana (meditação)
- 8) Samadhi (contemplação, absorção ou estado de superconsciência)

(Satchidananda, 2017, p.157).

Uma explanação mais detalhada sobre o significado de cada um dos oito passos é feita por Swami Bhaskarananda:

Os oito passos da yoga de Patanjali:

- 1) *Yama*: controlar pensamentos e impulsos destrutivos.
- 2) *Nyama*: cultivar bons hábitos.
- 3) *Ásana*: aprender posturas adequadas a períodos de prolongada contemplação.
- 4) *Pranayama*: aprender a técnica da respiração rítmica.

- 5) *Pratyahara*: retirar os sentidos dos objetos de prazer.
- 6) *Dharana*: fixar a mente no objeto de contemplação.
- 7) *Dhyana*: contemplação ininterrupta, também denominada meditação.
- 8) *Samadhi*: total absorção da mente no objeto de contemplação.

(Bhaskarananda, 2008, p.37).

Já Swami Satyananda Saraswati escreveu *yama* como ética e *nyama* como autodisciplina (SARASWATI, 2009, p.4). Esses termos que Satyananda usa para descrever aproximam-se do que trago para a dissertação: a des-domesticação do corpo cotidiano, um *des-treinamento* para devolver ao corpo sua dimensão sensível ao espiritual.

Os dois primeiros passos são chamados *yamas* e *nyamas* são recomendações que consistem em observação dos modos de existir. São os dois primeiros passos no caminho do *yoga*. Ainda no *sadhana pada*, no aforismo 30, é descrito:

AHIMSA SATYASTEYA BRAMACHARYAPARIGRAHA YAMAH
ahimsa, não-violência; *satya*, veracidade; *asteya*, não roubar; *bramahcarya*, continência; *aparigraha*, não-ganância; *yamah*, abstinência.
(Satchidananda, 2017, p.157).

Nesse aforismo, são descritas cinco recomendações de abstenção, de refreamento, cinco *yamas* (a palavra em sânscrito quer dizer ‘controle’, abstenção). Para o mestre Harish Johari, *yama* é ‘um processo mediante o qual as ações do corpo e as funções da mente são controladas por meio da vontade’⁵⁶ (Johari, 2010, p.58).

O primeiro *yama* chamado *ahimsa* costuma ser traduzido por “não violência, ou, como não matar” (Bhaskarananda, 2008, p.39). *Ahimsa* é também não agir com violência através de palavras, nem em relação a si mesmo nem com os outros.

Satya, a verdade, é sobre evitar a falsidade, procurar que coincidam os pensamentos, as palavras e as ações na direção de uma vida justa. *Asteya*, não-

⁵⁶ Em seu livro *Chakras – Centros de Transformação de Energia*, ele comenta a existência de dez *yamas* e dez *nyamas* conforme o texto *Hatha Yoga Pradipika*⁵⁶ mas neste estudo olharemos para os cinco descritos no aforismo 30 do texto de Patanjali.

roubar, é também sobre não invejar as conquistas dos outros e nem se apropriar de ideias ou objetos de outra pessoa. *Brahmacharya*, abstinência, não desperdiçar a energia em excessos porque a prática requer muita energia. *Aparigraha*, significa não-ganância ou “recusar presentes desnecessários” (Bhaskarananda, 2008, p.52). Aceitar esses “presentes” resulta na perda da liberdade de quem recebe que se sentirá em dívida com quem ofertou; também é sobre não dar ou receber propinas e não desenvolver possessividade com coisas ou pessoas.

Os *yamas* falam sobre as relações éticas consigo próprio e em relação ao outro, ao meio social e ambiente. Trazem uma reflexão sobre o que seria a vida com atenção para esses princípios. São dispositivos para a observação das ações. No próximo aforismo, serão abordados os *nyamas*. No aforismo 39 do *Yoga Sutras*, os *nyamas*, estão as recomendações de autodisciplina ou o cultivo de ‘bons hábitos para aprimorar a mente e torná-la mais forte’ (Bhaskarananda, 2008, p.53).

SAUCA SAMTOSA TAPAH SVADHYDAYAYESVARAPRANIDHANANI
NIYAMAHA

Saucha, purificação; *santocha*, contentamento; *tapah*, aceitar a dor e não causar a dor; *svadhyaya*, estudo dos textos sagrados; *isvara pranidhanani*, adoração a Deus e auto-rendição; *niyamah*, observâncias (Satchidananda, 2017, p.159).

Saucha é purificação tanto do corpo como da mente. Para os yogues, o que “polui” a mente são *samskaras*, pensamentos acumulados no domínio do inconsciente. A mente concentrada na repetição de um mantra ou em meditação consegue penetrar no inconsciente e as impressões “poluentes” emergem para o nível consciente e, assim, deixam de atrapalhar a concentração. Limpeza que inclui cuidar do lugar onde se vive, o que se consome e os pensamentos que alimenta.

Santocha é cultivar a força interior da *Alegria*, o que ajudará o indivíduo a manter-se potente durante ‘os golpes e flechadas aos quais a carne está sujeita’⁵⁷, como disse Hamlet. *Tapah* ou *tapas*, traduzido como austeridades ou disciplinas, são exercícios escolhidos para fortalecer o corpo, a mente, as emoções e também as palavras. *Tapas* é um esforço sobre si, determinação para vencer a vontade de desistir. Prudente lembrar de *ahimsa*, a não-violência, para não se propor

⁵⁷ Tradução livre de Celina Sodré de Hamlet dentro da peça teatral de sua autoria *Ophelia by Hamlet* (OPHELIA by Hamlet. In: ENCICLOPÉDIA Itaú Cultural de Arte e Cultura Brasileiras. São Paulo: Itaú Cultural, 2019. Disponível em: <<http://enciclopedia.itaucultural.org.br/evento469688/ophelia-by-hamlet>>. Acesso em 09 de Set.2019. Verbetes da Enciclopédia. ISBN: 978-85-7979-060-7)

austeridades que violentam o próprio corpo. Um aspirante ao *yoga*, na busca desenfreada por ‘alcançar’ um estado ou uma forma, imerso em um ‘ego espiritualizado’, pode se equivocar e fazer mal a si mesmo e aos outros, por intransigência. *Svadhya*, é o estudo teórico dos livros sagrados e também a repetição de um mantra em *japa* (repetição). *Ishvara pranidhana* é consagração ao ilimitado, ao divino. É entregar as ações e seus frutos à força Absoluta.

Esses são apenas os dois primeiros membros do *ashtanga yoga* e, pela sua extensão de proposições exigentes, pode ser que esmoreçam a coragem de continuar nessa filosofia. Por isso, Swami Svatmarama ao escrever *Hatha Yoga Pradipika* diminuiu a ênfase nos *yamas* e *nyamas* e se concentrou na descrição dos *asanas*, *pranayamas* e *shatkarma* (práticas de limpeza do corpo). Svatmarama escreveu em sânscrito uma compilação do material existente começando pelas práticas corporais. Depois que o sistema corpo-mente está equilibrado, ele introduz os aspectos do autocontrole e autodisciplina dos *yamas* e *nyamas*. Antes, as técnicas do *yoga* eram secretas e passadas somente de guru para discípulo, sem nenhuma fonte que abrangesse o tema de forma mais definida e aberta a todos.

Independente da via pela qual se começa a prática, o que importa é a harmonia entre *Prakriti* (a Natureza) e *Purusha* (a alma, espírito), não só dos humanos praticantes, mas também de todo meio-ambiente e social em que se vive.

A visão de uma ética que inspira e cria uma prática, lapidando o ser para uma existência em harmonia, rompendo com as “técnicas” e hábitos do cotidiano, está presente no texto *Ética, obra inacabada* de Stanislavski.

Os livros que começam a inspirar Stanislavski no *yoga* são o *Raja Yoga* e o *Hatha Yoga* do Yogue Ramacharaca, que não era um indiano, porém um inglês chamado William Walker Atkinson (1862-1932) que escrevia com esse pseudônimo. Nesses livros, também não existem explicações sobre os *yamas* e *nyamas*, detendo-se mais na elucidação sobre os *asanas*, *pranayamas* e sobre as técnicas de concentração e emanção de *prana*. Com seus atores, Stanislavski experimentava mais os sexto e sétimo passos de Patanjali: *dharana* e *dhyana*, concentração e estado de atenção plena e meditação:

Stanislávski inclui exercícios yogues no capítulo cinco de *O Trabalho do Ator Sobre Si Mesmo no Processo Criador das Vivências* intitulado “Atenção no Palco”. As relações entre os textos começam a parecer simbólicas – a quinta lição (ou quinta leitura) do *Raja Yoga* é intitulada “Treinamento da Atenção”. Ambos, Stanislávski e Ramacharaca começam com exercícios yogues tradicionais, os quais incluem concentrar no objeto e

preservar na memória os detalhes sobre sua aparência e qualidades depois do momento em que o objeto é removido de seu campo de visão (Tcherkasski, 2017, p.9).

Existem muitas proximidades levantadas por Serguei Tcherkasski em seu livro *Stanislavski e o Yoga* sobre as atividades propostas por Stanislavski a seus atores e os escritos dos yogues. No que se refere às criações artísticas, pode-se considerar o conceito de superconsciente como a principal interseção entre o Sistema de Stanislavski e o *yoga*. Tcherkasski cita o artigo de Andrew White para chamar atenção sobre o superconsciente em Stanislavski e seu paralelo com o superconsciente do *yoga* :

Ao atribuir um valor tão enorme ao superconsciente, Stanislavski confere a ele a reverência de um iogue; pois, no *yoga*, o superconsciente se refere a um estado de inspiração através do qual os aspirantes acabam entrando no oitavo e último membro do *yoga* chamado *samadhi* (normalmente traduzido como "êxtase" ou "felicidade"). Existem vários níveis de *samadhi*, sendo o estado mais elevado de consciência aquele em que o aspirante está ciente apenas do objeto da meditação. Para o yogue, o objeto da meditação é Deus. Para Stanislavski, o objeto da meditação é o papel (White, 2013, p.301).⁵⁸

Pelos próprios passos do *yoga* aqui expostos é notável que esse seja um caminho exigente e que o caminho da arte do ator, para Stanislavski, exige uma dedicação similar àquela de um monge ou yogue pois o que é necessário ao ator em sua vivência seria como o mais alto estágio de experiência espiritual no *yoga*. Faço a seguir uma análise comparada do texto *Ética, obra inacabada* de Stanislavski com os *yamas* e *nyamas* do *yoga* para ressaltar as relações entre a proposta do encenador russo aos atores e os preceitos do *yoga* a seus praticantes.

Na parte *III – Não criticar mas aprender* do texto *Ética*, Stanislavski diz que 'é preciso saber pegar aquilo que é útil. Os defeitos se aprendem facilmente, as virtudes não'. Por esse motivo é tão necessária a auto-disciplina. Stanislavski segue no item *VI – Disciplina interior*, dizendo que 'a disciplina artística é a coisa mais importante no teatro e que não se consegue atingir jamais com meios externos'. Stanislavski ressalta, nessa parte, que cada ator deve agir de acordo com sua

⁵⁸ In placing such a enormous value on the superconscious, Stanislavski affords it a yogi's reverence; for, in yoga, the superconscious refers to a inspire state through which aspirants eventually enter the eighth and final limb of yoga called samadhi (normally translates as 'ecstasy' or 'bliss'). Multiple levels of samadhi exist, the highest state of consciousness being that in which the aspirant is aware of the object of meditation alone. For the yogui the object of meditation is God. For Stanislavski the object of meditation is the role" (White, 2013, p.301).

disciplina interior, pois, dessa maneira, mesmo aqueles que são dispersos e não contribuem para uma atmosfera sã de trabalho serão contagiados pelo exemplo através da prática. Aqui está um item que aproxima, mais uma vez, a dedicação do artista da cena de um praticante de *yoga*. Um trabalho esmerado de conscientização constante é muito mais frutífero do que tomar leis externas e cumpri-las mecanicamente. Assim como, para alguns aspirantes do *yoga*, não é preciso começar a prática pelas leis sugeridas pelos *yamas* e *nyamas*, os atores podem encontrar, na observação e consciência de suas atitudes e pensamentos, o caminho para a sua disciplina.

Em *VIII – Necessidade de exercícios cotidianos e uma plena ocupação do tempo*, Stanislavski chama atenção para o costume dos atores em não possuir um treinamento diário como os músicos, bailarinos e cantores. Aponta a necessidade de um ator desenvolver os próprios exercícios, estar comprometido com suas atividades de ator quando não está em cena, no teatro. O ator como artista criador não era uma ideia comum no final do século XIX. A cena teatral estava na era do *textocentrismo* e numa hierarquia de autoria do espetáculo estaria primeiro o texto, depois o encenador teatral e por último o ator. Os diretores teatrais começaram a ocupar um lugar de criação artística e pedagógica após a revolução nas artes teatrais promovidas por Stanislavski. Nesse momento histórico, o encenador era, muitas vezes, um organizador da cena, e não um diretor pedagogo⁵⁹.

Percebe-se que, para Stanislavski, era necessário que a qualidade da atmosfera do trabalho artístico fosse mais elevada em relação à atmosfera cotidiana. Considero essa necessidade semelhante à qualidade dos espaços sagrados das práticas espirituais. São as atitudes dos praticantes que ativam a sacralidade dos espaços, com seus rituais e modos conscientes de agir. Sobre a atmosfera sã de trabalho, Stanislavski no item *IX – Coesão de todos os participantes no trabalho do teatro*, diz que “só se pode trabalhar criativamente em um ambiente favorável e, quem o perturba, comete um crime em relação à arte e à sociedade a qual servimos”. A arte, como Stanislavski ressalta aqui, é um campo

⁵⁹ Diretor pedagogo é uma espécie de diretor que preza pelo processo artístico através do trabalho dos atores. Sua direção incide sobre como os atores pesquisam e não em definir apenas os locais onde entram, andam e saem de cena. Grotowski, Meyerhold e, atualmente, Anatoli Vassiliev são diretores pedagogos.

que nutre a sociedade, cultural e espiritualmente, por meio dos esforços de seus artistas em servi-la com o mais nobre de si. O que Stanislavski diz também está próximo do *esforço correto* do budismo, que é necessário para o *nobre caminho óctuplo*. Trarei o *esforço correto*, porque noto algumas semelhanças entre esse caminho óctuplo e os *yamas* e *nyamas* do yoga e com a *alegria*, de Spinoza.

Thich Nhat Hanh, no livro *A essência dos ensinamentos de Buda*⁶⁰, comenta quatro práticas que estão relacionadas ao esforço correto:

- 1) Impedir o crescimento e o desenvolvimento das sementes indesejáveis contidas em nossa consciência armazenadora.
- 2) Ajudar as sementes indesejáveis já desenvolvidas a retornar à consciência armazenadora.
- 3) Encontrar formas de irrigar as sementes sadias que ainda não cresceram em nossa consciência armazenadora, incentivando o mesmo processo aos amigos.
- 4) Nutrir as sementes sadias que já cresceram, para que permaneçam em nossa consciência mental, tornando-se cada vez mais fortes. Isso é chamado de Esforço Correto Quádruplo.

Cuidar da consciência no observar e diferenciar as sementes sadias daquelas indesejáveis para o jardim. Saber o que fazer com o indesejável para que ele não se fortaleça e “encontrar formas de irrigar as sementes sadias”, que são potências benéficas ainda latentes. Além da relação com Stanislavski, há o princípio de aumento da potência que alimenta a pesquisa através de Spinoza. Desenvolver as sementes sadias e contagiar os amigos a encontrar suas próprias formas é uma descrição de *bom encontro* e lembra o item VI – *Disciplina interior*, no qual Stanislavski afirma que a própria dedicação de um ator contagia o próximo a fazer seu trabalho com esmero.

Thich Nhat Hanh, em seguida, comenta que a alegria é fundamental na prática e que, sem alegria, não se está praticando corretamente. O mestre budista ressalta a importância do caminho do meio em uma metáfora sobre o praticante ser

⁶⁰ Usou-se a versão disponibilizada em
<http://www.viverconsciente.com/textos/esforco_correto.htm> Acesso em 10. Setembro. 2019.

como a corda de um instrumento: cuidar para que não fique nem tão frouxa que não possa soar e nem tão esticada que se arrebente ao tocar. A recomendação tem a tonalidade de *ahimsa*, a não-violência necessária para desenvolver *tapas*, disciplina: ser justo, nem frouxo nem esticado demais, nem condescendente nem rígido consigo mesmo.

A alegria citada por Hanh é paralela a importância de cultivar *santocho*, o contentamento, no caminho ióguico, para que tudo o que seja feito seja regado de alegria, mesmo nas adversidades e também à *alegria* de Spinoza pois, com esse afeto, a potência aumenta e os benefícios da prática atingem todos os praticantes.

O caminho para atingir a liberação (no yoga, chamada *moksha*) ou extinção do sofrimento são mais possíveis em *sanga* (no yoga) ou *sangha* (no budismo), palavra que, em ambos os caminhos espirituais, significa estar na companhia dos mestres e da comunidade praticante. Os *bons encontros* que aumentam a *alegria* essencial para o caminho do meio.

Thich Nhat Hanh em *The mindfulness survival kit*⁶¹ escreve que

É muito útil ter o apoio de uma comunidade que pratica junta os treinamentos. Após a iluminação, a primeira coisa que Buda fez foi sair e procurar elementos de uma *sangha*, uma comunidade espiritual. Sem uma comunidade, ele não poderia realizar a sua intenção de ser um professor. Cada um de nós precisa de uma comunidade como esta para nos ajudar a praticar. Nos beneficiamos da energia coletiva de consciência, que é mais forte do que a nossa própria energia individual. Juntos, podemos ajudar as sementes da atenção plena, concentração e *insight* a crescer.

Como também observa Stanislavski no item *I Vida privada e vida no trabalho: ordem, disciplina, ética – base para a criação artística*:

(...) nós atores somos pessoas de sorte; porque neste mundo desmedido o destino nos concedeu algumas centenas de metros cúbicos: o nosso teatro, no qual podemos criar a nossa própria vida artística, especial, magnífica, que transcorre na sua maior parte em uma atmosfera criativa, nos sonhos e na realização cênica deles, no trabalho artístico coletivo, em comunhão constante com o gênio de Shakespeare, Pushkin, Gogol, Molière, e outros. Não basta isso para fazer um maravilhoso pedaço de mundo?

A alegria em trabalhar na companhia de grandes mestres, em um ambiente com atmosfera alegre com aqueles que perseveraram no mesmo caminho. No texto

⁶¹ Versão disponibilizada em < http://www.viverconsciente.com/textos/esforco_correto.htm.> Acesso em 10. Setembro. 2019.

*Essência dos ensinamentos de Buda*⁶², Hanh também lembra que a *sangha*, no trabalho coletivo e com um mestre, torna possível fortalecer a paz e alegria na meditação e nas atividades do mosteiro:

Examine sua forma de praticar. Veja o que lhe proporciona paz e felicidade em todas as ocasiões. Tente passar algum tempo numa *sangha*, onde irmãos e irmãs estão criando um campo de energia consciente capaz de tornar a sua prática mais fácil. Trabalhe com um mestre e com os amigos, visando transformar seu sofrimento em compaixão, paz e compreensão, fazendo isso de uma forma alegre e fácil. Isto é *esforço correto*.

O correto, o recomendado, os passos para alcançar a *sanga* são expressões antigas que existem para auxiliar a criação de uma existência liberada do sofrimento, das causas do sofrimento, dos aspectos que dificultam o cultivo de virtudes, sejam elas da vida ou das artes. Encontrar os pares na comunidade espiritual ou artística é uma dádiva e um dispositivo de luta contra a ignorância e a violência dos modos de produção e exploração dos seres humanos e não-humanos do planeta Terra. Livrar-se, *des-iludir*, *reservar-se*: tornar-se um espaço ecológico para cultivo, preservação da liberdade e treinamento na arte de ser humano. Esses pensamentos e estudos são as bases para a pesquisa a partir da *estrutura pessoal*. Apesar de ser uma pesquisa no território do corpo individual, ela expande para o coletivo e para questões amplas dos seres humanos, artistas ou não.

⁶² Traduzido por Leonardo Dobbin e disponível em <<http://sangavirtual.blogspot.com>>. Acesso em 10. Setembro. 2019.

Capítulo 3

Saberes praticados: jornadas de autoconhecimento

3.1 O fluxo da vida nas formas

A criação de uma estrutura com duração de um minuto é uma proposta da diretora e doutora Celina Sodré⁶³ passada aos atores em suas aulas de interpretação. O processo que formou a base para esse estudo foi aplicado por Jerzy Grotowski⁶⁴ na ocasião do *Objective Drama Program*⁶⁵ e relatado no livro *Trabalhando com Grotowski sobre as ações físicas*, de Thomas Richards. Esta criação de um minuto de estrutura funciona como um laboratório compacto para experimentar questões do fazer teatral, específicas para a arte do ator/atuante. Um dos objetivos deste processo é abandonar os clichês, renunciar aos estereótipos estéticos, para que a forma resultante seja fiel ao manancial criativo que flui do inconsciente. Acordando, assim, as potencialidades do atuante, construindo e articulando suas capacidades de conexão com suas raízes arcaicas.

No livro *Trabalhando com Grotowski sobre as Ações Físicas*, Thomas Richards explana sua experiência no processo criativo com Jerzy Grotowski e faz uma longa descrição das dificuldades enfrentadas no começo deste processo. Disserta sobre os problemas que o ator vivencia ao se deparar com a complexidade do processo criativo, sobre as tentações de se deixar seduzir pelas emoções e sobre a crise que acompanha o desenvolvimento da competência no trabalho.

Richards teve o primeiro contato com os modos de trabalho de Grotowski no

⁶³ Celina Sodré é professora adjunta da UFF no curso de Produção e é membro da Escola Lacaniana de Psicanálise. Dirige a companhia teatral Studio Stanislavski desde 1991 e coordena o centro de pesquisa e laboratório cênico *Instituto do Ator* desde 2008. Lá, ministra o *Grupão Grotowski*, estudo semanal da obra de Jerzy Grotowski, onde leu as últimas conferências dadas por Grotowski no Collège de France que foram traduzidas por ela durante seu doutorado.

⁶⁴ Jerzy Grotowski ficou conhecido mundialmente pela sua companhia *Teatro Laboratório*. Mais tarde, pela sua pesquisa fora dos espetáculos nas fases chamadas *Parateatro*, *Teatro das Fontes*, culminando na fase *Arte como veículo* quando fundou o *Workcenter de Jerzy Grotowski and Thomas Richards*, na Itália.

⁶⁵ Objective Drama Program é o nome do projeto de pesquisa artística realizado por Grotowski e seus colaboradores nos Estados Unidos entre 1983 e 1992. Após Grotowski mudar-se para a Itália em 1986, ele visitava a Califórnia apenas uma vez por ano (geralmente em maio), a fim de aconselhar seus assistentes em suas atividades. O *Objective Drama Program* deveria funcionar de tal maneira que os praticantes de artes rituais antigas de várias culturas, convidados a passar seis meses em Irvine, treinassem os membros do grupo do projeto e também alunos e outros participantes (informações retiradas de <<http://www.grotowski.net/en/encyclopedia/objective-drama>>. Acesso em 07. Março. 2020).

último ano de sua formação teatral, na Universidade de Yale, através de um *workshop* de duas semanas com Ryszard Cieślak, em 1984. Após a vivência desse encontro, Richards relata que desejou continuar nessa linha de pesquisa e procurou uma bolsa de estudos na Polônia, mas não obteve sucesso, já que era necessário que falasse polonês. Um tempo depois, o próprio Grotowski foi convidado para uma palestra em Yale e, posteriormente, para fazer uma seleção de onze atores para participar do *Objective Drama Program*, edição de 1984, e Thomas Richards foi um dos selecionados. Richards conta que foi nesta experiência, de duas semanas, com o próprio Grotowski, que ele pôde entender o significado de uma improvisação dentro de uma estrutura. Uma improvisação que não é desprovida de margens e, dentro delas, encontra seu espaço de fluxo.

A análise e estudo destes dois encontros: de Richards com Cieślak e, de Richards com Grotowski são os alimentos fundamentais para a construção do espaço de experimentação desta pesquisa: o encontro de Richards, com Cieślak, quando são indicados modos para a criação de uma estrutura, a partir dos elementos improvisados e o relato de Richards sobre o trabalho desenvolvido no encontro com Grotowski, a partir dos cantos e danças do vodu haitiano e o improviso em uma estrutura fortemente presente.

Cieślak indica que, para transformar um conjunto de improvisações em espetáculo, é necessário ter um caderno de anotações e dividir as páginas em duas colunas. Na primeira, escrever, da maneira mais precisa possível, o que se fez durante a improvisação e, na segunda, descrever as imagens mentais, as associações, os pensamentos, as memórias dos lugares e das pessoas. Ou seja, as duas colunas contêm a descrição das ações físicas e tudo o que foi associado, as *imagens evocadas*. Assim, quem improvisa tem a capacidade de reconstruir, memorizar para poder repetir a dimensão viva da improvisação e trabalhar sobre seus detalhes⁶⁶.

Este modo de trabalhar sobre o conteúdo, que emerge no corpo, durante uma improvisação, se aproxima do que António Damásio escreve sobre mente e corpo serem indissociáveis. Às vezes, a construção é regulada pelo mundo exterior em relação ao cérebro, isto é, pelo mundo do corpo ou do ambiente com uma ajuda da memória do passado e, outras vezes é regulada pelo interior do cérebro, quando

⁶⁶ Richards, 2012, p.13.

evocamos uma melodia favorita ou recordamos cenas com os olhos fechados, seja acontecimento real ou fruto da nossa imaginação⁶⁷.

Uso essa expressão popular “vem à minha mente”, porque percebo ser bastante adequada quando se trata de associações mentais que ocorrem durante um pensamento. A associação e a reminiscência chegam *mais perto* atraída pelo que está acontecendo e evoca um campo de lembranças. Pensar me parece um jogo em que tudo se adapta, se reorganiza de acordo com o foco do momento. A ‘chegada’ de memórias pode criar uma dinâmica de pensamentos. Um pensamento pode gerar movimento do corpo e um movimento do corpo pode gerar pensamento: uma dança das *imagens perceptivas* e *imagens evocadas* que ‘chegam’ para colaborar com o pensamento.

A anotação proposta por Cieślak ajuda a criar uma paisagem de associações relacionadas com as ações que as evocaram e que foram evocadas por elas. O espetáculo se tece, então, com a linha das ações físicas, formando uma série de camadas. Trabalhando-se com as *imagens perceptivas* e as *evocadas*, surge, na cena, uma profusão de sentidos.

Richards narra que, durante o *workshop* em Irvine com Grotowski, era enfatizada a necessidade da estrutura, da precisão técnica imbricada ao material surgido no processo criativo. Ao testemunhar pela primeira vez os trabalhos com os cantos de tradição afro, ele comenta que estava testemunhando:

(...) os dois aspectos mais importantes do processo criativo no teatro, (...) de um lado a forma; do outro, o fluxo da vida – as duas margens do rio que permitem que ele flua tranquilamente. Sem essas margens só haveria inundação, pântano. Esse é o paradoxo do ofício do ator: o equilíbrio da vida cênica só pode aparecer a partir da luta entre essas duas *forças opostas* (Richards, 2012, p.22).

A intuição que guia o processo de improvisação é uma articulação cerebral em que os modos de tomar decisões dão lugar a outro fluxo de vida que não precisa do aval do estilo intelectual de se pensar. Neste momento, é o corpo quem pensa.

Esses encontros e experimentações entre Grotowski, Cieślak e Richards trouxeram algumas inquietações para minha prática artística e estão sempre vivas em sala de ensaio:

⁶⁷ Damásio, 2012, p.102/103.

- Como criar uma estrutura pela via não intelectual, sem impor ideias e temas, antecipadamente escolhidos, para os improvisos?
- Qual critério determina a escolha das ações para a estrutura?
- O que fazer para manter o fluxo da vida numa forma que tem hora e lugar definido para acontecer?

Para a investigação dessas inquietações, foram realizados alguns trabalhos pré-cênicos:

- Laboratórios processuais em improvisos dançados (com práticas oriundas da filosofia do yoga integral, o *Purna Yoga*);
- Criação de uma estrutura como veículo para a pesquisa dos aspectos do fluxo da vida e da forma precisa como o próprio enraizamento da cena teatral;
- Estudo dos bloqueios do corpo, recalques da mente, que criam entraves para o fluxo da vida através da ética da *via negativa*⁶⁸;
- *Destreinamento* do espaço do corpo a fim de demolir padrões viciados e limitantes.

O ato de pinçar, como quem separa o joio do trigo, durante o ensaio, as ações para a estrutura, é um procedimento. Contudo, é possível que algumas outras ações e elementos surjam em meio a momentos da vida cotidiana. Um exemplo é quando, por meio de um *insight*, alguma coisa se revela interessante para o processo e instaura, no cotidiano, uma atmosfera diferenciada e temporária, que é a própria atmosfera da criação. Como se a atmosfera do cotidiano fosse repentinamente atravessada por esta outra, que é da ordem da intuição. Começar a pensar na criação desse tipo de estrutura, um pensar que é sempre encarnado, cria uma atmosfera de processo que coloca o atuante numa circunstância sensitiva, propiciadora da aparição desses *insights*.

⁶⁸ “A formação de um ator no nosso tempo não consiste em ensinar-lhe alguma coisa; buscamos eliminar a resistência do organismo a este processo psíquico (...). A nossa então é uma *via negativa*, não um acúmulo de habilidades mas uma eliminação dos bloqueios” (Grotowski, 2001, p.116).

Quando esta atmosfera se instala, é perceptível a mudança na própria respiração, nos pés, no chão, na coluna, na postura do corpo, nos músculos, nas distâncias entre os corpos, nas diferentes velocidades dos objetos, pessoas, arquitetura do espaço, a extensão do corpo no espaço, se é público ou privado. A atenção se expande e se concentra perto do corpo, coisas se destacam, o tempo-ritmo se modifica, o pensamento em forma de associações mentais e mapas corporais se organiza em ações. As imagens e as sinestésias oriundas desse pensamento imbricado no corpo fazem emergir memórias, imagens, ações psicofísicas, sonoridades, luminosidades, temperaturas, texturas e toda uma profusão de sensações. Nesses instantes de epifania, com a delicadeza de quem gostaria de segurar, sem desmanchar, uma bolha de sabão, pode-se, então, mapear o que acontece para trabalhar sobre esse material objetivamente. Através de anotações sobre algo que foi lembrado, uma canção que vem à mente, um objeto encontrado no chão, uma frase lida em um livro ou em um muro da cidade, cria-se um tecido que, sem pressa, dá contornos a própria obra.

As anotações em caderno ajudam a criar a linha de ações que se desenvolve em escrita corporal. Tecem a ligação entre as imagens e as ações que surgem. Através da repetição, o corpo aprende esse texto, decora, no sentido de saber com o coração, tornando-se fluente naquilo que quer dizer. Através desse texto psicofísico e corporificado, vêm à tona sonoridades como uma música estranha e, ao mesmo tempo, familiar.

A voz costuma ser dissociada do corpo nas escolas e universidades em um hábito tão danoso como aquele de separar a mente do corpo. A voz é corpo. Em suas ondas, ritmo e vibração, a voz é a parte do corpo do atuante que toca a estrutura psicofísica de quem assiste, em um efeito sinestésico. Os sons da *água-viva*, ainda oculta, trazem à tona o caminho vertical do artista criador. Algo que está como inacessível, esquecido. Um aspecto antigo e arquetípico da nossa história que nós escavamos através da dedicação na estrutura pessoal, como numa arqueologia, porque muitas camadas de terra cobriram essa origem ao longo do tempo.

Grotowski comenta que investigar a questão do “quem sou eu?” de Maharishi fez com que ele se aproximasse de suas fontes:

“Quem sou eu?” (...) não foi uma investigação mental mas como se cada

vez mais me aproximando da fonte, menos o "eu" existia. É como se um rio voltasse e corresse em direção à sua fonte. E na fonte, não existe ainda um rio?⁶⁹ (Grotowski in Wolfrd, 1997, p. 255).

Nessa ideia de retornar para a fonte, Grotowski cita o que um *sufi* falou sobre o fluxo da mente:

O fluxo normal de pensamentos relacionados ao "eu" pode ser comparado a um carro puxado por bois para um longo túnel escuro. Ele sugeriu: "Vire o carro de volta e você encontrará luz e espaço" (Grotowski in Wolfrd, 1997, p. 255).

Uma atitude para começar é virar o carro na direção de onde se veio e conhecer a nascente do rio. Praticar esse fluxo da mente na direção das origens é o trabalho na estrutura pessoal, pois as reminiscências que acordam no *corpo memória* são capazes de guiar o caminho para o conhecimento ancestral.

A *água-viva* é uma expressão de Grotowski no texto *Holiday (Swieto) - The day that is holy*⁷⁰. Nesse momento, o artista polonês anunciava sua retirada do teatro de espetáculos para começar a pesquisa *Parateatral*⁷¹. Ele abre o texto dizendo que existem algumas palavras que estão mortas, porém que continuamos a usar, como "show, espetáculo, representação, teatro, espectador, etc". Diz que o que está vivo é a aventura e o encontro. (Grotowski in Wolfrd, 1997, p. 215). Grotowski levanta muitas questões sobre a criação artística, mas também sobre a vida do artista, sobre o encontro com fontes em nós mesmos que precisamos descobrir:

Para nós, a pergunta é: o que você quer fazer com sua vida, quer se esconder ou se revelar? Existe uma palavra que, em muitas línguas, possui um duplo sentido: a palavra descobrir/ des-cobrir. Descobrir-se significa encontrar-se e ao mesmo tempo des-cobrir aquilo que está coberto: desvelar⁷² (Grotowski in Wolfrd, 1997, p. 218).

⁶⁹ "Who am I?" which was not a mental investigation, but rather as if going more and more towards the source seems to be approached, the less the "I" is. It is as if a river would turn and flow towards its source. And in the source, there is no longer a river?"

⁷⁰ Este texto é baseado em encontros públicos e foi publicado pela primeira vez em 1973 na revista *The Drama Review* e Grotowski reeditou o texto para ser incluído no *The Grotowski Sourcebook*, em 1997. A versão usada como referência aqui é a tradução para fins didáticos de Celina Sodré a partir da publicação em *The Grotowski Sourcebook*, 1997, p.215.

⁷¹ Foi um período específico nas atividades de Jerzy Grotowski e seus colaboradores, aproximadamente de 1969 a 1976, com a busca de meios apropriados para tornar acessível ao maior número possível de pessoas as experiências de Grotowski e seu grupo. As principais ideias que inspiraram o trabalho parateatral foram: cultura ativa e superação da divisão entre participantes e espectadores; trabalhando para suspender os papéis sociais e, encontrar a dimensão humana da existência em ação e experimento; promoviam-se encontros envolvendo pessoas e natureza. Mais informações em <http://www.grotowski.net/en/encyclopedia/paratheatre>. Acesso em 20. Março. 2020.

⁷² "For us the question is: what do you want to do with your life; and so – do you want to hide, or to reveal yourself? There is a word which, in many languages has a double meaning: the word

Des-cobrir a fonte que está em nós e *re-lembrar* a fonte que está para além de nós. Grotowski acredita na força daquilo que precede as diferenças culturais, uma essência que pode emergir por intermédio da competência do trabalho. Ele escreve:

Eu também posso dizer para mim mesmo: eu sou água, pura, que flui, água-viva; então a fonte é *ele, ela*, não *eu*: ele ao encontro de quem eu vou, diante de quem eu não me defendo. Somente se *ele* é a fonte que *eu* posso ser água-viva⁷³. (Grotowski in Wolfrd, 1997, p. 217).

O trabalho sobre si mesmo, de des-cobrir a si mesmo, é parte da aventura:

Descobrir a si mesmo significa encontrar a si mesmo e, ao mesmo tempo, descobrir o que foi coberto: desvendar. Se queremos descobrir a nós mesmos (como a terra até então desconhecida), temos que descobrir a nós mesmos (desvendar, revelar a nós mesmos). "Descobrir - desvendar". Há algo de excepcionalmente preciso nisso (Grotowski in Wolfrd, 1997, p. 218-219)⁷⁴.

Grotowski diz que está procurando tocar a natureza do encontro:

É suficiente compreender que eu estou tentando aqui – da melhor maneira que eu posso – tocar a experiência do encontro – encontro com homem [*czlowiek*]; (...) será que eu estou falando sobre um tipo de existência mais do que sobre teatro?⁷⁵ (Grotowski, 1997, p.219-220)

A palavra *czlowiek* é, segundo Slowiak, como um arquétipo de algo que existe para além da identidade e dos códigos sociais. Usada para designar “quando alguém se revelou a si mesmo” (Slowiak, 2013, p.112).

Seja em *água-viva* ou *czlowiek*, o fluxo da vida revela-se e tem potência de ativar algo esquecido que sempre esteve ali e essa atualização aumenta seu poder de ação, recupera suas qualidades que foram aterradas.

3.2 O processo da estrutura de um minuto de ações.

discover/ uncover. To discover oneself means to find oneself, and at the same time uncover what has been covered: to unveil. If we want to discover ourselves (like the hitherto unknown earth), we have to uncover ourselves (unveil, reveal ourselves). “Find out – unveil”. There is something exceptionally precise about this”.

⁷³ “I am water, pure, which flows, living water, and then the source is *he, she*, not *I*: he whom I am going forward to meet, before whom I do not defend myself. Only if *he* is the source can *I* be the living water”.

⁷⁴ “To discover oneself means to find oneself, and at the same time uncover what has been covered: to unveil. If we want to discover ourselves (unveil, reveal ourselves). ‘Find out – unveil’. There is something exceptionally precise about this double meaning’ (p.218, 219).

⁷⁵ “It is enough to understand here – in as much as I can – to touch on the experience of meeting – meeting with man [*czlowiek*]; (...) Am I talking about a kind of existence rather than about theater?”

Até quando dormimos - ou principalmente nesse momento - e quando não pensamos diretamente sobre o que fazer, o trabalho artístico move imagens. As ações podem surgir nos momentos de ensaio, ou durante a vida cotidiana, em uma espécie de *insight* ou epifania que joga luz para alguma coisa e, imediatamente, entende-se que é conteúdo para a partitura em processo.

A escolha metodológica para a seleção das minhas ações foi o critério da intuição. Responder, através da criação, o impulso das forças interiores. A estrutura é laboratório para se libertar das associações plenas de clichês, da tendência a fixar formas sem refletir sobre quais forças que agiram.

A sensação certa da intuição confirma a direção para seguir investigando. Pode-se equiparar com a sensação de epifania que Clarice Lispector cria em sua escrita. Trarei o exemplo do conto *Amor*, quando Ana vê o cego mascando chiclete:

Ele mascava goma na escuridão. Sem sofrimento, com os olhos abertos. O movimento da mastigação fazia-o parecer sorrir e de repente deixar de sorrir, sorrir e deixar de sorrir — como se ele a tivesse insultado, Ana olhava-o. E quem a visse teria a impressão de uma mulher com ódio. Mas continuava a olhá-lo, cada vez mais inclinada — o bonde deu uma arrancada súbita jogando-a desprevenida para trás, o pesado saco de tricô despencou-se do colo, ruiu no chão — Ana deu um grito, o condutor deu ordem de parada antes de saber do que se tratava — o bonde estacou, os passageiros olharam assustados (Lispector, 1998, p.147).

O trecho do conto descreve o que acontece durante um momento de suspensão epifânica e, para mim, também expressa poeticamente a sensação física do acometimento de um *insight*: o corpo desprevenido jogado para trás.

Para o levantamento do material e aquecimento para a estrutura pessoal, improvisos dançados mostraram-se territórios férteis. A exploração do território de uma dança pessoal nasceu do impulso ao ouvir uma canção específica, um *mantra* para Ganesha⁷⁶, uma deidade da mitologia hindu. As manifestações mitológicas das energias do Universo possuem seus *mantras*. Há aqueles para evocar a consciência da impermanência, da transformação (*Shiva*), da força do amor universal (*Krishna*), a remoção dos obstáculos (*Ganesha*), entre outros poderes. Os deuses trazem em seus simbolismos aspectos da espiritualidade por meio de *mantras*, *mudras*

⁷⁶ Ganesha, filho de Shiva e Parvati é o patrono dos estudantes e também do comércio. Está na família relacionada à transformação e remoção de obstáculos. Costuma ser evocado para ajudar nos estudos removendo a ignorância e no comércio para que nada atrapalhe a prosperidade.

(posturas com as mãos) dos *puranas*⁷⁷ e de suas imagens.

Seguindo a premissa de selecionar, a partir da intuição, permaneci cerca de uma hora improvisando com o *mantra*, com atenção para mapear as ações emergentes. Uma meditação ativa com o ponto de trabalho de não fixar formas prematuramente.

Aquelas ações que conduziam para uma sensação de *des-cobrimto* foram pinçadas para exploração em novos improvisos dançados, posteriormente. A bússola apontou para ações com tonalidades de limpar, livrar, cortar, afrontar algo que vem dos quatro pontos cardeais.

Durante a gênese do primeiro minuto, também fiz experimentos com dança ao som de *mantras* para *Kali* e *Durga*, que possuem energia similar, de transformação, de luta contra os demônios. Antes de qualquer seleção de ações, foram realizados diversos experimentos dançados. Os improvisos com dança trouxeram também *mudras* para a estrutura de um minuto. *Mudras* são atitudes com as mãos que possuem simbologia e também efeito magnético, energético. Há *mudras* ligados às deidades (*Ganesh*, *Kali*, *Krishna Shiva mudras*), ou a atributos como *abhaya mudra* (*a* – sem; *bhaya* – medo) com propriedade de afastar o medo.

Estão presentes na estrutura do primeiro minuto:

-*krishna mudra* (a flauta de *Krishna*):



Figura 4 Krishna com sua flauta. Fonte: Google

⁷⁷ Os *puranas* têm proximidades com as histórias orais populares e com as parábolas da Bíblia. Possuem muitas variantes locais ao mesmo tempo foram escritos em diferentes épocas.



Figura 5: ação com as mãos durante o giro com o corpo: o krishna mudra

- *jnana mudra*, o gesto do conhecimento:



Figura 6: escultura de jnana mudra. Fonte: Google



Figura 7: ação com as mãos durante o giro com o corpo: *Jnana mudra*

- e uma postura com as mãos que não é um *mudra* indiano e, sim, uma ação que é uma mistura de *abhaya mudra* com uma maneira que Celina Sodré explica a passagem do texto *o Performer*⁷⁸ em que Grotowski fala que ao mesmo tempo somos ‘o pássaro que bica e o pássaro que olha’:



Figura 8: ação com as mãos durante o giro com o corpo: o pássaro que bica e o pássaro que olha

“Podemos ler nos textos antigos: *Nós somos dois. O pássaro que bica e o pássaro que olha. Um morrerá, um viverá. Embriagados de estar dentro do tempo, preocupados em bicar, nós esquecemos de fazer viver a parte de nós mesmos que olha. Existe então o perigo de se existir somente dentro do tempo e nulamente fora do tempo. Se sentir olhado pela outra parte de si*

⁷⁸ (Grotowski in Wolford, 1997, p.376)

mesmo, esta que está como que fora do tempo, dá uma outra dimensão”⁷⁹ (Grotowski in Wolford, 1997, p.378).

Esse dado sobre uma existência fora do tempo, além das preocupações da vida cotidiana que, por vezes, tomam quase que todas as horas do dia, ficou marcado no processo. Às vezes, essa parte de si que observa está tão adormecida que os pensamentos não se manifestam com clareza. Então, fatos como o cego mascando chiclete e a freada do bonde despertam do torpor da apatia.

Ao selecionar as ações, algumas partes ensaiadas foram esquecidas durante as repetições, o que indicou que deveriam sair da estrutura, por enquanto. Ficou como uma camada oculta e também como acervo para ser acessado e trazido à tona em outro momento.

Na ação que acontece durante *jnana mudra*, houve uma associação com os olhos de um homem em transe do filme *Divine Horsemen*⁸⁰, de Maya Deren⁸¹. Já no momento da montagem da estrutura, nos ensaios de repetição, ao olhar para as mãos buscando detalhar como era a ação de *olhar*, mostrou-se, na memória, o olhar e fluidez do rapaz do filme de Deren, que Grotowski exibiu na aula inaugural em que apresentava o programa das suas aulas no Collège de France, para falar sobre “a linhagem orgânica na arte e dentro do ritual” (Sodré, 2014, p.1).

Ele exibiu o filme de Deren para exemplificar o paradoxo da estrutura e da organicidade. *Divine Horsemen* são as filmagens feitas por Maya Deren de dentro de rituais do vodu haitiano. Ver esse filme causou impacto determinante nessa pesquisa sobre os estudos da fluidez do corpo, como um canal para o acontecimento. O transe é visto pela dimensão contínua de sua organicidade dentro das formas

⁷⁹ “We are two. The bird who picks and the bird who looks on. The one will die, the one will live. Busy with picking, drunk with the life inside time, we forgot to *make live* the part in us which looks on. So there is a danger to exist only inside time, and in no way outside time. To feel looked upon by this other part of yourself (the part which is as if outside time) gives another dimension”.

⁸⁰ *Divine Horsemen, The Living Gods from Haiti* (1987) é um filme feito com imagens gravadas pela bailarina e cineasta Maya Deren em sua viagem de 21 meses para o Haiti entre 1947 e 1955. O filme foi feito após a sua morte, quando encontraram o material gravado e juntaram às imagens do filme, trechos narrados de seu livro homônimo. Grotowski utilizou cenas desse filme durante a aula inaugural de 07 de janeiro de 1997 que abriu suas conferências no Collège de France.

⁸¹ Maya Deren foi uma artista independente na área da dança e do cinema nos anos 1940 e 1950. Deren foi coreógrafa, dançarina, poeta, escritora e fotógrafa. Sobre o filme: Deren havia terminado de filmar no Haiti em meados da década de 1950, filmado mais de 18.000 pés de filme, mas nunca completou a edição. Ela morreu em 1961 e as filmagens haitianas não editadas foram editadas nos anos 80 por seu ex-marido, Teiji Ito, e sua nova esposa, Cherel. Com uma trilha sonora de Teiji Ito, a filmagem completa foi lançada em 1985. Naquele ano, o American Film Institute estabeleceu o Prêmio Maya Deren para produção de filmes independentes.

ritualísticas, como um *plano-sequência* cinematográfico que não tem cortes, todavia possui um roteiro. Grotowski fala nessa conferência sobre a composição e a organicidade:

(...) eu uso a palavra 'orgânico', isto quer dizer, alguma coisa 'que precede a composição'. Porque a arte exige a composição! A arte exige a composição, a estrutura, tudo isto é necessário, sem isto não existe arte, existe uma desordem. Mas, antes disto, antes deste domínio, que para mim, como diretor, pertence à montagem, simplesmente, como a montagem no cinema, na montagem tem uma vida dos impulsos e é mesmo difícil dizer o que é o impulso... Será que é puramente físico? Eu acredito que não. Mas, é muito mais fácil de captar a percepção dos impulsos se nós olhamos de maneira fria como de um ponto de vista quase físico, mesmo se não é apenas físico. (Grotowski in Sodré, 2014, p.25).



Figura 9: Imagem retirada do filme Divine Horsemen

As anotações físicas são como a ponta do iceberg que indicam a grande estrutura de onde ela vem. A condição do mar, do psiquismo, conforme se aprofunda nele, é enigmática e o mergulho, desafiador e exigente, como no mar do poema de Proust:

Aquele que está cansado dos caminhos da terra ou aquele que adivinha, antes de os haver tentado, o quanto são rudes e vulgares, ficará seduzido pelos pálidos caminhos do mar, mais perigosos e mais suaves, indefinidos e desertos. (...) Encanta-nos como a música, que não carrega, como a linguagem, o vestígio das coisas, não nos diz nada dos homens, mas imita os movimentos de nossa alma" (Proust, 2004).

Encanta-nos acordar para os movimentos de nossa alma, revelados nos caminhos do mar. Ser fisgados pela perigosa e suave cadência da natureza nos religando aos seus ritmos indefiníveis e desertos. Poder se distanciar dos vestígios

dos modos rudes de viver, inaugurando mundos potentes por meio de apneias e retornos a superfície.

O filme de Deren e a primeira conferência foram amplamente estudados em coletivo pelo *Grupão Grotowski*⁸². O filme de Deren faz parte do meu acervo de estudos sobre *corpo canal*, corpo que não se opõe ao acontecimento e permite a passagem da energia. Uma referência que se abre, diretamente do acervo da memória para dentro do ensaio de repetição sobre os detalhes, sinaliza uma bibliografia viva que se traduz como texto grafado no corpo. Grotowski explica que existe uma vida dos impulsos antes da estrutura e que, apesar de não serem meramente físicos, podemos ‘captar a percepção dos impulsos’ na fisicalidade e podemos esculpi-los no corpo. Os impulsos para a ação mantêm a organicidade com a forma. Faz-se uma viagem para olhar a matriz do que acontece no corpo na montagem da estrutura para que as ações tenham conexões com suas fontes, mesmo nas repetições. Esses detalhes mapeados são os nós de complexidade que contêm a vida.

No momento inicial da estrutura, por exemplo, agachada em frente ao candelabro, houve a associação com uma gárgula, como aquelas da Igreja de Notre Dame. Naquele instante, era *como se eu fosse a gárgula*. Então, ao atravessar por essa ação existe esse mapa transitório do “corpo-gárgula”. A cada vez que se desenha o mapa no corpo, a paisagem interior é como um sonho repetido que se tem ao longo da vida, há diferenças, porém, com certos nós em comum.

Posteriormente, foi procurado qual o sentido da gárgula na construção da Igreja e descobri que serve para não deixar que a água da chuva escorra pelas paredes, estragando a edificação e também possui o simbolismo de afastar os demônios e energias ruins. Outras esculturas que possuem essa qualidade de afastar o mal são as carrancas brasileiras que, na simbologia da Umbanda, estão ligadas a Exu e são colocadas na entrada das casas para bloquear as energias negativas. Originalmente, as carrancas foram criadas no Brasil para ficarem à frente dos barcos como um amuleto, em meados do século XIX, para afastar os maus espíritos das águas.

⁸² Grupo de estudos teórico sobre a obra de Jerzy Grotowski que acontece semanalmente na Lapa, RJ, na sede do Instituto do Ator conduzido por Celina Sodré desde 2009.



Figura 10: fragmento da estrutura pessoal



Figura 11: Gárgula de Notre Dame. Fonte: Google



Figura 12: Esculturas Carrancas. Fonte: Google

3.2.1 Corpo inteligente: saber do corpo e *via negativa* contra éticas e modos coloniais

Um grande entrave coletivo para a integração e pujança do corpo é o poder da lógica colonial européia sobre os povos indígenas e africanos. Rufino, em seu livro *Pedagogia das encruzilhadas* (2018), enaltece os conhecimentos das sabedorias ancestrais que foram desvalorizadas e descredibilizadas pela experiência colonial. Rufino traz a importância da força de Exu, o orixá da comunicação entre o mundo humano e o mundo das forças não humanas, para criar uma pedagogia encarnada nessa interlocução entre o visível e o invisível. “Exu é o poder que baixa encarnando nas múltiplas possibilidades de ser e saber” (Rufino, 2019, p. 28) e na “pedagogia encarnada por Exu, o conhecimento não é meramente uma abstração, mas sim um fenômeno que corre mundo para baixar nos corpos” (Rufino, 2019, p.29). É um saber do corpo, corpo que integra o espiritual e o físico, que sabe esquivar e mover seus saberes à revelia das situações *tristes*.

Assim, o autor escreve:

O corpo (campo produtor de discursos verbais e não verbais) assente em outras formas de racionalidade, como destacado nas sabedorias transladadas pelo Atlântico, é dotado de uma inteligência integral. A sapiência do corpo é o que chamo de *mandinga*, “inteligibilidades próprias de um amplo complexo de saberes que se codificam e se expressam a partir do que conceituo como *incorporação*!” (p.58).

Trago a *Pedagogia das encruzilhadas* para o trabalho, pois encontrei ressonância entre o que estudo – almejando liberdade, desbloqueios, acender potências do *corpo-memória* – com o que Rufino pontua sobre o movimento descolonial, os saberes do corpo, forças vitais do *axé* e avivamento dos conhecimentos ancestrais. Conversam aqui, os temas levantados pela pesquisa e o pensamento promovido pelo *Pedagogia das encruzilhadas*, a criação de modos de viver fora dos modelos dicotômicos regidos pela lógica do colonizador.

Rufino fala dos problemas que as políticas coloniais geraram na mentalidade coletiva e como nos regulam através das palavras e da educação. A *mandinga*, para Rufino, “é o saber que é lançado ao mundo a partir dos princípios e potências corporais” que também inclui a fala, pois “tudo que é textualizado nas mais amplas possibilidades de linguagem parte de uma experiência de saber que transita pelo corpo, enquanto agente coletivo e individualizado que é” (Rufino, 2019, p.59). Como

as validações do que é saber partiram da agência modernidade/colonialismo (Rufino, 2019), a razão foi fiscalizada pela lógica ocidental. As consequências são “as negações de toda e qualquer forma de saber que se codifique nas dimensões do corpo” (Rufino, 2019, p.59).

Como um dos planos do colonialismo, para Rufino, é produzir um esquecimento dos saberes que não pode regular, reconquistado, através do que me lembro, o terreno (ou *terreiro*, *assentamento*, como escreve o autor) dos saberes do corpo, encarnados, *incorporados*.

Exu é aquele que carrega o *axé*, tanto na cosmogonia iorubá quanto nas cosmovisões da diáspora africana, o *axé* se transmite, se conserva e se imanta por essa autoridade (Rufino, 2019, p.66). “O *axé* é potência que fundamenta o acontecer, o devir” e, por seu caráter dinâmico, pode ser conduzido para potencializar o ser/saber através de sua circulação e, também, pode sofrer perda de potência, se não consegue se mover (Rufino, 2019, p.67).

O *axé* é uma força vital, uma inteligência que precisa circular para ser transmitida e potencializar, o princípio de vida que Exu transporta e, ao mesmo tempo, é. Grotowski disse que é preciso “estar de pé no início” (Grotowski in Wolford, 1997, p.377) para começar os trabalhos e Rufino evoca o ensinamento de um “velho mestre chamado João Grande, conhecedor das mandingas do corpo que diz que “ficar com os dois pés no chão é pedir para cair” (Rufino, 2019, p.128). É importante estar de pé, mas não com rigidez, estar no jogo do corpo. Esse é o saber corporal necessário para se esquivar das potências de afetos *tristes* que desejam dominar o corpo que é livre, em suas múltiplas potências.

Voltando para o processo da estrutura em desenvolvimento. Após algumas repetições, ao terminar com as mãos para o alto, houve o impulso de rodar em torno do próprio eixo, cantando. Com o rodar *veio à mente* a associação com giro dos dervixes, e iniciou-se um improviso com as posturas das mãos (os *mudras* e atitudes referidas anteriormente), o olhar fixo nas mãos que transmutam atitudes e trazem associações, já descritas aqui. O girar trouxe consigo mais tópicos para o exercício da precisão e *via negativa*, sobre o que não fazer: não mudar de lugar no girar no espaço, não cair, não enjoar, não perder a noção do espaço com os pés.

Naquele momento da pesquisa, as ações com as mãos foram escolhidas tão cedo quanto apareciam na dinâmica do girar e, a partir de um susto enquanto girava que me fez parar bruscamente com as mãos no peito, determinou-se a ação

final.

Ensaios de repetição se sucederam com o auxílio de cronômetro para começar a lapidação da estrutura para durar sessenta segundos. Os blocos trabalhados em diferentes momentos do ano (de junho a outubro de 2014) precisavam agora fluir como um acontecimento só. Inicia-se um pequeno estudo de montagem, o trabalho de atenção para as margens das ações, os limiares. Os ensaios tinham a proposição de estudar o tempo-ritmo das transições entre as partes que existiam como pequenos blocos, um estudo sobre *como* passar pelos hiatos entre uma ação e outra. Esse estudo sobre as transições começou em junho de 2014 e a partitura foi apresentada pela primeira vez, para Celina Sodré e o grupo de trabalho, em outubro do mesmo ano.

As expressões de Grotowski variam ao longo de suas fases para que as palavras sejam fiéis à sua jornada. Entender o corpo do ator na *via negativa*, indo em direção oposta ao acúmulo de técnicas, gerou algumas expressões para nomear o corpo: *corpo-memória*, *corpo-vida*, *corpo-canal* e *corpo da essência*, por exemplo.

Corpo-memória é uma condição inerente do corpo, principalmente para os atores. Ele escreveu:

O 'corpo-memória'. Pensa-se que a memória seja algo de independente do resto do corpo. (...) O corpo não *tem* memória, ele *é* memória. O que devem fazer é desbloquear o 'corpo-memória'. (...) O 'corpo-vida' ou 'corpo-memória' determina o que fazer em relação a certas experiências de nossa vida. (Grotowski [1969], 2010, p.180).

Grotowski fala do *corpo da essência* em *o Performer*. Segundo ele, a essência e o corpo entram em osmose em momentos extracotidianos da vida. O *teacher* pode ajudar o *Performer* a estabelecer essa ligação e, quando a conexão com a própria essência se dá, o *teacher* não é mais necessário. Para essa conexão, Grotowski fala da importância de ter um *organismo canal* (Grotowski in Wolford, 1997, p.377) que permite que as forças circulem, ao contrário de um *organismo massa*, que é treinado por meio de exercícios que focam na aparência estética ou no virtuosismo do corpo.

Memória não seria alguma coisa que está armazenada em uma espécie de interioridade invisível. *Corpo-memória* é um tecido marcado pela consciência. O neurocientista António Damásio (2012) diz que “as representações do corpo, as imagens do estado do corpo, encontram-se em plano de fundo, normalmente em repouso, mas prontas para entrar em ação” e, na história do desenvolvimento do

processo cérebro/mente, as imagens do corpo foram indispensáveis como blocos de construção e andaimes, para o que existe agora” (Damásio, 2012, p. 208). Mesmo que a existência hoje seja dominada por imagens virtuais, não corporais, as representações do corpo desempenham um papel importante na consciência, pois proporcionam o “núcleo da representação neural do eu e, desse modo, uma referência natural para o que acontece no organismo, dentro ou fora de seus limites” (Damásio, 2012, p.208).

A estrutura com seus contornos de um minuto também passou a ser ensaiada em impulsos. Ensaiar a estrutura em impulsos é um procedimento, ensinado por Grotowski, que Thomas Richards explana em seu livro *Trabalhar com Grotowski nas Ações Físicas*. Grotowski diz que, antes de uma pequena ação física, existe um impulso, algo que empurra de dentro e é praticamente invisível no corpo até que se torne ação (Richards, 2014, p.108). Ele propõe aos atores que usem o tempo em que estão no transporte, ou esperando uma gravação, para ensaiar suas estruturas somente em impulsos. Ao passar a estrutura inteira apenas nos impulsos, ela estará mais enraizada no *corpo-memória*.

Durante um ensaio da estrutura por impulsos no ambiente do quarto de dormir, veio a reminiscência de uma roupa, uma espécie de blusa de linho preto sem mangas que era utilizada por minha mãe para ir a festas e reuniões da igreja, que estava guardada comigo há muitos anos. Essa lembrança pontuou que seria esta a indumentária da estrutura. Ao ensaiar com o figurino, percebi que ele levanta ao girar e, nesse momento, o corpo fica revelado nu.

Os dados que me levaram à busca pelas minhas raízes ancestrais vieram de comentários feitos pelo grupo de trabalho no Instituto do Ator. A análise das cenas, feita coletivamente, possui características pedagógicas. A fala sobre o que foi visto não serve para compartilhar gostos pessoais e, sim, explanar as percepções sobre a organicidade, a precisão, os detalhes e associações que aconteceram enquanto se assistia. Essa análise direcionada para comentários sobre percepções evita críticas negativas, ou, ainda, supostas sugestões sobre como “melhorar” o trabalho do outro. A análise, assim como a estrutura, são dispositivos que instauram uma ética para o trabalho, dessa vez coletivo, porque *des-domestica* o olhar que procura erros ao mesmo tempo em que estimula um ambiente solidário, de receptividade diante daquele que irá expor seu trabalho diante dos demais.

As impressões compartilhadas falaram sobre:

- a textura da voz lembrar uma anciã;
- a postura agachada remeter uma fisicalidade indígena;
- as mãos segurando ‘barras de ferro’ darem a sensação de ser uma pessoa encarcerada.

Por meio dessas análises, emergiram dados que voltaram a atenção para minha ascendência familiar. Os comentários citados ativaram a lembrança de uma conversa sobre as origens indígenas da parte paraibana da família. A nossa bisavó era uma indígena que fora capturada e colocada em cárcere privado para ser “amansada” com a finalidade de ser esposa do sequestrador.

O que emergiu da memória do meu mapa corporal expandiu para questões de territórios com contornos mais longínquos, políticos e nacionais. Expande para os territórios do corpo feminino indígena cuja terra, corpo e espírito foi, e continua sendo, sequestrado, invadido e usurpado através da violência.

Em 2014, eu ainda ignorava que esta era uma prática comum no Brasil em relação aos povos originários. Pensava que o rapto da minha bisavó indígena era uma história isolada e bizarra do meu passado. A tomada de consciência sobre a dimensão do fato acontece quando, algumas pessoas, ao ouvir o relato do processo da estrutura, também diziam ter uma avó ou bisavó de origem indígena que tinha sido sequestrada para ‘casar’ com o sequestrador. Foram momentos delicados, porque essas pessoas também não sabiam que era uma prática comum, parecia uma coincidência terrível que não tardou a revelar suas complexas questões de colonialidade.

A “coincidência” se repetiu muitas vezes, então criei coragem de olhar para o fato atroz e seguir seus rastros. Olhei para o que acordou no *corpo-memória*. A subjetividade pode não ser ensimesmamento, pode ser uma via para entender o que nos constitui e expandir o olhar para as influências da macropolítica sobre nossa formação. O trabalho nas reminiscências esculpidas no corpo, por intermédio das ações, não é um foco egoísta nos dramas pessoais do artista. A pele do território evocado e o mapa das ações são um tecido vivo com singularidade de marcas, manchas, cicatrizes cultivadas nessa vida e heranças genéticas das vidas anteriores a nós.

As sensações começam perto do corpo subjetivo e acordam as partes intermediárias entre o macrocosmo e microcosmo. Criam-se as pontes, sinapses, consciência ecológica e política para a percepção de que se é um grande organismo

vivo repleto de diferenças.

É micropolítico o movimento de explorar a floresta do próprio corpo em suas reminiscências, porque é um movimento comprometido com a luta por *desdomesticar*, livrar o pensamento-corpo. Libertá-lo de grilhões que insistem em querer amansá-lo, colocando-o a serviço de poderes colonizantes. Tem a potência contagiante de uma peste artaudiana⁸³, que causa o dismantelo dos sistemas organizados para nos entristecer. Amansar é apagar nossos saberes, modos ancestrais de intuir, fazer escolhas, agir e criar. Imposição através de um desterro, do apagamento de um conhecimento em detrimento de outro, perpetuado por uma educação comprometida com a violência colonial. Por isso, a presente pesquisa, que emergiu do laboratório de ensaios sobre a estrutura, transbordou para além das suas dimensões pessoais de tempo e espaço.

No exercício da estrutura, ao atravessar a linha das ações, continuei a improvisar e esse um minuto cresceu para cinco minutos.

No próximo subcapítulo, investigaremos as nuances dos próximos quatro minutos desse processo espontâneo de montagem e como essa estrutura, que foi tecida na metodologia da intuição, do *bom encontro* e da *via negativa*, ativa um processo de descolonização e é um espaço fértil de onde pode-se derivar, florescer ou desaguar uma cena teatral.

3.3 O processo final da estrutura de um minuto e sua dimensão ancestral: desmontando a lógica colonial através da pesquisa prática

Durante o verão de 2015, surgiu o desejo de colocar uma nova camada na estrutura, um texto a ser dito. Como no canto, o texto atravessaria pelas texturas das ações. A partir do texto corporal, criar uma estrutura de ações vocais com seus sons, em símbolos e sintaxes, é ainda mais desafiador do que esculpir com o corpo, pois as palavras decoradas têm o perigo de se cristalizarem em formas, pela melodia com a qual se 'decora'; perigo de entediar a obra com uma entonação banal cotidiana.

⁸³ "Existe nele [o teatro] assim como na peste, uma espécie de estranho sol, uma luz de anormal intensidade onde parece que o difícil e mesmo impossível tornam-se de repente nosso elemento normal" (Artaud, 1987, p.43).

O corpo vibracional e sonoro é uma escultura fugaz, invisível. Os modos de falar têm potencial para revelar conteúdos do inconsciente e, assim, empurram o atuante para a autoexposição. Existem os perigos do *ato falho* durante uma fala, ou o embargo que deforma as palavras acusando as emoções entre outros perigos inomináveis. As decisões para a escolha e montagem dos textos seguiram a pista dos temas que emergiram através da estrutura: batalha, redenção, combater, orar e enfrentar.

Seguindo a bússola, aparecerem livros de onde irão se pinçar frases curtas abrindo a pesquisa para a escrita de uma dramaturgia poética. As palavras ampliaram o faro para escuta dos impulsos. E, das palavras ditas, surgiram novas canções e campos a serem explorados: novas *sincronicidades*⁸⁴. A proposta laboratorial dos textos abre mais uma clareira transitória na floresta e, do percurso de pesquisa se apresentará a proposta para uma cena teatral a partir dessa estrutura.

O primeiro livro que escolhi para pinçar um texto foi a Bíblia. Como o primeiro texto que apareceu foi a canção sobre o rei Davi, um personagem bíblico, fui ao livro. Para manter o rigor da via não-intelectual, folhee e aleatoriamente abri. Aparece o Salmo 93, versículo 1: “O senho reina. O senhor está envolto em força. O Senhor está envolto em força e vestido de majestade. O mundo está protegido, nada pode ser abalado”. Como os Salmos são uma parte da Bíblia que, entre muitos autores, também foi escrita por Davi, isso endossou a escolha do trecho.

Ao terminar o primeiro minuto estava com as mãos cruzadas sobre o peito e então houve um impulso para trepidar com pés no chão. A paisagem se definia como um lugar ameaçador que cercava. Fisicamente é como se uma pressão emanasse através de círculos concêntricos de fora para dentro. Essa batalha ficou na minha memória: o esforço extremo para não ser ‘possuída’ por essa pressão. Reminiscências sobre combater com palavras de poder uma energia que paralisa foram atualizadas durante o processo da estrutura pessoal, e por isso, continuei na busca de textos ligados a batalhas, ao sagrado e, ao enfrentamento.

⁸⁴ Segundo Celina Sodré, o conceito jungiano de sincronicidade foi crucial para a pesquisa de Grotowski.

O segundo livro escolhido foi o *Bhagavad Gita*⁸⁵. O *purana*⁸⁶ da batalha no campo de Kurukshetra. Nela, o guerreiro Arjuna hesita em atacar, pois seus adversários são seus familiares e entes queridos. A deidade Krishna⁸⁷, que está ao seu lado na guerra, começa uma explicação sobre a importância de um guerreiro não abandonar uma batalha que lhe aparece e ensina os preceitos do *yoga* para que ele possa vencer aquilo que o impede de cumprir sua ação.

Ouvi uma adaptação⁸⁸ dos *sutras* do *Bhagavad Gita* e escolhi *O Lamento de Arjuna*:

Vendo Arjuna entristecido, com os olhos rasos d'água, vencido pela dor
O supremo senhor Krishna disse essas palavras:
Como foi que essa impotência tomou conta de você?
Ela não condiz com quem conhece o valor da vida.
E ela não o levará aos planetas celestiais, mas a infâmia e a desonra.
Ó, descendente de Kunti, não permita que a fraqueza domine seu coração.
Não é próprio de um guerreiro abandonar a batalha.
Erga-se! Para lutar! Ó, vencedor de inimigos!

Retirei: “Como foi que essa impotência tomou conta de você? Ergua-se”. Trabalhei algum tempo sobre essa frase. A hesitação de Arjuna lembrou-me da crise diante do trabalho, durante a fase mais técnica. A necessidade de aceitar os desafios como uma oportunidade de aprender a articular saídas e lutar sem buscar os frutos da ação porque é o que o guerreiro *faz*. Independente dos possíveis resultados, é preciso agir.

A frase “agir sem temer ou desejar um fruto dessa ação” é um conselho de Krishna para Arjuna que pode ser aplicado aos artistas da cena. Fazer sem o foco na colheita de aplausos. Agir, sem se preocupar com os efeitos que as ações causarão, seria seguir a linha das ações, atravessar o campo de Kurukshetra pessoal, derrubando as dificuldades. Estar consciente de que as batalhas mais desafiadoras são aquelas contra nossos próprios maus hábitos e tudo o que embota

⁸⁵ Escritura sagrada indiana. É um livro dentro de um grande épico chamado *Mahabharata*, que conta a história da guerra entre os *Kauravas* e os *Pandavas*, duas partes de uma mesma família que precisaram lutar entre si.

⁸⁶ Os detalhes do *Bhagavad Gita* guardam ensinamentos que foram analisados por muitos mestres do *yoga* como Vivekananda, Sri Aurobindo e, uma das mais famosas versões, a de Prabhupada, é usada por aqueles que pertencem à religião *Hare Krishna*.

⁸⁷ Krishna é uma deidade hindu descendente de Vishnu, o Deus da Conservação. Seu nome significa Todo Atrativo ou Amor Universal. Seus poderes mágicos auxiliam Arjuna em sua jornada por Kurukshetra. No início da luta o rei pergunta a Arjuna se ele prefere o exército de 100.000 homens o apenas o auxílio de Krishna e ele escolhe apenas a Krishna.

⁸⁸ *Canções do Divino Mestre* (1998) é um álbum que acompanha a tradução do *Bhagavad Gita* de Rogério Duarte com diversos artistas brasileiros cantando as passagens mais famosas do épico..

a potência. Ativos nessa batalha interior também estaremos acordados e ativos para a batalha exterior, porque descobrimos armas para fazer viver a força da nossa potência. Cada batalha atravessada ensina ao corpo um pouco mais sobre a força que se possui.

Nesse momento de ensaio, em um impulso, as mãos passaram pelo rosto e os dedos agarraram nas pálpebras. *Vem à mente* um mantra para Kali e Durga:

Jay Mata Kali

Jay Mata Durga

Jay Mata Kali

Jay Mata Durga

Kali Durge Namoh namah



Figura 13: Kali, em pintura de Ravi Varma. Fonte: Google



Figura 14: Kali bebendo sangue de Raktabija

Kali e Durga são deidades que derivam de Parvati na mitologia hindu. As deusas que são manifestações da Mãe Divina. Durga surge a partir da concentração de poder de todos os deuses e semideuses que estavam em luta contra *asuras* (demônios) há centenas de anos sem conseguir vencê-los. Esses deuses se uniram e ofereceram suas armas para que Durga enfrentasse os *asuras*. Ela consegue vencer os exércitos demoníacos que já estavam próximos de exterminar o planeta Terra, porém, aparece um novo *asura* chamado Raktabija que Durga não conseguia derrotar, porque a cada gota de sangue dele que caía na terra, nascia outro demônio igual a ele. Então, de sua fúria, surge Kali que entra no combate bebendo todo sangue, impedindo que as gotas caíssem no chão e, desse modo, elas conseguem acabar com o *asura* Raktabija.

A peculiaridade de Kali é a ausência de piedade com aquilo que perturba a harmonia. Durga é o discernimento guerreiro, possui todas as armas e a sabedoria para usá-las. E Kali, por muitas vezes, é vista como uma força obscura, maléfica, pelas suas representações assustadoras, com um colar de cabeças humanas, a língua para fora da boca, saia feita de braços, olhos arregalados e espada ensanguentada na cintura, mas seu aspecto assustador é terrível somente àqueles que querem destruir a vida. Sofre de uma má fama oriunda de moralismos que aproximam suas características com aquelas ligadas ao demônio cristão.

Preconceito semelhante acontece com o orixá Exu, que também foi demonizado pelo olhar moralista cristão em relação às suas características imagéticas, como seu tridente, por exemplo. Vagner Gonçalves da Silva em seu artigo *Legba no Brasil – Transformações e continuidades de uma divindade* (2019) escreve:

Exu, Elegbara e Legba são, entre os povos iorubas e fon-ewe situados na África Ocidental, divindades mensageiras, dinâmicas, temidas e respeitadas, que devem ser saudadas em primeiro lugar para não atrair confusão ou vingança. São deuses *tricksters* que questionam, invertem ou quebram regras e comportamentos. São associados aos processos de fertilidade e, sob a forma de um falo ereto, cultuados em altares públicos localizados na frente das casas, nos mercados e nas encruzilhadas. Quando seu culto foi “descoberto” pelos europeus iniciou-se um processo no qual essas divindades foram associadas ao imaginário do mal, da desordem e da repressão sexual (ao demônio cristão e muçulmano) e, posteriormente ao mundo pré-moderno (primitivo), ao imaginário das forças antagônicas da modernidade, entre as quais estava, sobretudo, o pensamento mágico presente nas religiões que não passaram pelo processo da secularização ou burocratização (Silva, 2019, p.453).

Ao escrever sobre o processo, com o olhar nos procedimentos técnicos e nas simbologias que aparecem através dele, reparei que existia, na estrutura pessoal, uma ação com energia similar à figura de Kali e às esculturas das carrancas. Figuras que se apresentam para banir a energia que deseja diminuir as potências:



Figura 15 Trecho da estrutura entre Kali e a "Carranca"

Foi na descoberta do livro *Pedagogia das Encruzilhadas* (Rufino, 2019) que pude perceber a proximidade do método *exusístico* proposto por Rufino com as minhas experimentações. Alguns cruzamentos já foram feitos até então na pesquisa: o caminho das técnicas yóguicas com as teatrais, para a ampliação da liberdade através das práticas para eliminação dos bloqueios em Stanislavski e Grotowski; a ativação da intuição, para agir de acordo com as forças interiores e sua proporcional capacidade descolonizadora. As encruzilhadas podem ser caóticas, porém existe uma ordem no caos. Ela só não é bipartida, dicotômica.

Rufino diz que “a encruzilhada é o principal conceito assente nas potências do orixá Exu, que transgride os limites de um mundo balizado em dicotomias” (p.16). Wagner Silva, escreve:

Exu-Legba, como ser das encruzilhadas, das trocas, do movimento, associado ao falo e à fertilidade, é central para pensar essa rede transatlântica na medida em que nele os caminhos das tradições, da memória e das experiências se cruzam. Como personagem da desordem, por um lado, ele nos remete à própria perda dos elos da vida social dos africanos e seus descendentes, ocasionada pelo regime escravocrata (desterritorialização, desumanização, sevícia, violência etc.). Por outro lado, como agente da ordem ele possibilita a rearticulação do mundo pela inversão, cooptação, resistência, jocosidade, criatividade, sedução, enfim,

pelos atributos relacionados em geral aos seres que habitam às margens do mundo social ou sobrenatural (Silva, 2019, p.462).

Exu, para Rufino, é a “inscrição da pluriversalidade do mundo (...), o pavio da dúvida que se acende causando o estouro do conhecimento” (Rufino, 2019, p.31). O autor diz que, para os iorubás, Exu é o princípio do movimento como um todo e sua potência de mobilidade é representada tanto pela boca quanto pelo falo ereto. A boca como transformação dos pensamentos em palavras para a comunicação, e o falo como ‘vivacidade do ser enquanto elemento individualizado, a sua potência na atividade da procriação e seus vínculos com a continuidade e o inacabamento da vida’(Rufino, 2019, p.31).

Rufino chama a normatização do mundo em binarismo de *marafunda*, *carrego colonial*. É preciso expurgar o *carrego colonial* e, para tanto, ele evoca a necessidade de um ‘balaio tático’ (p. 28) cuja intenção é ‘sucatear a lógica colonial’. Esse balaio tático inclui os conceitos forjados nas potências de Exu.

Senti uma *alegria ativa* no encontro com esses conceitos e peguei para conversar/encruzar alguns que se relacionam com o que o trabalho até aqui tem expressado: a *mandinga*, saberes do corpo; o *axé*, força vital, e, o *terreiro* como campo inventivo, lugar de encantamento. A *mandinga* do corpo é sua sabedoria em movimento, seguindo os impulsos da intuição. O *axé*, a *água-viva*, o fluxo da vida e espontaneidade que é o corpo e que se transmite através do corpo. E o *terreiro* é a sala de ensaio ativada pela estrutura pessoal em curso, o momento em que se procura viver os aspectos dos saberes em sua *incorporação*.

Através do improvisado com o mantra para Kali, iniciou-se uma pequena dança pessoal. Mantendo ações com as mãos, trabalhei com o canto em algumas repetições e finalizei a estrutura no ponto em que acabava o mantra. Assim permaneceu por alguns meses até um ensaio feito ao ar livre, na natureza, trazer o último elemento.

A canção final da estrutura surgiu em um ensaio que fiz em um rio, em Lumiar, na região serrana do Rio de Janeiro. As experimentações eram sempre em lugares fechados e privados. O objetivo do ensaio fora da sala é experimentar como os elementos da natureza influenciam a natureza da estrutura para ampliar as relações. Neste ensaio no rio, escolhi uma pedra que pudesse dar estabilidade suficiente para ficar de pé. As cores, sons, texturas e temperatura foram impressões que agiram contra ameaça da mecanicidade da repetição.

A heterogeneidade dos elementos da natureza em relação ao ambiente da sala teatral, feito para ter condições 'ideais', acordou para o momento presente. Às vezes, o esmiuçar das reminiscências no espaço da sala preta de teatro criam tal afunilamento na direção do próprio mapa corporal, que é necessário fazer o movimento oposto, desafiar-se a uma expansão, para não correr o risco de movimentos ensimesmados, autocentrados. Importante não perder a relação com o espaço ao redor do corpo, com os corpos ao redor e o lugar que ocupamos para que os exercícios da estrutura pessoal não se tornem, literalmente, alienados.

Após terminar o ensaio, continuei experimentando a partir dos impulsos, uma sonoridade leve. Desci para a postura de cócoras e trabalhei com uma canção que começou a se esboçar. As palavras não possuem um significado, no entanto trabalhei nelas buscando as vibrações e os lugares do corpo que se investiam para cantar. Esse foi o ponto final da estrutura e, assim permanece, desde 2014. Com esses cinco minutos, eu continuo trabalhando através do tempo as qualidades associativas com os novos estímulos. A estrutura suficientemente precisa consegue manter sua energia vital pulsante ao longo do tempo. Com contornos, mas sem rigidez, a estrutura possibilita que novas redes de significados e desafios sejam criadas. Através do trabalho, na estrutura, se ativam inquietações para trabalhar, seja tecnicamente (nas demandas da arte teatral, do fluxo da vida na forma), seja politicamente, ao perceber o quanto preciso estar atenta para dissolver os obstáculos e não ficar presa na ordem das dicotomias e colonialidades.

A partir da dimensão temporal, pude acompanhar os desafios e pensamentos se modificando. A *estrutura pessoal* é uma estratégia para libertar os saberes do corpo através dos encontros com memórias, com vibrações de cantos, com a energia da base da coluna, com o coração, com os *teachers*⁸⁹, com os mestres dos *teachers*. Perceber que o caminho percorrido muda o *design* dos pensamentos com o tempo. O mapa do caminho se desenha encarando as adversidades, encontrando alguns artefatos antigos que estavam enterrados, daqueles que vieram praticando anteriormente. Em *Você é filho de alguém*, Grotowski diz:

⁸⁹ Escrevo em inglês para aludir ao *teacher* descrito por Grotowski em *o Performer*: "*Teacher*, é alguém por quem passa o ensinamento; o ensinamento deve ser recebido, mas a maneira para o aprendiz de redescobri-lo, de lembrar que é pessoal".

Você está diante de um sistema social extremamente rígido. Você tem que se virar. Deve encontrar dentro de você a tua liberdade. Deve encontrar os teus aliados. Pode ser que estejam no passado. Eu falo com Mickiewicz. Mas falo dos problemas de hoje. Falo do sistema social no qual vivi por quase toda a minha vida. Aqui está a minha posição: “Não é pelo gosto de falar que trabalho, mas para alargar a ilha de liberdade que carrego; a minha tarefa não é fazer declarações políticas, a minha tarefa é de fazer buracos na parede; as coisas que me são vetadas devem ser permitidas depois de mim; as portas que foram trancadas com duas voltas devem ser abertas; devo resolver o problema da liberdade e da tirania através de medidas práticas (...)” (Grotowski in Wolford, 1997, p.294)⁹⁰.

A liberdade não será alcançada em um suposto final. A *alegria ativa* manifesta-se no encontro com a liberdade. Uma potência de criação aumenta através do encontro com essa ilha, se expande através do contato. O afeto da *alegria ativa* é o despertar das forças interiores para continuar o trabalho pessoal de furar os buracos nos muros e não apenas olhar através dos que já existem. Podemos consultar os mapas de liberdade dos outros como inspiração para criar os nossos próprios. Estudar o mapa desenhado pela liberdade *em prática* de outra pessoa, com o olhar analítico e também o faro fino para intuir o seu destino, para ouvir o que *diz o tino*.

Durante a reflexão do processo de escrita da dissertação, percebo que a estrutura pessoal, ao longo desses anos, se lapidou em um mapa para *des-cobrir* aquilo que está coberto pela lógica colonial. Para convocar os saberes praticados, a sapiência do corpo, a criação como um processo dinâmico, em *cruzo*, que se desenvolve no tempo.

O exercício da *estrutura pessoal* é um modo de descobrir os próprios métodos de trabalho e pode se configurar em um espaço fértil para o desenvolvimento de uma cena teatral. O porvir da pesquisa será um processo de criação de cenas a partir dos estímulos que apareceram na composição da *estrutura pessoal* e balizado pelos modos de fazer elencados nesse estudo. O foco será na construção de uma narrativa oriunda do *des-cobrimento* de algumas fontes

⁹⁰ “You are faced with na extremely rigid social system; you must deal with it; you must refind your own freedom; you must refind your allies. Perhaps they are in the past. Therefore, I spoke with Mickiewicz. But I spoke with him about today’s problems. And also about the social system in witch I lived in Poland almost all my life.Voil’a, what was my atitude: *I work, not to make some discourse, but to enlarge the island. Of freedom which I bear; my obligation is not to make political declarations, but to make holes in the wall.*The things which were frbidden before me should be permitted after me; the doors which were closed and double-locked should be opened. I must resolve the problem of freedom ando f tyranny through practical measures (...)”.

(ancestrais e essenciais) e de seu poder de desmontar a lógica colonial do *corpo memória*.

O procedimento é como a anotação de sonhos: quando ao acordar, anotamos imagens em um caderno porque são enigmáticas e, de alguma maneira, guardam algum segredo em que vale a pena se debruçar. Imagens que coçam a curiosidade e impelem ao trabalho. O trabalho em sala de ensaio é buscar incorporar as ações dos sonhos. Mapeá-las no corpo e, nesse encontro, ver o que acontece e que repercussões geram. As ações escolhidas são aquelas que mexem com a agulha da bússola da intuição. Algo nelas indica o caminho para chegar a uma *origem*.

Não inicio o trabalho pensando em composição de personagem. Escolhi o livro *Os Irmãos Karamazov* de Dostoiévski para dele retirar uma passagem. O romance é europeu, não seria uma referência *a priori* já que existe a questão urgente de realizar um movimento descolonizante. O próprio fato da primeira referência que *vem à mente* ser europeia reflete o poder da educação que me formou. Para a proposta dessa dramaturgia, opero para compensar o *déficit* de conhecimento de referências ligadas aos povos originários e à cultura africana porque o primeiro impulso logo se associa a alguma referência eurocentrada. O desejo é mais antropofágico do que purista. Não é estipar as referências europeias e, sim, *encruzar* na conversa autores e autoras que não foram apresentados durante as minhas formações educacionais, acadêmicas, pessoas que não aparecem espontaneamente quando me direciono a fazer escolhas. Mover os campos que atraem a agulha da bússola da intuição.

O trabalho é um *des-treinamento* dos impulsos que orientam as escolhas criativas. O que, coloquialmente, poderia se dizer “sair da zona de conforto”, mas chamo de sair da zona epistemológica ‘comum’. Não é que seja confortável essa zona, porém estou ‘acostumada’ a ela e gostaria de, aplicando a metodologia do *des-cobrir da estrutura pessoal*, alargar a ilha de criatividade e liberdade. Não ignoro a primeira referência pela discussão sobre o livre-arbítrio através das conversas entre os personagens Aliócha e Ivan, principalmente. Fiz algumas tentativas de escolha de um trecho a partir da abertura aleatória do livro em dias diferentes. Até que encontrei esse fragmento:

Compreendes quando um pequeno ser, que ainda não tem condição sequer de entender o que se faz com ele, trancado naquele lugar sórdido, no escuro e no frio, bate com seus punhozinhos minúsculos no peitinho

martirizado e chora suas lágrimas de sangue, complacentes e dóceis, pedindo ao “Deusinho” que o proteja ali- tu entendes esse absurdo, meu amigo e irmão, meu dócil noviço de Deus, entendes para que serve esse absurdo e para que foi criado? (Dostoiévski, 2008, p.335).

Nessa parte do livro, Ivan conta para Aliócha casos de violência contra as crianças noticiadas nos jornais russos como um argumento sobre o problema da institucionalização do bem e do mal e a hipocrisia da misericórdia e da remissão dos pecados pela Igreja. Esse trecho me levou aos raptos de mulheres indígenas no Brasil. A questão ainda em suspenso levantada a partir da reminiscência do rapto com prisão domiciliar impingido sobre minha bisavó indígena.

Um dos documentos elencados para abordar essa conjuntura é conhecido como *Relatório Figueiredo*. Acreditava-se que ele tivesse sido eliminado em um incêndio que destruiu grande parte da documentação do antigo Serviço de Proteção aos Índios (SPI, órgão que foi substituído pela FUNAI em 1967). No entanto, ele que foi localizado e identificado em 2012 no Museu do Índio, no Rio de Janeiro, com mais de sete mil páginas preservadas e contendo 29 dos 30 tomos originais.

Entre denúncias de caçadas humanas promovidas com metralhadoras e dinamites atiradas de aviões, inoculações propositais de varíola em povoados isolados e doações de açúcar misturado a estricnina – um veneno –, o texto, redigido pelo então procurador Jader de Figueiredo Correia, deve ser analisado agora pela Comissão da Verdade, que apura violações de direitos humanos cometidas entre 1946 e 1988⁹¹.

É o relatório conclusivo da Comissão de Inquérito, instaurada em 1967, pelo Ministro do Interior, General Afonso Albuquerque Lima, e presidida pelo procurador Jader de Figueiredo Correia, para investigar as irregularidades e crimes cometidos por agentes do extinto Serviço de Proteção aos Índios. O documento foi divulgado publicamente em 1968 e causou grande comoção na opinião pública pelas denúncias de massacres, torturas e crimes contra os indígenas e seu patrimônio. Até ser encontrado e digitalizado em 2012 pelo vice-presidente do grupo Tortura Nunca Mais/SP, Marcelo Zelic, no contexto das investigações da Comissão Nacional da Verdade, os únicos registros eram as reportagens de 1968 e uma entrevista com o ministro para falar sobre o que havia sido descoberto.

O relatório foi resultado de uma expedição que percorreu mais de 16 mil

⁹¹ Retirado do site do Ministério Público Federal em <http://www.mpf.mp.br/atuacao-tematica/ccr6/dados-da-atuacao/grupos-de-trabalho/violacao-dos-direitos-dos-povos-indigenas-e-registro-militar/relatorio-figueiredo>. Acessado em 09/02/2020.

quilômetros, visitou mais de 130 postos indígenas e entrevistou dezenas de agentes do SPI, um órgão criado em 1910, quando várias frentes de expansão latifundiária avançavam para o interior do país⁹².

Ele descreve diversos crimes cometidos por todo o interior do Brasil. Entre eles, os piores eram cometidos em relação às mulheres e crianças, segundo os relatores:

Na jurisdição do atual Mato Grosso do Sul, Flávio de Abreu não só escravizava os índios no posto sob seu comando, como os usava como moeda de troca. De acordo com os relatos colhidos no documento, Flávio “entregou a índia bororo de nome Rosa ao indivíduo por nome Seabra, em paga do trabalho de Seabra na confecção de um fogão de barro”. “O pai da índia fez reclamações ao sr. Flávio sobre a entrega de sua filha ao indivíduo Seabra. Em virtude dessa reclamação o senhor Flávio Abreu mandou surrar o reclamante”, completa o texto⁹³.

No documento, denuncia-se a extrema violência dos representantes do Estado em relação aos indígenas. Escrevem: “Reafirmamos que parece inverosímil haver homens ditos civilizados, que friamente possam agir de modo tão bárbaro (...) Isso porque, de maneira geral, não se respeitava o índio como pessoa humana, servindo homens e mulheres, como animal de carga, cujo trabalho deve reverter ao funcionário”⁹⁴.

A leitura do Relatório Figueiredo é uma experiência de horror. Algo dilacerante até para os mais insensíveis, como é dito no próprio texto. O inquérito acontece durante 1967 e o SPI funcionava desde 1910. Torna-se evidente porque tantas pessoas possuem uma ‘avó’ indígena que foi “pega no laço” ou “a dente de cachorro”, avós que foram bisavós, tataravós, que não tem nome e não se sabe de que região vieram. A consistência de detalhes do relatório parece com a dos fatos que foram recolhidos por Ivan em *Irmãos Karamazov* e que ele narra ao seu irmão

⁹² Informações encontradas em https://www.em.com.br/app/noticia/politica/2013/04/25/interna_politica,376850/agentes-do-servico-de-protecao-escravizavam-indios-aponta-relatorio-figueiredo.shtml, <http://www.mpf.mp.br/atuacao-tematica/ccr6/dados-da-atuacao/grupos-de-trabalho/violacao-dos-direitos-dos-povos-indigenas-e-registro-militar/relatorio-figueiredo>, e em *Relatório Figueiredo: entre tempos narrativas e memórias* (Guimarães, 2015).

⁹³ Trecho do relatório citado em https://www.em.com.br/app/noticia/politica/2013/04/25/interna_politica,376850/agentes-do-servico-de-protecao-escravizavam-indios-aponta-relatorio-figueiredo.shtml

⁹⁴ Retirado da página 1 da versão digitalizada do Relatório Figueiredo divulgado pelo Ministério Público Federal disponível em <http://www.mpf.br/atuacao-tematica/ccr6/dados-da-atuacao/grupos-de-trabalho/violacao-dos-direitos-dos-povos-indigenas-e-registro-militar/docs-1/relatorio-figueiredo/relatorio-figueiredo.pdf>

perguntando a ele se é possível compreender “para que serve esse absurdo”⁹⁵.

Sabe-se que Dostoiévski também se interessava pela violência cometida contra os povos camponeses pelos latifundiários russos. Tão distantes geograficamente, porém com tanto em comum o tipo latifundiário e sua relação de escravizar, torturar e ser legitimado pelas leis:

A propósito, um búlgaro me contou recentemente em Moscou (...) como os turcos e tcherquesses cometem atrocidades em todas as partes da Bulgária, por temerem uma rebelião geral dos eslavos – ou sejam, queimam, degolam, violentam mulheres e crianças, pregam as orelhas dos prisioneiros a uma cerca com pregos e os deixam assim até o dia amanhecer e de manhã os enforcam- etc., (...). De fato, às vezes se fala da crueldade “bestial” do homem, mas isso é terrivelmente injusto e ofensivo para com os animais: a fera nunca pode ser tão cruel como o homem, tão artisticamente, tão esteticamente cruel” (Dostoiévski, 2008, p.329).

Em nota de pé de página, o tradutor coloca o parágrafo escrito por um jornalista sobre as atrocidades cometidas pelos latifundiários russos, no qual Dostoiévski provavelmente se inspirou para o trecho acima: “Que animais, que feras são essas que vivem por esses fins de mundo... Aliás, por que ofender as feras? Feras assim não existem, só encontramos esse tipo de feras nos latifundiários russos” (Dostoiévski, 2008, p.329).

A questão que se colocou para esse processo afluyente da pesquisa nas metodologias da estrutura é: o que fazer com esse campo de matéria que se aproxima? O que fazer com essa emergência biopolítica da violência contra os corpos e patrimônio indígena que não diminuíram, e que continuam sendo legitimados pelas determinações do governo ainda hoje?

Há necessidade de escrever uma proposta cênica, um *ebó*⁹⁶ para a desobsessão da lógica colonial que está encrustada nas sinapses e que deixa o caminho *carregado*. A questão que inquieta é agir através de uma dramaturgia, plantada no *des-cobrir*, para que as referências das *atitudes impulsivas* estejam conectadas também aos conhecimentos ancestrais, corrigir essa ‘preferência’ epistemológica. Como não ser presa fácil dos afetos tristes gerados por esse sistema de exploração? Como reviver as potências soterradas e enclausuradas? Como criar algo que afugente os afetos tristes de se apossarem de quem eu sou?

⁹⁵ (Dostoiévski, 2008, p.335).

⁹⁶ Assentada no que Rufino fala sobre *ebó epistemológico*

Como esse eu, afluyente vivo da linhagem de negros e indígenas, pode encontrar com suas potências ancestrais e afugentar de seu território a *marafunda* colonial?

O primeiro ato artístico na direção dessas questões foi criar a *Carranca*, uma escultura feita na matéria energética e encarnada do *corpo-memória*. Para a exposição coletiva Arte e Contingência⁹⁷, no Espaço Apis, em outubro de 2019, tive a possibilidade de expor um fragmento da ação de combater as forças aprisionantes que existe na pesquisa da *estrutura pessoal*.

Carranca, um fragmento fotografado da ação em movimento⁹⁸. Pinçada da *estrutura* e imantada na fotografia para proteger e afastar os *maus encontros*. Seja quando é exposta no espaço da galeria, seja quando é acionada no espaço do meu corpo, nada que deseje diminuir a potência dos corpos e sua legitimidade para existir pode afetar. Esse é o seu grito.



Figura 16: Visitante na exposição diante da Carranca

⁹⁷ Exposição em outubro de 2019 no Espaço Apis a partir das inquietações da disciplina História e Teoria das Artes Modernas e Contemporâneas com curadoria de Dinah de Oliveira do PPGAV da EBA- Rio de Janeiro.

⁹⁸ A atriz e fotógrafa Luli Burdman captou em movimento todas as fotografias expostas na dissertação. Elas foram captadas durante a execução da *estrutura*.

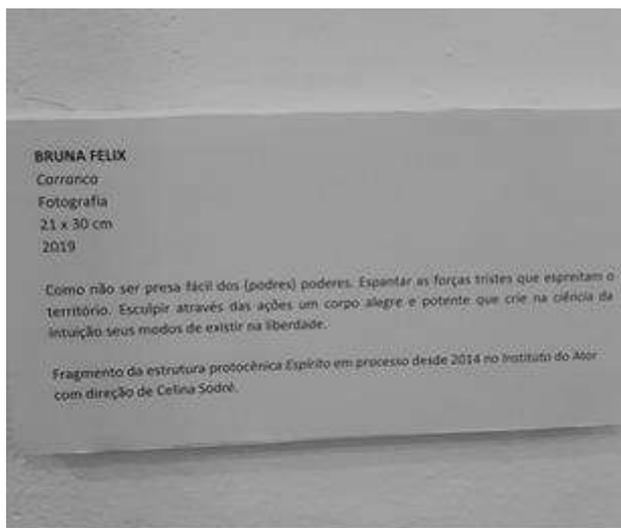


Figura 17: Descrição da obra Carranca

A descrição que acompanha a imagem: como não ser presa fácil dos (podres) poderes. Espantar as forças tristes que espreitam o território. Esculpir através das ações um corpo alegre e potente que crie na ciência da intuição seus modos de existir na liberdade.

Abriam-se três planos de trabalho no processo. Ligam-se de alguma maneira com os dois gêneros de conhecimento de Spinoza. Ao conhecer os poderes que aprisionam, desperta-se uma corporeidade guerreira que cria estratégias de sobrevivência e combate para não ser presa. Há uma força para furar os muros e o desejo de alcançar a liberdade emerge, no entanto ainda não cria a partir das forças interiores - é a necessária a *Razão* do segundo gênero. E a liberdade *agindo* no corpo, a *alegria ativa* de quem pôde conhecer seus desejos e desenvolver as potências em *ação*. A liberdade, *alegria ativa*, êxtase. O terceiro gênero, a ciência da intuição.

Muitos problemas criados pela ignorância das dicotomias, corpo/mente, bem/mal cercearam a liberdade de ser. Separou-se o corpo como inferior, pecaminoso em detrimento da sabedoria da mente e de uma suposta santidade transcendental, fora da Natureza. A regulação colonial acarretou traumas que atravessam gerações, instaurou modos de existir que insistem em apagar as diferenças. Rufino ressalta que a política colonial, além de realizar a manutenção do genocídio de indígenas e negros, também investe na perpetuação do esquecimento. Então se mata de diversas formas: “com balas, com a precarização da vida, com o desarranjo das memórias, com o dismantelo cognitivo, com a coisificação do ser ou

com a produção e a manutenção do trauma” (Rufino, 2019, p.130). “Fico com a provocação de Rufino de convocar a energia de Exu para combater a ‘escassez e o dismantelo cognitivo produzido como política de terror’ ao mesmo tempo em que ampliamos as possibilidades” (Rufino, 2019, p.71). Esse é o foco da proposta cênica, agir desde o dismantelo cognitivo para que as referências ancestrais *venham* a mente e protagonizem os cruzamentos.

O corpo é lugar onde baixam sabedorias múltiplas, onde se correspondem os campos materiais e espirituais. As prisões se apresentam e os muros precisam ser derrubados, contudo o corpo não é só força de ataque e resiliência. O corpo é “esfera mantenedora de potências múltiplas, o poder que o incorpora o transforma em um campo de possibilidades” e os conhecimentos “são forças vitais, efeitos que circulam, nos afetam, nos alteram e são tecidos e compartilhados por nós em nossas experiências” (Rufino, 2019, p.128).

Escolho então, sair do mote inicial dos *Irmãos Karamazov* e do *Relatório Figueiredo*. Essas não serão as palavras escutadas na dramaturgia. Ao invés dos relatos sobre a violência contra as mulheres e crianças russas e indígenas, respectivamente, a pesquisa se direciona a protagonizar as vozes oprimidas femininas que têm direito de se expressar por si mesmas. Vozes que precisam ser ouvidas. Não mais fatos jornalísticos e relatórios *sobre* as mulheres, crianças ou sobre os povos indígenas e negros.

A proposta para o porvir dessa pesquisa em andamento, na metodologia da *estrutura pessoal*, é compartilhar, através da montagem cênica, as forças vitais do conhecimento ligados ao caminho ancestral. Trabalhar reorientando a bússola da intuição para um campo de possibilidades das potências múltiplas, *alegremente ativas*. Para que a *cognição rápida* consiga impulsionar as vozes oprimidas sem intermediários, sem intérpretes.

Por conta desse esforço em reorientar a bússola, o próximo passo teórico é o estudo de autores da decolonialidade para criar o *ebó epistemológico*. Para a dramaturgia, é elencado como voz inicial o romance de Chimamanda Ngozi Adichie, *Hibisco Roxo*, que, apesar de ter lido em 2019, não *veio à mente* durante o engendrar da dramaturgia. A projeção para o próximo momento da pesquisa é agir sobre esse impulso que privilegia um conhecimento europeu antes de um enraizado nas culturas originárias, negras, latinas.

A protagonista, a adolescente Kambili, vive em um ambiente familiar

opressor devido ao pai violento, todavia ela está tão enredada no único discurso que pode ouvir, do pai, que tem dificuldade de notar o próprio regime de opressão que vive. Escolho sua voz narradora do romance para encaminhar os improvisos iniciais. Realizar o *bom encontro* com o som dessas vozes, que também é minha voz enquanto artista, escutar e irradiá-las. Termino esse capítulo sobre o encaminhamento da pesquisa com uma frase de Kambili: "Naquela noite, sonhei que estava rindo, mas a risada não soava como minha, embora eu não soubesse bem qual era o som da minha risada. Era uma risada alta, profunda e entusiasmada, como a de tia Ifeoma" (Adichie, 2017, p.97).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A intuição como bússola pode ser equiparada a uma utopia. Agir com liberdade, livrar-se de poderes que diminuem nossa potência através da escuta do que diz uma voz interior, essencial e íntima, mas que, paradoxalmente, é a voz que herdamos, é uma manifestação particular, microcós mica do macrocosmo ao qual pertencemos. Tocar no assunto de coisas invisíveis, energéticas e espirituais não é um tabu para a área das Artes que, por meio de suas experiências sensíveis e intuitivas, antecipou várias descobertas científicas.

Noto que esse movimento utópico não é uma alienação ou uma expectativa pouco realista.

Sempre há pessoas fazendo oposição às regras políticas e sociais em suas épocas. Alguns artistas fugiam de suas casas e, em companhia de outros, viajavam em carroças e se apresentavam em praças. Alguns yogues abandonaram seus lares para seguir uma vida dedicada ao encontro com as energias mais afinadas com o Divino. Os tempos mudaram e com eles as organizações das cidades, as culturas e os costumes, mas não mudou essa inquietação que acorda no coração dos aspirantes a um caminho artístico ou espiritual. Grotowski escreve em *Você é filho de alguém*:

Não se trata tanto de encontrar uma forma conceitual, mas de colocar-se a questão: esta vida que vocês vivem, basta? Vocês são felizes com ela? Estão satisfeitos com esta vida que os circunda? A arte, a cultura ou a religião (no sentido das origens, não das igrejas – exatamente o contrário) tudo isto é a maneira de não se contentar. Não, esta vida não é suficiente. Então se faz algo, se propõe alguma coisa, se realiza alguma coisa que é a resposta a uma falta. (Grotowski in Wolford, 1997, p.295)⁹⁹.

Então, seguindo esse impulso de caminhar para responder a essa falta, responder essa questão colocada, iniciou-se uma jornada de *des-cobrir*, cavar um poço, nutrir-me dessa *água viva*, *axé*, *prana* que também nutriram outros antes de mim.

⁹⁹ “It’s not a matter of having a conceptual image of that, but asking yourself the question: this life that you are living, is it enough? Is it giving you happiness? Are you satisfied with the life around you? Art or culture or religion (in the sense of living sources; not in the sense of churches, often quite the opposite), all of that is a way of not being satisfied. No, such life is not sufficient. So one does something, one proposes something, one accomplishes something which is the response to this deficiency”.

A jornada está conectada à terra debaixo de seus pés. Em vez de autocentrado, o artista encontra, em suas individualidades, a ligação com a vida que envolve a todos e, assim, pode agir e modificar sua realidade, muito precisamente, começando por si mesmo. Fazer a força viva do conhecimento circular através das ações e, com essa atitude, gerar um campo magnético que manifesta a possibilidade de existência daquilo que era imponderável. Devolve o que foi apagado, principalmente o que está relacionado com as culturas que sofreram (e sofrem) com as mazelas da colonização.

A metodologia da *estrutura pessoal* de um minuto foi ferramenta para criar uma saída, na *mandinga* do corpo que se esquiva pela fresta, para recriar o mundo sem dar murro em ponta de faca. O *des-cobrir* da força de espantar o que oprime e cala o processo criativo se assemelha a uma explosão. Faz cair algumas estruturas e abre espaço para algo acontecer e faz parte do processo frequentar as coisas demolidas sem saber o que se fará a partir delas.

A potência se abre quando o artista *des-cobre* sua fonte e pode se nutrir de sua *água-viva*, que está sempre expandindo. Perfura os espaços, revela seu direito de expressar-se e isso alimenta, não apenas outros artistas, mas todas as sensibilidades que entram em contato com a arte. A arte pode dissolver dogmas num piscar de obras. Um trabalho sobre si, pode abrir o espaço para a transformação artística que, ora pode agir rápida e leve, revigorante, ora, desagradável, e grotesca como um soco no estômago.

Na jornada de *des-cobrir*, além de colocar em prática seus modos de fazer no mundo, modos sempre em mutação, o atuante se abre para o *des-velar*. Coloca-se em situação de enxergar seus pontos cegos no momento presente e agir para dissolvê-los. A pesquisa, então, se direciona para a atitude de *des-cobrir* o conduzir e o *des-colonizar*, reorientando a *intuição*, que foi regulada pelas experiências passadas, a impulsionar na direção dos saberes ancestrais. Trazê-los para a prática *encruzar* os saberes, remover a hierarquia que age na *cognição rápida* e privilegia os conhecimentos europeizados em detrimento aos ancestrais.

Para o próximo passo da pesquisa, através desse processo artístico da *estrutura pessoal*, o foco será uma montagem cênica calçada nas vozes femininas que ficaram presas sem poder contar suas próprias histórias. Orientada pela bússola da *intuição* para que ela guie para *bons encontros* com os saberes ancestrais, negros, indígenas e latinos.

REFERÊNCIAS

ADICHIE, Chimamanda Ngozi. *Hibisco Roxo*. São Paulo: Companhia das Letras, 2017.

AGENTES do serviço de proteção escravizavam índios, aponta Relatório Figueiredo. [online] *Agência Brasil*. Em 25 abr. 2013. Disponível em <https://www.em.com.br/app/noticia/politica/2013/04/25/interna_politica,376850/agentes-do-servico-de-protecao-escravizavam-indios-aponta-relatorio-figueiredo.shtml>. Acesso em 09 fev. 2020.

AUROBINDO. *The Synthesis of yoga*. The Complete works of Sri Aurobindo. Volumes 23 e 24. Publicado por Sri Aurobindo Ashram Publication Department, 1999. Impresso no Sri Aurobindo Ashram Press, Pondicherry, Índia. Disponível em sriurobindoashram.org/sriurobindo/writings.php. Acessado em 02/02/2020.

BHASKARANANDA, Swami. 2008. *Meditação: a mente e a yoga de Patanjali, um guia para o desenvolvimento espiritual*. Tradução de Mariza Perassi Bosco. Rio de Janeiro: Editora Lótus do Saber, 2ª edição.

BOND, Rosana. *Crianças indígenas pegas a laço*. [online] Disponível em <<https://anovademocracia.com.br/no-130/5350-criancas-indias-pegas-a-laco>>. Acesso em 09 fev. 2020.

CÉSAR, Ana Cristina. 2013. *Poética*. Rio de Janeiro: Ed. Companhia das Letras.

CÉSAR, Ana Cristina. *Escritos no Rio / Ana Cristina Cesar*. In: Freitas Filho, Armando (Org.). Rio de Janeiro: Ed. UFRJ/ São Paulo: Brasiliense, 1993.

CESARE, Dinah de Oliveira. *Pensamento material: o training físico como linguagem*. Dissertação do programa de pós-graduação da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, 2010;

CHAUÍ, Marilena. *Paixão, ação e liberdade em Espinosa*. [online] Folha de S.Paulo, em 20 de agosto de 2000. Disponível em <<https://www1.folha.uol.com.br/fsp/mais/fs2008200006.htm>>. Acesso em 20 fev. 2020.

DAMASIO, Antonio. 2012. *O erro de Descartes: emoção, razão e o cérebro humano*. Tradução de Dora Vicente. São Paulo: Companhia das Letras, 3ª edição.

DELANEY, Joan Grossman. RISCHIN, Ruth. 2004. *William James in Russian Culture em Transactions of the Charles S. Peirce Society*, vol. 40, no. 2, pp. 360–365. Org. John Ryder. JSTOR. Disponível em <www.jstor.org/stable/40320997>. Acessado em 21/01/2020.

DELEUZE, Gilles; GUATTARI, Felix. 1997. *Mil platôs - capitalismo e esquizofrenia*, vol. 4. Tradução de Suely Rolnik. - São Paulo: Ed. 54. Disponível em <http://escolanomade.org/wp-content/downloads/deleuze-guattari-mil-platos-vol4.pdf>

DELEUZE, Gilles. 1978. Sur Spinoza, Cours Vincennes, Cours du 24/01/1978. Tradução de Francisco Traverso Fuchs disponível em <<https://www.webdeleuze.com/textes/194>>. Acessado em 18/09/2019.

DEREN, Maya. *The Divine Horseman*. 1985. <https://www.imdb.com/title/tt0123802/>

DOSTOIEVSKI, Fiodor. *Irmãos Karamazov*. São Paulo: Editora 34. 2008.

DUARTE, Rogério. *Bhagavad Gita – Canções do Divino Mestre*. Companhia das Letras, 1998

ESPINOSA, Baruch de. 2008. *Ética*. Belo Horizonte: Autêntica Editora;

GOMES, Carolina; TAVARES, Joana. O Treinamento e a Via Negativa no Studio Stanislavski. Revista Cena, n.21, p.48-60. Periódico da Pós-Graduação em Artes Cênicas da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2017.

GROTOWSKI, em *Per Un Teatro Povero*. Il teatr Laboratorium di Jerzy Grotowski 1959-1969. Editora Fondazione Pontedera Teatro. Pontedera: 2001.

GUIMARÃES, Elena. *Relatório Figueiredo: entre tempos narrativas e memórias*. Dissertação de Pós-Graduação em Memória Social/Programa de Pós-Graduação em Memória Social- Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2015

HASMAN, Brad. 2015. *Manifesto pela Pesquisa Performativa*. Publicado em Resumos do 5o Seminário de Pesquisas em Andamento PPGAC/USP / organização: Charles Roberto Silva; Daina Felix; Danilo Silveira; Humberto Issao Sueyoshi; Marcello Amalfi; Sofia Boito; Umberto, Cerasoli Jr; Victor de Seixas; – São Paulo: PPGAC-ECA/USP, 2015.

HOFBAUER Andreas. (2001). Mitologia dos orixás. Revista de Antropologia. v.44, n.2. São Paulo, USP.

KUPFER, Pedro. 2017. *Vivendo a ética do yoga*. Artigo publicado na revista *on line* <Yoga.pro.br>. Acessado em 07/09/2019.

LISPECTOR, Clarice. 1998 [1]. *Água Viva*. Rio de Janeiro: Rocco.

LISPECTOR, Clarice. 1998 [2] *Laços de família*. Rio de Janeiro: Rocco.

LISPECTOR, Clarice. 1998 [3] *A Paixão segundo G. H.* Rio de Janeiro: Rocco.

MACHADO, Antonio. *Campos de Castilla*. Disponível em <<http://www.colegiolapiedad.com/Archivos/Adjuntos/Contenidos/Machado,Antonio,Campos%20de%20Castilla.pdf>>. Acessado em 10/09/2019.

OLIVA, Luís Sérgio; XAVIER, Henrique Piccinato. *Clarice e Espinosa: batidas (des) ordenadas entre dois corações*. Jornada: Espinosa e a Cultura de Língua

Portuguesa no Departamento de Filosofia da USP. São Paulo, 2018. Disponível em https://sbps.spanport.ucsb.edu/sites/secure.lsit.ucsb.edu.span.d7_sbps/files/sitefiles/oliva.pdf . Acessado em 07/02/2020.

PROUST, Marcel. 2004. *Os Prazeres e os Dias*. Editora Codex.

QUINTANA, Mário. *Espelho Mágico*. Porto Alegre: Editora Globo. 1951

REGINALDO, Evelin. “*O corpo não tem memória: o corpo é memória*”-Uma análise teórico-prática sobre a questão da memória no trabalho do ator. Dissertação (Mestrado em Estudos contemporâneos das artes. Universidade Federal Fluminense – UFF, Niterói. 2016.

RELATÓRIO Figueiredo. *Violação dos direitos dos povos indígenas e registro militar*. [online] Ministério Público Federal. Disponível em <<http://www.mpf.mp.br/atuacao-tematica/ccr6/dados-da-atuacao/grupos-de-trabalho/violacao-dos-direitos-dos-povos-indigenas-e-registro-militar/relatorio-figueiredo>>. Acesso em 09 fev. 2020.

RILKE, Rainer M. [2009]. *Cartas a um jovem poeta*. Tradução de Pedro Sussekind. Porto Alegre: Editora L&PM Pocket.

RUFINO, Luiz. *Pedagogia das Encruzilhadas*. Rio de Janeiro: Mórula, 2019.

SALLES, Cecília Almeida. 2006. *Redes da Criação – Construção da obra de arte*. 2a edição. Editora Horizonte.

SARASWATI, Swami Satyananda. 2008 [1969]. *Asana Pranayama Mudra Bandha*. Belo Horizonte: Publicado por Yoga Publications Trust. 4a edição.

SATCHIDANANDA, Swami. 2008. *Os yogas sutras de Patanjali*. Transcrito e comentado por Swami Satchidananda. Tradução de Antônio Galvão Mendes. Editora e gráfica Del Rey Ltda. Disponível em <https://issuu.com/yogaville/docs/os_sutras_do_yoga_de_patanjali>. Acessado em 07/09/2019.

SILVA, Vagner Gonçalves da. *Neopentecostalismo e religiões afro-brasileiras: Significados do ataque aos símbolos da herança religiosa africana no Brasil contemporâneo*. Mana, Rio de Janeiro, v. 13, n. 1, p. 207-236, Abril, 2007. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-93132007000100008&lng=en&nrm=iso>. Acessado em 03 Fevereiro de 2020.

SODRÉ, Celina Maria Fonseca. 2014. *Jerzy Grotowski: artesão dos comportamentos humanos metacotidianos*. Tese (Doutorado em Artes Cênicas). Centro de Letras e Artes. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro – UNIRIO. Rio de Janeiro.

TUXÁ, Eduarda. *Você não mais me prenderá no seu laço*. Disponível em <<http://aldeialiteraria.blogspot.com/2018/05/voce-nao-mais-me-prendera-no-seu-laco.html>>. Acessado em 09/02/2020.

VIEIRA, Isabela. *Mulheres indígenas são vítimas de estupro como forma de*

desmoralização. [online] Agência Brasil. Em 14 jan. 2010. Disponível em <<http://memoria.etc.com.br/agenciabrasil/noticia/2010-01-14/mulheres-indigenas-sao-vitimas-de-estupro-como-forma-de-desmoralizacao-diz-onu>>. Acesso em 20 fev. 2020.

WHILHELM, Richard. *I Ching – O livro das mutações*. Tradução do chinês para o alemão, introdução e comentários Richard Wilhelm; prefácio C. G. Jung; tradução para o português Alayde Mutzenbecher e Gustavo Alberto Corrêa Pinto. São Paulo: Pensamento, 2006.

WHITE, Andrew. 2013. *Stanislávski and Ramacharaka: the impact of yoga and the occult revival on the System* in *The Routledge Companion to Stanislavsky*. Nova Iorque. Ed. Routledge. Disponível em <https://books.google.com.br/books?id=tUBGAQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=pt-PT&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q=meditation&f=false>. Acessado em 10/09/2019.

WOLFORD, Lisa; SCHECHNER, Richard (Org.). *The Grotowski Sourcebook*. New York: Routledge, 1997.

ZOURABICHVILI, François. *Deleuze Vocabulário*. Tradução André Telles. Digitalização e disponibilização da versão eletrônica pela Unicamp, 2014. Disponível em <<http://escolanomade.org/wp-content/downloads/deleuze-vocabulario-francois-zourabichvili.pdf>>. Acessado em 12/03/2020.

Referências das imagens:

Kali em Pintura de Ravi Varma (1848–1906), sem data. Disponível em https://en.wikipedia.org/wiki/File:Kali_by_Raja_Ravi_Varma.jpg. Acessado em 28/01/2020. (com a grande língua).

Kali em cima de Shiva. Disponível em <https://miro.medium.com/max/813/1*7h4bTsfc9YLVQss9A6vIAA.jpeg>. Acessado em 28/01/2020.

Gárgulas de Notre Dame. Disponível em <<https://www.pariscityvision.com/pt/paris/lugares-marcantes-de-paris/notre-dame-de-paris/gargulas-notre-dame>>. Acessado em 21/01/2020.

Fragmento do filme *The Divine Horseman* (1985). Disponível em <<https://www.tate.org.uk/tate-etc/issue-10-summer-2007/dancing-white-darkness>>. Acessado em 21/01/2020.