

BONFATTI, Adriana Ferreira. Rio de Janeiro: UNIRIO/PPGAC/ Depto de Interpretação Teatral, Professora Assistente; ACHCAR, Ana (Ana Lucia Martins Soares). Rio de Janeiro: UNIRIO/PPGAC/PPGEAC/Depto de Interpretação Teatral, Professora Associada 2; TAVARES, Joana Ribeiro da Silva. Rio de Janeiro: UNIRIO/PPGAC/PPGEAC/Depto de Interpretação Teatral, Professora Adjunta. **Rasaboxes em Jogo!**

RESUMO: O *rasaboxes* foi criado pelo diretor de teatro e teórico da performance Richard Schechner, através do aprimoramento de uma série de exercícios aplicados em oficinas intensivas na New York University (NYU), e com sua companhia de teatro East Coast Artists. A partir de 1999, *rasaboxes* foi desenvolvido como treinamento para artistas por Michele Minnick e Paula Murray Cole, entre outros colaboradores. Baseado na teoria da *rasa* apresentada na obra *Natyasastra* de Bharatamuni, articulada às teorias e práticas contemporâneas da psicologia e da neurociência, o *rasaboxes* treina performers para trabalhar com estados emocionais. *Rasa*, que em sânscrito significa suco, ou essência, é uma metáfora central para a experiência estética de compartilhar emoções (*bhavas*). O *rasaboxes* articula em jogo de improvisação oito *rasas* básicas e suas emoções correspondentes, livremente traduzidas do sânscrito como: *bhayanaka* (medo), *raudra* (raiva), *sringara* (amor), *adbhuta* (surpresa), *hasya* (humor), *vira* (coragem), *karuna* (tristeza), *bibhatsa* (repugnância) e as suas infinitas variantes e combinações; acrescidas posteriormente de *shanta* (paz). A partir de 2003 quando Michele Minnick ofereceu o curso "O Corpo Emocional" na UNIRIO e no Centro Laban-Rio, formou-se um núcleo de estudos em *rasaboxes* com artistas, pesquisadores e professores. Nestes últimos 15 anos, este núcleo vem atuando em diversas ações artístico-formativas, com suas decorrentes publicações.

PALAVRAS-CHAVE: *Rasaboxes*, Jogo, Improvisação, Teatro, Performance.

Rasaboxes at play!

ABSTRACT: *Rasaboxes* was created by theatre director and performance theorist Richard Schechner, through the refining of a series of exercises applied in intensive workshops at New York University (NYU), and with his theatre company, East Coast Artists. From 1999, *rasaboxes* was developed as training for performing artists by Michele Minnick and Paula Murray Cole, among other collaborators. Based on the theory of *rasa* as presented in the work *Natyasastra* of Bharatamuni, and articulated by the theories and practices of contemporary psychology and neuroscience, *rasaboxes* trains the performer to work with emotional states. *Rasa*, which in Sanskrit means juice or essence, is a central metaphor for the aesthetic experience of sharing emotions (*bhavas*). *Rasaboxes* articulates, in an improvisation game, eight basic *rasas* and their corresponding emotions, freely translated from Sanskrit as: *bhayanaka* (fear), *raudra* (anger), *sringara* (love), *adbhuta* (surprise), *hasya* (humour), *vira* (courage), *karuna* (sadness), *bibhatsa* (disgust), and their endless variants and combinations; with the subsequent addition of *shanta* (peace). In 2003, when Michele Minnick offered the course "The Emotional Body" at UNIRIO, a

rasaboxes study group was formed with artists, researchers and teachers. Over the past 15 years, this group has been engaged in several artistic and educative activities, and in producing related publications.

KEYWORDS: *Rasaboxes*, Game, Improvisation, Theatre, Performance.

Núcleo de estudos em *rasaboxes* na UNIRIO

Joana Ribeiro da Silva Tavares

Rasaboxes oferece uma perspectiva muito rica do ponto de vista da emoção no contexto teatral e no cotidiano. E, como todos os exercícios desenvolvidos por Schechner para o ator contemporâneo, abre-se um campo de trabalho que propõe, para o participante, limites claros e, dentro desses limites, possibilidades sem limite. (Minnick, 2018: 246).

O *rasaboxes* foi criado pelo diretor de teatro e teórico da performance Richard Schechner (1934), através do aprimoramento de uma série de exercícios aplicados em oficinas intensivas na New York University (NYU), e com sua companhia de teatro *East Coast Artists*. Todavia, sua origem remonta à busca de uma prática visceral nos treinamentos para performance desenvolvidos desde a década de 1960 por Schechner, com o *The Performance Group* (Minnick, 2018).

Baseado na teoria da *rasa* conforme a obra *Natyasastra* de Bharatamuni, articulada às teorias e práticas contemporâneas da psicologia e da neurociência, o *rasaboxes* vem sendo utilizado no treinamento de performers para lidar com estados emocionais. *Rasa*, que em sânscrito significa suco, ou essência, é uma metáfora central para a experiência estética de compartilhar emoções (*bhavas*). O *rasaboxes* aparelha, em jogo de improvisação, oito *rasas* básicas e suas emoções correspondentes, traduzidas do sânscrito como: *bhayanaka* (medo), *raudra* (raiva), *sringara* (amor), *adbhuta* (surpresa), *hasya* (humor), *vira* (coragem), *karuna* (tristeza), *bibhatsa* (repugnância) e as suas infinitas variantes e combinações; acrescidas posteriormente de *shanta* (paz).

A topografia do *rasaboxes*, tal qual um jogo de tabuleiro, insere essas nove *rasas* em nove caixas desenhadas no chão. Ao redor de *shanta*, única *rasa* fixa no tabuleiro, são distribuídas aleatoriamente as oito *rasas* supracitadas. Uma

vez instalada a grade (Fig. 1), o desafio¹ maior é experimentar com agilidade e destreza, tal qual um atleta da emoção, a passagem entre as *rasas*.

Fig. 1 - Exemplo da grade *rasaboxes*.



Foto: Yuri Mendes, UNIRIO, 2018.

Michele Minnick² conheceu este trabalho em 1996 e três anos depois, a partir de 1999, passou a colaborar na pesquisa sobre o treinamento *rasaboxes* com outros artistas como Paula Murray Cole. Sobre isso, é possível assistir a registros³ que ilustram um passo a passo das etapas do *rasaboxes*, filmados na Tisch School of the Arts, na New York University.

O primeiro curso na Escola de Teatro da UNIRIO sobre o *rasaboxes* ocorreu em 2003, quando Michele Minnick atuou como professora visitante no Programa de Pós-graduação em Teatro/PPGT da UNIRIO. Na ocasião, foi oferecido um curso intensivo intitulado “O Corpo Emocional” (45h). Neste curso, o *rasaboxes* foi apresentado como um treinamento psicofísico, aliado ao “Atletismo Afetivo” de Antonin Artaud (1896-1948), ao Sistema Laban-

¹ Sobre as etapas do jogo *rasaboxes*, ver: Minnick e Cole (2011) e Schechner (2012), entre outros.

² Michele Minnick - (PhD, CMA). Ensina e desenvolve *The Performance Workshop* e *rasaboxes* nos Estados Unidos desde 1999 e no Brasil desde 2003. Coautora do livro *The Rasaboxes Sourcebook. Theory, Performer Training, and Practice* (Routledge, no prelo).

³ Sobre workshop ver: <<http://hidvl.nyu.edu/video/000030401.html>>. Sobre demonstração: <<http://hemisphericinstitute.org/hemi/pt/modules/item/1314-east-coast-artists-benefit-rasaboxes-demonstration-2004>>.

Bartenieff⁴ de Análise do Movimento e a alguns princípios da prática somática Body Mind Centering⁵ (BMC). Participaram deste curso, mestrandos e doutorandos regularmente inscritos no PPGT, atual Programa de Pós-graduação em Artes Cênicas da UNIRIO (PPGAC), e artistas convidados.

Michele Minnick retornou outras vezes à Escola de Teatro da UNIRIO, ministrando novas oficinas com demonstração prática, nas quais foram apresentadas diversas etapas que integram o *rasaboxes*, como: desenhos, percursos entre *rasas*, diálogos, músicas, coro/corifeu, objetos, camadas e misturas, frases, etc. A cada nova edição, reconhecíamos uma pequena comunidade de jogadores que afluía, constatando a propagação do *rasaboxes* entre artistas, pesquisadores e professores, tanto da UNIRIO quanto de outras instituições⁶.

Dentre suas inúmeras reverberações, citamos a utilização do *rasaboxes* na metodologia do curso de formação para o palhaço de hospital, vinculado ao Programa Interdisciplinar de Formação, Extensão e Pesquisa Enfermaria do Riso UNIRIO, coordenado por Ana Achcar. E notável como as experiências artístico-formativas com o *rasaboxes* propagaram-se, gerando novos espetáculos, monografias, dissertações de mestrado e teses, conforme Achcar (2007), Carvalho (2009), Guimarães (2013) e, mais recentemente, Sarmiento (2015), e isso só para citar alguns.

Para atender a demanda de referência bibliográfica em português, gerada pela circulação do *rasaboxes* na cena carioca, em 2011, por ocasião da edição de um dossiê sobre o Corpo Cênico, para a revista *O Percevejo Online*⁷, convidamos Michele Minnick para traduzir o artigo *The actor as athlete of the emotions: the rasaboxes exercise* (O ator como atleta das emoções – O

⁴ Sistema de Análise do Movimento baseado nos estudos de Rudolf Laban (1879-1958) e Irmgard Bartenieff (1900-1982).

⁵ Body-Mind Centering (BMC) - Prática somática desenvolvida por Bonnie Bainbridge Cohen (1934). Alia a aprendizagem cognitiva e empírica dos principais sistemas corporais aos esquemas de evolução, à arte de tocar e às reorganizações somáticas.

⁶ Como por exemplo, na Faculdade Angel Vianna, onde o jogo *rasaboxes* vigorou na Pós-Graduação Preparação Corporal nas Artes Cênicas (2009-2013) e no Centro Laban-Rio.

⁷ Após treze números impressos, o periódico *O Percevejo*, do antigo Programa de Pós-Graduação em Teatro/PPGT, hoje PPGAC/Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da UNIRIO, recebeu sua primeira versão online intitulada *O Percevejo online* (ISSN: 2176-7017), em 2009.

Rasaboxes)⁸, que fora publicado originalmente no livro *Movement for Actors* (2002). Na época, Minnick declinara do convite, alegando se tratar de um texto antigo, ao que retrucamos ser justamente essa a nossa intenção: iríamos começar do início, para, aos poucos, podermos dimensionar a trajetória do *rasaboxes* e vislumbrar sua complexidade.

Um ano depois, Zeca Ligiéro⁹ publica a coletânea “Performance e Antropologia de Richard Schechner” (2012). Esta obra comporta o artigo referencial *Rasaesthetics* (A Estética do *Rasa*), originalmente publicado na revista *The Drama Review*¹⁰ (2001). Nele, Schechner apresenta elementos que perpassam uma performance rásica, como *sthayi bhavas* (emoções) e *abhinaya* (encenação), relacionando-os ao Sistema Nervoso Entérico (SNE), até descrever o jogo *rasaboxes*, como “uma espécie de treinamento do SNE para uso artístico” (Schechner, 2012: 147).

**Fig. 2 - VII Jornada Internacional Artes do Movimento
O *rasaboxes* na cena contemporânea: encontro com Michele Minnick (NYU).**

VII Jornada Internacional Artes do Movimento

*O rasaboxes na cena contemporânea:
encontro com Michele Minnick (NYU)*

15 de janeiro de 2016 - Escola de Teatro/CLA - UNIRIO

Programação
10h - 12h Palestra-Demonstração - Sala Nelly Laport
Com Michele Minnick e artistas/pesquisadores convidados
12h - 14h Almoço
14h - 18h Mesa Redonda - Sala Audiovisual
Mediação: Nara Keiserman e Enamar Ramos
Com Adriana Maia, Ana Achcar, Fernanda Guimarães, Flávio Souza,
Joana Ribeiro, Marcia Moraes, Michele Minnick e Reiner Tenente

Escola de Teatro – UNIRIO
Av Pasteur nº 436, Urca, Rio de Janeiro

Logos institucionais: Grupo de Pesquisa Artes do Movimento, UNIRIO, Núcleo de Estudos das Performances Afro-Ameríndias - NEPAA / UNIRIO, PPRIO.

Cartaz/Arte: Demetrio Nicolau, 2016.

⁸ Disponível em < <http://www.seer.unirio.br/index.php/opercevejoonline/article/view/1797/0>>.

⁹ Zeca Ligiéro (José Luiz Ligiéro Coelho) – Professor Titular (UNIRIO). Coordenador do Núcleo de Estudos das Performances Afro-Ameríndias - NEPAA / UNIRIO.

¹⁰ SCHECHNER, Richard. *Rasaesthetics*. *TDR/The Drama Review*, vol 45, Issue 3 (T 171), Fall 2001, p.27-50.

Em 2016, diante da profusão de pesquisas sobre o *rasaboxes*, foi realizada a “VII Jornada Internacional Artes do Movimento. O *rasaboxes* na cena contemporânea: encontro com Michele Minnick (NYU)” (Fig.2), na Escola de Teatro da UNIRIO. Organizado pelo Grupo de Pesquisa Artes do Movimento, pelo Núcleo do Ator e As Dramáticas, este evento compreendeu uma oficina (20h) de *rasaboxes* com Michele Minnick, uma palestra-demonstração e uma mesa redonda (Fig. 3). A transcrição integral das falas na mesa redonda gerou uma edição especial da *Coleção Cadernos de Textos*, do Núcleo do Ator, voltada para o *rasaboxes*. Sobre isso, em entrevista concedida à organização do evento, Minnick (2018) declara como o desenvolvimento do *rasaboxes*, desde 2003, é inseparável da relação com colaboradores brasileiros.

Fig. 3 - Enamar Ramos, Adriana Maia, Flavio Souza, Michele Minnick, Marcia Moraes, Ana Achcar, Reiner Tenente, Fernanda Guimarães e Joana Ribeiro.



Foto: Luiz Avellar Jr, UNIRIO, 2016.

Há cinco anos (2013-2018) desenvolvo o jogo *rasaboxes* em sala de aula, no curso de formação de ator, Bacharelado em Atuação Cênica, na Escola de Teatro da UNIRIO. Como professora de dança e expressão corporal encontro no *rasaboxes* um espaço para ver o outro, analisar seus padrões gestuais, que emergem do estado de urgência proposto por este jogo. É como se o *rasaboxes* revelasse, através das figuras e formas emergenciais criadas para responder a cada *rasa*, um “fundo tônico-emocional” (Roquet, 2011) tão caro ao artista da cena, mas de raro e difícil acesso. Em outras palavras, o *rasaboxes* torna visível o músculo, a carne do gesto cênico, trazendo à flor da pele, suas infinitas modulações.

Rasaboxes e o Sistema Laban/Bartenieff de Análise do Movimento

Adriana Ferreira Bonfatti

O Sistema Laban/Bartenieff de Análise do Movimento é um sistema teoricamente complexo e poético criado e desenvolvido a partir do trabalho de Rudolf Laban (1879-1959) e Irmgard Bartenieff (1900-1981) cujas teorias, princípios e terminologia tornaram possível descrever, criar, experimentar, analisar e registrar o movimento humano. É também uma metodologia que nos proporciona um extenso vocabulário para compreender e descrever os componentes funcionais, expressivos e comunicativos do movimento.

Segundo a Analista de Movimento Regina Miranda (in Fernandes, 2002), Laban viveu no contexto do final do século XIX e início do século XX, em pleno modernismo, época em que se acreditava na existência de uma linguagem absoluta e científica para acessar a realidade e, simultaneamente, talvez pela influência das descobertas psicanalíticas de Freud, via-se também surgir a subjetividade humana como uma outra fonte de realidade, resultando na separação corpo/mente:

Um dos problemas advindos desta divisão é que o raciocínio, conexões lógicas e conceituações ficaram alinhadas como operações 'mentais', 'científicas', enquanto intuição, percepção, imaginação e sentimento passaram a ser domínio 'do corpo'. (Miranda in Fernandes, 2002: 17).

Miranda (in Fernandes, 2002) vê as teorias de movimento desenvolvidas por Laban surgirem nesta época como uma terceira via de entendimento, como uma sobreposição das abordagens subjetivas e objetivas.

Constituído por eixo estrutural, o Sistema Laban se apresenta como um sistema aberto a diferentes interpretações, reconstruções e experiências, pois entende que uma descrição, por mais que se aproxime do objeto real, não abarca a sua totalidade.

O que chamamos hoje de Sistema Laban ou Análise Laban do Movimento (*Laban Movement Analysis-LMA*) consiste, de fato, numa espinha dorsal criada por Rudolf Laban somada a uma série de pesquisas e estudos

práticos/teóricos, desenvolvidos e realizados nas mais diversas áreas, e divulgados em inúmeros congressos e publicações periódicas.

O Sistema Laban/Bartenieff percebe o movimento a partir de uma perspectiva complexa, como um fenômeno multidisciplinar que propõe um envolvimento físico, analítico e expressivo entendendo o movimento como um processo psicofísico do ser humano engajado no seu tempo, portanto aberto a novas transformações.

Neste contexto, o Sistema adota um processo de aprendizagem com uma abordagem corpo-mente que envolve o fazer, o pensar e o sentir; onde o movimento é em si um instrumento valioso, capaz de promover conhecimento via cinestesia, cognição e afetividade.

Com uma linguagem que possui vocabulário, terminologia e símbolos próprios, a “Análise Laban/Bartenieff do Movimento” pode olhar o corpo em movimento a partir de sua menor unidade até a sua organização mais complexa em frases (sequências de movimentos) tendo como referência as quatro principais categorias que constituem o sistema: Corpo (*Body*), Esforço (*Effort*), Forma (*Shape*) e Espaço (*Space*).

De uma maneira bastante sintética, ao olhar um movimento, a partir da categoria Corpo, procuramos perceber o que se move; este mesmo movimento a partir da categoria Esforço nos informa como o corpo se move; com a referência da categoria Forma teremos a informação de com quem ele se move; e a partir da categoria Espaço procuraremos perceber onde o corpo se move¹¹.

Há 20 anos venho utilizando o suporte prático/teórico do Sistema Laban/Bartenieff nos meus trabalhos, tanto como intérprete quanto como assistente de direção, preparadora corporal e professora nos cursos de formação de atores e bailarinos.

¹¹ Para estudo mais detalhado, consultar bibliografia sugerida ao final.

Meu primeiro contato com o *rasaboxes* ocorreu no workshop “Corpo Emocional”¹² ministrada por Michele Minnick em 2003 no Centro Laban-Rio¹³. Como eu, Michele é Analista Laban de Movimento formada pelo *Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies* de Nova York. Desde esta oficina venho procurando construir diálogos entre estas duas abordagens de estudos do movimento em contextos onde atuo como professora/pesquisadora, seja ministrando aulas na Escola de Teatro da UNIRIO, seja participando e organizando algumas oficinas e eventos relacionados ao *rasaboxes* nesta mesma universidade ou, ainda, ministrando aulas como professora convidada no curso de Pós-Graduação em “Sistema Laban/Bartenieff” na Faculdade Angel Vianna, entre outras oficinas.

Desenvolvendo um trabalho de formação de atores prioritariamente a partir do Sistema Laban/Bartenieff, tenho encontrado no jogo das *rasas* alguns caminhos onde os alunos/atores podem acessar e experimentar com mais clareza dois conceitos do sistema: o tema Interno/Externo¹⁴ e a categoria dos Esforços.

No tema supracitado, “impulsos internos são expressos na forma externa. O envolvimento com o mundo externo por sua vez modifica a experiência interna. Em poucas palavras, o Externo reflete o Interno e o Interno reflete o Externo.” (Hackney,1998: 40). Ou seja, Interno e Externo se modificam mutuamente.

Quando abordamos o movimento a partir da categoria Esforço (*como* o corpo se move), a intenção é perceber as dinâmicas, as qualidades de movimento que estão sendo articuladas e não a quantidade; trata-se do *the feeling-tone*, da textura. O Esforço vai conectar a origem do movimento, a motivação interna daquele que se move - que pode ser a partir de uma sensação, de um sentimento, um pensamento, uma emoção, ou uma necessidade de cumprir

¹² Corpo Emocional - Primeiro workshop de introdução ao *rasaboxes* ministrado por Michele Minnick no Centro Laban-Rio.

¹³ O Centro Laban-Rio (1997/RJ) - Espaço de artes cênicas, cultura, educação criativa e sede da Cia Atores Bailarinos (RJ). Dirigido pela coreógrafa e Analista Laban de Movimento, Regina Miranda.

¹⁴ Interno/Externo - Um dos temas de contínua dinâmica e transformação que envolve todo o Sistema Laban/Bartenieff. Refere-se a uma das teorias de movimento criada por Rudolf Laban onde o movimento é percebido em um *continuum* entre polaridades. “Nestes temas, dois conceitos, tidos como opostos, de fato constantemente influenciam e transformam um ao outro, numa dinâmica representada pela Banda de Moebius” (Fernandes, 2002: 247).

uma tarefa - com o movimento externo, aquele que pode ser percebido, que pode ser visualizado pelo outro. Nos esforços percebemos o investimento da energia empregada no tônus muscular em relação aos quatro fatores básicos: fluxo, espaço, peso e tempo (Loureiro, 2013: 18).

Laban analisou como ocorrem as flutuações de fluxo, entre livre e contido; de espaço - entre direto e indireto; de peso - entre leve e forte; e de tempo - entre rápido e lento. Em geral, elementos de esforços não aparecem de maneira isolada nos movimentos. Em qualquer ação que fazemos, eles aparecem em sequências e em combinações, pois estamos continuamente fazendo escolhas (conscientes ou inconscientes) com o objetivo de satisfazer a nosso desejo, nossa intenção ou para modificar o nosso comportamento. A combinação de dois fatores foi nomeada por Laban de “Estado” (*State*), a combinação de três fatores é nomeada de “Impulso” (*Drive*) e a combinação de quatro fatores “Esforço completo” (*Full Effort*). Para Bartenieff (Bartenieff e Lewis, 1980: 57), “não importa qual combinação de esforço que aparece — pode ser numa ação no trabalho, na dança ou um gesto numa conversa cotidiana — um sistema biológico/psicológico como um todo sempre está envolvido”.

Em nossas ações cotidianas modificamos as combinações de qualidades de movimento em intervalos de segundos por uma necessidade de Ação/Recuperação¹⁵ corporal para nos mantermos em movimento. Nas artes da cena, esta necessidade muda, pois muitas vezes é importante a capacidade do *performer* não só sustentar cenicamente uma determinada combinação de qualidades de movimento por um tempo maior, como também fazer conscientemente mudanças muito bruscas. Por exemplo: um dançarino faz uma cena equilibrando-se durante muito tempo sobre uma perna, com a outra suspensa - com as qualidades de fluxo livre, tempo lento e espaço indireto ativando o que chamamos de Impulso Visual - e depois ele muda velozmente para posturas rápidas e diretas ativando o que nomeamos de Estado Alerta. Outro exemplo: um diretor pode solicitar a um ator que sustente um gesto no espaço em uma cena de suspense – fluxo contido e espaço direto ativando o

¹⁵ Ação/Recuperação - Tema de Transformação do Sistema Laban/Bartenieff. Refere-se ao processo ou tendência natural do corpo recuperar-se de alguma atividade através de constantes mudanças de qualidades de movimentos. Estas mudanças proporcionam um ritmo de equilíbrio que permitem ao corpo manter-se em movimento sem perda da vitalidade.

Estado Remoto e mude rapidamente para uma ação em fluxo livre, tempo rápido e peso leve ativando o Impulso Apaixonado; etc. Esta manutenção e/ou mudanças de determinadas combinações de qualidades de movimentos nem sempre são fáceis, mas podem ser “treinadas”. O trabalho nas *rasas* tem possibilitado esta clareza da expressão do corpo tanto para aquele que joga como para aquele que observa.

Nesse sentido, tenho começado o jogo de *rasaboxes* pelos Impulsos de ação (*Action Drive*) ou Ações Básicas de Esforço, que combinam espaço, peso e tempo. Há oito combinações possíveis: Socar (*Punch*): forte, direto e rápido; Flutuar (*float*): leve, indireto e lento; Deslizar (*Glide*): direto, leve e lento; Chicotear (*Slash*): indireto, forte e rápido; Pontuar (*Dab*): direto, leve e rápido; Torcer (*Wring*) indireto, forte e lento; Espanar (*Flick*): leve, indireto e rápido; Pressionar (*Press*): forte, direto e lento. A partir das qualidades destas Ações Básicas vou propondo mudanças.

Construo oito caixas com fita crepe e coloco em cada uma delas as qualidades específicas de cada Ação Básica de Esforço por escrito em um papel pregado no chão (não tenho abordado no momento a caixa que corresponderia a *shanta*). O aluno/ator começa a trabalhar nas caixas de acordo com algumas sugestões, quando vou orientando verbalmente a partir do que vou observando.

Importante apontar que para o sistema Laban/Bartenieff uma emoção gera determinadas qualidades de movimento e determinadas qualidades de movimento experienciadas no corpo podem também, num caminho inverso, gerar e expressar determinadas emoções. Esta é a conexão Interno/Externo.

Darei o exemplo de um processo inicial em sala com a caixa das qualidades de peso forte, tempo rápido e espaço direto, que combinadas em iguais intensidades irão gerar a ação de socar:

1) O aluno/ator entra na caixa e começa a pesquisar estas qualidades específicas de movimentos (ele já vivenciou em aulas anteriores diversas experiências para entender estas qualidades isoladas). Sendo um processo de pesquisa, o aluno/ator deve perceber quando está ou não conseguindo manter

por muito tempo estas qualidades. Ele tem a liberdade de sair da caixa quando se cansar. E deve sair. O importante é ele perceber o quanto consegue “incorporar”, “incarnar” (*embodied*) estes elementos de esforço conjugados no corpo inteiro em movimento. Esta ação de socar vai gerando uma determinada energia, um tônus corporal bem específico.

2) Quando este trabalho estiver vivenciado, sugiro por exemplo que o aluno elimine o quanto puder de seu movimento o fator e elemento espaço direto e coloque em seu lugar o fluxo livre. Observe-se que o fator fluxo é aquele que dá apoio à expressão das emoções no movimento. Movimentos extremos realizados com fluxo livre ou fluxo contido e/ou suas gradações geralmente envolvem as emoções. “A abundância do fator fluxo é uma característica das crianças; espaço, peso e tempo tornam-se cristalizados mais tarde” (Bartenieff e Lewis, 1980: 55).

3) Ao entrar em peso forte, tempo rápido e fluxo livre, o aluno/ator poderá acessar o “Impulso Apaixonado” que muitas vezes poderá ser associado à *rasa* da *raudra*, da raiva. Aqui, mais especificamente, trata-se de expressar um ataque de raiva descontrolado. Neste momento, o aluno/ator começa a perceber que qualidades específicas do movimento podem gerar uma emoção, e que esta pode se expressar de uma determinada forma corporal no espaço. Deste modo, tanto a emoção quanto a expressão cênica da raiva evidenciam-se para o performer.

Este é o início de um dos processos que venho experimentando com o jogo *rasaboxes* em sala de aula em diálogo com o Sistema Laban/Bartenieff. A partir dele, presumo que poderão surgir inúmeros desdobramentos.

O *Rasaboxes* e o Jogo de Palhaço

Ana Achcar (Ana Lucia Martins Soares)

A experiência com o *rasaboxes* inaugurou inúmeras possibilidades para estudos seja na exploração do campo de construção da comicidade, seja na relação do palhaço com seu corpo e os estados de emoção, ou ainda na

perspectiva da troca com o público e um sentido ampliado na comunicação entre artista e espectador. De fato, o *rasaboxes* parece ser instrumento para o jogo cômico, a improvisação de palhaços, porque oferece no deslocamento pelos *boxes*, a possibilidade concreta de passar de um estado de emoção para outro pelo corpo, através da ação, do movimento, sem necessidade da transição. No *rasaboxes* é possível experimentar agindo.

É a lei do jogo da máscara: ela existe enquanto age. Tudo o que ela constrói na cena passa pelo corpo, está no corpo, ou tem o corpo do ator como fim. A máscara vive através das relações que constrói concretamente com o outro, com a palavra, com o objeto, com o espaço e o tempo, no corpo. O palhaço, considerado “a menor máscara do mundo”¹⁶ necessita da concretude da ação, justamente para trazer o estado de emoção como experiência no corpo, e, assim, viver seu ridículo na cena.

O palhaço, se diz, é o poeta da carne¹⁷. Sua lógica se desenvolve no corpo em ação cuja estreita relação entre forma e interioridade que a máscara exige está explícita, e é regra do jogo, no *rasaboxes*. Por essa razão, nos últimos anos, o exercício do *rasaboxes* se tornou parte do projeto de formação e treinamento do Programa Enfermaria do Riso/UNIRIO.¹⁸

Fig.4 Palhaça Charlote (Patricia Ubeda).

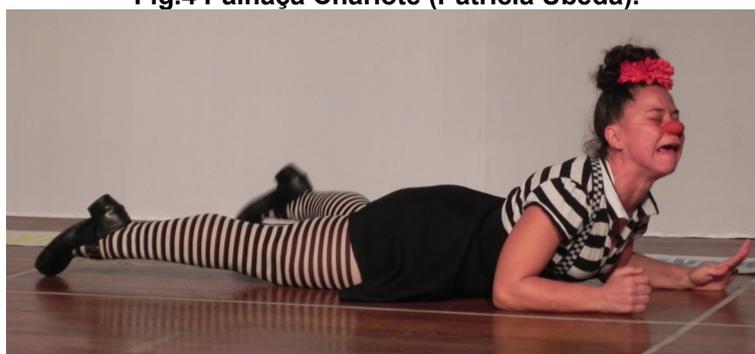


Foto: Ana Achcar, 2011, UNIRIO.

¹⁶ Nominção de Jacques Lecoq que organizou uma pedagogia de formação para o ator cuja primeira disciplina seria a máscara neutra e a última, após passar pela tragédia, *commedia dell'arte*, melodrama e textos clássicos é o palhaço.

¹⁷ Nominção de François Cervantes em texto apresentado no catálogo do *Rencontres de Clowns* (dez 2001) organizado por André Riot Sarcey no APIAC, Bourg Saint Andeol, França.

¹⁸ Programa de pesquisa, ensino e extensão universitária coordenado por mim desde 1998, cuja ênfase está na formação e na atuação de palhaços em ambiente hospitalar.

Desde o início, o sentido da nossa pesquisa se coloca na exploração de uma natureza cômica de si mesmo que, inevitavelmente e ao fim de um extenso período de experimentações, se formata numa figura cômica, o palhaço. Antes de apontar o risível no mundo, eu procuro o ridículo em mim. Esse modo de abordagem da comicidade tem repercussões na vida pessoal de todos os envolvidos na formação porque movimentam crenças e hábitos em lugares pouco explorados, expondo e tornando vulnerável redes pessoais de proteção e defesa. O jogo no tabuleiro do *rasaboxes* mostra-se uma possibilidade real para usufruir dessa vulnerabilidade, dando espaço para a necessária exposição que o trabalho sobre o riso exerce sobre cada um.

Assim, primeiramente começamos por explorar gradativamente cada uma das *rasas*. Depois, fazemos os deslocamentos pelo tabuleiro, experimentando a passagem de uma *rasa* para outra através do corpo. A partir dessa introdução mais regrada ao *rasaboxes*, nossa abordagem se abre para a exploração desse trafegar dos corpos de uma *rasa* à outra, na mudança brusca e instantânea dos movimentos e suas qualidades de presença e ritmo; invertendo, contrapondo, surpreendendo, quebrando expectativas, e então operando mecanismos de comicidade utilizados como leis na produção do risível.

Dentre muitos aspectos do jogo cômico que experimentamos através do *rasaboxes*, o uso do objeto nas *rasas* traz uma experiência a parte para o palhaço. Para ele o objeto é um parceiro, uma outra máscara, um ator que joga a cena com ele. No jogo do palhaço dizemos que o objeto se anima, quer dizer, ganha ânima, está vivo, mas sempre há alguma dificuldade em animá-lo respeitando a sua forma e o seu material sem fingir, nem mentir, ou tripudiar. No *rasaboxes*, a fisicalidade do exercício nas *rasas* reforça a realidade de cada objeto, sublinhando sua forma, afirmando seu significante, liberando a exploração dos significados que fazem com que o objeto possa assumir pelo menos uma função diferente do uso original. Por exemplo, é deste modo, no jogo, que um buquê de flores de plástico pode se tornar uma tocha em *vira*, um espanador em *bibhasta*, um escudo em *bhayanaka*; sem perder sua realidade de buquê, ao contrário, reforçando seu reconhecimento como tal.

Para o palhaço (a máscara), os estados de emoção se localizam no corpo que, por sua vez, está no espaço. O exercício da variação de intensidades no *rasaboxes* nos coloca física e materialmente não somente na exploração das emoções originais, mas também de todas as outras, subjacentes, complementares e diversas.

Experimentar variação de lugares/planos/direções para entrar e sair do *box*, traz um sentido diverso na abordagem do espaço e na qualidade de presença dos corpos. Segundo essa exploração, *adbhuta* pode trazer para o jogo simples curiosidade ou estupefação petrificada; *karuna* abriga do desespero à melancolia, passando por estados como a agonia, a aflição, a lástima. Abordar a gradação de intensidades pela perspectiva de exploração espacial do *box*, nos mantém em conexão estrita com a investigação física do estado de emoção.

Assim o *rasaboxes* é, ao mesmo tempo, pretexto e plataforma para a investigação da emoção, operando imagens, texturas, sonoridades que compõem um campo criativo, metafórico e poético. Isso, até introduzirmos o nariz vermelho no jogo, a máscara do palhaço propriamente dita. Na nossa experiência particular de formação, operaram algumas variações.

Nos exercícios propostos com nariz, imediatamente *hasya* se destacou: estava por toda parte, contaminava todas as *rasas* em maior ou menor grau, e levamos algum tempo até percebermos que, na verdade, estávamos presos a imposição de produzir riso, de tornar risível toda exploração da emoção, e desta forma, na verdade, o que fazíamos era nos afastarmos cada vez mais de alguma possível experiência do cômico no *rasaboxes*.

Como acessar a comicidade sem a obrigação de fazer graça? O *rasaboxes* nos colocou frente a frente com essa imposição/obrigatoriedade, como um impedimento que seria necessário transpor para continuar a jogar.

Da mesma forma, o nariz vermelho traz uma forte exigência de triangulação da máscara, de relação com um público, um espectador, alguém fora do tabuleiro. E é justamente pela via da relação com o outro que podemos superar a limitação imposta do riso obrigatório. Quando triangula, a máscara organiza

sua ação, e aproveita esse momento para precisar sua intenção, afirmar o entendimento, confirmar a receptividade. É um tempo a mais no ritmo, um segundo de suspensão da cena, que autoriza a sua quebra, a sua inversão, um contraste, uma oposição, a repetição, e então, se dá o efeito cômico.

A percepção dessa pontuação nos possibilitou, por exemplo, experimentar a comicidade em *karuna*, sem precisar ridicularizar a tristeza, zombar da decepção, ou ainda achincalhar o pesar. Em *bhayanaka*, o medo não se tornou grotesco, nem o abatimento, divertido. Não se tratava exatamente de mudar a qualidade da emoção que estávamos trabalhando em certa *rasa*, mas de explorar modos de interrupção e de retorno, quer dizer, de sair e de voltar ao *box* determinado, de pontuar essas idas e vindas no corpo, e esse trânsito poder interferir nas dinâmicas dos estados de emoção que se apresentavam numa e outra *rasa*.

O *rasaboxes* é uma experiência compartilhada, uma experiência de emoção compartilhada. O palhaço só existe na *rasa*; sentindo, expressando e jogando; se quem o assiste, usufrui e vivencia também essa emoção. Mesmo que experimente de modo diverso por estar em outro lugar. Isso é muito importante no jogo do palhaço. Porque um palhaço não existe sem o outro. Se não há uma pessoa para olhar o palhaço, ele está morto! Ele faz tudo para o outro. Tudo o que pensa, todas as ideias que ele prepara, são para o outro. Basta ter um, não precisam ser muitos. Tem um espectador, é suficiente. Essa exigência é fruto exatamente da necessidade de compartilhar o jogo. Assim, o palhaço existe a partir da experiência que o outro tem de estar ali.

Como o *rasaboxes* não pressupõe necessariamente uma plateia, distribuimos algumas pessoas fora do tabuleiro, no intuito de constituir um público para o jogo dos palhaços nos boxes. E convenciamos que o momento da triangulação seria também o de mudança de *rasa*. Assim, no instante reservado ao arremate da ação, à suspensão de um segundo na respiração, à troca de olhar com um espectador, o palhaço também se dirige a outra *rasa*. Isto trouxe uma agilidade impensável e quase irrealizável para o jogo, pois em certas improvisações as necessidades de triangulação eram tão numerosas

que, praticamente, o palhaço não permanecia em *rasa* alguma por mais de cinco segundos.

Finalmente, pudemos experimentar a não psicologia do jogo, a não coerência da lógica, a não continuidade do ritmo. E pudemos iniciar experiências dramatúrgicas de palhaço. Assim, passamos a conduzir no *rasaboxes*, improvisações com objetos, a sonoridade das línguas estrangeiras, instrumentos musicais, mas a partir de agora, portando o nariz. A contribuição de cada palhaço é definitiva para a carpintaria da história que se constrói, estruturada pela ação de mecanismos de comicidade (contraste, inversão, quebra rítmica, repetição, surpresa, triangulação) amplamente explorados nas passagens entre as *rasas*, e cuja construção do sentido se dá a partir do jogo entre autores/palhaços/jogadores no *rasaboxes*.

Transitar entre os *rasa boxes* é um modo de chegar ao conteúdo: através do *como faz*, o palhaço acessa o *que é*, e se torna a sua própria dramaturgia. Dramaturgia de palhaço cuja poesia se constrói na máscara, em ação, na carne. O *rasaboxes* oferece ao palhaço o lugar de autor, amplia o alcance do riso que ele produz, e carrega duas novas qualidades à sua dramaturgia: autonomia e emancipação.

Fig.5 Palhaça Charlotte (Patricia Ubeda).



Foto: Ana Achcar, 2011, UNIRIO.

Referências Bibliográficas

ACHCAR, Ana (org). O palhaço e o *rasaboxes*. Caderno de Textos sobre *Rasaboxes*, **Coleção Cadernos**, nº 4, 2016. Rio de Janeiro: Núcleo do Ator - Investigação e Documentação Teatral, UNIRIO.

_____. **Palhaço de Hospital: Proposta Metodológica de Formação**. Tese de Doutorado. Rio de Janeiro: UNIRIO, 2007.

ARTAUD, Antonin. Um Atletismo Afetivo. **O teatro e seu duplo**. São Paulo: Martins Fontes, s/d, p. 151-159.

BARTENIEFF, Irmgard; LEWIS, Dori. **Body movement: coping with the environment**. New York: Gordon and Breach, 1980.

CARVALHO, Flavio Ribeiro de Souza. **O Ator Bricoleur**. Dissertação de Mestrado. Rio de Janeiro: UNIRIO, 2009.

FERNANDES, Ciane. **O corpo em movimento: O Sistema Laban/Bartenieff na Formação e Pesquisa em Artes Cênicas**. São Paulo: Annablume, 2002.

GUIMARÃES, Fernanda Mareuse. **O Rasaboxes na Preparação Corporal de Atores para a Teledramaturgia: Uma Proposta de Oficina**. Monografia de Conclusão de Curso – Pós-graduação em Preparação Corporal nas Artes Cênicas, Faculdade Angel Vianna, Rio de Janeiro, 2013.

HACKNEY, Peggy. **Making connections: total body integration through Bartenieff fundamentals**. Amsterdam: Gordon and Breach Publishers, 1998.

LABAN, Rudolf. **The mastery of movement (revised by Lisa Ullman)**. Fourth Edition. A Dance Books Publications, 1974.

LECOQ, Jacques. **O Corpo Poético**. São Paulo: Editora Senac e Sesc São Paulo, 2010.

LOUREIRO, Angela. **Effort: L'alternance dynamique**. Paris: Ressouvenances, 2013.

MINNICK, Michele. Uma jornada com *rasaboxes*. Uberlândia, **OuvirOuver**, vol. 14, nº 1, 2018.

MINNICK, Michele e COLE, Paula Murray. O ator como atleta das emoções: o *rasaboxes*. Rio de Janeiro, **O Percevejo online**, Dossiê O Corpo Cênico: Linguagens e Pedagogias, vol 3, nº 1, PPGAC/UNIRIO, 2011.

_____. The actor as athlete of the emotions: the *rasaboxes* exercise. **Movement for Actors**. POTTER, Nicole (ed). New York: Allworth Press, 2002, p. 214-226.

MIRANDA, Regina. **Corpo-espaço: aspectos de uma geofilosofia do corpo em movimento**. Rio de Janeiro: 7 Letras, 2008.

ROQUET, Christine. Da análise do movimento à abordagem sistêmica do gesto expressivo. Rio de Janeiro, **O Percevejo online**, Dossiê Corpo Cênico: linguagens e pedagogias, vol. 3, nº 1, PPGAC/UNIRIO, 2011.

SARMENTO, Júlia Peredo. **Enlouquecer o Rasaboxes – produção de intensidades no trabalho do ator**. Dissertação de Mestrado. Fortaleza: UFC, 2015.

SCHECHNER, Richard e LIGIÉRO, Zeca (org). A estética do *Rasa*. **Performance e Antropologia de Richard Schechner**. Rio de Janeiro: Mauad X, 2012, pp. 129-155.

Sites

www.rasaboxes.org

<http://hidvl.nyu.edu/video/000030401.html>. Digital Video Library do Hemispheric Institute.

<http://hemisphericinstitute.org/hemi/pt/modules/item/1314-east-coast-artists-benefit-rasaboxes-demonstration-2004>. Hemispheric Institute Special Collections.