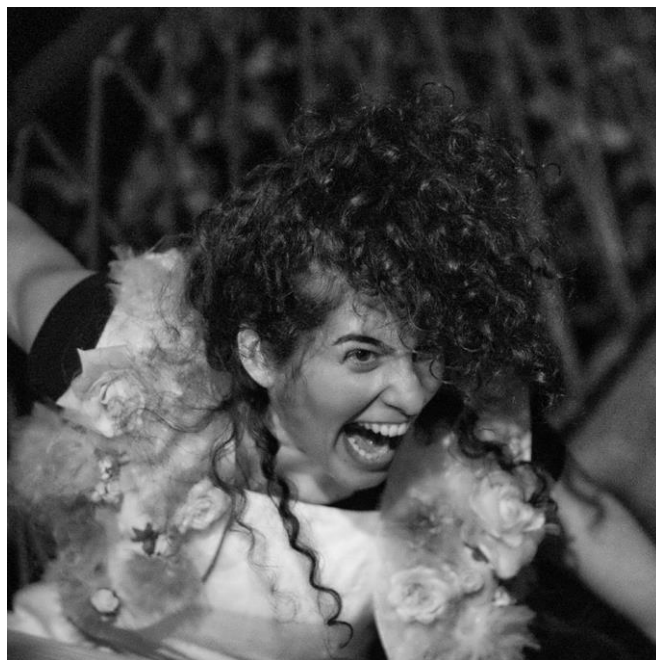


# ESMAE

# POLITÉCNICO DO PORTO

**TEATRO FÍSICO: FOCO NA LINGUAGEM  
CORPORAL NO PROCESSO INTERPRETATIVO**  
ESTÁGIO NA COMPANHIA PRODUÇÕES SUPLEMENTARES COM  
O ENCENADOR LEE BEAGLEY

Relatório de estágio para obtenção do grau de Mestre em Teatro  
- Especialização em Interpretação/Encenação



*Marta Pinheiro Ferreira Rosas*

*Orientador: Claire Binyon*  
*Orientador de Estágio: Lee Beagley*

Porto, Setembro de 2016

Este texto não se encontra em concordância com o novo acordo ortográfico.

# ESMAE

# POLITÉCNICO DO PORTO

**TEATRO FÍSICO: FOCO NA LINGUAGEM  
CORPORAL NO PROCESSO INTERPRETATIVO**  
ESTÁGIO NA COMPANHIA PRODUÇÕES SUPLEMENTARES COM  
O ENCENADOR LEE BEAGLEY

Relatório de estágio para obtenção do grau de Mestre em Teatro  
- Especialização em Interpretação/Encenação



*Marta Pinheiro Ferreira Rosas*

*Orientador: Claire Binyon*  
*Orientador de Estágio: Lee Beagley*

Porto, Setembro de 2016

## AGRADECIMENTOS

À minha orientadora Claire Binyon por todo o apoio, confiança e disponibilidade.

À Inês Vicente por toda a clareza, objectividade, atenção, disponibilidade, ensinamentos e amizade.

À Sónia Passos por toda a amabilidade, receptividade e compreensão.

À Catarina Lacerda e ao Rodrigo Malvar por todo o carinho e aprendizagens.

Ao Lee Beagley por toda a paciência, carinho e partilha de saberes.

À companhia Produções Suplementares e a todo o elenco e equipa por me receberem de braços abertos e pela partilha de tantos momentos e conhecimentos.

À Ana Luena

A todos aqueles que se cruzaram no meu caminho e que me acompanharam ao longo destes dois anos de Mestrado e que me permitiram crescer pessoal e profissionalmente.

Aos meus Pais

Ao meu irmão e à Ana por toda a ajuda e apoio

Aos meus amigos

Ao Tobias

## **Teatro Físico: Foco na linguagem corporal no processo interpretativo**

Marta Rosas

ESMAE, 2016

### Resumo:

Este relatório pretende evidenciar o trabalho desenvolvido durante o estágio na Companhia Produções Suplementares sob a orientação do encenador Lee Beagley.

Era meu foco, nesta pesquisa, desenvolver enquanto intérprete o corpo como meio primordial de comunicação e para tal procurei pesquisar bibliografia referente ao termo Teatro Físico, assim como companhias e autores que desenvolveram trabalhos neste sentido.

O estágio tinha como objectivo central pesquisar a linguagem corporal, voz, postura, locomoção, consciência na relação do corpo com o espaço, contracena na construção de personagem e criação de cena teatral no âmbito de ensaios desta companhia. Era também meu objectivo identificar influências de Teatro Físico no trabalho desenvolvido por Lee Beagley nas suas criações cénico-teatrais.

Desta forma, pretendo, numa primeira fase, descrever e reflectir sobre uma experiência teatral académica com este encenador – o espectáculo “Ressurreição: Linhas de Vida”, que funcionou como um projecto pré-estágio e sobre todas as formações e experiências que tive a possibilidade de realizar durante o Mestrado que funcionaram como complemento para esta pesquisa.

Numa segunda fase irei descrever os espectáculos que integrei durante o estágio nesta companhia – são eles “Idiota”, uma adaptação do livro “O Idiota” de Dostoiévski e “Sonho de S. João” uma adaptação da peça “Sonho de uma Noite de Verão” de William Shakespeare.

Palavras-chave: Teatro Físico; Linguagem corporal; Lee Beagley; Criação de cena teatral; Construção de personagem; Adaptação.

## **Teatro Físico: Foco na linguagem corporal no processo interpretativo**

Marta Rosas

ESMAE, 2016

### *Abstract :*

This report aims to show clearly, the work done during my internship with the Produções Suplementares Company under the supervision of director Lee Beagley.

In this research I intended to approach, as an actress, the body as a primary means of communication and to do so I have enquired both into literature regarding Physical Theatre, as well as companies and authors who have developed consequential performance work within that same area.

The intership's main goal was that of a research on body language, voice, posture, locomotion, body consciousness concerning its relation to space, character development while acting alongside your co-actors, and the creation of the theatrical scene under the context of the company's rehearsals. I also aimed to identify influences of Physical Theatre under the work of Lee Beagley regarding his scenic theatrical creations.

Hence, I intend, firstly, to describe and reflect upon this both academic and theatrical experience with this director – the performance of “Ressurreição: Linhas de Vida” that's served as a pre-intership project, alongside all the background experiences that I've had the possibility to accomplish during this Master's Degree Programme, which were meaningful complements to this research.

Secondly, I'll describe the performances in which I've participated as an actress during my experience with this company – such as “Idiota” based on Dostoiévski's novel, and “Sonho de S. João” from Shakespeare's Midsummer Night's Dream.

Keywords: Physical Theater, Body Language, Lee Beagley, Theatre Scene Building, Character development; Adaptation.

# ÍNDICE

Agradecimentos .....	I
Resumo .....	II
<i>Abstract</i> .....	III
Índice de Fotografias/ Índice de Anexos .....	V
Índice de Abreviaturas .....	VI
Introdução .....	1-5
Percurso académico – Motivação para a escolha do tema .....	2
Antes da entrada no Mestrado na ESMAE.....	3-4
Após a entrada no Mestrado na ESMAE .....	5

## PARTE I – ESTADO DA ARTE – ENQUADRAMENTO TEÓRICO

1. Teatro Físico.....	6-7
2. Influências e experiências de Teatro Físico .....	8-12
3. Contexto; Companhias de Teatro Físico no Porto .....	12-16
3.1. Formações/oficinas.....	16-21

## PARTE II – ESTÁGIO NA COMPANHIA PRODUÇÕES SUPLEMENTARES COM O ENCENADOR LEE BEAGLEY

<b>1. Ressurreição: Linhas de Vida.....</b>	<b>22-25</b>
<b>2. Idiota .....</b>	<b>26-33</b>
a. Sinopse.....	26-27
b. Processo .....	27-28
c. Personagens físicas .....	28-31
d. Análise de algumas cenas físicas do espectáculo .....	31-33
<b>3. Sonho de S. João .....</b>	<b>34-42</b>
a. Sinopse .....	34
b. Processo .....	35-36
c. Encenação – Análise de algumas cenas físicas do espectáculo ..	36-42

<b>PARTE III - CONCLUSÕES .....</b>	<b>43-50</b>
Notas Finais.....	50

Referências Bibliográficas/Webgrafia .....	51-53
Anexos.....	54-59

## **ÍNDICE DE FOTOGRAFIAS**

Fotografia 1. Terra dos Sonhos © Fotografia de Paulo Homem de Melo, 2013.

Fotografia 2. “Caçador” – Terra dos Sonhos © Fotografia Paulo Homem de Melo, 2013.

Fotografia 3. ”Isaura” – O Filho de Mil Homens – Teatro Bruto © Fotografia de Paulo Cunha Martins, 2014.

Fotografia 4. Cartaz - O Filho de Mil Homens – Teatro Bruto.

Fotografia 5. Projecto K – Teatro Bruto © Fotografia de João Tuna, 2015.

Fotografia 6. Cartaz – Projecto K.

Fotografia 7. “Marmela e Lurdinhas” – Sonho de S. João © Fotografia de Marta Ferreira, 2016.

Fotografia 8. “Lurdinhas” – Sonho de S. João © Fotografia de Marta Ferreira, 2016.

Fotografia 9. “Lurdinhas e Puck” – Sonho de S. João © Fotografia de Marta Ferreira, 2016.

Fotografia 10. “Puck” – Sonho de S. João” © Fotografia de Marta Ferreira, 2016.

Fotografia 11. “Lurdinhas” – Sonho de S. João” © Fotografia de Marta Ferreira, 2016.

Fotografia 12., 13., 14. e 15. Sonho de S. João © Fotografia de Marta Ferreira, 2016.

Fotografia 16. Fundos e Titânia – Sonho de S. João © Fotografia de Marta Ferreira, 2016.

Fotografia 17., 18. e 19. Acorda Titânia – Sonho de S. João © Fotografia de Marta Ferreira, 2016.

## **ÍNDICE DE ANEXOS**

Anexo I. Cartaz do espectáculo Ressurreição: Linhas de Vida

Anexo II. Cartaz do espectáculo Idiota

Anexo III. Cartaz do espectáculo Sonho de S. João

## ÍNDICE DE ABREVIATURAS

PS – Produções Suplementares

L.B. – Lee Beagley

ESMAE – Escola Superior de Música e Artes do Espectáculo

ACE – Academia Contemporânea do Espectáculo

SITI – Saratoga International Theater Institute

IPP – Instituto Politécnico do Porto

SET – Semana de Escolas de Teatro

THSC – Teatro Helena Sá Costa

TeCA – Teatro Carlos Alberto

TdFrio – Teatro do Frio

R.M. – Rodrigo Malvar

## INTRODUÇÃO

Este relatório pretende descrever e reflectir o trabalho realizado antes e durante o estágio na companhia Produções Suplementares (PS), sob a orientação do encenador e director Lee Beagley (L.B.).

Em Novembro de 2015 propus-me estagiar nesta companhia por ser meu objectivo desenvolver, enquanto intérprete e observadora, o corpo como meio primordial de comunicação.

A PS é uma companhia de teatro que assume o corpo do actor como espaço criativo e que se especializa em espectáculos físicos, visuais e narrativos, sendo o trabalho do actor central nas suas *performances*.

A escolha desta companhia deve-se ao facto da PS ir ao encontro do que procuro explorar como intérprete – o equilíbrio entre a realidade e a ficção, entre o cómico e o trágico, entre o somático e o psicossomático. Esta companhia procura, mais do que um teatro “físico”, um teatro que parte do físico do actor, das suas características pessoais e corporais, de forma a integrá-las e potenciá-las em cena. Era precisamente o que procurava quando surgiu a minha motivação em estudar teatro: descobrir novas potencialidades e uma forma de estar activa e disponível para uma interpretação pautada pela verdade e simplicidade, onde o corpo e a voz fossem os veículos principais e onde fosse possível abraçar as áreas que sempre me despertaram interesse – teatro, dança, neuropsicologia, música e desporto.

Pretendo igualmente, nesta pesquisa, identificar referências de teatro físico na metodologia de trabalho desenvolvida pelo encenador L.B. nos seus trabalhos cénico-teatrais.

Desta forma, torna-se importante, numa primeira fase, pesquisar bibliografia referente ao termo “Teatro Físico”, assim como companhias e *practitioners* que desenvolveram trabalhos neste sentido.

Numa segunda fase, frequentei várias formações e integrei vários projectos teatrais ao longo do Mestrado, que funcionaram como complemento e como uma forma de pré-preparação para o estágio na companhia PS. Em todas estas experiências procurei trabalhar/corriger a postura/locomoção, desenvolver a consciência na relação do corpo com o espaço e explorar o movimento, a integração corpo-voz, e a linguagem corporal em cena. Era também minha intenção trabalhar a partir do físico de forma a obter ideias para a criação teatral.

Por fim irei descrever e reflectir sobre os espectáculos que acompanhei e participei durante o estágio na PS – são eles “Idiota” e “Sonho de S. João”, que são marcados pela criação/construção de personagens muito físicas.

Assim, considero pertinente descrever todo o percurso que realizei antes do estágio na companhia PS e que contribuiu de igual forma para a escolha desta temática.

### **Percurso académico e consequente motivação para a escolha do tema**

A motivação de explorar o Teatro Físico surgiu na prova de admissão para o Mestrado na Escola Superior de Música, Artes e Espectáculo (ESMAE), em que utilizei a linguagem corporal numa tentativa de aproximação à personagem na interpretação de um texto de Fiódor Dostoiévski do livro “Romances”. Optei por fazer todo o percurso desta personagem, em termos físicos, tentando reproduzir todas as emoções e imagens descritas no texto e, só depois, contagiada pelo momento presente exposto fisicamente, proferir o texto. Usei o teatro físico inconscientemente, dado desde sempre considerar que todo o teatro é físico, uma vez que não devemos, no meu entender, separar corpo, voz e palavra. Outra das razões de ter usado o teatro físico neste texto deve-se ao facto de, para mim, ser essencial e necessário realizar um aquecimento do corpo antes de “vestir” cada personagem. Assim, desta forma, acabei por juntar o “útil ao agradável” ao usar a reprodução física da personagem como aquecimento e como forma de estar o mais próxima possível do que a personagem poderia estar a sentir naquele momento, de forma a tornar a interpretação o mais verdadeira possível.

Uma vez que me foi apontado, durante a entrevista de admissão ao Mestrado, o Teatro Físico como algo que me poderia interessar explorar, optei por procurar saber mais sobre as diferentes formas de usar o movimento e o corpo na interpretação de uma personagem.

Ao reflectir sobre todas as experiências e formações que frequentei antes da minha candidatura ao Mestrado, é curioso perceber que sempre esteve muito presente a linguagem corporal.

## **Antes da entrada no Mestrado na ESMAE**

### Formação

A minha formação em teatro iniciou-se na escola Balleteatro, no Curso de Teatro para Adultos em 2011/2012 com os formadores Jaime C. Soares e Ana Azevedo, centrando-se as aulas em improvisações físicas e jogos teatrais. De igual forma, em 2012/2013 frequentei o Curso Preparatório de Formação de Actores na Academia Contemporânea do Espectáculo (ACE) com os formadores Ana Só e Pedro Fiúza e os professores convidados António Júlio, Maria do Céu Ribeiro e Joana Providência. Também aqui as aulas eram muito dinâmicas e muito centradas no movimento.

Em 2013/2014 permaneci na ACE, onde frequentei o Curso de Formação de Actores que foi dividido em Módulos: Módulo I – Iniciação às linguagens com a formadora Cristiana Castro; Módulo II – Aulas de Movimento e Voz e Introdução à Comédia Física com o formador Bruno Martins; Módulo III – Texto e Personagem com o formador Pedro Fiúza.

Foi neste ano, ao realizar um exercício que me foi proposto, que tinha apenas uma frase “era ainda uma criança mas já sentia muita coisa”, que percebi que o teatro não faria sentido sem corpo e voz em sintonia. Foi-me pedido que começasse por realizar um movimento partindo de uma parte específica do corpo e seguidamente passar para outra e assim sucessivamente. Só depois de estar “mergulhada” nesta tarefa, começava a dizer a frase repetidamente sem pensar no que estava a dizer. Ao longo do exercício, e sem que me apercebesse disso, a voz foi aumentando de tom e a intenção emocional foi crescendo sem que para tal tivesse que interiorizar qualquer tipo de sentimento. Foi aqui que percebi que partindo do corpo é mais fácil e natural expressar emoções deixando-as fluir até ficarem visíveis. Já no final do exercício, percebi que me expunha demasiado e travei-me a mim própria, bloqueando as emoções que neste momento estavam completamente expostas perante a turma. Esta foi uma experiência que me marcou e que me faz ainda hoje pensar no porquê de ter bloqueado e como teria sido se não o tivesse feito. Foi aqui que percebi que é mais forte partirmos do corpo e exteriorizar sentimentos do que interiorizarmos demais, ficando nós com a dor e não passando nada para o público.

### Performances

Em Dezembro de 2013 participei numa *performance* na plataforma de espectáculo “Espelho, espelho meu”, baseada na Branca de Neve e os Sete Anões no Castelo de Santa Maria da Feira, na Terra dos Sonhos, onde interpretava a personagem Caçador, cujo único meio de comunicação era a linguagem corporal. Nesta *performance* estavam muito presentes o teatro físico e a dança, sendo que a equipa era constituída na sua maioria por bailarinos – Bailarinos de Válega.

Esta *performance* tinha muitos momentos de improviso, que surgiam em cena. A importância do centro activo e da coordenação era essencial.



Fotografia 1 e 2

Em Junho de 2014 participei numa *performance* de Teatro físico no Mercado do Bom Sucesso, baseada na peça “Despertar da Primavera”, de Frank Wedekind, encenada por Diogo Costa Reis. Também aqui, deparei-me com a utilização da expressão corporal como veículo de comunicação, visto não haver linguagem verbal. Esta *performance* foi o resultado de improvisações em grupo e de partilha de histórias pessoais de amor, sofrimento e felicidade.

Em Outubro de 2014 surgiu a oportunidade de participar numa *performance* “TECHNICAL UNCONSCIOUS” realizada por um coreógrafo – Iztok Kovac – na Cooperativa de Produção dos Operários Pedreiros Portuenses, onde descobri novas potencialidades em termos de rapidez, suspensão, resistência, flexibilidade e elasticidade.

## **Após a entrada no Mestrado na ESMAE**

### Formação

Já na ESMAE procurei ao longo do primeiro ano de Mestrado explorar o Teatro Físico, o que se veio a reflectir no *Work in Progress* e no espectáculo S.Ó.S., que culminaram no trabalho final das disciplinas Projecto e Pesquisa Teatral I. Durante este semestre, foi possível aplicar o meu interesse em transformar texto (literário) em texto teatral, partindo do físico, integrando voz e o corpo, e explorar autores que sempre me despertaram interesse, tais como Franz Kafka, Fiódor Dostoiévski, Fernando Pessoa, Isidore Ducasse e Sarah Kane, por serem autores que analisam as histórias mais sombrias do Ser Humano e exprimem de forma concreta e profunda a Mente Humana, descrevendo pormenorizadamente as sensações e acções físicas inerentes a cada um de nós.

No segundo ano de Mestrado frequentei várias formações e participei em vários projectos (que irei de seguida enunciar), entre os quais, uma residência artística (SET – Julho 2016) com a Companhia Palmilha Dentada, onde explorei a improvisação em palco, assim como os princípios da máscara neutra.

Em todas as formações e projectos em que me envolvi procurei explorar diferentes formas de abordar o físico do actor, a partir das diferentes propostas dos vários formadores e encenadores, relacionando-as com *practitioners* percursos desta definição de Teatro Físico.

# CAPÍTULO I. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

## 1. Teatro Físico

O termo Teatro Físico surgiu em Inglaterra na década de 70 pelo actor/dramaturgo/director Steven Berkoff, que após ter estudado em Paris com Jacques Lecoq e Étienne Decroux, procurou explorar até ao limite as capacidades físicas dos seus actores. A crítica Inglesa, sem saber como definir o trabalho de Berkoff, chamou-lhe teatro físico. Esta designação acabou por se espalhar e foram surgindo novos directores e companhias que começaram a explorar, desta forma, a fisicalidade dos actores em cena (Seixas, 2012).

A definição comum de Teatro Físico parte do princípio de que o foco principal deste tipo de teatro é o físico dos actores, ou seja, os seus movimentos no espaço e a forma como utilizam o corpo em palco. É, pois, um teatro extremamente visual onde a gestualidade/movimento são o elemento primordial (Seixas, 2012).

Surge assim a questão “Não é todo o Teatro Físico?”.

Ao pesquisar sobre esta temática, constatei que o Teatro Físico é um tipo de teatro normalmente designado como não baseado no drama, no texto, na personagem, na estruturação da acção psicologizada (em relação ao texto e à personagem). Por sua vez, é habitualmente definido como um teatro que não necessita do uso da palavra, mas não a exclui necessariamente.

No entanto, estas definições geram algumas dúvidas. A principal diferença assenta na forma de criar no processo criativo - este teatro parte do corpo, do físico do actor. Na minha opinião, todo o teatro, mesmo o mais tradicional, que se concentra sobre o texto, é um fenómeno físico, uma vez que o teatro estará sempre ligado ao corpo.

Pensa-se que talvez a expressão Teatro Físico tenha surgido não por autoneomeação mas pela provável necessidade dos *media* de rotular, de dar um nome a esta forma teatral.

Assim, este género de teatro tem sido associado a criações que transitam entre a Dança-teatro, a Mímica, o Circo e a *performance* (Seixas, 2012).

Desta forma, será importante fazer uma distinção entre estes termos. Dança-teatro (expressão traduzida do alemão *Tanztheater*) é conhecida, sobretudo através de Rudolf Laban e Pina Bausch. Esta corrente de criação coreográfica contemporânea considera que mais do que um teatro que vai ao encontro da dança, no movimento e na coreografia, a dança-teatro é a dança que produz efeito de teatro.

A Mímica compreende ao mesmo tempo a linguagem por gestos e as atitudes do rosto. É importante no estilo de interpretação naturalista e psicológica. (Ubersfeld, 1981, 227).

O Circo é definido como uma actividade itinerante que reúne artistas de diferentes especialidades, como o malabarismo, os palhaços, as acrobacias, o contorcionismo, o equilíbrio e o ilusionismo; é uma arte milenar que tem evoluído ao longo do tempo. Actualmente, paralelamente aos circos itinerantes e tradicionais, a arte circense também se ensina nas escolas do denominado novo circo, que criou um movimento - Circo Contemporâneo.

Já a *performance* pode ser traduzida por “teatro das artes visuais”. Este termo surgiu nos anos 60. A *performance* associa, sem preconceber ideias, artes visuais, teatro, dança, música, vídeo, poesia e cinema. O *performer*, para além de actor, pode ser também cantor, bailarino, mimo e tudo o que o artista é capaz de realizar num palco de espectáculo. O *performer* é aquele que fala e age em seu próprio nome (enquanto artista e pessoa), já o actor representa uma personagem, faz o papel de um outro. (Pavis, 2005).

Outros termos importantes de referir serão Composição, Improvisação e *Devising*. A Composição é uma prática de seleccionar e combinar as diferentes componentes de linguagem teatral num trabalho coeso de arte em palco. Já a Improvisação consiste no actor interpretar algo que não foi propriamente pensado, escrito e/ou elaborado. (Pavis, 2005). O *Devising* é uma forma de teatro onde o guião surge através da colaboração, geralmente improvisada, de um grupo de pessoas, (normalmente os próprios actores) que decidem em conjunto o que deve ser incluído e excluído do processo de criação.

Neste sentido, considero importante pesquisar companhias no Porto que se direccionem para este género e forma de teatro. Assim várias companhias vão ao encontro do Teatro Físico, tais como a PS, o Teatro do Frio (TdFrio), a Radar 360° e o Teatro Bruto.

No estágio que realizei na companhia PS foi meu intento estudar vários autores ligados ao termo Teatro Físico, entre os quais os que influenciaram o encenador L.B. e outros *practitioners* com os quais me identifico.

## **2. Influências e experiências de Teatro Físico**

No primeiro ano de Mestrado deparei-me em Pesquisa Teatral II com autores como **Rudolf Von Laban** e **Vsévolod Meyerhold**, que me suscitaram interesse por utilizarem nos seus trabalhos uma vertente muito física.

Assim, considero pertinente referir alguns dos seus contributos e as minhas experiências práticas dos mesmos.

### **Vsévolod Meyerhold (1874-1940)**

Foi um encenador, actor, director e teórico de teatro da primeira metade do séc. XX que implementou um novo sistema teatral: a biomecânica. Esta técnica consiste em transformar o corpo do actor, a sua fisicalidade, em linguagem artística fundamental da arte teatral (Pitches, 2003). Com esta teoria Meyerhold pretendia substituir o actor da intuição (“vivência interior”) pelo actor atleta. Para ele a essência do ser humano, expressa-se não por palavras, mas por gestos, passos, olhares, acções - O actor de Meyerhold possuía a perfeição da linguagem dos gestos e um corpo superiormente treinado (Cavaliere, 1997). Meyerhold apostava, nos seus espectáculos grandiosos, na estilização e no grotesco.

### **Rudolf Von Laban (1879-1958)**

Um dos maiores teóricos da dança do séc. XX que criou a Coreologia – uma abordagem do movimento que analisa não só as suas formas externas mas também o seu conteúdo mental e emocional, permitindo integrar o fazer, sentir e pensar a dança, ao unir corpo, mente e emoção (Bradley, 2009). A Coreologia de Laban é dividida em Corêutica e Eukinética, sendo a Corêutica o estudo da organização espacial dos movimentos (Sistema de Harmonia Espacial) e a Eukinética o estudo dos aspectos qualitativos, da dinâmica e das qualidades expressivas do movimento - aqui Laban define quatro factores de movimento que permitem analisar as possibilidades expressivas do corpo ao mover-se: peso, espaço, tempo e fluência. Através da combinação de três dos quatro factores (peso, tempo e espaço) surgem as 8 Acções Básicas de Esforço – as de luta – socar, pontuar, pressionar/empurrar e cortar/chicotear - e as tolerantes – flutuar, torcer, sacudir/saltitar e deslizar.

### Pesquisa em prática

Nesta disciplina, houve a oportunidade de explorar e aplicar na prática a biomecânica de Meyerhold numa pequena *performance* onde me deparei com algumas dificuldades na coordenação, equilíbrio, ritmo e precisão de movimentos. Isto leva-me a depreender que teria que ter tido um treino árduo e intenso nesta técnica para que a apresentação correspondesse aos mínimos exigidos por este autor.

Já com Laban, autor que me propus explorar a nível prático e teórico nesta disciplina, optei por trabalhar a criação/construção da personagem a partir das 8 Acções de Esforço. Com esta experiência, foi possível perceber que: através das acções é possível chegar a personagens tipo e não tipo; os movimentos realizados com o corpo ajudam na voz proferida, havendo por vezes mudança do sotaque de acordo com a acção; existe uma tendência por parte do actor em associar a acção a uma personagem, colocando a acção em segundo plano.

Durante a pesquisa realizada, solicitava aos actores que: procurassem reagir com a sua acção com corpo e voz; anulassem qualquer tipo de sentimento ou expressão que não se relacionasse com a acção que estavam a utilizar; se questionassem constantemente se os seus movimentos e voz advinham das acções ou das personagens tipo que consciente ou inconscientemente descobriam e/ou associavam. O actor, ao estereotipar e ao concentrar-se numa personagem, impossibilita a exploração e descoberta de novas ideias e aprendizagens.

Para além destes dois *practitioners*, deparei-me na formação de Máscara Neutra realizada por Filipe Crawford de 15 a 22 de Fev. de 2016, com nomes como **Jacques Copeau, Étienne Decroux e Jacques Lecoq**.

**Jacques Copeau (1879-1949)** inventou uma máscara que denominou de “Máscara Nobre”. A Máscara Nobre deveria apresentar pureza de traços, nenhuma expressão, ser perfeita e neutra e permitir espelhar o ser humano. Copeau tinha como objectivo desenvolver uma escola onde o actor pudesse desenvolver-se como pessoa e como artista. Na sua opinião, os actores tinham um comportamento em palco que os impedia de ser espontâneos e representar as suas acções com sinceridade e simplicidade (Dani, 1990).

Copeau procurava um estilo de representação construído através de uma linguagem gestual simples, porém forte e expressiva. Ele sabia que uma simplicidade de expressão requeria um clima de neutralidade que só seria conquistado se o actor abandonasse hábitos e atitudes artificiais. Segundo Copeau, o actor deve ter consciência do seu corpo e das suas possibilidades expressivas assim como deve ser capaz de conhecer, controlar e utilizar o corpo para poder expressar-se artisticamente. Os seus exercícios tinham como objectivo que o

aluno alcançasse um estado de simplicidade, paz, silêncio e relaxamento antes de qualquer acção (Dani, 1990).

Já **Etienne Decroux (1898-1991)** desenvolveu a chamada Mímica Corporal Dramática a partir dos exercícios praticados na escola de Copeau (Vieux-Colombier), introduzindo assim uma arte dramática completamente nova, uma espécie de alfabeto mímico, sendo o seu principal interesse o estudo da expressão corporal.

Por sua vez, **Jacques Lecoq (1921-1999)**, inspirando-se nos ensinamentos de Copeau e Decroux, procurou explorar não só os aspectos gestuais do mimo mas também os vocais.

Introduziu assim o termo Máscara Neutra - máscara de fisionomia simples e simétrica, sem definição de género ou carácter. Segundo ele, o corpo na neutralidade está em estado de alerta, de suspensão (Simon, 2009). O método de Lecoq ensina o domínio do gesto e movimento através do melodrama, comédia humana, tragédia, comédia e *clown*.

Tanto Copeau como Lecoq utilizaram a máscara neutra como uma ferramenta para o actor encontrar a sinceridade necessária para o jogo cénico. Ambos concordavam que era através da neutralidade que o actor conseguia uma representação sincera e livre de vícios. A máscara neutra permite a formação de um actor mais sensível, disponível e sincero com a sua arte.

A característica mais importante da máscara neutra é a sua dupla função: é capaz de esconder o rosto do actor e ao mesmo tempo expor aquilo que ele é. Ao colocar-se a máscara neutra pretende-se não uma pessoa neutra, mas sim uma acção neutra ou universal, comum a todos os seres humanos.

Segundo Eldredge e Huston (1978) “*Se o corpo é insensível, se a mente é insensível, a máscara é inexpressiva. A máscara que o actor usa está pronta para tornar-se a sua face*”.

Com esta formação, penso ser pertinente reflectir sobre as aprendizagens e dificuldades que dela advieram.

#### Aprendizagens:

- Importância da simplicidade, sinceridade e neutralidade em palco;
- Alcançar um estado de inocência e de curiosidade, quase de desistência - que me permitiu estar mais disponível e alerta para qualquer acção e apta para descobrir novas características;

### Dificuldades:

- Não expressar emoções com o olhar e face, assim como não rir e não ter qualquer tipo de expressividade;
- Manter a concentração e o foco;
- Olhar para o público com a máscara toda – o actor que trabalha com Máscara deve ter um olhar frontal e apoiado no público;
- Pensar antes de agir (regra dos 3 segundos) – contrariando a tendência natural em agir por impulso e sem reflectir;
- Não ignorar os acidentes – sempre que há um acidente o actor deve parar a acção e acusar o acidente.

**Peter Brook**, no seu trabalho, procurou apostar num aquecimento intenso e brutal e posteriormente explorar jogos de exposição ao ridículo, apelando à imaginação do actor, introduzindo a noção do actor estar o mais vazio possível, possibilitando que este improvise sem restrições (Brook, 2006).

Este *practitioner* assemelha-se a Meyerhold, por ambos apostarem em exercícios que requerem muita atenção por parte dos actores (acção-reacção) e outros sobre o ridículo; a Laban por: introduzir a ideia de o actor estar o mais vazio possível quando improvisa; de defender que o actor não deve ter nenhuma emoção presente na representação, mas sim jogar com sensações para criar a personagem; apostar em exercícios que requerem uma consciência dos actores em palco; e a Lecoq por realizar jogos associados aos elementos (ar, água, terra e fogo).

### **Pina Bausch (1940-2009)**

Pina Bausch foi uma coreógrafa, dançarina, pedagoga de dança e directora de balé alemã. Foi uma das discípulas do coreógrafo Kurt Jooss (aluno e discípulo de Rudolf Laban).

No seu trabalho identificam-se 2 fases distintas no seu processo de criação: numa primeira fase, que ocorreu de 1973 a 1978, a coreógrafa explorava diferentes maneiras de criar as suas obras; numa segunda fase, que se iniciou em 1978 e que permaneceu até 2009, o seu processo criativo consistia num método de fazer perguntas aos bailarinos e construir os seus trabalhos artísticos, a partir das respostas que eles forneciam (Bentivoglio, 1994).

Com este método, Pina pretendia apresentar experiências humanas – *“Tento falar da vida. O que me interessa é a humanidade, as relações entre os seres humanos”*; *“Procuro falar da vida, das pessoas, de nós, das coisas que mexem connosco”* (Bentivoglio, 1994).

Pina incentivava os seus bailarinos a conhecerem-se individualmente, a alcançar os seus pensamentos e os seus sentimentos, ela dizia-lhes que não havia o certo nem o errado, não queria que eles se limitassem nem se julgassem. Isso não era importante para o seu trabalho. Queria, sim, encontrar as essências e queria que todos se libertassem daquilo que os limita, para que conseguissem criar (Bentivoglio, 1994).

### **3. Companhias de Teatro Físico**

Pretendo aqui enunciar algumas companhias de Teatro Físico existentes no Porto, que se direccionam para esta forma teatral - todas possuem linhas de pesquisa diferentes dentro do universo do teatro físico, tendo em comum o facto de trabalharem com o actor a partir da sua pré-expressividade.

Assim destaco as seguintes companhias e as respectivas experiências/formações desenvolvidas com encenadores, actores e colaboradores assíduos destas companhias:

#### **➤ Produções Suplementares**

A companhia P.S. surgiu em 2003 a partir da visão do trabalho específico que L.B. realizou na ESMAE com produções de Shakespeare.

L.B. nasceu em Londres e estudou Literatura Comparativa e Inglês na Universidade de Wernick. Trabalhou com destacados praticantes de Teatro Físico e Total. Fez várias produções de Shakespeare na ESMAE e tem sido um encenador regular na Bremer Shakespeare Company na Alemanha. Com a sua companhia Kaboodle Produções, ganhou 5 prémios da imprensa do noroeste, incluindo melhor actor e melhor encenador.

O seu trabalho é conhecido pelo seu poder clássico e sensibilidade moderna.

Nos seus espectáculos a companhia P.S. procura apresentar um “Teatro Total”, musical, físico e visual ao serviço de narrativas poderosas, em locais não convencionais do teatro, procurando chegar a todo o tipo de público e em especial ao que normalmente não assiste a espectáculos de teatro. Contar histórias intemporais dos dias de hoje é um dos objectivos desta companhia.

Até então, a companhia P.S. realizou os seguintes espectáculos:

- 2006- Relíquias – Eça de Queirós – Palácio dos Maias na Rua das Flores.
- 2007 – Vale o que Vale – Georg Kaiser – Antigo Edifício do Instituto Politécnico do Porto (IPP), Rua de Entreparedes.
- 2011- Chave Invisível – Lee Beagley – Antiga Academia de Música de Vilar do Paraíso.
- 2013- Divididos – King Lear – William Shakespeare – Paredes de Coura, Valença, Melgaço, Vila Nova de Cerveira, Monção. O espectáculo esteve 5 dias em digressão, todas as noites em sítios diferentes.
- 2013/2014 – Lisístrata – Desejos Impenetráveis – Aristófanes – Antigo Matadouro Municipal de Santa Maria da Feira.
- 2014/2015 - Cabaret – Um Musical para Adultos – John Van Drutens e Christopher Isherwood realizado na Tertúlia Castelense, Maia.
- 2016 – Idiota – Fiódor Dostoiévski - Museu Nacional de Imprensa, Porto.
- 2016 – Sonho de S. João – William Shakespeare – Casa da Prelada, Porto.

Aqui destaco “Cabaret – Um Musical para Adultos”, o único espectáculo que tive a oportunidade de assistir desta companhia, onde é bem visível um teatro visual, físico e musical, o que o torna tão rico e especial. Em todo o espectáculo há movimento e uma procura activa por cativar o público não apenas em momentos cruciais da peça, mas durante todo o espectáculo.

Em Julho de 2015 realizei um *workshop* – “*Catching Stories*” com o encenador desta companhia que decorreu na Semana das Escolas de Teatro (SET). No *Workshop* leccionado, foi interessante perceber que pequenas dicas dadas aos actores facilitam na interpretação e leitura de um texto, e consequente criação/construção da personagem. Recordo-me que L.B. realizou vários exercícios físicos e de coordenação e forneceu determinados textos e indicações concretas em relação ao que pretendia aos vários participantes (ex. “lê este texto como se não acreditasses em nada do que está aí escrito”). Assim facilmente era identificada e criada uma personagem que de seguida poderia ser trabalhada e desenvolvida.

Para além dos espectáculos apresentados, a PS tem sido uma companhia assídua na ESMAE desde 2003, tendo desenvolvido, ao longo dos anos, várias produções com os alunos da Licenciatura de Teatro. Aqui saliento a Produção IV do 3º ano de Licenciatura em Teatro

na ESMAE – “Ressurreição: Linhas de Vida”, apresentada no Teatro Helena Sá Costa (THSC) em Novembro de 2015, onde tive a oportunidade de acompanhar todo o processo de criação teatral assim como de participar como intérprete. Nesta encenação L.B. procurou partir das alterações corporais e do físico do actor de forma a chegar a uma personagem.

### ➤ Teatro Bruto

A companhia Teatro Bruto foi fundada em 1995, no Porto e cessou actividade em Janeiro de 2015. Produziu cerca de 40 espectáculos teatrais que se destacam pela sua forte componente musical e pelo claro investimento no desenvolvimento de uma estética arrojada, “bruta”, que explora o carácter sensorial da aventura cénica. Destaco o espectáculo o “Filho de Mil Homens” – baseado no livro de Valter Hugo Mãe.

Em 2013 recebi um convite desta companhia para fazer parte de todo o processo de criação teatral e participar como intérprete deste espectáculo que foi marcado por inúmeras improvisações físicas, com e sem linguagem verbal, a partir das quais foram nascendo cenas. Foi aqui que tive o primeiro contacto com o palco, no Teatro Carlos Alberto (TeCA), onde houve a oportunidade de contracenar com actores profissionais, estudantes de teatro e um grupo de amadores do qual eu fazia parte. Estivemos em Carreira de 20 a 30 de Março de 2014.



Fotografia 3 e 4

A par dos espectáculos, o Teatro Bruto realizou acções de formação na área do teatro, dirigidas a um público tão amplo quanto possível com direcção artística da encenadora residente Ana Luena. Participei numa destas formações que tinha como objectivo uma apresentação pública de um espectáculo no Mosteiro de São Bento da Vitória – “Projecto K”- que me despertou interesse por partir da selecção de textos de Franz Kafka.

Este Laboratório de Interpretação proposto pelo Teatro Bruto promoveu, ao longo de dois meses (Out. a Dez. 2014), a realização de um conjunto de exercícios de improvisação, experimentação e composição cénico-teatral que tinha como principal objectivo a valorização da expressão gestual e da linguagem corporal dos participantes. Leccionaram-se técnicas de interpretação na sua relação com o espaço, a contracena e o público (Fotografias 5. e 6.)



Fotografia 5 e 6

Actualmente a encenadora Ana Luena encontra-se a trabalhar como *freelancer*, tendo desenvolvido desde então vários projectos, tais como o Laboratório de Dramaturgia Muda que culminou no espectáculo “Sopro”, apresentado em Fev. 2016 no Armazém 22. Por ser meu interesse explorar a linguagem corporal ao máximo, inscrevi-me nesta formação, onde foi possível desenvolver uma forma de comunicação não-verbal, partindo de improvisações com base em textos literários de Clarice Lispector;

Assisti a vários espectáculos desta companhia. Aqui destaco o espectáculo “*Amor dos Infelizes*”, que contribuiu para a minha motivação em explorar a vertente física no teatro. Neste espectáculo é bem visível a importância do Teatro Físico na interpretação de uma personagem, tornando-a mais viva, dinâmica e impactante.

### ➤ Teatro do Frio

O TdFrio – Pesquisa Teatral do Norte é um colectivo de pesquisa, criação e produção teatral que assume o corpo do actor como espaço criativo e veículo de conhecimento.

O TdFrio privilegia o *devising* enquanto método de criação artística e escrita cénica de novas dramaturgias, numa lógica colaborativa que instiga os criadores ao diálogo interdisciplinar.

As actividades de produção, formação, acolhimento e edição têm como objectivo a pesquisa teatral enquanto processo de criação artística e veículo de (re) definição estética.

### ➤ Radar 360°

A Radar 360° é uma associação cultural que surgiu a partir de um colectivo de profissionais oriundos de 2 áreas: Artes Performativas (Teatro, Dança, Circo e Música) e Artes Plásticas (Escultura, Cenografia e Arquitectura). O cruzamento destas duas áreas deu origem a um produto artístico com uma linguagem própria e multidisciplinar.

O trabalho desta companhia centra-se na pesquisa do corpo teatral, na manipulação de objectos e na utilização de maquinaria de cena. Dedicar-se fundamentalmente à pesquisa e escrita no domínio das artes de rua, do circo contemporâneo e do teatro físico.

As áreas de intervenção artística da Radar 360° são: criação de espectáculos de autor, intervenções artísticas em espaços não convencionais; quadros vivos de animação e projectos pedagógicos através da exploração da educação pela arte.

## **3.1 Formações/oficinas realizadas com membros das companhias TdFrio e Radar 360°:**

Pretendo neste subcapítulo enunciar oficinas e formações desenvolvidas com actores e colaboradores assíduos das companhias TdFrio e Radar 360°.

Assim destaco as oficinas realizados com o Formador Rodrigo Malvar: Treino Físico Sonoro e *Clown*; as aulas de Laban leccionadas pela Professora Catarina Lacerda; e por fim as aulas de Improvisação leccionadas pela Professora Inês Lua.

### Treino Físico Sonoro

Com o *workshop* “Treino Físico-Sonoro” realizado na semana do SET (Julho 2015), percebi a dificuldade que tenho em divertir-me e estar disponível para errar. Estava tão focada em fazer o que nos era pedido que tensionei o corpo e não consegui abstrair-me, expondo assim o meu perfeccionismo, que já me tem atraído múltiplas vezes. Considero que ele existe por falta de confiança e que é algo que preciso de trabalhar. De igual forma, senti que estava constantemente a criticar-me e a analisar-me durante o *workshop* todo, o que me limitou e não me permitiu explorar/descobrir novas aprendizagens. Com este *workshop*, dei-me conta de que não existe uma maneira certa ou errada de fazer os exercícios, o importante é

“desligar” e deixar fluir o corpo. Só assim conseguimos estar aptos e disponíveis para explorar e descobrir novas potencialidades em nós.

### Clown

O trabalho de criação do *Clown* é extremamente doloroso, pois confronta o artista consigo mesmo, colocando à vista os recônditos escondidos do seu eu - faz com que o actor se revele. Todo o ser humano esconde aspectos do seu ser para se proteger e para poder conviver na sociedade. O *Clown* não esconde, ele expõe as fragilidades (Burnier, 2001).

Desde o início do *workshop*, o formador Rodrigo Malvar (R.M.) analisou atentamente a linguagem corporal e verbal dos participantes. Por me aperceber deste facto, automaticamente e de forma inconsciente, procurei controlar o meu corpo. Este foi o meu grande erro, uma vez que o *clown* é a pessoa que fracassa e que, através do seu fracasso, revela a sua profunda natureza humana, que comove e faz rir a plateia. É um perdedor feliz. R.M. confrontou-me com o facto de que não posso controlar tudo. Senti-me exposta e procurei proteger-me fechando-me e escondendo-me em mim.

Com este *workshop*, percebi como todos somos tão diferentes e como o corpo comunica tanto mesmo quando estamos em silêncio. Lembro-me que no primeiro dia me senti frustrada por não conseguir ouvir e expor o meu “eu”, por não conseguir encontrar o meu “*clown*”.

No dia seguinte procurei relaxar, não pensar tanto e divertir-me. Apercebi-me de que quando deixava as coisas fluírem, era quando tinha mais piada e quando transparecia um pouco do meu “eu”. Pelo contrário, quando estava muito tensa e preocupada em controlar e fazer tudo “correctamente”, não “desligava” e por isso não manifestava o meu “*clown*”. Durante todo o *Workshop* lembro-me que ri muito e, de cada vez que observava a linguagem corporal de alguém era como se “invadissem” o íntimo dessa pessoa, esta reflectia o seu eu de forma genuína e pura. Havia pessoas que demonstravam a sua personalidade, o seu íntimo, só pelo facto de permanecerem em pé em silêncio a encarar o público. Considero que aprendi bastante sobre mim e sobre o ser humano neste *workshop* de apenas dois dias. R.M. é hábil e eficaz ao “despir” o aluno, ao colocá-lo em desconforto e tornar esse facto gratificante. Ao longo do *workshop* fui aprendendo aos poucos a desprender-me de “amarras”. Ainda tenho muitas e sei que no fim do *workshop* me protegi com o riso que, embora fosse genuíno e puro, era carregado de ansiedade e de uma barreira que me impedia de me sentir a fracassar.

Com este *workshop*, percebi que para descobrir o nosso *clown*, que está inscrito em nós mesmos, é necessário abrir “uma porta” que permita espelhar as nossas fragilidades sem

medos e com prazer. O *clown* é a exposição do ridículo, a exposição das fraquezas de cada um. (Étaix, 1982). O *clown* não representa, ele é. Não se trata de um personagem mas da ampliação e dilatação dos aspectos ingénuos, puros e humanos – portanto “estúpidos” do nosso próprio ser.

O *clown* é profundamente humano, e como tal as emoções frágeis devem aflorar pelo corpo (Simioni, 1999).

Este foi, sem dúvida, o *workshop* que mais me marcou. Por um lado por ter despertado em mim um turbilhão de emoções difíceis de gerir, por outro por ter aberto uma pequena “janela” do meu eu. Janela essa que me permitiu sentir à vontade para expor aos poucos as fraquezas e fragilidades que possuo e, ao mesmo tempo, sentir-me profundamente apaixonada pela descoberta do meu “eu”.

### Aulas de Laban

Nas aulas leccionadas pela Professora Catarina Lacerda, foi possível explorar os pressupostos de Laban relativamente à Corêutica e Eukinéica. Estas aulas foram marcadas por exercícios que tinham como foco a conexão da respiração com o corpo (respiração – som); o centro activo e a exploração dos princípios de Kinesfera e Eukinéica. Para tal, foram realizados exercícios que nos permitiram explorar as acções e analisar os nossos movimentos em termos de peso, espaço, fluidez e tempo.

### Reflexões:

- A conexão da respiração com o corpo é fundamental no trabalho do intérprete – a respiração é um dos elos de integração entre movimento e voz. É através dela que o movimento corporal fornece suporte ao movimento vocal. Segundo Martins (2004, p.58): “*a respiração influencia e é influenciada, modifica e é modificada pelos estados físico, mental e emocional, os quais, por sua vez, modificam também a voz*”;
- As acções estão presentes no nosso dia-a-dia quer seja na voz, quer seja no corpo ou em simultâneo (corpo e voz);
- O uso dos músculos internos na estabilização e suporte permite que uma acção seja realizada com o menor esforço possível ou mesmo sem esforço e dificuldade - assim a acção é fluida e de fácil execução, o que permite ao actor permanecer com uma expressão facial e corporal simples e natural;

- O movimento e a personalidade estão intimamente ligados e acompanham-nos durante a vida. Para Laban, “*o homem move-se para satisfazer uma necessidade. Existe em todo o movimento uma interdependência entre corpo, mente e espírito.*” (Bradley, 2009);
- Os movimentos do corpo são ferramentas essenciais do actor. Até a voz é produzida pelos movimentos internos do corpo;
- Para imitar de forma precisa, o actor deve ser profissional na observação. É a atenção ao detalhe que torna o artista bem-sucedido;

Como dificuldades encontradas nos exercícios saliento: respirar com direcção, ou seja, respirar para as várias zonas do corpo - ocupar os espaços, e por conseguinte deixar o som sair naturalmente, sem esforço; não tensionar ombros e pescoço nos exercícios propostos - tal acontecia por não respirar bem e por conseguinte não relaxar os músculos, havendo dificuldade em deixar o corpo fluir; Fazer um ritmo numa parte do corpo e outro noutra; mudar de ritmo repentinamente – tendência em fazer suspensão.

### Aulas de Improvisação

As aulas de improvisação da Professora Inês Lua foram marcadas por exercícios físicos, exercícios de *Clown* e diversos exercícios de improvisação desde físicos e/ou verbais, individuais, a pares, grupais, permitindo explorar as diversas formas de reagir numa determinada situação.

O uso da improvisação surgiu com a *Commedia Dell'arte*. Graças à *Commedia Dell'arte*, improvisar ganhou importância no teatro moderno, passando por vários nomes de importância extrema, tais como Stanislavski, Meyerhold, Eugénio Barba, Grotowski, Brook, Laban, Copeau e entre outros que se focaram na prática do teatro com recurso à improvisação (Conceição, 2010).

Na primeira metade do Século XX, Copeau desenvolveu uma série de jogos e passou a explorar o improviso com os seus actores. Ele defendia que o actor devia jogar como uma criança. A improvisação e os jogos infantis têm semelhanças: ambos têm um carácter lúdico; utilizam o jogo como expressão simbólica; permitem a auto-expressão e a relação com o outro; quem joga, joga pelo prazer de jogar; têm regras específicas; são um espaço de

exploração da criatividade e da imaginação; aprende-se fazendo e são um meio de desenvolvimento pessoal – emocional, psicológico e social (Conceição, 2010).

De acordo com Spolin (2003, p. 341) improvisação é:

*“jogar um jogo; predispor-se a solucionar um problema sem qualquer preconceito quanto à maneira de solucioná-lo; não é a cena, é o caminho para a cena...”*

Ainda segundo Viola Spolin (2003, p.6):

*“O primeiro passo para jogar é sentir liberdade pessoal. Antes de jogar, devemos estar livres...”*

De seguida enunciarei os princípios de improvisação enunciados nas aulas:

- Aceita! – Nunca digas não;
- Ouve! – Está atento a tudo – regista/memoriza;
- Ritma – Não antecipes; aproveita o momento;
- Dá vida! – Privilegia o gesto à palavra; orienta-te no espaço;
- Constrói! – Avança; sê simples; sê preciso/concreto;
- Joga o jogo! – Acompanha os outros; joga em grupo; respeita a lógica do jogo;
- Prepara! – Concentra-te; sê profissional;
- Inova! – Sê ágil mentalmente, estimula a tua espontaneidade;
- Diverte-te – apaixonar-te, não te censure;
- Ousa! – Experimenta, cria desafios.

Nestas aulas percebi que, quando havia tendência para planear o que pretendia fazer, esquecendo-me da escuta activa e do jogo no “aqui e agora”, bloqueava.

Muniz afirma (2006, p. 12) que os bloqueios da criatividade e imaginação se devem, principalmente, ao medo do fracasso e da exposição pública: *“Por medo de fracassar, de não ser original, de não ser interessante, censuramos a nossa imaginação, pois podemos ser ‘traídos’ por nós mesmos, revelando aos demais pensamentos obscenos, psicóticos, tolos, etc.”*.

Pelo contrário, quando me “lançava” para cena sem pensar, as coisas fluíam naturalmente - é importante estar com disponibilidade para errar caso contrário censuramos e acabamos por bloquear.

Na minha opinião, deve haver um equilíbrio entre estar presente e disponível e estar desligada e conectada com o que se está a passar no momento, sem ter ideias e pensamentos

prévios, uma vez que como Muniz (2004) explica, a *aceitação* significa o momento em que o actor entra no jogo, quando aceita a proposta do colega de cena e embarca nela. Ao aceitar uma proposta, o actor lança-se no vazio, sem saber o que vai encontrar ou como vai sair de lá; o importante é que o actor improvise a partir de associações possíveis ou reacções aos estímulos dos outros jogadores - Por vezes, acontecia negar a proposta do colega por já ter ideias pré-concebidas, havendo uma recusa inconsciente em seguir por um caminho que não tinha planeado.

Observações:

- Após várias improvisações, o *Déjà-vu* era frequente, ou seja, as ideias e palavras passavam de improvisação para improvisação;
- As piadas na maioria das vezes estagnam a acção, bloqueando a improvisação, embora provoquem o riso no público.

Com todas estas experiências e formações com encenadores e actores, surgiu o interesse em estagiar com a PS, por entender que esta companhia possui o que procuro trabalhar e desenvolver como intérprete.

## **CAPÍTULO II – Estágio na Companhia Produções Suplementares com o Encenador Lee Beagley**

Para além de todas as formações e experiências já mencionadas, integrei como actriz o elenco da Produção do 3º ano de Licenciatura da ESMAE – “Ressurreição Linhas de Vida”, encenada por L.B., que funcionou como um pré-projecto de preparação para o estágio e dois espectáculos realizados durante o estágio na PS - “Idiota” e “Sonho de S. João”.

### **1. Ressurreição – Linhas de vida – 25 a 29 de Novembro 2015**

Durante este processo foram realizados vários exercícios de improvisação partindo das alterações corporais e do físico do actor, assim como da respiração, de forma a chegar a uma personagem.

O espectáculo “Ressurreição: Linhas de vida” tinha como objectivo criar e produzir uma peça teatral em parceria com o Departamento de Música e o Departamento de Artes de Imagem da ESMAE, a partir da sinfonia de Mahler, nº 2, “Ressurreição”. Para tal o encenador L.B. e a assistente de encenação Xana Miranda realizaram cerca de 65 entrevistas a 2 tipos de pessoas: as que procuram uma segunda oportunidade na vida; e as que ajudam essas pessoas a conseguir um novo começo.

Todas estas entrevistas revelaram histórias de luta e personagens fascinantes, fornecendo uma sinfonia de vozes à peça. O objectivo deste espectáculo era espelhar a ideia de ressurreição nos dias de hoje. Para tal procurou-se apresentar a ressurreição como um princípio vital e não como um manifesto de boas intenções. Desta forma, o projecto procurou espelhar testemunhos reais ficcionados que reflectem as adversidades que levam as pessoas a uma pré-morte seguida de um renascer, não apenas pelos temas abordados mas também pela sua estrutura e o encadeamento de histórias visível na peça. Deste modo, houve episódios que deambularam entre o cómico e o trágico, muito ao estilo das produções da companhia PS.

Para além do espectáculo apresentado no THSC houve também uma apresentação na Casa da Música (7 Dez. 2015), onde se procurou através de uma *performance* física espelhar o conceito de Ressurreição.

### Processo

Os ensaios decorreram de Outubro a Novembro de 2015. Numa primeira fase foram abordados exercícios que permitiram trabalhar a atenção, a concentração, a observação, a criatividade, a imaginação, a coesão e consciência de grupo, a resistência física e o equilíbrio. Visto que o espectáculo exigia um elevado esforço físico por parte dos actores, era de importância extrema permanecer com o corpo activo em cena. Para tal foram trabalhados exaustivamente exercícios de foco que procuravam que o actor se mantivesse disponível e atento aos estímulos em seu redor, estando assim apto para qualquer improvisação.

Nesta primeira fase, L.B. pedia aos actores que:

- Permitssem sempre que o corpo comunicasse, não deixando as emoções no psicológico – para tal era necessário não interiorizar em demasia as emoções e os sentimentos, fechando-nos em nós mesmos, mas sim abriremos, relaxarmos e permitirmos que o corpo se exprimisse, que as emoções passassem para o físico;
- Não tivessem receio de cometer erros nas improvisações, pois são os erros que geram novas ideias – arriscar, não ter medo do ridículo;
- No que quer que fizessem em improvisação, tivessem sempre em atenção os outros e a certeza de que entendem o que pretendemos quando propomos algo mais arriscado – se uma ideia não resultar, o outro não responder, procurar uma nova proposta;
- Se deixassem contaminar pelo grupo;
- Estivessem sempre activos e disponíveis;
- No canto – área que foi possível explorar – relaxassem a expressão facial e deixassem a voz fluir.

Num dos exercícios L.B. fez um pedido específico a cada actor antes de colocar uma música de Mahler. A dica que me deu foi a seguinte: “ouves sempre esta música em privado, é um momento íntimo, pessoal, só teu e em que não queres ser incomodada – deixa a música entrar em ti e expõe as tuas preocupações, angústias”.

Com esta improvisação deixei-me levar para uma área privada e pessoal através da música, onde foi possível entrar nos recônditos de mim ao activar a minha memória emotiva - pensar numa situação que de alguma forma me provoca angústia, solidão, saudade. Com esta experiência deixei que a emoção transbordasse para o físico sem que houvesse nenhum tipo

de barreira ou impedimento de demonstrar de forma verdadeira o que a música me fez sentir e “viajar”. Por momentos esqueci-me por completo que estava a ser observada deixando o psicossomático e o somático passarem para o real, acontecendo uma improvisação pautada pela verdade – algo interior despertou (memórias, emoções) e passou automaticamente através do físico e corpo para a improvisação (choro). Julgo que a respiração ajudou no relaxamento do corpo deixando a emoção transbordar para o corpo, não deixando ficar apenas no psicológico.

Recordo-me que após esta improvisação foi difícil controlar as emoções, o que me levou a pensar que tenho que trabalhar o limite entre o real e o imaginário de forma a não me “magoar” a mim e ao outro em cena.

Com os diversos exercícios foi possível perceber que:

- As diferentes posições corporais influenciam a voz, a respiração e a acção. Segundo Adrian, (2008), o alinhamento do corpo e a voz estabelecem relação com as mudanças constantes das partes do corpo durante o movimento e imobilidade. Daí ser importante ter uma boa postura, pois se tal não acontecer reflectir-se-á na voz;
- A postura muda o estado psicológico de uma personagem, estimulando a imaginação que por sua vez altera as nossas intenções, ou seja, ao realizar determinado exercício, o nosso cérebro imagina, pensa em algo, associa a posição corporal a algo - que pode ser um animal, um objecto, um sentimento - e deste modo, activamos o corpo de forma a agirmos em direcção a um objectivo;
- Sentimentos (ódio, alegria, tristeza, ciúme etc...) são acompanhados de alterações corporais;
- As improvisações foram utilizadas como forma de estimular a imaginação.

Após a selecção da personagem, L.B. trabalhou com os actores individualmente e em pequenos grupos. Nesta fase era pedido que: procurássemos ser honestos e naturais a ler o texto – não colocar a voz e partilhar o texto com o público; reagíssemos ao que estava a ser dito – estar atentos aos *inputs* dados pelos colegas; encontrássemos sempre empatia com as personagens de forma a torná-las verdadeiras – era importante colocarmos algo pessoal, nosso

e não procurarmos refúgio nelas; não procurássemos a representação – ser honesto e natural; não criássemos tensões no corpo.

No que diz respeito à minha personagem na peça (Médica responsável pelo Serviço de Emergência), L.B. pedia que procurasse: deixar as emoções, a dor e o sofrimento ficar do lado do público; Jogar com a surpresa – no sentido em que nada faria prever que a minha personagem, que nas cenas iniciais aparentava ser tão fria, fosse no decorrer do espectáculo espelhando o seu lado mais frágil e humano; manter a energia e a voz controlada; ter um caminhar firme; ser rígida e ríspida ao contracenar.

Aplicação das aprendizagens desenvolvidas em Laban, Lecoq e Meyerhold:

- Nos exercícios de câmara lenta - Procurei nestes exercícios manter o corpo activo e jogar com o peso, o espaço e o tempo. Para tal procurei explorar a acção pressionar/empurrar e o elemento terra.
- Em situações em que era pedido suspensão – utilizei a acção flutuar e o elemento água.
- No caminhar firme – procurei aplicar a categoria pressão e o elemento terra.
- Frase em que o objectivo era não manifestar emoção, sendo fria e directa – utilizei a acção cortar na voz.
- Ser honesta e natural - Lecoq
- Nos exercícios em que era pedido que sugeríssemos a imagem das estantes estarem a voar devido à tempestade; imagem de acidente passada através dos corpos dos actores que davam cambalhotas em cena. – Meyerhold.

## 2. “Idiota” – 18 a 29 de Maio 2016

O processo de criação do espectáculo “Idiota” decorreu ao longo de dois meses intensivos. Os ensaios decorreram no Museu Nacional de Imprensa, onde ensaiamos arduamente.

Este espectáculo foi marcado por um forte trabalho de mesa com os actores, de forma a perceber cada personagem criada por L.B. para esta adaptação do romance “O Idiota”. Foram discutidos com os actores variados livros e temas. L.B. procurou transportar para o espectáculo passagens da Bíblia, desenhos animados, o filme “Voando sobre um Ninho de Cucos”, a história da Princesa Ivona, a vida de Einstein, o próprio Dostoiévski espelhado na personagem Jerry que é o idiota na peça e personalidades de pessoas que foi conhecendo ao longo da sua vida.

### Sinopse

Ler Dostoiévski é conhecer o lado sombrio e desesperado da humanidade. O autor consegue descrever pormenorizadamente a mente humana e mostra o que há de pior no Ser Humano. Ele é hábil a traçar o perfil psicológico de cada personagem, descrevendo todas as sensações inerentes ao seu estado de espírito.

“O Idiota” foi escrito por Dostoiévski sob condições de *stress* extremo, tanto a nível pessoal, com crises de epilepsia, como a nível financeiro, com dívidas de jogo.

A sua narrativa é desconcertante e tem como base o pressuposto de que a sociedade não está preparada para lidar com uma pessoa pura, boa, sincera, dotada de uma compaixão genuína, como o príncipe Michkin, que na adaptação de L.B. é a personagem Jerry que simboliza o “Idiota”.

Dostoiévski faz neste romance uma crítica à sociedade do séc. XIX na Rússia, uma sociedade onde as pessoas são corruptas, gananciosas, depravadas e se aproveitam da bondade e gentileza do “outro”. O autor cria esta personagem à imagem do ser humano que ele considera perfeito - Jesus Cristo. É também visível uma projecção do próprio autor nesta personagem: Dostoiévski é epiléptico, tal como a personagem; ao longo do livro são feitas citações directas de “O último dia de um condenado” da obra de Victor Hugo, livro que Dostoiévski se encontrava a ler quando foi condenado à morte por questões políticas, tendo sido a sua pena substituída por sete anos de trabalhos forçados na Sibéria; existem no livro frases transcritas da vida pessoal do autor.

L.B., nesta adaptação, procurou espelhar quatro cenários: o capitalismo da sociedade nos dias de hoje; o conservadorismo pós-guerra Mundial na América; a construção e proliferação dos hospitais psiquiátricos que intitulam e rotulam as pessoas de loucos ou até de idiotas; uma crítica à religião dando ênfase à fortuna que é possível fazer à custa da fé.

Desta forma, descreve o percurso do “Idiota” como um estranho com uma história de fragilidade mental, que regressa a uma sociedade obcecada e perdida nas suas próprias convenções materialistas, tornando-se, no decorrer da peça, uma celebridade. Esta personagem, dada a sua excentricidade e a sua diferença, é exposta ao ridículo, tornando-se objecto de troça; alguém que poderia ser considerado especial, mas é rejeitado pelo mundo a que quer pertencer. A viagem de estranho a celebridade segue o trilho do romance de Dostoiévski, dentro de um novo contexto. É um caminho que conduz a um “ninho de cucos” teatral absurdo, musical, por vezes tão estranho quanto a história da humanidade; um olhar tragicómico sobre a crueldade e a inocência, no estilo físico que as Produções Suplementares vêm explorando desde Relíquias, em 2006.

### Processo

Ao longo dos ensaios, L.B. trabalhou com os actores fornecendo determinado tipo de dicas que ajudavam na construção da personagem. Segundo L.B., o actor quando, numa primeira leitura, coloca as intenções, energia e voz adequadas não necessita de ensaiar repetidamente, pois quando o faz soa antinatural. Como exercícios, L.B. pedia aos actores: para serem rápidos ao proferir o texto, explicando que é mais importante a acção do que a carga emocional que se dá ao texto – “*Don't bring mood, bring action*”; que partilhassem, reagissem e procurassem a aprovação das histórias que carregavam com o público; que experimentassem e propusessem novas acções e intenções ao longo dos ensaios sem ter receio de errar. Em situações trágicas, solicitava aos actores que procurassem sempre manter a tensão, ficar no limite do desespero sem nunca “explodir”; afirmava ao longo dos ensaios que não queria que o actor interpretasse uma personagem, queria sim que o actor fosse simples e natural, uma vez que, segundo ele, a história já fala por si só, não sendo necessário grandes interpretações. Procurava sempre que o actor não se sentisse muito confortável com a sua personagem, requerendo que estivesse activo e disponível para reagir a novos impulsos, impedindo-o de entrar em modo automático. Para tal era necessário que o actor estivesse em permanente escuta activa, captando as intenções do restante grupo e aproveitando-as para reagir com a sua personagem em cena.

Um dos objectivos da peça o “Idiota” era tocar em *tabus* que o público não está habituado a ser confrontado. Neste sentido, L.B. procurou que as personagens estivessem sempre no limiar de dizer a coisa errada, na altura errada.

#### Observações:

- Ao longo dos ensaios foi possível verificar que os actores começavam a ouvir-se mais uns aos outros, a estar mais calmos, mais abertos, mais atentos a impulsos e a aproveitar isso para reagirem em cena.

#### Personagens mais físicas

L.B., como óptimo observador que é, escreveu cada personagem com detalhes da personalidade de cada um dos actores jogando igualmente com as relações que cada um tinha com o restante elenco, aproveitando assim o que de melhor cada um poderia fornecer à peça, tornando-a mais real e verdadeira.

Considero importante referir algumas personagens da peça que eram muito físicas, assim como o seu percurso ao longo dos ensaios.

Jerry – representa o Idiota na peça. O seu nome advém dos desenhos animados Tom & Jerry. Jerry é uma personagem inocente, pura, pacífica e genuína.

L.B. procurou trabalhar com o físico do actor, a sua postura, locomoção, voz, a sua linguagem corporal, para posteriormente trabalhar as intenções do texto.

Ao longo dos ensaios L.B. solicitava ao actor que procurasse estar perdido, em desequilíbrio e que permanecesse com um ar apático. Esta personagem olhava para tudo à sua volta como se tudo fosse novo e estranho. Em conversa e após uma entrevista com o actor, este confessou que esta foi sem dúvida a personagem mais difícil e desafiante que alguma vez interpretou, quer a nível físico, quer a nível psicológico. Salientou no percurso da criação da personagem, o desprender-se de barreiras, o estar exposto a todos os níveis, dizendo que tudo o que queria esconder ficou exposto e espelhado perante todos. O actor sente-se grato por ter interpretado esta personagem que para ele foi como uma “cura de humildade”, no sentido de perceber que o Idiota é uma pessoa pura que através da sua sensibilidade demonstra o quão estúpidos e idiotas todos nós somos na sociedade. O actor, perante as dificuldades, procurou reactivar a sua memória emotiva (situações em que se sentiu humilhado) e as suas reacções fisiológicas perante os estímulos dados em cena, referindo que nunca se sentiu tão humilhado.

Por vezes os ataques em cena à personagem eram tão evasivos e sucessivos que ele reagia inconscientemente com o corpo, tensionando os músculos. L.B. solicitava ao actor que permanecesse com o corpo relaxado e aproveitasse essa sensação para a personagem - a personagem não reagia a ataques, permanecendo em paz e tranquilo. Foi nesta fase que o actor sentiu a necessidade de baixar as defesas e relaxar, procurando permanecer em paz com os insultos e ataques físicos à personagem.

L.B. pedia ao actor que experimentasse estar em desequilíbrio procurando as pessoas que falam com ele e lhe fazem perguntas, mas nos primeiros ensaios o actor encontrava-se nervoso dando a ideia de ser o actor a fazer uma personagem e a seguir indicações do encenador, o que não era de todo o que L.B. pretendia.

Num dos ensaios L.B. procurou tirar o actor da sua zona de conforto ao dizer-lhe que a sua prestação nos ensaios estava a ser “inaceitável”. Após esta conversa privada com o actor, este encontrava-se visivelmente nervoso no ensaio, proferindo o discurso rapidamente, procurando as pessoas que contracenavam com ele e lhe faziam perguntas dando automaticamente a ideia de estar perdido e completamente em desequilíbrio, o que na verdade estava a acontecer com o seu corpo, não havendo por parte do actor uma tentativa de fazer uma personagem. Ele estava apenas a espelhar o que sentia naquele momento com o corpo, o que automaticamente contaminou a voz, postura e consequente locomoção e acção.

Esta foi sem dúvida a melhor prestação do actor nos ensaios, e penso que foi precisamente neste momento que “descobriu a personagem”. L.B., com a sua perspicácia, accionou no actor a reacção fisiológica necessária para que este desenvolvesse a personagem.

De igual forma, a graça de Jerry, que ao início era forçada, foi passando a ser natural e espontânea, surgindo sem que o actor tivesse tal intenção.

Kenny – a personagem Kenny funcionava como uma espécie de consciência do espectáculo. Esta personagem era como um narrador da história. Era ele que contava/observava a história toda. Fica assim a dúvida do espectáculo ser ou não fruto da imaginação de Kenny. L.B. pedia ao actor para agir como se estivesse em estado total de transe, solicitando que demonstrasse isso através do corpo e voz e da energia em cena. Este transe podia ser por Kenny estar completamente perturbado psicologicamente, criando assim um mundo à parte no qual vive para sobreviver ao mundo real, ou podia ser por efeitos da droga. Em conversa com o actor, este refere que ao fazer Kenny, criou uma imagem da personagem a drogar-se o que fez com que a sua imaginação disparasse. O actor sentiu

dificuldade em controlar a energia e os impulsos em cena, de tal modo que havia ensaios em que dominava totalmente a cena, ao que L.B. pedia que diminuísse a euforia mas mantivesse a energia. O actor refere que, para esta personagem, se identificou com o conceito de *persona*, dizendo que cedeu a sua energia à personagem e que a própria personagem cedeu a história à peça.

Ivone – filha mais nova do Reverendo Thomas, irmã de Hagar e Sarah.

Ivone representa uma rapariga que aparenta ser autista, permanecendo durante a maior parte da peça sem falar e completamente imóvel - jovem completamente dependente dos outros, tendo para tal uma “ama” que cuida e trata dela – Blue.

A Ivone, nesta peça, funciona como um símbolo sagrado, é vista como uma pessoa especial. Por não ter o dom da fala, esta personagem aparenta ser uma “inútil” na peça, mas ao longo do espectáculo revela-se uma espécie de personagem mística que tem como missão repor o bem. Ela é a única que aceita Jerry tal como ele é, ouvindo-o e protegendo-o, chegando mesmo a apaixonar-se por ele. Ivone e Jerry representam a pureza, agem como duas crianças que não vêem malícia em nada.

A criação da personagem foi realizada através da linguagem corporal, que acabou por contaminar a voz, a acção e energia em cena. No início a actriz procurava agir como uma pessoa com deficiência, mas após vários ensaios, a actriz, com dicas do encenador para se colocar em posições desconfortáveis, foi encontrando naturalmente uma forma de estar em cena, permanecendo apática, quase imóvel e muda.

Hagar – irmã de Ivone e Sarah. Filha do meio do Reverendo Thomas.

Esta personagem simboliza uma espécie de demónio, sendo uma criança revoltada, desequilibrada e maliciosa. Manifesta ciúmes de Ivone por esta ter alguém que lhe dá atenção e cuide dela. L.B. solicitava à actriz que agisse como uma criança mimada que fica irritada e revoltada quando é contrariada. Hagar é a rebelde da família. De igual forma, L.B. solicitava que a actriz procurasse em tudo o que fazia aprovação do público. Hagar reconhece no pai - um homem respeitável, digno e cristão - uma outra faceta para além da que ele aparenta – corrupto, ganancioso e perverso.

Freira – a personagem interpretada por mim era uma fã incondicional de Jerry. Para esta personagem, procurei usar a acção pontuar e sacudir, o que me ajudou no corpo e voz. Representar esta freira foi um desafio aliciante no sentido em que todos os dias as “deixas”

eram diferentes (improvisos), o que fazia com que tanto eu como o actor tivéssemos que estar disponíveis e atentos a tudo o que proferíamos de modo a coexistirmos em cena.

Ao longo dos ensaios fui reflectindo sobre quais elementos de Lecoq e quais acções de Laban poderiam ser usadas na criação/construção das personagens, de forma a juntar o físico e o mental.

Assim, para Jerry, identifico os elementos ar/água – julgo que se fosse eu a representar esta personagem procuraria agir como uma nuvem, no sentido de estar: em desequilíbrio; em paz; leve; e perdida por não ter visibilidade. Relativamente a Laban, considero que a acção flutuar seria a mais adequada nesta personagem e, a meu ver, foi a acção mais usada em cena, ainda que sem a intenção do actor.

Na personagem Kenny, identifico a acção saltitar e deslizar e os elementos fogo e ar.

Na personagem Ivone identifico as acções empurrar, cortar e torcer e os elementos terra e fogo e por fim, na personagem Hagar, identifico as acções saltitar, sacudir e pontuar e o elemento fogo.

### Espectáculo – Análise de algumas cenas físicas

Esta peça, como já é habitual em L.B., é marcada pelo equilíbrio entre a comédia e a tragédia. Há tragédia a partir do momento em que há conflito, e esta peça está carregada de incidentes. Com este espectáculo L.B., procurou entreter o público ao mesmo tempo que o fazia reflectir. A ideia era que o público funcionasse quase como parte do elenco e não apenas como testemunha. É aqui que reside parte da dimensão política da peça.

O espectáculo iniciava-se com a minha personagem a encaminhar o público para o local onde iria decorrer a primeira cena do espectáculo. Pelo caminho era possível observar ao longe pessoas a deambular de pijamas e com uma lanterna junto ao rio, dando a ideia de se tratar de um hospital psiquiátrico.

Optei por centrar a minha análise sobre algumas cenas físicas da peça que passo a referir.

### Cena Inicial – Tempo e a Cera

Esta primeira cena é caracterizada por movimento dos actores, luz e até da música. Houve momentos em que representei animais com a linguagem corporal, tais como um cavalo

que permitia transportar Kenny de um lado ao outro do espaço. Outros em que usei a acção flutuar de Laban em conjunto com o elemento terra: situações em que era solicitado que sugerisse a ideia de derretimento como se de uma estátua de cera se tratasse; “jogar” com o facto de estar muito calor e como tal dar a ideia de estar a “derreter”. Todas estas mudanças físicas foram realizadas durante a narrativa de Kenny que ia apresentando o espaço e as personagens da peça.

Esta cena foi marcada por mudanças repentinas em termos de rapidez e fluidez. Havia igualmente partes da cena em que tinha que dançar em sincronia com os restantes actores e cantar, dando a ideia de estarmos todos num bar.

Após esta cena inicial fiquei responsável pela iluminação dos actores em cena, segurando para tal uma lanterna grande que andava sempre comigo. Em determinados momentos da peça utilizei as acções de Laban com a lanterna para enriquecer a cena e dar mais foco ao actor. L.B. solicitou que apontasse a lanterna sempre com fluidez, como se fosse uma dança, procurei para tal manter o centro activo.

#### Cena Jerry Appears

No final desta cena a voz de Kenny surgia a gritar ao longe como se fosse um vendedor de bebidas e comidas num estádio de basebol. A cena toda congelava – havia uma espécie de tempestade em cena - as personagens começavam a andar em câmara lenta e enquanto umas puxavam a toalha da mesa da acção de graças, outras apanhavam os objectos que iam caindo (era o caso da minha personagem que representava, nesta cena, uma espécie de funcionária do Reverendo Thomas).

Para a realização desta cena foi pedido que os movimentos fossem lentos e estilizados, muito ao género de Meyerhold para que fosse visível toda a cena, incluindo todas as reacções a nível expressivo e corporal dos actores.

Nesta cena procurei manter sempre o corpo activo na “câmara lenta”, ao mesmo tempo que carregava objectos que iam caindo caso não os apanhasse a tempo, incluindo candelabros de prata cujas velas eram apagadas durante a cena e que eram transportados debaixo dos braços; e pratos, copos e talheres num tabuleiro. No final da cena tinha o tabuleiro empilhado de objectos cénicos.

Foi interessante observar os diferentes corpos a andar em “câmara lenta” e perceber como cada um tem uma maneira própria de o fazer.

### O fenómeno de Jerry

Aqui representava uma nova personagem – freira. Durante esta cena há momentos em que intervenho e contraceno com Jerry. Toda a contracena é improvisada, de acordo com o que o actor vai proferindo. Procurei aproveitar todos os momentos em que o actor fazia pausas no texto para poder falar e improvisar deixas que pudessem ter conteúdo para a cena. Para além da fala havia também momentos em que a freira interagiu fisicamente com Jerry saltando nos braços dele.

### Último sermão de Jerry

Ao longo desta cena as personagens revoltadas com Jerry, pretendem atacá-lo, sendo que alguns tentam avisá-lo do perigo em que se encontra - Jerry é electrocutado em cena. Toda a cena congela à volta de Jerry havendo passagem de baldes pelo ar feita em “câmara lenta” pelos actores, sendo posteriormente Jerry electrocutado. Neste momento, o elenco reagiu de forma estilizada a toda a electrocussão, agindo como desenhos animados ao som da música dos *Looney Tunes*.

Aqui procurei usar as acções sacudir e saltitar para dar a ideia de electrocussão e pânico. Mais uma vez identifico o trabalho de Meyerhold nesta cena.

### Sacrifício

O sacrifício é igualmente uma cena muito física em que Ivone fala e parece possuída pelo demónio. Durante esta cena há música que ajuda no ambiente de toda a cena, tornando-a mais grotesca e estilizada e velas que proporcionam um ambiente tenso e misterioso. Jerry tem um ataque epiléptico em cena, e o Reverendo Thomas encontra-se extasiado e em pânico ao ver a filha a deambular de um lado para o outro, proferindo falas sem sentido.

### Conflito final com a Doutora

No final desta cena Jerry ficou sem fala. Em conversa com o actor, este referiu que esta foi a cena mais física do espectáculo dizendo que o seu corpo se encontrava como um “vulcão em erupção”. Esta foi, de facto, uma cena intensa tanto a nível físico como emocional. Segundo o actor, o “esteticismo é um quadro”, sublinhando que as imagens mais paradas são as mais fortes do espectáculo. Esta foi sem dúvida uma delas.

Nesta cena, a minha personagem funcionava como a representação do diabo, procurando para tal demonstrar uma atitude calma que se reflectia na voz. Procurei, nesta cena apropriar-me da acção flutuar na voz e da acção cortar no corpo.

### 3. “Sonho de S. João” – 18 a 26 de Junho 2016

O processo de criação do espectáculo “Sonho de S. João” foi realizado em 2 semanas de trabalho árduo com ensaios tarde e noite com todo o elenco. Os ensaios decorreram na fábrica e nos jardins da Casa da Prelada onde ensaiámos intensivamente entre gotas de chuva. Este espectáculo foi marcado por inúmeras improvisações à volta do texto e das personagens, que permitiram criar ideias posteriormente trabalhadas para cena. Muito do que foi surgindo neste espectáculo deve-se ao espaço, aos jardins, às árvores, ao cheiro e sons da natureza.

Sendo que este espectáculo já teria sido encenado por L.B. numa produção da ESMAE em 2008/2009, este foi de rápida criação e construção - o encenador já teria um mapa mental do que pretendia em cena.

Nesta adaptação específica de Sonho de uma Noite de Verão ao S. João, L.B. procurou fazer uma homenagem ao apelo original e popular de Shakespeare - espelhar o amor.

#### Sinopse

A obra conta a história de quatro jovens apaixonados que entram num mundo onde existem criaturas mágicas do imaginário popular – tais como elfos, fadas e duendes – que têm o poder de interferir na vontade humana. Paralelamente existe um grupo de cidadãos que se prepara para apresentar uma peça durante o casamento do Duque de Atenas.

Nesta obra, tal como noutras deste autor está presente o meta-teatro.

Shakespeare, através dos diálogos, consegue transmitir a caracterização e as emoções das diversas personagens e as descrições das cenas. Entre encontros e desencontros amorosos Shakespeare fala em “Sonho de uma noite de Verão” essencialmente de amor.

Nesta obra alternam-se diferentes mundos: o mundo real e o mundo da fantasia. L.B. apresenta nesta peça quatro grupos de personagens:

- Grupo de amantes – Hérnia, Lisandro, Helena e Demétrio – mundo real.
- Reino das Fadas/elfos – Oberon, Titânia, Puck e fadas – mundo da fantasia.
- Grupo da Audição – mãe da criança, criança, estudioso, Diva, homem estranho - mundo real.
- Grupo da Companhia de Teatro – Marmela, Lurdinhas e Fundos – mundo real.

## Processo

Nos ensaios foi solicitado aos actores que: não despachassem o texto - ao fazê-lo o actor apenas demonstra insegurança e medo de esquecer a próxima deixa, o que passa automaticamente para o público que se apercebe do actor em palco a fazer de uma personagem; partilhassem o texto e as reacções com o público e que mantivessem sempre o corpo activo de forma a estar sempre presentes e concentrados em cena; explorassem ao máximo as suas personagens. O actor nos ensaios tinha total liberdade para propor e improvisar; fossem verdadeiros e naturais – a voz teria que ser a mais próxima de uma conversa do dia-a-dia entre duas pessoas; reagissem aos estímulos em cena, sem planear ou pensar no que iríamos fazer. De acordo com L.B., o mais interessante é o que acontece em palco e não o que queremos ou planeamos fazer.

A minha personagem, “Lurdinhas”, espécie de fã de todas as personagens em cena, funcionava como admiradora e ajudante de Marmela - uma espécie de assistente de encenação que venera Marmela. Era uma personagem à parte de Shakespeare, que não tinha falas, pelo que tudo o que era proferido em cena era improvisado, havendo sempre o cuidado em não retirar o foco dos actores, que tinham texto marcado, devendo este ser proferido e passado para o público. Assim, as minhas reacções eram na sua maioria realizadas fisicamente.

Para a criação/construção desta personagem procurei: ser verdadeira em palco – agir naturalmente, sem reacções excessivas; não ser demasiado expressiva na face, reagir com reacções biológicas - as reacções surgiam de acordo com o que acontecia em cena.

Não havia propriamente marcações, nem direcção de actores nesta encenação, pelo que o espectáculo foi marcado na sua maioria por improvisações e reacções do actor ao público e restantes colegas em cena.

Com este espectáculo pretendia-se oferecer uma viagem ao público, que acompanhava o percurso de cada uma das personagens.

Todo o espectáculo era marcado por movimento quer dos actores, quer dos músicos, quer da própria luz que, tal como no “Idiota”, era na sua maioria feita a partir de lanternas que os próprios actores transportavam em cena, o que permitia tornar as cenas mais íntimas e próximas do público. É, pois, um espectáculo muito físico, em que as personagens comunicam com o corpo e a voz em sintonia.

Foi um processo mais livre e relaxado em comparação com o “Idiota”. O que se pretendia era que nos divertíssemos em cena e assim contaminássemos o público. Era solicitado que fôssemos livres e selvagens em palco.

### Encenação – Identificação das cenas mais físicas

O Sonho de S. João iniciava-se com Marmela e Lurdinhas a deambular por entre o público cerca de 10 minutos antes do início da hora do espectáculo. Durante este tempo Lurdinhas solicitava ao maior número de pessoas o primeiro e último nome e perguntava se estavam preparadas para a audição. O público tinha várias reacções nesta fase, desde surpresa “Audição? Mas eu vim para ver uma peça de teatro”; “Ah, sim, claro, uma audição, preparadíssimo”; “pois, tem que ser, não é?”; “Claro, claro, viemos para a audição”. Chegada a hora de iniciar o espectáculo, Fundos entrava pelo portão principal a cantar com os músicos cantos de São João. Era neste momento que Marmela solicitava aos espectadores que se juntassem para a audição e a seguissem até ao pomar. Aqui, a minha personagem ajudava o público na iluminação do caminho com uma lanterna.

### Cenas físicas do espectáculo

#### A Audição

Ao chegar ao pomar, era pedido ao público que formasse uma espécie de meia-lua no local da audição, iniciando-se assim o espectáculo. Marmela iniciava a audição, seleccionando os actores que se encontravam misturados entre o público. Vários são os actores chamados nesta fase: Diva, personagem excêntrica e extravagante; estudioso, personagem tímida e excêntrica no que toca ao tema de tese que investiga “Erotismo na Era Pagã”; homem estranho - não dirige a palavra a ninguém e age de forma estranha ao se apresentar vestido de mulher e dançar de forma grotesca; João/Puck, um rapaz que canta e dança *rap*, parecendo ser o melhor dos candidatos, mas este, por incrível que pareça, é o único que não é aceite na companhia. Marmela rejeita a hipótese de trabalhar com Puck, insultando-o a ele e à mãe (que o acompanha). A mãe reage mal aos comentários de Marmela, Lurdinhas entra em cena e tenta proteger Marmela pedindo à Mãe que se acalme e que tenha paciência.

Nesta cena procurei agir de forma natural procurando sempre agradar Marmela. A maior parte das minhas reacções era física, anotando tudo o que diziam Marmela e Fundos acerca dos candidatos (Fotografia 7 e 8).



Fotografia 7 e 8

### Apresentação de Puck

Puck apresenta-se ao público.

O meu papel nesta cena passava por iluminar Puck com uma lanterna seguindo todos os seus movimentos. Era, pois, necessário estar activa e concentrada, sendo que os movimentos de Puck variavam de cena para cena. Para além de o iluminar, havia sempre a preocupação em não encandear o público com a luz, havendo sempre o cuidado de não apontar a luz ao público. (Fotografia 9).



Fotografia 9

### Discussão Titânia, Oberon e Puck

Puck era interrompido por Oberon. Lurdinhas direccionava o público para que este conseguisse ver Oberon, que se encontrava numa varanda no cimo do castelo, assim como Titânia, que se encontrava no cimo de uma árvore. Após direccionar o público para que pudesse ter visibilidade de todos os actores em cena, iluminava Titânia, usando por vezes

algumas acções de Laban com a lanterna (ex. sacudir quando esta se encontrava furiosa a berrar com o Oberon e a abanar os troncos de árvore dando a ideia de possuir poderes). No final desta cena Marmela e Fundos entravam em cena dizendo “Corta! Não foi mau, mas podia ter sido melhor”, ficando Lurdinhas baralhada sobre quem haveria de iluminar, direccionando a luz para vários actores, para Marmela e Fundos, com a intenção de provocar no público a questão de se tratar ou não de um ensaio com os actores.

### Lição/Flor branca

Marmela e Fundos solicitavam ao público que se dirigisse até à saída, mas no caminho para o portão ouvem-se barulhos estranhos. Puck de imediato reconhece ser Oberon e fecha rapidamente o portão, impedindo a saída do público. Neste momento Oberon passa a correr atrás do portão.

A minha personagem mantém a luz apontada para o portão de forma a captar a passagem de Oberon, iluminando de seguida Puck. Nesta cena a personagem Puck demonstra uma *performance* muito física ao ilustrar os quilómetros que percorre para alcançar a flor branca que permite o amor prometido. Procurei usar algumas das acções de Laban com a lanterna nesta *performance* física de Puck (Fotografia 10).



Fotografia 10

### Bosque adentro

Após o público se ter sentado, Lurdinhas iluminava o local juntamente com a entrada dos músicos, entrando de seguida em cena, tentando anotar tudo o que Fundos e Marmela diziam e improvisando deixas que contribuíssem para a cena.

Procurei nesta cena estar sempre em escuta activa de forma a improvisar com corpo e fala e partilhar energias com os restantes actores em cena.

### O ensaio/O aquecimento/A tempestade

Marmela inicia o aquecimento com os actores, que é assombrado por Puck. Este controla os movimentos e falas dos actores, sendo estes como que marionetas em cena. Esta é uma cena que exige um esforço físico por parte dos actores que correm e saltam em volta dos arbustos.



Fotografia 11

### Blackout

Helena fica a sós e Puck e Oberon entram em cena havendo um *blackout*. Esta é igualmente uma cena que exige um esforço físico por parte dos actores, que correm e saltam com as lanternas no meio da escuridão, permitindo um quadro visual de luzes em andamento por parte do público.

### Encontro de Titânia e Fundos

Titânia é enfeitiçada por Oberon - Cena física que exige concentração e corpo activo por parte dos actores. Em grupo, os actores trabalham para que Titânia dê uma cambalhota em cena. Aqui houve o cuidado em distribuir bem o peso de Titânia pelos actores para que os movimentos fossem simples e concretos. Foram realizados vários ensaios com várias tentativas de modo a que esta cena fosse fluída e de fácil execução.



Fotografia 12 e 13

De seguida era realizada uma sucessão de propostas físicas em que Puck passa por cima dos vários actores e seguidamente é transportado em cima de Fundos, que sofre uma transformação em cena, ficando com cabeça de burro. Foram utilizados vários actores para que a cena tivesse o devido sucesso. Assim, cada um era responsável por uma parte da cabeça do burro sendo que dois actores ficariam com as orelhas (uma cada um), outros dois com a cabeça, sendo a minha personagem responsável por verificar se a cabeça e os olhos estariam simétricos. De seguida o burro exercia força para sugerir a sensação de nos arrastar. Na verdade, quem exercia força sobre o burro eram os actores que nele seguravam. Aqui os próprios actores é que controlavam os movimentos do burro de forma a ser mais simples passar a ideia de força deste burro. Procurei usar o corpo e a suspensão para dar a ideia de flutuar em cena perante a força e resistência do burro. Depois de controlado o burro, este encontra-se com Titânia, que se apaixonou ao vê-lo.



Fotografia 14 e 15

### Labirinto

Os actores entram no labirinto e convidam o público a entrar no jogo. No final são possuídos por Puck que transforma Lurdinhas em Fada e despenteia e rasga as roupas dos restantes actores que são “atacados” pelo amor. Lisandro e Demétrio apaixonam-se por Hérnia.

### Fundos e Titânia

Os actores convidam o público a assistir a uma cena de amor entre Fundos e Titânia que “ejacula” ao luar (repuxo da fonte) (Fotografia 16).



Fotografia 16

### Acorda Titânia

Oberon acorda Titânia esperando que esta volte para ele, mas Titânia ignora-o e diz estar bem com o burro. A mãe da criança entra em cena, já transformada, e afasta Oberon. Aqui a minha personagem é uma fada que tem como missão proteger Titânia de Oberon, afastando-a com o sopro sempre que ele se aproxima de Titânia.

No fim desta cena retiro cuidadosamente a cabeça do burro a Fundos e ajudo Titânia a fugir para os arbustos, protegendo-a de seguida (Fotografia 17, 18 e 19).





Fotografia 17, 18 e 19.

### A Magia

Marmela entra em cena afastando todos os elementos do mundo da fantasia e acorda Fundos que percebe que tudo não passou de um sonho.

No fim Fundos olha Marmela nos olhos e apaixona-se. Os restantes actores entram em câmara lenta e tapam os olhos ao ver Marmela e Fundos, e é lançado o balão de S. João.

## CAPÍTULO III – Conclusões

Nas conclusões pretendo responder às questões de investigação, assim como reflectir sobre a concretização dos objectivos propostos.

### Questões de investigação

Relativamente às questões “o que é o Teatro Físico? Não será todo o teatro físico?”, verifiquei que actualmente o termo Teatro Físico se encontra mais ligado ao circo e a *performances* ligadas ao teatro de rua, e que as companhias que se identificavam com este género teatral e que em tempos se intitulavam de companhias de Teatro Físico rejeitam hoje essa definição (ex. PS), buscando uma nova forma de comunicação, mais directa e verdadeira, em que seja possível abarcar o físico, o emocional e o textual nas suas criações teatrais.

Deparei-me com o facto de que mais do que um teatro físico, procuro sim um teatro onde seja possível ligar o corpo, a voz e as emoções, ou seja um teatro onde o equilíbrio entre estes elementos permita uma interpretação pautada pela verdade e simplicidade.

### Concretização dos objectivos

Com esta pesquisa foi possível explorar algumas das minhas potencialidades a nível físico, emocional, expressivo e interpretativo, assim como a linguagem corporal, voz, postura, locomoção e consciência da relação do corpo com o espaço. A Formação em Máscara Neutra, as aulas de Laban, o *workshop* de *Clown* e de Treino Físico Sonoro permitiram-me desenvolver a minha consciência corporal e perceber os erros que cometia a nível de movimento e o desconhecimento que tinha do comportamento do corpo. Foi ainda possível explorar a partir do físico ideias para a criação teatral através das várias formações e experiências em que me envolvi, centradas no físico do actor.

Em toda a pesquisa houve momentos de trabalho intensivo do corpo com uma temática ou uma dramaturgia sempre em mente. Na minha opinião, é de facto importante que o corpo permaneça desperto e activo, para que possamos usufruir dele da melhor forma possível ao longo de todo o processo interpretativo.

Segundo Azevedo, (2004)

*“um corpo disponível é aquele que consegue responder aos nossos impulsos vitais (...) que tem o poder para canalizar ou impedir o livre fluxo de energia; (...) é aquele que*

*permite (...) é aquela que é capaz de respostas espontâneas e novas que somente a ausência de preconceitos e defesas maiores contra o mundo exterior podem assegurar”.*

### Identificação de Referências de Teatro Físico

Nas várias formações e experiências é possível identificar referências de teatro físico na metodologia adoptada por L.B. nas suas encenações.

L.B. apresenta uma linguagem muito própria e uma visão muito pragmática no que se refere ao trabalho do actor. As suas encenações baseiam-se sobretudo no trabalho consciente do grupo, na história que cada personagem tem para contar, apostando sempre na imaginação e criatividade dos actores, depositando no geral confiança elevada nas propostas do elenco, o que permite que estes explorem ao máximo a personagem.

Identifico em todas as encenações de L.B. influências de vários percursos de Teatro Físico, nomeadamente Meyerhold, Laban, Copeau, Littlewood, Lecoq, Brook e Bausch. Todos estes autores defendem que a arte deve estar ao serviço de uma mudança social, lutando através do teatro pelas maiores preocupações da condição humana e pelos problemas enfrentados pela Sociedade. O ”Idiota” e a “Ressurreição: Linhas de vida” são em si mesmos uma provocação e uma atitude clara em relação ao panorama actual. De igual forma, todos estes autores defendem, tal como L.B., a ideia de verdade em palco – a ideia de “eu vou para palco” e não “o actor vai para palco”.

Assim, ao reflectir sobre todo o estágio e consequentes aprendizagens que dele advieram, verifico semelhanças do trabalho de L.B. com ideias e conceitos defendidos por percursos de Teatro Físico:

Meyerhold:

- ✓ Transferir o teatro a espaços abertos.
- ✓ O actor deve possuir um sentido musical desenvolvido;
- ✓ O equilíbrio no actor, o estado de alerta que lhe permite reagir organicamente.
- ✓ Meyerhold defendia que: *“Construir sobre uma base psicológica o edifício teatral é como edificar uma casa sobre a areia: ela desabarà inevitavelmente...”* (Cavaliere, 1997). Já L.B. defende que ao sermos demasiado interiores bloqueamos. Ao estarmos tão concentrados em nós próprios podemos magoar-nos, sublinhando que as sensações nos esgotam. Ao

ficarmos com a dor, fechamo-nos em nós, não partilhando com o público, que em vez de sentir apenas observa e tem pena do actor que absorve toda a dor.

- ✓ Jogos sobre o ridículo utilizando o grotesco e a estilização;

Laban e Meyerhold:

- ✓ A ideia de partitura no teatro, jogando com os factores tempo e espaço nas suas *performances* e teorias (jogo com ritmos diferentes nas suas actuações);
- ✓ Construtivismo, defendendo que tudo o que está a mais no palco deve ser retirado;
- ✓ Os actores integram-se no palco não havendo destaque de nenhum em particular;
- ✓ A consciência que os actores têm de ter uns dos outros no espaço - o actor deve estar sempre activo e ser capaz de se adaptar às mudanças;
- ✓ Toda a acção/movimento tem de ter um significado, um objectivo, uma intenção;
- ✓ “Mover é expressar algo”. Meyerhold defendia a expressividade nos seus espectáculos com movimentos muito estilizados e grotescos.

Copeau/Lecoq:

- ✓ O actor deve confiar na simplicidade e procurar ser honesto no que faz e diz de forma a obter o máximo de verosimilhança em cena;
- ✓ O actor deve ter o espírito de uma criança, a imaginação a ferver;
- ✓ A relação existente entre palco e plateia deve ser a mais próxima possível da igualdade e partilha.

Littlewood:

- ✓ Actores versáteis, que exploram várias técnicas e que se adaptam com facilidade às mudanças;
- ✓ Actores que são autênticos acrobatas;
- ✓ Incluir o público nas suas actuações.

Brook:

- ✓ A ideia de o actor estar o mais vazio possível, no sentido de estar disponível para improvisar sem restrições;

- ✓ A importância de o actor não ter nenhuma emoção presente na representação, mas sim jogar com sensações para criar a personagem;
- ✓ Apostar em exercícios que requerem muita atenção por parte dos actores (acção-reacção) e outros sobre o ridículo.

Bausch:

- ✓ Actor como contador de histórias sublinhando que este deve carregar consigo a história e partilhá-la com o público;
- ✓ O actor deve conhecer-se individualmente – alcançar os seus pensamentos e sentimentos;
- ✓ Não existe o certo nem o errado – importância do actor não se limitar, não se julgar; libertar-se de “amarras”;
- ✓ Ser honesto e genuíno e agir de acordo com as reacções biológicas/fisiológicas;
- ✓ Trabalhar sobre o equilíbrio/desequilíbrio para se permanecer activo e disponível para novas descobertas – importância do actor não se colocar numa zona de conforto, pois tal impede-o de evoluir e descobrir novas potencialidades e alternativas de agir em palco. Ao estar em desequilíbrio o actor mantém o corpo activo para reagir a qualquer estímulo que o bloqueie, permitindo que se liberte de amarras e barreiras que se criam quando o actor está demasiado confortável com a sua personagem/prestação em palco.

Relativamente ao espectáculo “Idiota” e “Ressurreição: Linhas de Vida”

Meyerhold :

- ✓ O facto de toda a encenação ”espelhar” a sociedade corrupta, materialista e capitalista em que vivemos e, pelo movimento quer dos actores, quer da luz e da música, ser o ponto-chave do espectáculo. A nível estético, uma das linguagens mais presentes é a música, que não só sustenta dramaturgicamente as cenas, como acaba por funcionar também como base sugestiva de ambiências que dão origem a lugares, estados e situações, abrilhantando o espectáculo. As características do espaço aliadas à luz, aos figurinos e à representação conferem a estes espectáculos um cariz peculiar, ao mesmo tempo que permitem que o público desenvolva uma visão crítica, accionando assim o pensamento.

## Aspectos Positivos

Como aspectos positivos, saliento os vários exercícios explorados que me permitiram trabalhar o corpo, tomando mais consciência deste em palco; a possibilidade de enfrentar o medo da exposição ao ridículo, havendo um ambiente acolhedor neste sentido; as improvisações físicas com ou sem texto; o facto de estagiar num contexto profissional com um grupo de actores profissionais que se manifestou como um grupo empenhado, criativo, coeso, disponível e com vontade de trabalhar para um mesmo objectivo; os ensaios dinâmicos; o ter realizado tarefas de assistente de ensaios, sendo responsável por fornecer as deixas aos actores; ter acompanhado todo o processo de construção/criação das personagens nos vários espectáculos; a possibilidade de explorar o físico em cena – em termos de postura, locomoção, linguagem corporal; o facto de aproveitar os espaços de ensaio, jogando com a natureza – árvores, labirintos, arbustos – e muros/edifícios; a liberdade para experimentar acções e falas nos ensaios sem qualquer tipo de restrição; a exploração de acções de Laban com a lanterna que transportava em cena; a possibilidade de explorar a minha capacidade vocal.

## Aspectos menos positivos

Saliento: o medo de falhar, de arriscar, o sentir-me presa no corpo e mente; a dificuldade em manter o centro activo e em estar activa e disponível; o facto de nem sempre conseguir responder de imediato ao que me era pedido e nem sempre conseguir relembrar o que foi feito nas improvisações e ensaios anteriores; os bloqueios, que me levaram sempre a reflectir sobre o seu porquê; os ensaios intensivos, muitas das vezes com pequenas pausas de 10 minutos para comer; os intensos ensaios de mesa para o espectáculo o “Idiota”; os bloqueios em improvisar falas que acrescentariam algo à cena e o conseqüente medo de tirar o foco à cena; o sentir-me a mais no processo no sentido de achar que a minha personagem em nada acrescentaria à peça; os múltiplos cortes realizados no dia da estreia do espectáculo “Idiota”; a dificuldade em adaptar-me e lembrar-me das alterações de cenas de espectáculo para espectáculo; medo de perder a lanterna; medo de me desconcentrar devido ao cansaço quando era necessário estar atenta à luz, ao público e lanterna;

Como actriz, retiro como principais aprendizagens para além das já referidas:

- O movimento deve vir do centro. L.B. pedia aos actores que mantivessem o centro activo de modo a evitar a dispersão de energia nas extremidades, que faz com que se perca o foco e força a nível cénico;
- Se nos focarmos em ser “inteligentes” e em ter um discurso eloquente, dificilmente conseguiremos obter identificação por parte do público que assiste à peça;
- É importante trabalhar sob em equilíbrio/desequilíbrio pois tal faz com que estejamos sempre activos e disponíveis para novas descobertas;
- Há textos que só por si são “fortes”, logo não é necessário dar um tom elitista ao texto, até porque ao fazê-lo acaba-se por contradizer os propósitos com os quais foram escritos e o público que pretendiam atingir;
- Ser honesta e natural;
- Improvisar com conteúdo;
- Dar foco aos actores em cena;
- Estar atenta a estímulos - sintonia com o actor em palco - Partilhar energias;
- Apostar na simplicidade e na espontaneidade;
- Movimento e personalidade estão ligados e acompanham-nos sempre;
- A importância da observação – aqui saliento a possibilidade de ter desenvolvido simultaneamente um olhar de criação e um olhar como intérprete;
- A importância de concretizar e objectivar as directrizes dadas – evita que o actor divague na sua imaginação e se sinta perdido e obrigado a criar a personagem;
- Integrar o público nos espectáculos – partilhar reacções, texto com o público;
- A improvisação surge a partir de ideias do grupo e não ideias individuais, o que implica uma escuta activa e estar permanentemente em alerta a estímulos que possam surgir para que a criação de determinada imagem seja eficaz.

### Coisas a mudar se voltasse a fazer

- Arriscaria mais nos ensaios e nos espectáculos;
- Participaria mais e entraria mais nos diálogos das personagens;
- Exploraria acções físicas que permitissem que a cena crescesse;
- Tentaria divertir-me mais e ser mais espontânea. Por vezes ficava tensa e bloqueava, o que fazia com que me fechasse e anulasse em cena.

### Receios

- Receei que fosse pedido algo de que eu não tivesse experiência, habilidade ou técnica suficiente para concretizar, como por exemplo a dança ou o canto, mas rapidamente percebi que a encenação optava essencialmente por um trabalho de imagens e quadros e não por coreografias ou coisas muito fixas.

## **Notas Finais**

Com esta pesquisa encontro-me mais ciente dos aspectos que sinto ainda necessidade de trabalhar/desenvolver. São eles a autoconfiança, o medo de errar e de cair no ridículo e o desprender-me de mecanismos de defesa como o riso que me impedem de crescer e de descobrir novas ideias e aprendizagens.

Encontro-me, neste momento, mais consciente dos meus objectivos e desejos futuros, quer como intérprete, quer como artista individual. Ao pensar sobre as minhas ambições futuras, penso ser meu desejo procurar uma companhia/estrutura onde possa explorar/desenvolver: um teatro onde exista a conexão do físico, mental e emocional; o meu olhar de intérprete e de criação, assim como um local onde possa desenvolver um projecto individual (Solo) – ambiciono desenvolver os meus próprios projectos como criadora e escrever os meus próprios textos e guiões. Por outro lado gostaria de ligar o Teatro à Neuropsicologia, procurando perceber de que forma o teatro pode ser uma ferramenta de Reabilitação Física, Emocional e Cognitiva, tendo em conta os fundamentos de Laban de que ao restringir os movimentos estamos a restringir a inteligência e consequentemente os sentimentos, havendo uma clara ligação entre a versatilidade dos movimentos e a versatilidade da inteligência.

Sinto neste momento um desejo de explorar mais a técnica do *clown*, que é um dos pontos centrais do trabalho de L.B., sendo uma das suas principais influências, o que se reflecte na personagem Jerry do “Idiota”.

Por fim, penso ser pertinente referir que ao longo do estágio deparei-me com vários obstáculos que me levaram muitas vezes à frustração. Houve de facto momentos em que a desmotivação era frequente mas percebi ao longo do processo que amadurecer é transformar a frustração em motivação, ou seja, as emoções negativas são inevitáveis, mas se nos focarmos em encontrar novas soluções, acabaremos por descobrir novos caminhos que nos direccionam para os nossos objectivos.

## Referências Bibliográficas

- Adrian, B. (2008). *Actor Training The Laban Way. An Integrated Approach to Voice, Speech, and Movement*. Allworth Press, New York.
- Azevedo, S. M. (2004). *O Papel do Corpo no Corpo do Actor*. São Paulo: Perspectiva.
- Bentivoglio, L. (1994). *O Teatro de Pina Bausch*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Bradley, K. (2009). *Rudolf LABAN*. Routledge performance practitioners.
- Brook, P. (2006). *El espacio vacío*. Barcelona: Ediciones Península.
- Burnier, L. (2001). *A arte de ator: da técnica à representação*. Campinas: Unicamp.
- Cavaliere, A.O. (1997). *Meyerhold e a Biomecânica. Uma poética do corpo*. São Paulo: *Literatura e Sociedade*, 2, 119-125.
- Cavaliere, A.O. (1997). *A Palavra e o Homem no Teatro de Meyerhold*. *Língua e Literatura*, 23, 27-45.
- Conceição, J.W. (2010). *Improvisação: das origens à linguagem teatral: Princípios de práticas contemporâneas*. *Trama Interdisciplinar*, 1(2).
- Dani, S. (1990). *A Máscara, seu sentido e seu uso no treinamento do ator*. Porto Alegre. Porto Arte.
- Eldredge, S. & Huston, H. (1978). *Actor training in the neutral mask*. *The Drama Review, New York*, 22(4), 19-28.
- Étaix, P. 1982. “*Les clowns et le cinema*” in *Clowns et Farceurs* (org. J. Fabbri e A. Sallée) Paris, p. 162.
- Martins, J.T. 2004. *A integração corpo-voz na arte do ator*. Florianópolis: Dissertação de Mestrado do Programa de Pós-graduação em teatro da Universidade de Estado de Santa Catarina.
- Muniz, M. (2004). *La improvisación como espectáculo: principales experiencias y técnicas aplicadas a la formación del actor – improvisador em la segunda mitad del siglo XX*. Tese de Doutoramento em História, Teoria e Prática do Teatro – Universidade de Alcalá, Madrid.
- Muniz, M. (2006). *Técnica de impro – ou como lançar-se no vazio*. *A Chuteira*, 2, 12.
- Seixas, V. (2012). *O Que é Teatro Físico?*. Mimus, Revista on-line de mímica e teatro físico. 1(1). Disponível em: <http://www.mimus.com.br/glossario2.pdf>. Acesso em 2/Agosto/2016.

- Spolin, V. (2003). *Improvisação para o teatro*. São Paulo: Perspectiva.
- Simioni, C. 1999. *A arte do actor*. Campinas: Revista do Lume.
- Simon, M. (2009). *Jacques LECOQ*. Routledge performance practitioners.
- Pavis, P. (2005). *Dicionário de Teatro*. São Paulo: Perspectiva.
- Pitches, J. (2003). *Vsevolod Meyerhold*. Routledge performance practitioners.
- Ubersfeld, A. (1981). *L'École du Spectateur*. Paris: Éditions Sociales.

### Webgrafia

- DANÇA DO SÉCULO MODERNA 1.VOB.avi  
<https://www.youtube.com/watch?v=X93gKoo3mQQ>
- DANÇA DO SÉCULO VÍDEO MODERNA 2.avi  
<https://www.youtube.com/watch?v=8YtOp8TTtOU>
- Dança Expressionista Alemã - Rudolf von Laban.avi  
<https://www.youtube.com/watch?v=FSShj74qcwo>
- Dance of the Century (Expressionismo Alemão).avi  
<https://www.youtube.com/watch?v=qcYPt0g-bBg>
- Documentário sobre Rudolf Laban Parte1.flv.flv  
<https://www.youtube.com/watch?v=ptU4HQx8oeY>
- Documentário sobre Rudolf Laban Parte 2.flv.flv  
<https://www.youtube.com/watch?v=VBBaNT5zisE>
- Introduction to Laban's Space Harmony.avi  
[https://www.youtube.com/watch?v=p-B\\_E3loAto](https://www.youtube.com/watch?v=p-B_E3loAto)
- Laban for Actors The Eight Effort Actions.a  
<https://www.youtube.com/watch?v=3ArKgQUPPas>

- Laban Movement Choir.avi  
<https://www.youtube.com/watch?v=QDRXWCa0r2w>
- Produções Suplementares – International Theatre Company.  
[www.ps-teatro.com](http://www.ps-teatro.com)
- Radar 360°-home. Associação Cultural.  
<http://www.radar360.pt/>
- Teatro do Frio – Pesquisa Teatral do Norte.  
<http://www.teatrodefrio.com>
- Teatro Bruto  
[www.teatrobruto.com](http://www.teatrobruto.com)
- The Makers Of Modern Dance In Germany - Part I - Screener.avi  
<https://www.youtube.com/watch?v=XbnSY3RVTr0>
- The Makers Of Modern Dance In Germany - Part II - Screener.avi  
<https://www.youtube.com/watch?v=ZMHodxSyca8>
- Mary Wigman, Hexentanz  
<https://www.youtube.com/watch?v=AtLSSuFIJ5c>
- Moving Space: The Laban Scales (Demo)  
<https://www.youtube.com/watch?v=D00ke196O-o>
- 321.5: Ballet van Kurt Jooss: De Groene Tafel uit 193  
<https://www.youtube.com/watch?v=tMkSYB8PvJo&spfreload=1>

# **ANEXO I**

# RESSURREIÇÃO

## LINHAS DE VIDA

TEATRO HELENA SÁ E COSTA

25 A 28 · NOVEMBRO, 21H30

29 · NOVEMBRO, 18H00



Produção: Departamento de Teatro

Alunos finalistas do Curso de Teatro 2015/16

Reservas: THSC - Rua da Escola Normal, 39, Porto - Tel.: 225 193 760 | 225 193 765 | 961 631 382

Faculdade de Engenharia  
da Universidade do Porto  
**POLITÉCNICO  
DO PORTO**

  
Faculdade de Educação  
da Universidade do Porto  
**ESMAE** ESCOLA SUPERIOR  
DE MÚSICA DA UNIVERSIDADE DO PORTO



**Porto.**

... .. p.s. ... ..  
Produções Suplementares

 **Santander**  
UNIVERSIDADES

**THSC**  
TEATRO  
HELENA SÁ  
& COSTA

# **ANEXO II**

... .. p.s. ... ..  
Produções Suplementares APRESENTA

Elenco: ALEX MORAES, CAZUZA SANTOS, FLAVIO GUEDES, GABRIELA APARÍCIO, JOSÉ TORAL, RAQUEL FERREIRA, VALDONAL SANTOS, VÍTOR GOMES, XIANA MORAES  
Revisão e Direção: LEE BEAGLEY / Tradução: JOSÉ TORAL / Produção: XIANA MORAES  
Música e Coreografia: MONARDO SOARES, RICARDO CASTELHO / Valores de Apoio: MARIANA RICARDO, MARIANA RICARDO

TEATRO NO  
MUSEU  
NACIONAL  
DA IMPRENSA

MAIO 2018  
18 A 22  
25 A 29  
21H30

MUSEU DA  
IMPRENSA

Palácio ESTRELA NACIONAL, 108, Nº 204 da Ponte de São João do Porto do Príncipe, 4000-040, 4º andar do Porto  
Espectáculo realizado de Quinta a Domingo, às 21h30. Para reservas de bilhetes  
contactar o Museu Nacional da Imprensa (tel. 229 304 904)  
ou a Ana Patrícia (tel. 960 872 576)

ESMAE | POLITÉCNICO  
DO PORTO

# **ANEXO III**

# Sonho de S. João

18 a 26 de junho  
21h30

Casa da Prelada  
Rua dos Castelos 485,  
Porto

a partir de  
Sonho de uma  
noite de Verão  
de William Shakespeare  
Adaptação e Encenação Lee Beapley

... .. **P.S.** ... ..  
**Produções Suplementares**

Reservas ou informações

933272578 ou [producoesuplementares@gmail.com](mailto:producoesuplementares@gmail.com)

