

COELHO, Renan. **Corpo manifesto**: a metodologia do bastão aplicada no treinamento pré-expressivo através do malabarismo. Belém – Pa: Universidade Federal do Pará. Instituto de Ciências da Arte e Programa de Pós-Graduação em Arte; Mestrando; Orientador: Prof. Dr. Cesário Augusto; Bolsista da Capes.

RESUMO

Este trabalho irá abordar a experiência da metodologia de criação de partitura corporal através da utilização de bastões, esta metodologia foi inspirada nos trabalhos com Odin Teatret e experienciados durante a disciplina de Laboratório do Corpo, na Universidade Federal do Pará. Essa metodologia foi fundamental para a criação do treinamento pré-expressivo que estou realizando dentro da minha pesquisa de mestrado com a utilização de malabarismo. Deste modo, utilizei a metodologia de trabalho de um material para aplicar em outro. Neste artigo explico como isso se sucedeu assim como minhas motivações para escolha dessa metodologia e escolha desse gênero circense para criação deste trabalho.

PALAVRA-CHAVE: Treinamento. Teatro. Circo. Bastão. Malabarismo.

ABSTRACT

This work will address the experience of the methodology of work with rods, inspired by the works with Odin Teatret and experimented during the discipline of Laboratory of the Body, at the Federal University of Pará. This methodology was fundamental for the creation of the pre-expressive training that I am doing within my master's research with the use of juggling. In this way I used the working methodology of one material to apply in another. In this article I explain how this happened as well as my motivations for choosing this methodology and choosing this circus genre to create this work.

KEYWORDS: Training. Theater. Circus. Stick. Juggling.

Em tempos de artes híbridas e trocas de informação entre as linguagens, estou me propondo, dentro da pesquisa de mestrado na Universidade Federal do Pará, vivenciar um treinamento para artistas da cena utilizando as técnicas do circo e metamorfosear essa vivência em poética, já estou há um ano e meio praticando esse treinamento e tem sido uma experiência muito importante na minha trajetória como artista em virtude de vários motivos. De antemão é importante elucidar que desde o início do treinamento a intenção nunca foi de afinar minhas técnicas de malabarismo, contudo utilizá-la para desenvolver minhas percepções e meu repertório corporal como ator (com isso, venho eventualmente, aprimorando o

malabarismo que estou utilizando durante o treinamento, mas isso é consequência e não finalidade).

Nesta pesquisa de Mestrado minha intenção é justamente conseguir conciliar essas duas artes da cena. A partir das minhas vivências dentro do malabarismo e da minha necessidade de treinamento pré-expressivo gostaria de fazer uma simbiose entre essas duas motivações. É aí que nasce minha pesquisa.

Inicialmente, é de suma importância explicar o motivo de se treinar. Além disso, o que sabemos sobre o corpo? Sobre qual corpo estamos falando? Qualquer pessoa pode treinar? Qual a finalidade? A partir dessas discussões propostas gostaria de dizer que corpo é uma das palavras mais complexas dentro do nosso vocabulário diante de sua grande amplitude de significado dentro dos vários ramos científicos. Neste trabalho será falado sobre o corpo dentro de uma concepção artística, assim como alguns conceitos filosóficos abordados dentro de sua complexidade. As discussões sobre corpo se iniciam com Platão, dizendo que o homem era dividido em corpo e alma. Onde corpo seria a parte sensível e a alma a parte inteligível, logo seu oposto. Deste modo, pressupõe-se que toda sua sabedoria humana, encontra-se na alma e o corpo acaba se tornando um obstáculo (MONTENEGRO, 2013. P.3). O pensamento Platônico relacionado ao corpo revolucionou e até hoje ainda reflete imensamente na supervalorização do conhecimento em detrimento do sensível.

Posteriormente, Aristóteles vem com um argumento contrário ao de Platão, onde ele diz que o homem é o elemento comum dentro da percepção corpo x alma. Sendo assim a alma só consegue adquirir sua sabedoria através da sensibilidade do corpo. Logo, o corpo torna-se a função cognitiva da alma.

(...)a percepção se constitui essencialmente por um movimento da alma no corpo, mesmo porque o corpo é constituído materialmente para que a alma, sua forma, exerça seus fins. Por exemplo, a visão é a forma do olho, ou seja, o olho tem certa constituição material específica de modo a se adequar a sua forma, de modo que a visão exerça seu fim que é ver. Sendo o corpo a matéria e a alma a forma, temos que, ambos, conjuntamente, são condição para que haja sensação, ou seja, para que haja sensação é necessário que ocorra simultaneamente uma afecção no corpo e uma na alma. (AGGIO, 2009. P. 03)

E muitas discussões permeiam essas duas linhas de pensamentos, todos os outros pensadores vieram para acrescentar alguma coisa seja na linha de pensamento Platônica ou Aristotélica. E após muitos séculos começaram a aparecer os questionamentos político-sociais e religiosos acerca do corpo.

Durante o período grego os corpos eram moldados a partir dos esportes e da arte da guerra, e em relação à sexualidade era um corpo neutro, visto que ainda não havia qualquer tipo de pecado em relação a isso, pois a teologia cristã ainda não havia surgido GOMES (2006, p. 3). A partir do Cristianismo a percepção sobre corpo começou a ser bastante modificada. Os moldes do corpo judaico-cristão foram surgir entre o século I e IV d.C., e houve uma revolução de conceitos e entendimentos se formos comparar com a estrutura e o comportamento do povo grego. Inicialmente, com a teologia do Apóstolo Paulo vemos que há uma liberdade sexual muito grande, desde que com seus maridos e esposas, ele dizia que os casais poderiam fazer o que quisessem, sexualmente falando, desde que ambos estivessem de acordo, segundo o Apóstolo isso evitava que os casais caíssem em tentação fora de seus casamentos.

Passemos aos pontos sobre os quais me escrevestes. É bom ao homem não tocar em mulher. Todavia, para evitar a fornicação, tenha cada homem a sua mulher e cada mulher o seu marido. O marido cumpra o dever conjugal para com a esposa; e a mulher faça o mesmo em relação ao marido. A mulher não dispõe do corpo; mas é o marido que dispõe. Do mesmo modo, o marido não dispõe do seu corpo; mas é a mulher quem dispõe. Não vos recuseis um ao outro, a não ser de comum acordo e por algum tempo, para que vos entregueis as orações; depois disso, voltai a unir-vos, a fim de que Satanás não vos tente mediante a vossa incontinência. Digo isso como concessão e não como ordem. (S. PAULO. I Coríntios 7:1-6)

São Paulo entendia que a luxúria não era tão grave, se fosse realizada dentro do matrimônio. Haja vista que a culpa do pecado não era da humanidade geral, mas da natureza humana (errônea) do primeiro casal decaído. A partir daí o corpo começa a ser entendido como algo fraco, pecaminoso.

Já no século II, o ato sexual se tornou o símbolo do pecado, inclusive dentro do casamento abençoado pela própria igreja (GOMES, 2006, p.8). E a partir daí o ideal era transformar o corpo em templo para o Espírito Santo. O

século III foi marcado pela doutrina da abstinência, afinal: “aqueles que subjagam a carne ganham como prêmio a morada de Deus em seus corações, tornam-se o templo do Espírito Santo e nesta condição membros do corpo vivo de Cristo” (GOMES, 2006 p.10). No século IV houve a descoberta do maniqueísmo, e sobre esse sentido diz-se que: “A aplicação do maniqueísmo sobre o corpo afirma que o espírito é bom e o corpo é mal” (GOMES, 2006 p.10). Santo Agostinho foi quem conseguiu reformular a noção do sexo como pecado original, e transfere para a vontade a origem de todos os males.

Sendo assim, com essa modesta linha construída sobre o corpo até o século IV, percebemos que este sempre foi objeto de pesquisa de várias pessoas, sobre vários aportes e perspectivas foi para exemplificar como durante os séculos fomos doutrinados sobre o que devemos fazer com o corpo ou deixar de fazer. Sendo assim, nosso corpo está condicionado a trabalhar de acordo com a realidade em que vivemos. E assim como muitos outros no passado, minha vontade de treinar decorre da vontade de romper barreiras. É como BARBA (1995, p.244) nos ensina: estou aqui para “aprender a aprender”. E para isso, algumas barreiras precisam ser quebradas. E através do treinamento pretende-se criar esse rompimento.

O foco que será utilizado dentro deste artigo é o corpo inserido dentro de um treinamento voltado para a cena. Sabe-se que matéria-prima de um ator, performer, bailarino ou circense é o corpo, como trabalhar este corpo para que ele esteja apto aos desafios que a cena nos submete? Dentro desta ótica será abordado sobre o treinamento corporal do ator.

O treinamento tem a função de dar abertura para o ator se reinventar, se recriar, se transformar. JEUDY (2002, p. 81) fala que “fazer arte é redescobrir seu corpo”.

Quando falamos de inventividade não nos referimos ao novo, mas à disposição de inventar outros modos de composição. Inventar, nesse caso, seria uma capacidade composicional cuja postura ético-política propõe ampliação de potência de todas as partes envolvidas nessa mesma composição. (FERRACINI, Renato; MANDELL, Carolina. 2016:9)

Dentro do treinamento busca-se a diferença dos parâmetros que já existem. Sem deslegitimar ou usar o argumento de que os parâmetros

existentes não são válidos. Mas precisamos fazer o novo, aqui está a nossa autonomia de criação enquanto atores da cena.

Diferenciar-se, para mim, é construir livremente, a partir de um ponto de partida, é trabalhar em direção à própria singularidade. Não é ser “diferente” de alguma coisa, mas ser capaz de diferenciar-se em si. (SILVA, Tatiana. 2009, p. 20)

Através de alguns estudos pude assimilar que

Através da construção de um treinamento técnico é possível que o ator delimite um terreno pessoal e estruturante, onde ele possa desenvolver sua própria subjetividade. Neste espaço, através da disciplina, da perseverança, de um espírito curioso e determinado, o ator, mesmo sozinho, é capaz de olhar para si como criador e criação, como outro – personagem ou texto – e como si mesmo. (SILVA, Tatiana. 2009, p. 21)

A partir do momento que conseguimos alcançar essa qualidade de recriação, geramos uma energia nova, e assim alcançamos a pré-expressividade abordada por Eugênio Barba. Ele nos explica que

Para um ator, trabalhar em nível pré-expressivo significa modelar a qualidade da própria existência cênica. Sem eficácia em nível pré-expressivo um ator não é ator. Pode até funcionar dentro de um espetáculo, mas, justamente por isso, é material puramente funcional nas mãos de um diretor ou de um coreógrafo. Pode vestir as roupas, os gestos, as palavras e os movimentos de um personagem, que porém, sem uma acurada presença cênica, são apenas roupas, gestos, palavras e movimentos. Tudo o que faz significa apenas o que significar e nada mais. Os linguistas diriam: denota, não conota. A eficácia do nível pré-expressivo de um ator é a medida da sua autonomia como indivíduo e como artista. (BARBA, 1994, p.151)

A técnica à qual estou recorrendo para vivenciar o treinamento durante a pesquisa é o malabarismo, como dito acima. E neste artigo, particularmente, falarei sobre a relação metodológica que está sendo feita durante a minha pesquisa entre a técnica do malabarismo com bolinhas e o treinamento técnico com o bastão, este que foi inspirado a partir do Odin Teatret, e foi aplicado durante o estágio docente que fiz, explicarei melhor essa experiência posteriormente.

Começarei falando sobre as motivações de ter optado por essa modalidade circense: é uma técnica de baixo custo, bem como consigo treiná-

la sozinho sem precisar de infraestrutura demasiadamente elaborada seja de material, seja de sala de treinamento. Mas escolhi essa técnica não apenas por questão de praticidade financeira e estrutural, mas pressuponho que com ela eu consiga ter noção suficiente – mesmo que de forma embrionária durante este processo de mestrado – do que quero evidenciar dentro da minha pesquisa, que é a avaliação da eficácia do treinamento para ator através da utilização dessa modalidade circense.

Sendo assim, falarei sobre meu delineamento e amparo teórico nessa caminhada falando, primeiramente, sobre o Malabarismo o qual

Constitui uma atividade de manipulação que se baseia no controle de objetos no ar. Por definição, é a operação de recolher de forma contínua, segundo uma trajetória sempre similar, uma série de objetos em número sempre superior ao de mãos. Por exemplo: uma mão lançando duas bolas, ou duas mãos lançando três bolas.(DUPRAT; BORTOLETO 2007, p.10)

Este que hoje em dia é bastante apontado dentro do campo da educação física como uma forma de educação pedagógica. Afinal, segundo DUPRAT; BORTOLETO (2007, p.10) “é uma atividade que requer um material de pequeno porte, de fácil e barata fabricação, de baixo preço e acessível a todos os alunos”. Razões pelas quais, como disse anteriormente, optei por escolher tal modalidade.

Há também a ludicidade que envolve o jogo de malabares. PITARCH (2000, p.2) nos diz que os objetos (os malabares) estão em constante jogo com a gravidade, formam figuras no espaço, há uma enorme dificuldade de execução dos movimentos, o que estimula bastante a paciência, necessita-se de uma velocidade de reação para evitar que os objetos caiam, assim como por ser um novo meio de comunicação corporal há diversas formas de utilizá-lo.

A partir disso tem-se a possibilidade de criar imagens, criar movimentos, não é meramente um simples ato de jogar um objeto para cima e não deixá-lo cair. Deste modo entende-se que os malabares envolvem vários tipos de capacidades corporais, onde todas estão diretamente ligadas às capacidades perceptivo-motoras. Além do que esta habilidade desenvolve um novo meio de comunicação através do objeto.

Los malabares son actividades que desarrollan las capacidades perceptivomotoras (coordinación, percepción kinestésica, percepción espacio-tiempo) las motoras (velocidad de reacción, frecuencia de movimientos, etc.) y por tanto las resultantes (habilidad y destreza). (PITARCH, Roger. 2000, p. 2)¹

Sendo assim, essas citações feitas até agora falam sobre a justificativa da implementação do malabarismo dentro da atividade escolar, na disciplina de Educação Física, mas há como transmutar todas essas concepções pedagógicas para a utilização dentro do teatro, visto que aqui também estou atrás de uma reeducação corporal a qual me possibilite desenvolver várias técnicas corporais.

Durante o processo estou me desafiando a manusear a bola que segundo DUPRAT E BORTOLETO (2007, p. 12) “podem ser ocas ou recheadas com alpiste, areia, arroz etc.). Seu peso varia de 110 a 130 gramas e seu diâmetro entre 50 a 100mm.”. Durante esse treinamento estou utilizando as bolinhas de tênis, pois são bolinhas que tem uma aerodinâmica ótima em decorrência de seu peso, assim como elas pulam, podendo me possibilitar que eu utilize o rebote que é quando atiramos a bola em direção contrária, ou seja, em direção ao chão, elas batem e voltam. E, claramente, só conseguiremos fazer isso com bolinhas que pulem.

A objetivo desse treinamento é, inicialmente, vivenciar através dos malabares o aperfeiçoamento da destreza, agilidade, paciência, concentração e respiração. Como já foi dito inicialmente, não tenho a intenção aqui de utilizar esse treinamento de malabares como um objeto artístico, mas sim de um exercício para atuação, logo o foco não é alcançar a plasticidade do movimento dos objetos que estão sendo manuseados, mas sim a minha concepção entre a relação deste objeto e meu corpo e isso pode se dar de várias formas que extrapolam o conceito clássico de malabarismo.

Considerando os malabarismos um lançamento limitado pelo tempo e trajetória de voo de um ou mais objetos e sua recepção, não se supõe que para sua aprendizagem todas as situações propostas deverão cumprir esse requisito. Nesse sentido, consideramos interessante flexibilizar o conhecimento para melhor adaptação desse

¹Tradução livre: Os malabares são atividades que desenvolvem as capacidades perceptivomotoras (coordenação, percepção sinestésica, percepção de espaço-tempo) as motoras (velocidade de reação, frequência de movimentos, etc.) e, portanto, as resultantes (habilidade e destreza).

conteúdo ao ambiente escolar; dessa forma, utilizamos os jogos de malabares. (DUPRAT; BORTOLETO 2007, p.11)

E o desígnio desta experimentação é fazer com que eu compreenda a relação entre o objeto e meu corpo ao ponto do objeto se tornar a extensão de mim

Quando começamos a aprender uma técnica, é preciso que nos concentremos de maneira intensa naquilo que estamos fazendo: como nos movemos, como mantemos o equilíbrio etc. Mas quando se progrediu para muito longe nessa técnica, não se tem mais a necessidade de pensar na maneira como se deve agir. Os movimentos fazem-se naturalmente, liberando assim a consciência. O objetivo de todos os sistemas de treinamento técnica é o de nos permitir executar o gesto conveniente sem pensar nisso. Mas, sem treinamento, é impossível de se obter uma concentração dessa qualidade, uma concentração flutuante... [...] Treinamos para adquirir uma técnica que em seguida jogamos fora para passar ao estágio da criatividade. (OIDA, Yoshi. 1999. p.60).

E a partir desse momento pode-se experimentar coisas diferentes, desafiar a própria técnica e, nesse caso, desafiar o próprio corpo.

Meu impulso interno para utilização desta modalidade circense se deu a partir de algumas vivências em aulas de teatro obtidas seja no Curso de Arte Dramática da UFPa, quando em algumas oficinas, experimentei a utilização de um bastão, inspirado nos exercícios utilizados no *Odin Teatret* por Eugenio Barba.

O bastão exerce o papel também de aprimorar a escuta aos movimentos do outro, tirando a atenção de si e atentando para as indicações dinâmicas executadas. As respostas ao movimento anterior devem buscar variações de ritmo e intensidade, trabalhar as categorias de energia, ao receber o que foi lançado pelo par, p. ex. se o último movimento foi rápido e leve, reagir com um movimento lento e denso; achar a lógica das tensões para, na ajuda recíproca do trabalho com o outro, estabelecer uma relação que pode ser mantida e repetida; trabalhar com o “espaço sólido”, como peças da engrenagem de um relógio, que quando uma se move as outras se movem de uma forma diferente. (RODRIGUES, Leticia. 2014, p. 85)

Ao ler a parte da dissertação da Leticia Rodrigues² que fala sobre o treinamento com objetos, a qual ela chama de “parceiros objetos”, percebi a

²Dissertação apresentada na Escola de Comunicação e Artes da Universidade de São Paulo (ECA/USP) a qual registra os procedimentos de preparação técnica e montagem do diretor e dos atores do *Odin Teatret*.

necessidade de observação do corpo através do objeto. Pois assim como quando treino o malabarismo com a bolinha tensões são criadas, em várias partes do corpo, e quando se tira a bolinha e começa-se a fazer a pantomima não se pode perder essas tensões. Segundo RODRIGUES (2014, p. 85) “a dificuldade desse trabalho encontra-se justamente em, sem o objeto, não perder as tensões presenteadas pelo bastão”.

Assim como quando eu vi o trecho do vídeo da demonstração de Roberta Carreri³, ela fala que Eugênio Barba pediu para os atores trabalharem com o bastão para ter um desafio novo dentro do treinamento. A tarefa era encontrar a vida daquele bastão, mas como encontra-se vida para um bastão? A vida do bastão nada mais é do que a energia que o ator transfere para ele. E havia algumas regras: 1. Devia ter um movimento inicial, o bastão tinha que ser independente do corpo; 2. E teria que ter um final muito bem preciso; 3. Não se poderia pegar em qualquer lugar no bastão, teria que pegar ou nas pontas ou exatamente no meio. Todos os movimentos eram criados a partir da dinâmica do treinamento com o bastão. A partir dessa dinâmica de improviso esse bastão se transformava em objetos e posteriormente criava-se uma partitura não linear. Deste modo, em um momento o bastão era uma espada, depois era o guarda-chuva de uma donzela, logo após uma vara de pescar e assim por diante.

Durante meu período de estágio acadêmico, período este no qual meu orientador e eu ministramos uma disciplina na Licenciatura em Teatro na Universidade Federal do Pará, chamada de Laboratório do Corpo. E nessa disciplina trabalhamos todo o percurso de trabalho com bastões. Ele fazia o trabalho de explicação das etapas do trabalho, assim como seu encaminhamento e eu fazia o trabalho de preparação corporal com alongamentos e aquecimentos voltados para aquele trabalho específico. Seguimos com a seguinte metodologia:

1. Primeiro dividiu o grupo em duplas, após isso houve o primeiro contato com o bastão, eram cabos de vassoura, logo identifica-se o tamanho.

³ Roberta Carreri é atriz do *Odin Teatret* desde 1974. E apresenta um Espetáculo/Demonstração chamado “*Huellas en la nieve*”

O Professor fez vários exercícios para eles se acostumarem com aquele objeto.

2. Posteriormente, eles tinham que criar uma partitura com aqueles bastões utilizando a força do corpo para pressionar o bastão contra o corpo do outro para que não caísse, ou seja colocava o bastão na palma da mão e empurrava contra a palma da mão o outro para que este não caísse. A partitura teria que explorar os planos, assim como explorar utilizar a força de várias partes do corpo, não só da mão. Então as partituras foram muito bem elaboradas com diversas formas de utilizar aquele bastão corpo-contra-corpo. Todos esses movimentos foram realizados a partir de um corpo neutro, isso quer dizer que não havia criação nenhuma de personagem, era apenas um laboratório de movimentos.

3. Memorizada toda a movimentação utilizando os bastões, retirou-se os bastões, contudo a pressão utilizada para que o bastão invisível não caísse deveria continuar. Sendo assim, essa é a fase da pantomima. Essa fase foi a mais complexa pois a dificuldade de manter a tensão era grande. E muitas vezes houve desperdício de energia, e excesso de tensão. Tiveram que repetir diversas vezes.

4. A partir daí fizeram o trabalho de abstração desse bastão. O trabalho se tornou individual. Eles começaram a criar movimentações a partir da dinâmica criada pela pantomima. Isso quer dizer que se imaginássemos que houvesse um público, os espectadores não poderiam saber que toda aquela movimentação foi decorrente de movimentações com um bastão. Esse momento de abstração foi bem enriquecedor pois eles criaram movimentações com potenciais muito grandes.

5. Por último fizemos o trabalho de subjetivação daquela movimentação. Ou seja, atribuímos um significado a ela. Dentro da movimentação inserimos textos, poesias e músicas. Dependendo do aluno eles escolhiam uma dessas categorias. E a partir dessa subjetivação criou-se cenas. Pequenos monólogos. Deste modo, nessa fase deixamos de lado o corpo neutro e se transformou na criação de personagens a partir de um corpo e uma movimentação pré-existente.

Esse trabalho todo durou o semestre letivo inteiro. Ao final do curso percebemos que o quanto é complexo trabalhar a partir do objeto. Mas em contrapartida percebemos também o quanto é mais dinâmico o trabalho quando temos um objetivo.

Sendo assim a partir das vivências dentro de sala de aula percebi que poderia muito bem aplicar essa metodologia de treinamento à minha vivência com os malabares atingindo outro tipo de qualidade. A partir daí meu trabalho ganhou um outro nível de qualidade, pois foi quando eu criei um objetivo final para ele mesmo sabendo que é um trabalho de infinitas possibilidades. A partir daí o treinamento começou a fazer todo o sentido e começou a se transformar num sistema.

Deste modo comecei o trabalho de criação de partitura. Tracei como meta, fazer dois movimentos diferentes a partir das quantidades de bolinhas. Pois percebi que desta forma ficaria bem mais fácil de subdividir os movimentos. Sendo assim foram criados 3 movimentos com 1 bolinha, 1 movimento com 2 bolinhas, e nesse momento estou criando 3 movimentos com 3 bolinhas e farei até o final da pesquisa 1 movimento com 4 bolinhas para finalizar tendo total de 8 movimentações diferentes, criadas através de toda aquela metodologia abordada acima.

Minhas movimentações são criadas a partir de vetores. É como se houvesse várias rajadas de ar passando pelo corpo enquanto eu treino. Gosto de ter essa visão dinâmica dentro da minha vivência. Essas rajadas de ar são responsáveis pela minha movimentação com as bolas. Esse ar vem de baixo para cima, de cima para baixo, nas diagonais, são rajadas fortes e rápidas. Antes de entender a metodologia do meu treinamento meu corpo era completamente resistente a todos esses vetores e todas essas rajadas. A partir da metodologia, meu corpo se transformou e comecei a dançar juntamente com os vetores – e a partir dos vetores –e meu corpo se transformou num corpo manifesto.

Não obstante a todos esses indutores, para cada movimentação tenho utilizado outro indutor que são os princípios que retornam do BARBA (1994), princípios estes que vou explicar com mais detalhes, a partir do livro *A Cano*

de Papel, para que se possa entender como eles funcionam como indutor dentro da pesquisa:

1. Cotidiano e extracotidiano: Cotidianamente nosso corpo é utilizado através de nossa cultura, pelo estado social e pelo ofício. A partir do momento que existe uma representação diferenciada de uma técnica cotidiana, podemos chamá-la de extracotidiana. As técnicas cotidianas do corpo são em geral caracterizadas pelo princípio do esforço mínimo, ou seja, alcançar o rendimento máximo com o mínimo uso de energia. As técnicas extracotidianas baseiam-se, pelo contrário, no esbanjamento de energia. Às vezes até parece que é o oposto do cotidiano, ou seja, o esbanjamento máximo de energia para um resultado mínimo;
2. Equilíbrio em Ação: Será que existe um nível da arte do ator no qual ele esteja vivo, presente, mas sem representar nem significar nada? Quando se modifica o andar, percebe-se que há uma alteração no equilíbrio. Quando caminhamos segundo as técnicas cotidianas do corpo, os quadris seguem o movimento do caminhar. Nas técnicas extracotidianas do ator Kabuki, NÓ e Kyogen, os quadris devem permanecer fixos. Para bloqueá-los, enquanto se caminha, é necessário dobrar ligeiramente os joelhos e usar o tronco como um único bloco, usando a coluna vertebral que desse modo pressiona para baixo. Assim se criam duas tensões diferentes na parte inferior e na parte superior do corpo que obrigam a encontrar um novo equilíbrio. Trata-se de um meio para ativar a vida do ator e só em um momento posterior se torna uma característica particular de estilo. Esse equilíbrio instável, precário, de luxo é o que deixa nosso corpo ativo, mesmo que parado. Gasta uma quantidade enorme de energia. Afinal quando alteramos nosso equilíbrio uma gama enorme de tensões musculares do nosso organismo é ativada para que não possamos cair. Sendo assim, usa-se o desequilíbrio para dilatar as tensões do corpo.
3. A dança das oposições (dilatação corporal): Um exemplo dado por Barba dessa expressão, é a relação entre corpo cotidiano e

extracotidiano, na qual há uma distância entre ambos, mas não é uma separação completa, há uma tensão. Na Ópera de Pequim, o sistema codificado dos movimentos do ator rege-se por este princípio: cada ação deve ser iniciada na direção oposta à qual se dirige. A função é dilatar as ações. Distender e retrair membros ao mesmo tempo, fazendo com que estes se tornem gigantes, fugindo do comum (cotidiano). Aqui fala-se que se quiser ir pra frente temos que sentir como se tivesse uma força muito grande nos empurrando para trás; se quisermos levantar temos que sentir uma força muito grande nos empurrando para baixo. Um ótimo exercício para isso é tentar andar com alguém segurando nossos quadris. Tudo isso gera inquietude, dor, mal-estar. É quando percebemos que está começando a ficar bom. A intenção desse princípio é dilatar, por em visão, tornar significativo o agir cotidiano. “Fazer ver já é interpretar”.

4. Incoerência coerente e virtude da omissão: Nesse momento do texto Eugênio continua falando sobre os movimentos extracotidianos, os quais inicialmente são incoerentes pois não são os movimentos “naturais” utilizados no cotidiano, o que causa um estranhamento. Contudo, durante um tempo (de espetáculo ou de treinamento) esses movimentos passam a ser coerentes, transformando-os em uma: incoerência coerente. Depois de uma longa prática os atores passam a incorporar esses movimentos extracotidianos na sua *bios*, criando uma nova cultura do corpo, uma “segunda grandeza”, uma nova coerência.
5. Equivalência: Aqui fala-se sobre a importância do contexto dentro de uma obra de arte. Sem um contexto deixa de ser obra e torna-se uma representação de si mesma. Um ator sem intenção é apenas um homem parecendo ser um homem, pode ser prazeroso, mas é insuficiente para a arte. Para que seja arte, a coisa deve ser representada por outra coisa. O corpo do ator tem que ser descomposto e recomposto com base em movimentos sucessivos e antagônicos. O ator não vive a situação; recria o vivente na ação. Ao final desta obra o corpo não se parece mais consigo. Em outras palavras: deve abandonar a própria espontaneidade, isto é, os

próprios automatismos. Esses métodos para evitar automatismos servem para criar equivalentes.

6. Um corpo decidido: Um corpo que corta a si mesmo de todas as práticas cotidianas. Aqui nesse princípio um ator não deve pensar no que deve fazer, ele deve fazer e pronto. Está decidido. Com todos esses conceitos chega-se à conclusão de que as ações extracotidianas não são frias se formos comparar com as ações físicas. O ator busca um corpo fictício e não uma pessoa fictícia. A tentativa não é influencia a psique do ator, mas o seu dinamismo físico, mesmo que não tenha pretensão nenhuma de significar qualquer coisa para o espectador.

Apesar de saber que dentro de cada movimentação deve haver esses princípios inseridos, minha ideia é criar o movimento tentando explorar somente uma delas, deste modo, é algo bastante complexo. Principalmente quando falamos sobre cotidiano e extracotidiano pois qualquer movimento de malabares, por exemplo, já é extracotidiano. Contudo, para nós que trabalhamos constantemente com o malabarismo, alguns movimentos já se tornam cotidianos e automatizados, e, portanto, criei um movimento que quebra esse cotidiano do treinamento com malabares e posteriormente acabei percebendo que isso é exatamente aprender a aprender. E assim fiz com os outros princípios.

Sendo assim criei a partitura dos movimentos até com 2 bolinhas, ou seja, foram criados 4 movimentos. Desses 4 movimentos já fiz o movimento de pantomima e abstração de 3. E o mais complexo até agora em todas essas etapas foi a pantomima, pois a bolinha oferece pouquíssima resistência por ser leve (são bolinhas de tênis, como disse em outro momento), assim como elas têm um tempo de trajetória de uma mão para outra. Então esse tempo tem que ser muito bem calculado durante a pantomima, assim como a resistência para jogar a bola de uma mão para outra.

Durante todo o treinamento está sendo feito um diário de bordo com fotos, gravação da evolução dos exercícios, desenhos e a escrita sobre as sensações e atravessamentos causados durante o processo.

Diários, anotações e correspondências são documentos que, às vezes, conseguem flagrar e arquivar registros da percepção: são as reservas passionais do artista. Registros que refletem o modo pelo qual aquele artista percebe o mundo. A fugacidade desses momentos de registro já foi observada sob o ponto de vista do efeito sensível que estes causam no artista. (SALLES, Cecília. 1998, p. 91)

Portanto, é de suma importância dizer o quanto essa pesquisa é importante para mim, assim como este artigo, pois há algum tempo venho trabalhando com o circo e o teatro sem correlacioná-los, ou então interligando-os sem consciência, é como se das vezes que utilizei o circo para atuação eu tivesse me anulado enquanto circense e fosse só ator, descartava a possibilidade das duas coisas juntas – ator-circense. Minha missão durante o processo de pesquisa, assim como nesse artigo é de demonstrar minha intenção de ressignificar alguns exercícios que já são utilizados para um tipo de linguagem dentro de outra, onde por fim se transforme numa simbiose. Deste modo eu não farei apenas Malabarismo, mas sim uma manipulação de objetos flutuantes. E tenho grandes anseios de que obtenha grandes vivências através dessa troca e união.

Referências

A BÍBLIA. I Conrítios, 7: 1-6. Disponível em: <https://www.bibliaonline.com.br/acf/1co/7Acesso> em 06 de dezembro de 2017.

AGGIO, J. **O papel do corpo na percepção segundo Aristóteles.** Disponível em: periodicos.uern.br/index.php/trilhasfilosoficas/article/view/73. Acesso em: 06 dez. 2017.

BARBA, Eugenio; SAVARESE, Nicola. **A arte secreta do ator:** dicionário de antropologia teatral. Campinas, SP: UNICAMP, 1995.

BARBA, Eugenio. **A canoa de papel:** tratado de antropologia teatral. Tradução de Patrícia Alves. São Paulo: HUCITEC, 1994.

DUPRAT, Rodrigo; BORTOLETO, Marco A. Educação física escolar: pedagogia e didática das atividades circenses. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, vol. 28, n. 2, jan. 2007, pp. 171-189. Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte. Curitiba, Brasil

FERRACINI, Renato; MANDELL, Carolina. **Corpo e risco:** poética e performatividade. Pós: Belo Horizonte, v.6, n.12, p. 229 – 241, 2016.

GOMES, A. M. A. **As representações sociais do corpo e da sexualidade no protestantismo brasileiro.** Disponível em: www.pucsp.br/rever/rv1_2006/p_gomes.pdf. Acesso em 21 de Dezembro de 2017.

JEUDY, Henri-Pierre. **O corpo como objeto de arte.** 1º ed. São Paulo: Estação Liberdade, 2002.

MONTENEGRO, N. **O corpo em Platão:** uma investigação à luz dos diálogos fédon e fedro. Disponível em: <http://www.fiepbulletin.net/index.php/fiepbulletin/article/view/2834>. Acesso em: 06 dez. 2017.

OIDA, Yoshi. **Um ator errante.** Trad. Marcelo Gomes. São Paulo: Beca Produções Culturais, 1999.

PITARCH, Roger. Los juegos malabares: justificación educativa y aplicación didáctica em la ESO. **Revistes Catalanes amb Accés Obert (RACO)**. v. 3, n. 61, 2000. Catalunha: Espanha.

RODRIGUES, Letícia. **Em um corpo só:** crônica de uma atriz-pesquisadora em contato com a tradição do Odin Teatret. Dissertação (Mestrado em Artes). Escola de Comunicação e Artes da Universidade de São Paulo, São Paulo. 2014.

SALLES, Cecília. **Gesto inacabado**: processo de criação artística. São Paulo: FAPESP: Annablume, 1998.

SILVA, Tatiana. **Treinamento do ator**: plano para reinvenção de si. Dissertação (Mestrado em Artes Cênicas). Instituto de Artes da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Rio Grande do Sul, 2009.