

# **Corpo em Movimento: (Re)descobertas no campo da Arte de estudantes de teatro por meio das práticas somáticas e do *viewpoints***

Sarah Auxiliadora Paiva Duarte (Universidade Federal de Goiás - UFG)<sup>1</sup>

Prof.(a). Dra. Valéria Maria Chaves de Figueiredo (Universidade Federal de Goiás - UFG)<sup>2</sup>

## **RESUMO**

Este artigo nasce da pesquisa desenvolvida no Programa de Pós- Graduação em Artes da Cena da Universidade Federal de Goiás, com a pretensão de discutir e apresentar algumas questões da pesquisa de campo vivenciada com um grupo de adolescentes através da aplicação da pesquisa - ação. O estudo relaciona os princípios da Educação Somática e *Viewpoints* como meios integradores do fazer teatral. A pesquisa dialoga com autores como Ana Mae Barbosa (2007), Anna Borgat e Tina Landau (2005), Eugenio Barba (1993), Sylvie Fortin (2010) e Moshe Feldenkreis (1977) dentre outros. O processo criativo se atravessa com *Viewpoints* com pontos de atenção dentro de espaço e do tempo no trabalho coletivo, ao passo que, as abordagens somáticas se desenvolvem em práticas voltadas à consciência corporal e ao corpo em movimento. O estudo da Educação Somática e de *viewpoints*, neste trabalho, não vem da relação para se tornar mais um técnica para o estudante de teatro, mas sim, um meio integrador de criações autorais, subjetivas, um lugar de poética e de descobertas do teatro, para que, assim, o estudante depois de seu corpo percebido e vivido possa alcançar outros lugares na encenação por meio das experiências e vivências individuais e coletivas.

## **PALAVRAS CHAVE**

Educação Somática, *viewpoints*, fazer teatral, propriocepção.

## **ABSTRACT**

---

<sup>1</sup> Graduada em Arte Cênicas pela Universidade Federal de Goiás – UFG e Mestranda em Artes da Cena pela Universidade Federal de Goiás – UFG.

<sup>2</sup> Doutora em Educação FE – UNICAMP. Mestre em Artes IA- UNICAMP. Graduada em Educação Física – UFG. Professora associada da Universidade Federal de Goiás – EMAC/FEFD. Coordenadora do Grupo de Pesquisa LAPIAC. valeria\_figueirefo@ufg.br

This article stems from research developed in the Graduate Program in Performing Arts at the Federal University of Goiás, with the intention of discussing and presenting some field research issues experienced with a group of adolescents through the application of action research. The study relates the principles of Somatic Education and Viewpoints as integrative means of theatrical making. The research dialogues with authors such as Ana Mae Barbosa (2007), Anna Borgat and Tina Landau (2005), Eugenio Barba (1993), Sylvie Fortin (2010) and Moshe Feldenkreis (1977) among others. The creative process is crossed with Viewpoints with points of attention within space and time in the collective work, while somatic approaches are developed in practices aimed at body awareness and the moving body. The study of Somatic Education and viewpoints, in this work, does not come from the relationship to become one more technique for the theater student, but rather, an integrative means of authorial, subjective creations, a place of poetics and theater discoveries, so that, in this way, the student, after his body perceived and lived, can reach other places in the staging through individual and collective experiences.

#### **KEY WORDS**

Somatic Education, viewpoints, theater, proprioception.

A experiência, a vivência e a busca por resultados com a investigação de processos criativos de estudantes de teatro, leva a procura de novas possibilidades na criação do ator e na busca de exercícios de autopercepção, tornando-se aspecto fundamental para a estruturação de um método de trabalho. Para explorar esse trabalho, tive o anseio em buscar estudantes de teatro que estivessem com o mesmo questionamento dentro de si: O que fazer para obter uma encenação melhor do que a encenação que tenho agora?

Neste aspecto, todos os estudantes de teatro em busca da exploração corporal compreenderam que não conheciam seus próprios corpos. Desse modo, o trabalho da autopercepção chegou antes do proposto. Como mostra Bolsanello (2010), para Thomas Hanna no termo “somática”, a palavra soma significa corpo. É o corpo subjetivo e percebido. Então, a pretensão do trabalho em equipe era o corpo subjetivo em prática que, para Fortin (2011), por meio dessa prática que se chega a consciência corporal.

Assim, as práticas somáticas entram como um meio que conecta fundamentos teatrais e a encenação teatral.

Para realizar esse trabalho, reunimos o grupo no contexto pandêmico com a intenção de não interromper o trabalho corporal mas respeitando as *medidas* de prevenção ao contágio pelo *Coronavírus*, adaptando assim, as práticas teatrais no que diz respeito ao toque e a aproximação. Em busca de entender o resultado artístico, dentro desse aspecto, buscamos adaptar a maneira de trabalhar teatro visualizando a situação pandêmica não como um problema, mas sim, como um novo caminho no fazer teatral que nos levou a uma exploração de exercícios de maneiras diferentes e nunca vistos, esbarrando em limitações ou maneiras inexecutáveis.

Para que isso funcionasse trabalhamos com a metodologia da pesquisa-ação, onde

A pesquisa-ação é aquela que, além de compreender, visa intervir na situação, com vistas a modificá-la. O conhecimento visado articula-se a uma finalidade intencional de alteração da situação pesquisada. Assim, ao mesmo tempo que realiza um diagnóstico e a análise de uma determinada situação, a pesquisa-ação propõe ao conjunto de sujeitos envolvidos mudanças que levem a um aprimoramento das práticas analisadas. (SEVERINO, 2013, p. 104)

Portanto, os estudantes de teatro, enquanto grupo, participavam dos processos de decisões e davam ideias no fazer teatral de como poderíamos fazer, quando poderíamos fazer e sobre o que seria pertinente lembrar durante esses processos. Isso gerou uma dinâmica quando ficamos por um tempo em isolamento social. O isolamento levou a primeira decisão uníssona de que não trabalharíamos por meio remoto. Então, quando surgisse oportunidade de encontro faríamos o trabalho de corpo. Nesse meio tempo, os estudantes passaram a pesquisar as readaptações de práticas pensando na construção do personagem, sem o toque físico, mantendo o distanciamento obrigatório, sem deixar de contribuir coletivamente para o processo um do outro.

Esse processo de conhecer melhor os exercícios para adaptá-los, ou criar novas maneiras de exercitar e construir, aflorou a arte enquanto conhecimento e o conhecimento da arte. Logo,

A arte na educação como expressão pessoal e como cultura é um importante instrumento para a identificação cultural e o desenvolvimento. Através das artes é possível desenvolver a percepção e a imaginação, apreender a realidade do meio ambiente, desenvolver a capacidade crítica, permitindo analisar a realidade percebida e desenvolver a criatividade de maneira a mudar a realidade que foi analisada. (BARBOSA, 2017, p. 3)

Essa busca da análise da realidade influenciou diretamente no processo criativo dos estudantes de teatro resultando em uma autonomia enquanto ator e o trabalho em grupo de ensaio. Uma vez disposto nosso objetivo, foram determinados os elementos principais para trabalhar com as práticas somáticas e os *viewpoints*. Enquanto nas práticas somáticas o foco era voltado para autopercepção corporal depois da construção de ações e movimentos do personagem, *viewpoints* era voltado para o movimento do ator no espaço e no tempo dessa criação. Vale ressaltar que, o uso das práticas somáticas é comumente aplicado no processo corporal do ator (no corpo do ator). Já aqui, seria o trabalho no corpo do personagem construído e conseqüentemente no corpo do ator.

As concepções a seguir, tratam-se de apontamentos decorrentes de reflexões geradas entre as vivências individuais e coletivas, voltadas no trabalho contínuo do ator/estudante de teatro dentro da pesquisa de campo com exercícios pontuais voltados para *viewpoints* e as práticas somáticas no personagem.

Como apontamento inicial, os estudantes de teatro já possuíam experiência de outras escolas de teatro e professores, mas, nunca tiveram contato ou tiveram conhecimento das práticas somáticas. Como ponto comum, o grupo já havia trabalhado com *viewpoints* sendo considerada para eles uma das técnicas de teatro para o desenvolvimento do ator. “*Viewpoints* são uma filosofia traduzida em uma técnica para: 1 treinar performers; 2 construir coletivos; e 3 criar movimento para o palco” (BORGAT E LANDAU, 2005, p. 25). Assim, destaca-se que *viewpoints* foi o ponto de partida para agrupar e escolher como trabalhar os fundamentos do teatro.

O trabalho dos fundamentos do teatro se tornou um quesito importante, pois havia a necessidade de desmitificar o que todos sabiam ou não sabiam, e o que poderia fazer sobre esses fundamentos quando estivessem no palco. Os estudantes buscavam na sala de ensaio conversas em relação a arte contemporânea e o resultado artístico. O diálogo que era relutante sobre esses aspectos levou a percepção de que os anseios que os cercavam eram além disso. Surgiram, então, as seguintes perguntas: Consigo construir um personagem e mantê-lo em cena? E o que seria essa sustentação? Conheço meu corpo?

As concepções desses anseios dentro dos encontros foram no sentido do que foi construído nos processos de criação e a perda da consciência durante a encenação teatral, como se o corpo estivesse dormido e os membros limitados. Dessa maneira, o trabalho dos fundamentos do teatro por meio de *viewpoints* passou a ser primordial para

o entendimento desse corpo dormido, trabalhando a respiração, o foco, o andar pelo espaço e outro elementos.

Com a conscientização dos fundamentos teatrais, deu-se início para a constituição de cenas nas quais todos tinham um personagem de livre criação em relação as características de como esse personagem deveria ser, portar, falar, andar, dentre outras características. Outro aspecto importante, dentro desse processo de criação, foi o trabalho da repetição para que ocorresse a conscientização dos movimentos criados, partituras produzidas e, por fim, a memorização da dramaturgia do movimento, que para Pallotini (1989) é um meio técnico de composição para criar uma sequência de movimentos.

Podemos compreender que:

O movimento é a base da consciência. A maior parte do que vai dentro de nós, permanece embotado ou escondido de nós, até que atinge os músculos. Sabemos o que está acontecendo dentro de nós, logo que os músculos da face, coração ou do aparelho respiratório, se organizam em padrões, conhecidos por nós como medo, ansiedade, riso ou qualquer outro sentimento (FELDENKRAIS, 1977, p. 56).

Com a dramaturgia do movimento trabalhada, foi apresentado a educação somática aos estudantes de teatro. Foram apontadas inquietudes e o que se achava necessário desenvolver no corpo e nos movimentos. Focamos sobre os personagens e suas características de movimentos. Ao começar a trabalhar as práticas somáticas começamos pelos pés dos personagens, pernas, depois membros superiores, mãos, coluna, e por fim, cabeça. Os exercícios tinham a intenção de acordar a autopercepção corporal do personagem e depois a do ator. Assim, as práticas somáticas eram feitas em cima da dramaturgia do personagem, não no corpo do ator como via direta dessas práticas.

Indagam-se então, novos questionamentos: Agora que tenho percepção dos membros, e partes do corpo personagem, como melhorar os espaços internos sem a desconstrução da dramaturgia aperfeiçoada?

Assim, começou o trabalho da tecnologia interna, explicada por Bolsanello (2012), que seria o trabalho do movimento do corpo tendo como foco a ação de cada movimento, tornando a ação e o corpo mais conscientes, percebendo e evitando lesões e tensões que acontecem na execução de hábitos e no cotidiano. É uma maneira de explorar o corpo.

A tecnologia interna adotada no decorrer do trabalho foi entendida pelos alunos de forma criativa, dialógica e acessível. Esse processo de diálogo e reflexão, criou um

fiu natural dos estudantes de teatro relacionando a vontade de entender o corpo enquanto movimento e como isso afetava outros processos corporais como seus sentidos sensoriais, intangíveis, sensíveis, inventivos dentre outros.

Com as trocas de informações do grupo, levou-se a manifestações de desejos e vontades e curiosidades pessoais de cada estudante, aflorando a sensibilidade de cada um, além do autocuidado e o cuidado com o grupo como um todo. Criou-se, assim, intimidade nas quais o grupo declarava seus medos, objeções, satisfações, além de criar alternativas para que todos andassem juntos durante o processo criativo. Juntos no sentido de que desafios encontrados não paralisassem o processo em trabalho. O distanciamento provocado pela pandemia acordou pontos intangíveis como o uso da palavra, direcionada como fonte intermediária do toque e o afeto construído entre os estudantes. A ausência do toque como um auxílio no processo levou a atenuação do uso da tecnologia interna. O uso do chão, trabalhando a premissa “ou você usa o chão, ou o chão te usa”, permitiu trabalhar os movimentos como um tato que precisávamos para propulsar percepções.

No tocante dessas sensações tangíveis e intangíveis que o corpo aflora, descobrimos que o corpo precisa ser percebido com toda a sua complexidade. Ao explorar tais complexidades é evidente que o entendimento das mesmas não se esgotam, por mais que haja a participação e experiência do outro. Esses pontos provocou o envolvimento com a construção do personagem e como não se perder dentro dessa persona.

Assim, ao chegarmos nesse ponto os estudantes de teatro passaram a ter uma nova relação de conhecimento com o personagem. A atenção em mover cada parte do corpo de acordo com sua estrutura física relacionando com o espaço e o tempo, agregados com a respiração e foco, contribuiu para uma harmonização dos padrões de movimentos estabelecidos pela dramaturgia, explicados por Laban (1984).

Uma vez internalizado no corpo e mente a autopercepção corporal, aconteceu a reconfiguração da dramaturgia do movimento do personagem, estimulando novos alcances corporais e uma habilidade de movimento e concentração. Quando os estudantes de teatro se deparavam com uma nova dificuldade em executar ações, movimentos e como mantê-los, voltavam para as práticas somáticas, fazendo tais ações e movimentos procurando sentir espaços internos/externos e a respiração.

O entendimento desse processo criativo passou a alcançar outros lugares artísticos que não eram nossos objetivos *a priori*, como a influência dessas práticas no

uso do texto, dos figurinos, da voz e outros aspectos da linguagem dramática. Pode-se perceber que, cada estudante de teatro com seu padrão de criação chegou ao elemento base que são as práticas somáticas, permitindo fazer análises e combinações tendo a liberdade de incluir, integralizar e retirar movimentos que não eram considerados essenciais em suas dramaturgias.

O estudo da construção do personagem é em relação a processos. Não se olha o resultado artístico final e se coloca a responsabilização somente na encenação, mas é preciso ter um entendimento processual. Nesse caso, a observação do processo de criação, tem relação direta com os fundamentos do teatro e como o corpo é percebido. Vale ressaltar que, as práticas somáticas assim como a utilização de *viewpoints* não são para serem vistos como um modelo estático a ser seguido, mas sim, uma comanda que norteia as descobertas que permitam a integração com outras técnicas teatrais e o desenvolvimento do teatro como campo de conhecimento.

Com os personagens apresentados ao grupo, abriu-se para um diálogo das percepções desses processos criativos. Percepções como que envolviam sentimentos de intimidade com o personagem, força em cena, o ator com sua disponibilidade em cena para adaptar e improvisar sem perder o estudo de seu processo. Essas percepções foram mencionadas nos encontros. O trabalho no corpo do personagem e posteriormente no corpo dos estudantes de teatro, chegaram a conclusão da importância dos fundamentos teatrais e das práticas somáticas na construção da dramaturgia do movimento. Assim,

Quando pensamos tomamos consciência de que o movimento é a essência da vida e que toda forma de expressão (seja ao falar, escrever, cantar, pintar ou dançar) utiliza o movimento como veículo, vemos quanto é importante entender essa expressão externa da energia vital do interior. (LABAN, 1990, p.100)

Adiante:

O movimento, portanto, revela evidentemente muitas coisas diferentes. É o resultado, ou da busca de um objeto dotado de valor, ou de uma condição mental. Suas formas e ritmos mostram a atitude da pessoa que se move numa determinada situação. Pode tanto caracterizar um estado de espírito e uma reação, como atributos mais constantes da personalidade. O movimento pode ser influenciado pelo meio ambiente do ser que se move. É assim que, por exemplo, o meio no qual ocorre uma ação dará um colorido particular aos movimentos de um ator ou de uma atriz. (LABAN, 1978, p.21)

Em prol do desenvolvimento da autopercepção corporal e da criatividade do estudante de teatro, as práticas somáticas adentram como uma habilitação do ator enquanto sujeito autônomo de sua criação, por mais que ocorra inspirações e influências

de movimentos de outros sujeitos, uma vez que, o ator com sua consciência corporal consegue criar novos meios de encenação teatral.

Portanto, a dramaturgia do movimento entra como uma forma de roteirização contendo todos os elementos possíveis encontrados durante o processo criativo, enquanto *viewpoints* entra como um princípio para tomadas de decisões em relação aos fundamentos do teatro e como equilibrá-los na encenação.

Já as práticas somáticas perpassa o âmbito da autonomia do ator em relação aos movimentos construídos em busca de um corpo percebido, potencializando corpo, a encenação teatral. Desse modo, a tecnologia interna entra como uma ponte integradora para o movimento autêntico consciente.

Essas redescobertas se tornam um *work in progress*, que visa tal manutenção do ator relacionada a educação somática aplicada ao corpo do personagem construído pelo estudante de teatro na dramaturgia do movimento, sem modificar a matriz de criação das partituras, gestos e ações físicas, trabalhando a autopercepção para a sustentação do personagem promovendo novas mobilidades e extensões dessa matriz de criação sem perder a poética de seu corpo.

Em cada processo criativo ou na busca em conhecer nossos corpos, tem-se um novo desafio e um caminho a ser percorrido com seus obstáculos. Nesse caminho, toda e qualquer fonte de movimento se torna uma condução não para busca de resultados, mas sim, para a evolução do conhecimento sobre o que somos e o que fazemos. Abordar as sensibilidades relativas ao corpo mostra que a ideia de movimento não é estática. Existe deslocamentos únicos, pois somos individuais, e ao mesmo tempo o todo nos movimenta.

Não posso acreditar em tudo, e a arte vai justamente sugerir a criação de novos pensamentos simbólicos, expressivos e inventivos. Torno-me tolerante com a diversidade, com a diferença do outro, de uma possibilidade de convivência com o outro. Na arte o conceito de autonomia é fundante. O aprender a palavra/corpo/gesto é um processo de humanização. Sou meu corpo e não estou meu corpo.

A dança e o teatro vão possibilitar práticas de diálogos pessoais e coletivos, a aprender a dizer com o corpo sua expressão corporal, construir, descobrir sua cultura, sua identidade e suas diferenças. Ter cuidados com seu corpo e o corpo do outro, respeitando seus limites e suas formas de expressar. Este é um caminho de se humanizar com a arte, é construir saberes necessários para uma educação que acredite no homem, que traga amor e sentimento de pertencimento.



## REFERÊNCIAS CITADAS

- BARBOSA, Ana Mae. **Arte, educação e cultura**. Disponível em: <<http://www.dominiopublico.gov.br/download/texto/mre000079.pdf>>. Acesso em: 28 jun. 2017.
- BOGART, Anne; LANDAU, Tina. **O livro dos Viewpoints: um guia prático para Viewpoints e composição**. São Paulo: Perspectiva, 2005.
- BOLSANELLO, Débora Pereira. **A educação somática e os conceitos de descondicionamento gestual, autenticidade somática e tecnologia interna**. Motrivivência, Ano XXIII, n.36, p.306-322, Jun./2011.
- \_\_\_\_\_. **Educação somática: o corpo enquanto experiência**. Motriz, Rio Claro, v.11 n.2 p.99-106, mai./ago. 2005.
- FELDENKRAIS, Moshe. **Consciência pelo movimento**. 4. ed. São Paulo: Summus, 1977.
- FORTIN, Sylvie. **Nem do lado direito, nem do lado avesso: o artista e suas modalidades de experiência de si e do mundo**. In: WOSNIAK, Cristiane; MARINHO, Nirvana. **O avesso do avesso do corpo: educação somática como práxis**. Joinville: Nova Letra, 2011. p. 25-44.
- LABAN, Rudolf. **Dominio do movimento**. São Paulo. Summus, 1978.
- \_\_\_\_\_. **Dança educativa moderna**. São Paulo: Ícone, 1990.
- \_\_\_\_\_. **A vision of dynamic space**. London and Philadelphia: The Falmer Press, 1984.
- PALLOTTINI, Renata. **Dramaturgia. A construção do personagem**. São Paulo: Ática, 1989.
- SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico**. São Paulo: Cortez, 2013. E-book.
- STANISLAVSKI, Constantin. **A Construção da Personagem**. 2ª edição. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1976.