

Universidade de Brasília

Instituto de Artes

Departamento de Artes Cênicas

Programa de Pós-Graduação em Arte

**Reencontrando o equilíbrio: as possibilidades do uso
do *Gong Fu* no treinamento dos atores e criação de cenas**

Sanântana Paiva Vicencio

Brasília – DF

Junho de 2011

Universidade de Brasília

Instituto de Artes

Departamento de Artes Cênicas

Programa de Pós-Graduação em Arte

**Reencontrando o equilíbrio: as possibilidades do uso do
Gong Fu no treinamento dos atores e criação de cenas**

Sanântana Paiva Vicencio

Orientadora: Profa. Roberta Kumasaka Matsumoto

**Dissertação apresentada ao
Programa de Pós-Graduação em
Arte da Universidade de Brasília,
como requisito parcial para a**

**obtenção do título de Mestre em
Arte.**

Brasília – DF

Junho de 2011

Banca examinadora:

Profª. Dra. Roberta Kumasaka Matsumoto

(IdA / UnB)

Prof. Dr. Fernando Antonio Pinheiro Villar de Queiroz

(IdA / UnB)

Prof. Dr. Samuel Mendonça

(PUC / Campinas)

Resumo

Neste trabalho busca-se levantar estímulos, qualidades e um referencial técnico-teórico a partir do estudo e da prática do *Gong Fu*, visando aprimorar e auxiliar o trabalho do ator, tanto em seu treinamento pessoal quanto na criação de cenas. Partindo da análise do discurso de Jerzy Grotowski e Eugenio Barba, e de seus diálogos com as produções artísticas ditas orientais, pretende-se sugerir esta arte marcial como mais uma ferramenta a ser utilizada na formação do ator. Sua peculiaridade está na concepção holística do ser humano, que se confirma na proposição de um treinamento com *qigong* e elementos da filosofia Taoísta, como o *yin* e *yang*, e chega até a aquisição de um novo vocabulário de movimentos. Acredita-se que, desta forma, esta técnica corporal possa colaborar na desconstrução dos padrões corporais pessoais e no desenvolvimento da criatividade dos artistas.

Palavras-chave: treinamento do ator, artes marciais, *Gong Fu*, ação física, técnicas corporais.

Abstract

This work seeks to raise up stimuli, qualities and a technical-theoretical reference based on the study and practice of *Gong Fu*, aiming to improve and assist the actor's work in his individual training as well as in play composition. Starting from the analysis of Jerzy Grotowski and Eugenio Barba's speech, and their dialogue with the so said oriental artistic productions, it is intended to suggest this martial art as an additional tool in actor training. Its singularity lies in the holistic conception of the human being, which is confirmed in the proposition of training with *qigong* and elements of the Taoist philosophy, and gets to the gain of a new movement vocabulary. It is believed that, by those means, this corporal technique may aid in the individual body pattern deconstruction and in the development of creativity.

Key words: actor training, martial arts, *Gong Fu*, physical action, body techniques

Agradecimentos

Quero agradecer primeiramente a Deus, à energia cósmica, ou a como quiserem chamá-lo. Alguns ficam céticos durante o mestrado, eu fiquei mais religiosa. Em segundo lugar quero agradecer à minha querida família, em especial aos meus pais, Jeane e Raul, que sempre acreditaram na arte e me incentivaram a seguir este caminho. Serei eternamente grata! Agradeço à existência por ter colocado na porta da minha casa uma escola de artes marciais (“Espaço Pratikar”), e por ter colocado dentro dela um sifu: Marcelo Gabriel. E pelo sifu deste sifu: Samuel Mendonça. Os valores ensinados por vocês me acompanharão durante a vida. Não me esqueci dos meus colegas Fausto Moraes, Helleno Rodrigues e Thiago Azarias, que com boa vontade se dispuseram a participar do vídeo. Thiago, se não fosse você eu não teria metade do meu *Gong Fu*. Ao Douglas, meu acupunturista, por ter me ajudado demais com suas agulhas e palavras.

À minha orientadora Roberta. Se não fosse a sua perspicácia, inteligência e generosidade, tudo teria sido muito diferente. Pra mim você sempre será uma inspiração. Aos estudantes de Interpretação Teatral 1 pela disponibilidade. E principalmente à Alice, Denis e Emyle. Eu só tenho a agradecer por ter encontrado pessoas tão especiais! Ao Gilberto, pelo apoio emocional, material, psicológico, intelectual, etc. Um amoroso obrigada por tudo, principalmente por ter me ajudado a manter a sanidade. Ao meu irmão Sadhu, que me fez rever (e ampliar) todos os meus conceitos. Ao meu padrasto Caio pela revisão atenta no momento decisivo. Ao meu outro irmão Tamiel por todas as dicas preciosas. A todos os meus professores da graduação, em especial ao Fernando, pela generosidade sem tamanho durante toda a graduação e pelas contribuições na banca de qualificação, e à Sulian por me ensinar a escrever direito. Vocês fizeram com que eu pudesse acreditar em mim! À professora Alice pelas construtivas colocações na qualificação. Ao professor Cesário Augusto pela produtiva e motivadora conversa. Ao Saulo, que me ajudou a escrever o pré-projeto que deu início a isso tudo. Ao Dudu pela edição dos vídeos. Às minhas amigas da Colina por segurarem a barra, em especial à Luciana, que tantas vezes leu, releu e colaborou com a pesquisa. A Baco, deus do vinho, pelos momentos de inspiração! Agradeço à

música e aos músicos que me acompanharam: Beethoven, Incubus, Krishna Das, Paralamas, O'Connor, Fatih no More, Metallica, Bach, etc..

Dedico esta dissertação à minha avó Aninha e ao meu sobrinho Lucas.

Trabalhe pacientemente em seus estudos, não para que os homens te julguem sábio, nem mesmo para gozares a felicidade de ser sábio, mas porque o sábio pode ser sabiamente útil. (Krishnamurti)

O sábio tudo realiza e nada considera seu. Tudo faz e não se prende aos frutos de sua atividade. Termina sua obra. E está sempre no princípio. E por isto sua obra prospera. (Lao Tse)

Lista de Figuras:

- Figura 1:** foto de Sanântana Paiva Vicencio durante treino de *Gong Fu* no Parque Flamboyant – Goiânia (GO). Acervo pessoal da autora. 29
- Figura 2:** imagem do ideograma *Yi* (arte). Retirada do livro: HSUAN-NA, T. *Ideogramas e a cultura chinesa*. São Paulo: Realizações, 2006 (p. 480). 38
- Figuras 3 e 4:** evolução do pictograma ao ideograma *Yi* (Arte). Retirada do livro: HSUAN-NA, T. *Ideogramas e a cultura chinesa*. São Paulo: Realizações, 2006 (p. 480). 38
- Figura 5:** pictograma e ideograma *Gong*. Retirada do livro: HSUAN-NA, T. *Ideogramas e a cultura chinesa*. São Paulo: Realizações, 2006 (p. 473.). 39
- Figura 6:** ideograma e pictograma *Fu*. Retirada do livro: HSUAN-NA, T. *Ideogramas e a cultura chinesa*. São Paulo: Realizações, 2006 (p. 39.). 39
- Figura 7:** pictograma e ideograma *Wu*. Retirada do livro: HSUAN-NA, T. *Ideogramas e a cultura chinesa*. São Paulo: Realizações, 2006 (p. 58). 40
- Figura 8:** quadro do artista Heiko Roschike com o poema *Espírito, Postura, Corpo e Mente* em chinês. Disponível em: gongfuarteemovimento.com. Acessado em Novembro de 2010. 45
- Figura 9:** foto do Grão Mestre Brendan Lai executando *Ton Long Bou Seem* na base gato. Disponível em: <http://www.brendanlai.com/site/?q=node/39>. Acessado em Novembro de 2010. 46
- Figuras 10 e 11:** desenhos de autoria de Sanântana Paiva Vicencio realizados durante vivência artística realizada no *Espaço Lai kung fu* – Goiânia (GO). Acervo pessoal da autora. 49
- Figura 12 e 13:** *Shifu* Marcelo Gabriel e *Daigee* Helleno Rodrigues executando a forma *gwan doi gwan* (bastão contra bastão) no *Espaço Lai kung fu* – Goiânia (GO). Acervo pessoal da autora. 50

- Figura 14:** *Shifu* Marcelo Gabriel e *Daigee* Helleno Rodrigues durante atividade com *body art* realizada no *Espaço Lai kung fu* – Goiânia (GO). Foto: Maria de Fátima Oliveira de Souza. 51
- Figura 15:** resultado da atividade com *body art* realizada no *Espaço Lai kung fu* – Goiânia (GO). Foto: Maria de Fátima Oliveira de Souza. 51
- Figura 16:** foto de um louva-a-deus. Retirada do site: <http://pt.wikipedia.org/wiki/Louva-a-deus>. Acessado em Maio de 2011. 55
- Figura 17:** foto de um louva-a-deus e uma borboleta Retirada do site: www.uol.com.br. Acessado em Abril de 2010. 55
- Figura 18:** fotos do Grão Mestre Brendan Lai executando o movimento *Fan Diw Sao* na forma *Mui Fah Lo*. Disponível em: <http://www.brendanlai.com/site/?q=node/39>. Acessado em Novembro de 2010. 58
- Figura 19:** foto do Grão Mestre Brendan Lai executando *Ton Long Bou Seem* na base cavalo. Disponível em: <http://www.brendanlai.com/site/?q=node/39>. Acessado em Novembro de 2010. 58
- Figura 20:** foto de Sanântana Paiva Vicencio em frente ao altar da escola do mestre Tony Chuy, Nova York (EUA). Acervo pessoal da autora. 61
- Figura 21:** foto de paisagem com pedra. Disponível em: <http://honoriodemedeiros.blogspot.com/2011/02/natureza-e-equilibrio.html>. Acessado em Maio de 2011. 76
- Figura 22:** foto da postura “abraçando a árvore”.
Retirada de: CHIA, Mantak. *Chi Kung da camisa de ferro*. Tad. Henrique Amat Rêgo Monteiro. Org. Judith Stein. São Paulo: Editora Cultrix, 2005 (p. 98). 96
- Figuras 23 e 24:** desenhos da postura “abraçando a árvore”. Retirada de: CHIA, Mantak. *Chi Kung da camisa de ferro*. Tad. Henrique Amat Rêgo Monteiro. Org. Judith Stein. São Paulo: Editora Cultrix, 2005 (p. 93 e p. 114). 96
- Figura 25:** *Yin e Yang*. Retirada de: CURI, A. *Por uma tao expressividade: processos criativos em trânsito com matrizes taoístas*. Tese (Doutorado em Artes Cênicas) – Poética e processos de encenação, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2007 (passim). 110

Figura 26: Anel de Moebius. Retirada de: CURI, A. *Por uma tao expressividade: processos criativos em trânsito com matrizes taoístas*. Tese (Doutorado em Artes Cênicas) – Poética e processos de encenação, Universidade Federal da Bahia, Salvador. 2007 (passim). 111

Figura 27: foto do grupo de artistas que participaram do exercício. Acervo pessoal da autora. 116

Figura 28: esquema que sintetiza a função da improvisação nos trabalhos práticos. 131

Figura 29: quadro que sintetiza as experiências práticas. 132

Figura 30: fluxograma final. 147

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	12
CAPÍTULO 1 – INICIANDO O DIÁLOGO ENTRE O <i>GONG FU</i> E TEATRO .	29
1.1 GONG FU: COMO TUDO COMEÇOU	31
1.2 IDEOGRAMAS: O REGISTRO DOS GESTOS	37
1.3 CRIAÇÃO E TRADIÇÃO: DIALÉTICA DOS ESTILOS	52
1.4 SOBRE AS FRONTEIRAS	62
CAPÍTULO 2 – <i>WU WEI, QUIGON</i> E <i>YING/YANG</i>: CONTRIBUIÇÕES	
AO ATOR.....	76
2.1 AUTOANÁLISE: REFLEXÕES SOBRE O CORPO	78
2.2 <i>WU WEI</i> E A VIA NEGATIVA	89
CAPÍTULO 3 – O CAMINHAR PARA A CENA	116
3.1 POTENCIALIZANDO AS RELAÇÕES DO ATOR: O OUTRO, OS OBJETOS E O ESPAÇO	118
3.2 IMPROVISACÃO NA LUTA E NO PALCO	128
3.2.1 Experimentando improvisar	132
3.2.2 Outros encontros e a busca pela maturação artística	139
CONSIDERAÇÕES FINAIS	156

INTRODUÇÃO

A utilização das artes marciais como ferramenta no treinamento e na preparação de atores e atrizes é uma prática antiga em países como a China, Japão e Índia. Os atores aprendizes da Ópera de Pequim, na China, realizam cotidianamente técnicas de artes marciais, aliadas ao treinamento de canto, dança e outras práticas corporais (FERRACINI, 2001, p. 61 a p. 66). Nestes contextos as artes marciais são utilizadas com o intuito de desenvolver habilidades corporais tais como: concentração, força, flexibilidade, precisão, virtuosismo, etc. Além disto, estas artes operam com a perspectiva de um corpo integrado, trabalhando o desenvolvimento concomitante tanto da energia interna quanto da forma da ação externa. Tal dinâmica é comentada por Linda Conaway:

O treinamento de movimentos de um ator não é completo sem ambos, o interno e o externo. A extensão da essência mais a forma (karatê, dança, mímica, esgrima e ginástica) mais habilidades (atuação, métrica, projeção e visibilidade) produz versatilidade e total

consciência corporal, imagem corporal efetiva e execução do intelecto¹ (CONAWAY, 1980, p. 69).

Richard Nichols, praticante de artes marciais e professor da Universidade Estadual da Pensilvânia (EUA), mostra-nos que os atores e os praticantes de artes marciais têm muitas necessidades em comum, entre elas: equilíbrio, tranquilidade mental, economia de esforço e utilização da respiração como fonte de energia. Nichols ainda enumera algumas contribuições oriundas da prática de artes marciais:

- Desenvolvimento do foco (concentração);
- Estar no momento; o “aqui” e “agora”;
- O estabelecimento de imagens;
- Focalização da energia com vistas à economia de ação/gesto;
- Executar cada ação a seu tempo;
- Expandir os horizontes da auto-imagem;
- Desenvolvimento de um corpo flexível, controlado e equilibrado;
- Unificação da mente e corpo;
- Apreciação e desenvolvimento da disciplina (NICHOLS, 1993, p. 19).

As contribuições citadas por Nichols serão problematizadas ao longo deste trabalho. Sua fala está inserida no livro de Phillip Zarrili, *Asian Martial Arts in Actor Training*. Zarrili é outro árduo pesquisador das artes marciais, possui Ph.D e ministra aulas no Departamento de Estudos Performáticos na Universidade de Exeter / Reino Unido, onde aplica uma metodologia de treinamento psicofísico baseada na arte marcial indiana *Kalaripayattu*, na yoga e no *tai chi chuan*. De acordo com este autor: “No Instituto de Artes da Califórnia, por exemplo, nós temos, desde a nossa fundação, oferecido *t'ai chi ch'uan* para estudantes de todas as artes, sendo requisito para estudantes em atuação a prática de *t'ai chi ch'uan* durante quatro anos, quatro manhãs por semana” (ZARRILI, 1993, p. 9). Phillip Zarrili pode ser considerado um dos maiores pesquisadores do mundo em treinamento de atores embasado em artes marciais. Tive a oportunidade de ter contato com alguns exercícios de seu treinamento em Janeiro de 2011, em Brasília, por meio do Prof. Dr. Cesário Augusto, outrora seu orientando;

¹ Tradução livre a partir do original em inglês: “*An actor's movement training is not complete without both the external and the internal. The extension of essence plus form (karate, dance, mime, fencing, and gymnastics) plus skills (dramatic action, phrasing or pace, projection and visibility) yields versatility and total body awareness, effective body image, and execution of the intellect*”.

este contato enriqueceu a pesquisa como um todo e será comentado posteriormente.

Zarrili diz que:

Das práticas cujo interesse permanece, nenhuma provou sua viabilidade, objetividade humanitária e imensa eficácia no treinamento do ator como as artes marciais. Estas, certamente, não estão passando tal qual modismo; pelo contrário, nosso envolvimento e entendimento sobre elas tem-se expandido continuamente (ZARRILI, 1993, p. 9).

A partir destes depoimentos pode-se perceber que as possibilidades de diálogo com as artes marciais são diversificadas e potentes. Fica claro que as relações entre as artes marciais e as artes cênicas são exploradas não só no contexto das artes tradicionais de alguns países asiáticos, mas também em âmbito acadêmico em países do continente americano. Entretanto, é preciso elucidar que o termo arte marcial não diz respeito a um bloco homogêneo e único, mas a diversas modalidades provenientes de países e culturas diferentes; desta forma, cada uma contém suas especificidades e singularidades. Nesta dissertação o recorte da pesquisa recai sobre o *Gong Fu*², arte marcial chinesa que nasceu há cerca de quatro mil anos. Contudo, antes de descrever os objetivos da pesquisa, analisaremos alguns aspectos da história do teatro ocidental a fim de elucidar o contexto das práticas de treinamento de atores.

A história do teatro ocidental mostra que a disputa pelo poder foi um dos fatores que mais determinaram as transformações ocorridas nesta arte ao longo do tempo. A criação se dava em sentido vertical, de cima para baixo, quer seja subordinada às indicações do texto, aos caprichos da vedete ou aos comandos do diretor. Buscando romper com estes paradigmas e proclamar sua autonomia, artistas europeus de diversas linguagens artísticas (pintura, dança, teatro, poesia, etc.), provocaram uma revolução no fazer artístico no início do século XX. Criaram os movimentos Surrealista, Dadaísta, Expressionista e Futurista, entre outros, que ficaram conhecidos em seu conjunto como as Vanguardas Históricas. Este movimento, que se ramificava em diferentes proposições estéticas e ideológicas, estabeleceu outras formas de se fazer e analisar a arte. As Vanguardas foram caracterizadas principalmente por seu caráter experimental de total

² Neste trabalho emprego predominantemente o termo *Gong Fu* para designar a arte marcial chinesa que no Brasil conhecemos como *Kung Fu*. Ou seja, *Gong Fu* é usado enquanto sinônimo de *Kung Fu*, apesar de originalmente as duas palavras expressarem sentidos diferentes, tema que será discutido no Capítulo 1.

liberdade artística, momento em que os artistas questionaram os cânones já estabelecidos. O próprio conceito legitimador da “obra de arte” foi posto em xeque e discutido em todas as linguagens artísticas.

É neste período que o interesse pela produção artística oriental começa a se intensificar, momento em que os artistas buscam nos países orientais estímulos para a renovação de sua arte. Entretanto, antes de nos debruçarmos sobre esta questão, é necessário definir o que entendemos por ocidente e oriente. A utilização das definições ocidente e oriente para designar um conjunto de países é altamente questionável nos dias de hoje, o que é problematizado por Edward Said, que afirma: “Assim sendo enfatizo que nem o termo ‘Oriente’ nem o conceito de ‘Ocidente’ tem estabilidade ontológica; ambos são constituídos de esforço humano - parte afirmação, parte identificação do Outro” (SAID, 2007, p. 13).

Neste trabalho, quando me refiro a ocidente falo especificamente das Américas (do Norte, Central e do Sul) e Europa, ou seja, das culturas fortemente influenciadas pelos ideais gregos (artísticos e filosóficos) e hebraicos (respeito à Bíblia e à moral). Do mesmo modo, não entendo o oriente como um grupo homogêneo, mas sim como um conceito que abarca países com culturas muito distintas e que se assemelham, em alguns casos, pela antiguidade dos seus registros históricos. Ainda que a definição de oriente possa abarcar outros continentes, nesta dissertação é usado para designar especificamente os países do continente Asiático. O uso desta distinção geográfica nesta pesquisa se dá por um caráter didático, para ajudar o leitor a se situar no espaço e no tempo, principalmente porque, na maioria das vezes em que me refiro ao teatro oriental ou às práticas corporais orientais, é no sentido de estabelecer a diferença não só geográfica, mas também temporal, ressaltando algumas das características milenares que permanecem arraigadas nestas culturas.

Meyerhold (1874-1940), célebre encenador russo e um dos grandes nomes das Vanguardas Históricas, era um dos que buscava este diálogo com o oriente no início do século XX, como nos mostra a citação: “O ator chinês, Mei Lan Far, visitara recentemente a Rússia e Meyerhold adotou o estilo dele como modelo para seus atores”

³ (BRAUN, 1991, p. 235). Naquela época o contato com países distantes era difícil, os meios de comunicação não apresentavam os recursos que possuem hoje e este intercâmbio artístico ocorria principalmente por meio de correspondências. A interação ocorria majoritariamente pelo contato pessoal, por ocasião das viagens que os artistas faziam. Atualmente esta interação está muito mais facilitada, pois a globalização e o avanço das tecnologias de comunicação permitem que se tenha um maior e melhor conhecimento sobre países distantes, geográfica e culturalmente. Por meio da internet, de vídeos, textos e imagens disponibilizados no ambiente virtual, a arte de outras culturas chega até nós com facilidade e rapidez, podendo influenciar e transformar nossa produção artística. Este ambiente propício para o diálogo entre as culturas, mesmo que virtualmente, é uma via de mão dupla que faz com que ambas as partes se transformem e se repensem.

Contudo, o teatro ainda é a arte feita ao vivo, mesmo nas performances transmitidas pela internet, e essencialmente coletivo, ainda que seja um monólogo, já que na maioria das vezes o ator trabalha com outros profissionais, como diretor, iluminador, etc. Este caráter coletivo está caminhando cada vez mais na direção da descentralização do poder, e os envolvidos no processo de montagem dos espetáculos são mais do que executantes, são co-criadores. Ao longo de sua história recente, o fazer teatral foi ficando cada vez mais povoado por termos como “teatro de grupo”, “processo colaborativo”, “processo coletivo”, “coletivo de artistas”, “direção coletiva”, entre outros. Prova disso é a oferta de espetáculos em cartaz descritos nestes termos. A ampla utilização destas nomenclaturas é reflexo de uma significativa mudança nesta arte, que vem ocorrendo ao longo dos séculos, mas com mais intensidade desde as Vanguardas.

Com o desenvolvimento de uma metodologia de trabalho na qual os atores têm cada vez mais autonomia na montagem do espetáculo, sua função não fica mais restrita à atuação, mas se dispersa em outras: eles também escrevem, dirigem e constroem cenários e figurinos, quer seja no processo coletivo ou no colaborativo. Esta distinção é comentada por André Carrera:

enquanto no *processo coletivo* todo o grupo assina a direção e o texto, no *processo colaborativo* o diretor e o dramaturgo constroem o texto e

³ Tradução livre a partir do original em inglês: “*The chinese actor, Mei Lan Far, who had recently visited Russia and whose style Meyerhold held up as a model to his actors*”.

o espetáculo com grande interferência dos atores, sem deixar de assinar suas respectivas funções. Ambos os procedimentos baseiam-se no diálogo como elemento chave para a criação teatral, e parecem formalizar uma busca pelas vias horizontais de construção de pensamento estético e social que são marca do discurso do teatro de grupo (CARRERA; SILVA, s/n, p. 1).

O emprego destes termos comprova, acima de tudo, a valorização da figura do ator, ao mesmo tempo em que reforça sua autonomia, abrindo espaço para a expansão do território de treinamento de atores. Historicamente o uso do termo “treinamento” começa a se expandir a partir da metade do século XX, ou seja, o treinamento de atores está diretamente ligado ao processo de valorização destes profissionais. A década de 1960 é tida por alguns como a “década Somática” (BENEDETTI, 1993), pois os processos artísticos passaram a enfatizar o corpo, foco do treinamento de atores. De acordo com Robert Benedetti:

No teatro, os aspectos físicos da performance assumiram uma importância jamais tida nas primeiras décadas do século vinte dominadas pelo realismo e naturalismo. A preparação física do ator logo tornava-se, pela primeira vez na América, uma alta prioridade no treinamento deste (BENEDETTI, 1993, p. 8).

É inevitável discorrer sobre este assunto sem mencionar o nome de Constantin Stanislavski. Ele foi o primeiro a sistematizar, em meados de 1910, um método para treinamento de atores e, conseqüentemente, a construção de personagens. Depois dele muitos outros vieram dar suas contribuições, tais como: V. Meyerhold, Gordon Craig, Antonin Artaud, Étienne Decroux, Peter Brook, Jerzy Grotowski e Eugenio Barba, entre outros. O caso dos dois últimos citados é peculiar, pois foram os primeiros diretores teatrais europeus a romper as barreiras geográficas e culturais e desenvolver pesquisas mais extensas e sistemáticas em países como Índia, China e Bali, buscando estímulos para nutrir o trabalho do ator tanto técnica quanto esteticamente.

Neste trabalho investigo o treinamento de atores e sugiro a utilização da arte marcial chinesa, o *Gong Fu*, como ferramenta auxiliar neste processo. Acredito que o contato com aspectos de outras culturas, tão diferentes da euroamericana, possa expandir as possibilidades de treinamento e criação cênica. Esta investigação partiu não

só da prática desta arte marcial, mas também da análise crítica sobre alguns preceitos presentes nas obras de Eugenio Barba e Jerzy Grotowski. A motivação da pesquisa veio da minha prática como aluna de *Gong Fu*, prática que trouxe inúmeros benefícios, sendo o principal deles o alcance de um estado de equilíbrio e consciência corporal que eu ainda não havia experimentado. Esta arte marcial propõe a harmonização do sujeito e, para isso, opera com o aperfeiçoamento das técnicas de luta para que se alcance o equilíbrio. A luta não tem como objetivo final derrotar o outro, mas, principalmente, superar a si mesmo. Por meio da alteridade temos a oportunidade de perceber e identificar nossos pontos fracos, assim como de desenvolvê-los melhor.

O ritmo acelerado em que vive grande parte da população urbana das grandes cidades geralmente dificulta a manutenção de um estado de espírito equilibrado e harmônico. Esta instabilidade pode se dar em várias instâncias, tanto em um desequilíbrio entre o sagrado e o profano, quanto em um desequilíbrio entre razão e emoção, entre *yin* e *yang*, etc. Assim, acredito que a prática do *Gong Fu* possa auxiliar a reencontrar este equilíbrio. As artes marciais podem ajudar mesmo aqueles que não vivem o cotidiano das grandes cidades, pois sua prática permite o desenvolvimento de habilidades básicas comuns a qualquer ser humano, como concentração, respiração e controle das ações psicofísicas, entre outras.

Ao mesmo tempo em que percebia os benefícios que a prática do *Gong Fu* trazia à saúde, brotou em mim o desejo de pesquisar as diversas possibilidades expressivas desta arte marcial. Isto ocorreu logo que iniciei meu treinamento, há mais de três anos (2007), quando percebi a riqueza de sua gestualidade. Aliado a isso, senti a necessidade de mais subsídios técnicos durante minha formação acadêmica como atriz. Em minhas experiências como estudante de Artes Cênicas, no curso de Licenciatura da Universidade de Brasília, passei por certas dificuldades, anseios e angústias que se relacionavam, sobretudo, ao fato de não conseguir, muitas vezes, externalizar as emoções em ações físicas. Tal processo pode ter sido desencadeado, entre outras coisas, pela minha própria imaturidade artística, mas também por um currículo que parecia enfocar, na época (2002-2007), uma vivência teatral mais baseada no método de Stanislavski, principalmente em sua primeira fase: o modelo da Linha das Forças Motivadas.

A Linha das Forças Motivas diz respeito aos processos psicológicos de preparação do ator e de construção do personagem e é calcada na tríade: Mente, Vontade e Sentimento, que juntos teriam o papel de desencadear o trabalho criativo do ator (BONFITTO, 2009, p. 24). Este modelo trabalha a partir de uma construção interior (psicológica) do personagem, neste sentido, pode ser de difícil alcance e propiciar equívocos, uma vez que a expressão dos sentimentos é um procedimento totalmente subjetivo e dificilmente “fixado” no corpo. Esta lacuna foi posteriormente reconhecida por Stanislavski e seus discípulos: “Não me falem de sentimentos, não podemos fixar os sentimentos. Podemos fixar e recordar somente ações físicas” (TOPORKOV, 1991, p. 111 *apud* BONFITTO, 2009, p. 25). De acordo com Stanislavski, o conceito de ação física “envolve tanto as ações executadas exteriormente quanto as ações internas desencadeadas pelas primeiras. A ação exterior alcança seu significado e intensidade interiores através do sentimento interior, e este último encontra sua expressão em termos físicos” (STANISLAVSKI, 1989, p. 3 *apud* BONFITTO, 2009, p. 26).

Partindo de uma construção psicológica do personagem, para expressar o sentimento de tristeza, por exemplo, posso produzir inúmeras associações com momentos da minha vida em que me senti assim (a memória emotiva da qual também fala Stanislavski) e, de fato, voltar a sentir este sentimento apenas evocando estas lembranças. Porém como concretizá-lo? Como transformá-lo em ações? Estas questões são algumas das molas propulsoras que impulsionaram esta pesquisa e, ao longo do texto, tentarei apontar caminhos para as possíveis respostas.

O *Gong Fu* é uma das artes marciais mais antigas de todo o mundo (REID e CROUCHER, 2009), sendo constituído por elementos de combate presentes também em outras artes, pois há golpes que levam o combate para o solo, como no judô, mas há também saltos e chutes como no *tae kwon do*, e isto o caracteriza como sendo uma arte marcial extremamente versátil e complexa. Neste sentido, a escolha por esta arte marcial específica foi não só pela minha prática pessoal, mas também devido ao seu extenso vocabulário de golpes, pelas possibilidades de movimentação nos níveis médio, alto e baixo, e a partir de saltos, rolamentos e quedas.

A partir desta contextualização, defini os seguintes objetivos específicos nesta pesquisa: realizar um estudo sobre as contribuições da prática do *Gong Fu* ao treinamento dos atores; investigar a gestualidade do *Gong Fu* louva-a-deus; buscar

estímulos na cultura chinesa que possam nutrir uma concepção holística⁴ do sujeito; pesquisar a produção bibliográfica de Jerzy Grotowski e Eugenio Barba com enfoque na preparação dos atores; realizar experimentação que permita vislumbrar um treinamento de atores que tenha como base o *Gong Fu*; produzir vídeos que mostrem os resultados alcançados com estas experimentações e analisar os resultados obtidos.

Esta pesquisa não pretendeu apontar as possibilidades de um treinamento em arte marcial contendo apenas chutes e socos, mas sim abordar esta arte em toda a sua complexidade, englobando a prática de *qigong*, exercícios de respiração que tem por objetivo relaxar, energizar, fortalecer tendões e órgãos internos, entre vários outros benefícios à saúde. Cada *qigong* tem suas especificidades de execução e objetivos próprios, sendo que alguns deles têm o poder de curar doenças graves. Acredito que a prática destes exercícios pode auxiliar o ator tanto no seu processo criativo, como na potencialização de sua presença cênica. Para os chineses a vida saudável “gira em torno dos princípios de *chan* (meditação zen), *wu* (artes marciais) e *yi* (medicina herbal)” (National Geographic, 2010, p. 2). A prática de artes marciais tradicionais (*wu*) já engloba o *chan* e o *yi*, pois o praticante precisa tanto dos benefícios da meditação para o preparo para a luta, quanto da medicina herbal para curar os possíveis ferimentos. Pode-se estender este conceito de medicina não só às ervas, mas também à acupuntura chinesa.

A utilização do treinamento marcial teria como proposta a desconstrução dos padrões corporais dos atores mediante a gradual incorporação (e posterior desconstrução) da gestualidade do *Gong Fu*. Para se apropriar desta gestualidade marcial é necessário o desenvolvimento de habilidades fundamentais e básicas, comuns tanto às artes marciais quanto às artes cênicas contemporâneas, como: ampliação do foco, força e flexibilidade, melhora da capacidade respiratória e da concentração, economia de energia e aperfeiçoamento da coordenação motora buscando maior precisão na expressividade corporal. Acredito que tais habilidades podem ser desenvolvidas por meio da prática de chutes, socos, bases, *qigong*, alguns golpes e sequências de movimentos.

⁴ “Holística vem do grego *holos*, que significa ‘todo’, ‘inteiro’. Holística é, portanto, um adjetivo que se refere ao conjunto, ao ‘todo’, em suas relações com suas ‘partes’, à inteireza do mundo e dos seres” (WEIL, 1990, p. 13).

O procedimento metodológico adotado inicialmente na pesquisa foi a Análise Praxeológica, com a qual tomei contato por meio de minha orientadora Roberta K. Matsumoto, que afirma: “A análise praxeológica apresenta-se então como base para um estudo sistemático do conjunto de elementos observáveis do desdobramento espacial e do desenrolar temporal do processo estudado” (MATSUMOTO, 2003, p. 221 a p. 234). A análise praxeológica é uma abordagem metodológica que vem sendo desenvolvida por Claudine France há mais de vinte anos⁵. Esta análise foi muito útil no processo de sistematização da minha abordagem do *Gong Fu*, pois por meio dela pude perceber as potencialidades desta arte marcial. Este tipo de análise, como uma lupa, permitiu-me iniciar um exame mais detalhado sobre aspectos fundamentais do *Gong Fu*, que poderiam ter passado despercebidos não fosse este olhar mais apurado sob a ótica da praxeologia. Contudo, esta abordagem não aparece de forma explícita na estruturação desta dissertação, pois mesmo que, em muitos momentos, eu me refira ao tempo e ao espaço, sua contribuição foi em um momento específico: aquele em que iniciei a abordagem da arte marcial.

A materialidade da ação humana caracteriza-se como tal porque ocorre em um espaço-tempo determinados. A análise praxeológica aborda os fenômenos observados em relação ao espaço e ao tempo, de forma a apreendê-los, em um primeiro momento, a partir da separação entre elementos de cunho espacial e os de cunho temporal; e por meio de três tipos de agenciamentos: a composição, a ordem e a articulação. Sobre a *composição espacial*, Matsumoto coloca que: “concerne aos elementos (ou componentes) humanos e materiais (instrumentos e objetos) graças aos quais, ou para os quais, o processo se coloca em cena” (MATSUMOTO, 2003, p. 221 a p. 234). No caso do *Gong Fu*, a *composição espacial* é o próprio lugar do treinamento, suas zonas, tais como o altar, o centro da sala, o local onde se guardam as armas e aquele em que ficam, porventura, os observadores do treino. O conjunto de praticantes, armas e demais acessórios necessários à prática desta arte marcial também faz parte desta composição. Já os elementos de *composição temporal* são “constituídos pelas ações dos sujeitos decomponíveis em gestos, operações ou fases necessárias para o desenvolvimento do processo” (MATSUMOTO, 2003, p. 221 a p. 234). Seriam, então, os golpes, as formas, os *qigong* e todos os demais exercícios realizados durante o treino.

⁵Para maiores informações consultar: FRANCE, Claudine de. "L'Analyse Praxéologique. Composition, Ordre et Articulation d'un procès". In *Technique & Culture*. Paris: Éditions de la Maison des Sciences de L'Homme, n° 1, Janvier-Juin 1983.

O segundo agenciamento, a ordem, determina como cada elemento definido na composição se relaciona e se localiza no espaço e no tempo, evidenciando as sucessões em que ocorrem as atividades, assim como a localização dos sujeitos no espaço, por exemplo. Ou seja, debruçando-se sobre o *Gong Fu*, a *ordem espacial* seria a maneira como os corpos se colocam no espaço (de frente, lado a lado, em círculo, etc.), o que compreende também as transformações por que passa este espaço destinado à prática da arte marcial. No que tange à *ordem temporal*, ela diz respeito à sucessão e à simultaneidade em que as ações, fases e operações são desenvolvidas ao longo do treino. O terceiro modo de operação é a articulação, a *articulação temporal* é o modo de encadeamento das ações de forma consecutiva ou não (MATSUMOTO, 2003). Percebe-se que a articulação abrange os diferentes modos de temporalidade e, no *Gong Fu*, isso se associa ao ritual do treino, ao ritmo que se constrói com a execução das ações e à dinâmica entre ação e não ação. A articulação temporal trata da própria articulação dos golpes, da construção da sequência de movimentos com chutes, socos e bases.

Já a *articulação espacial* refere-se “às relações de contato ou de intervalo entre os elementos da composição espacial” (MATSUMOTO, 2003, p. 221 a p. 234). As formas e exercícios em dupla ou individuais, ou ainda aqueles realizados com armas ou sem armas, são, dentro do *Gong Fu*, as instâncias analisadas pelo viés da articulação espacial. A instância da articulação, de modo geral, abre espaço para a subjetividade do sujeito, a interpretação pessoal de cada um, o acaso do momento presente. Se, em um primeiro momento da análise praxeológica exercitamos a decompor e separar os elementos espaciais e temporais, em um segundo momento refletimos a partir da maneira como estes se integram, procurando revelar as singularidades das dinâmicas próprias a cada fenômeno.

Além da análise praxeológica, utilizei também outros procedimentos metodológicos, mais afinados com o território da práxis docente. Durante o período da pesquisa tive a oportunidade de ter uma experiência de docência em teatro. Esta experiência ocorreu durante o curso Prática de Ensino, que faz parte da grade curricular dos alunos da pós-graduação em Arte da Universidade de Brasília. A Prática de Ensino exige que o aluno verifique parte de sua pesquisa na prática, por meio de sua atuação em uma disciplina da graduação. Esta atuação deve ocorrer sob a supervisão de um professor da universidade, que, neste caso, foi a professora Dra. Márcia Duarte Pinho. A

experiência ocorreu na disciplina de Interpretação Teatral 1, com a turma de graduação em Licenciatura em Artes Cênicas do período noturno da Universidade de Brasília. Ela foi ofertada no segundo semestre de 2010, de Outubro de 2010 à Fevereiro de 2011, e abrange seis créditos do curso, o que corresponde a um total de noventa horas semestrais. Por meio desta experiência, pude verificar em um ambiente de aprendizagem, as possíveis contribuições que a utilização de alguns elementos do *Gong Fu* pode trazer para o treinamento de atores.

A disciplina Interpretação Teatral 1 está inserida no contexto das aulas práticas dos cursos de Artes Cênicas. Ela é ofertada no primeiro semestre do curso, sendo a primeira de cinco disciplinas da série de Interpretação no bacharelado, e também a primeira das três disciplinas desta série na licenciatura. Sua ementa oficial contempla o seguinte conteúdo: “Prática de linguagem cênica enfocando os fundamentos para o trabalho dos atores e atrizes em performance”. Por ser a primeira disciplina destas séries podemos perceber o quanto sua ementa é bastante ampla e flexível, abrindo espaços para diversos recortes de conteúdos e para a aplicação de diferentes metodologias. Como é uma disciplina introdutória, não há a exigência de ofertar alguma técnica ou método de atuação específico, mas sim permitir a apropriação de elementos da linguagem teatral.

A ementa oficial aponta os objetivos da disciplina, assim como as referências bibliográficas. Entretanto, o professor tem liberdade para, a partir da ementa padrão, desenvolver seu próprio programa de aulas, fazendo as alterações necessárias no que diz respeito ao estabelecimento dos objetivos do curso, do conteúdo e da bibliografia. Desta forma, a partir da ementa padrão, delimitarei junto à professora Márcia Duarte, os seguintes objetivos específicos a serem trabalhados no decorrer do semestre letivo:

- Trabalhar as noções de tempo e espaço cênico
- Desenvolver foco, presença e prontidão cênicas, ritmo e coesão do grupo
- Estimular a criação artística (cênica) individual e coletiva
- Possibilitar uma organização metodológica para o trabalho com o texto cênico
- Promover uma maior consciência da movimentação do corpo no espaço a partir da relação com o outro (plateia e/ou contracenista). (ver Apêndice I)

Cada um destes objetivos buscava desenvolver capacidades básicas que se pressupõe que um estudante universitário do curso de Teatro deva minimamente conhecer. Acreditando que o *Gong Fu* possa atuar no sentido de auxiliar a aprimorar estas habilidades, tais como foco, precisão, movimentação no espaço e concentração, utilizei esta arte marcial como uma ferramenta metodológica para enriquecer o processo de preparação de atores para a cena. Porém, a metodologia adotada não se restringiu apenas ao ensino do *Gong Fu*, mas contemplou também jogos teatrais e improvisações em grupo, recursos tradicionalmente empregados nas aulas de teatro.

Augusto Boal diz que os jogos “tratam da expressividade dos corpos como emissores e receptores de mensagens. Os jogos são um diálogo, exigem um diálogo, são extroversão” (BOAL, 2007, p. 86). E ainda, de acordo com Viola Spolin, jogos são “uma atividade aceita pelo grupo, limitada por regras e acordo grupal; divertimento; espontaneidade; entusiasmo e alegria acompanham os jogos” (SPOLIN, 2000, p. 342).

Boal estabelece ainda a diferença entre jogo e exercício, na medida em que o exercício atuaria sobre o indivíduo, não se preocupando com a dimensão grupal, mas sim com o trabalho sobre si mesmo (BOAL, 2007). Neste sentido, realizamos também diversos exercícios que complementavam os jogos e as improvisações e buscavam trabalhar a auto observação, a respiração e a criação individual, entre outras habilidades. De acordo com Spolin, a improvisação é:

Jogar um jogo; predispor-se a solucionar um problema sem qualquer preconceito quanto à maneira de solucioná-lo; permitir que tudo no ambiente (animado ou inanimado) trabalhe para você na solução do problema; não é a cena, é o caminho para a cena; é processo em oposição a resultado; solução de problemas em conjunto; transformação, processo vivo; produz detalhes e relações como um todo orgânico (SPOLIN, 2000, p. 341).

Em sua definição de improvisação, Patrice Pavis enfatiza o corpo e, a meu ver, complementa este conceito acrescentando que a improvisação se pauta “pela crença num poder liberador do corpo e da criatividade espontânea” (PAVIS, 1999, p. 205). A partir da vivência inicial dos jogos, exercícios e improvisações, tínhamos como objetivo geral da disciplina possibilitar que os estudantes experimentassem atividades

pedagógicas tradicionalmente usadas nas Artes Cênicas, e que, ao mesmo tempo, tivessem contato com o *Gong Fu*, uma abordagem menos usual.

Assim, organizamos a metodologia da disciplina do seguinte modo:

- Aulas práticas compostas por aquecimento corporal, técnicas de arte marcial, jogos e jogos dramáticos, improvisações e ensaios de cenas
- Leitura e discussão de textos teóricos

O aquecimento corporal sempre era feito a partir de técnicas de *Gong Fu* como chutes, socos e *qigong*; assim como as improvisações também utilizavam sua gestualidade, ou seja, as bases da metodologia foram as técnicas desta arte marcial, improvisações e jogos, não só os teatrais como também os jogos de brincadeiras infantis. Os estudantes já conheciam a maioria dos jogos propostos, o que fazia um contraponto saudável, complementar e necessário entre o familiar – os jogos – e o desconhecido – o *Gong Fu*. O “ensaio das cenas” diz respeito aos momentos destinados a ensaiar as cenas que foram apresentadas no *Cometa Cenas*⁶, comentadas adiante. Por último, na “leitura e discussão dos textos teóricos”, adotei alguns livros sugeridos na bibliografia da ementa oficial, além de inserir outros que não estavam indicados previamente.

Este recorte contemplou os seguintes livros: 1) parte de *A Arte Secreta do Ator* (BARBA e SAVARESE, 1995), em que os autores comentam sobre o princípio de Oposição Corporal, característica muito presente nas técnicas corporais orientais; 2) um trecho de *O ator-compositor* (BONFITTO, 2009), especificamente parte do capítulo em que o autor aborda o conceito de ação física sob o ponto de vista de Stanislavski, tema que atravessou toda a nossa prática; 3) o primeiro capítulo do livro *A arte de não interpretar como poesia corpórea do ator* (FERRACINI, 2001), que trata dos conceitos de interpretação e representação, no intuito de provocar a reflexão acerca da importância dos conceitos que utilizamos, e de como estes conceitos influenciam nossa práxis artística⁷; e, por último, 4) todo o livro *A arte cavalheiresca do arqueiro zen*

⁶ O *Cometa Cenas* é uma mostra que ocorre todo semestre no Departamento de Artes Cênicas da Universidade de Brasília. A mostra reúne majoritariamente apresentações dos alunos de artes cênicas, apesar de ser aberta a toda a comunidade acadêmica. As produções apresentadas geralmente são trabalhos finais das disciplinas deste departamento.

⁷ Durante a discussão desta obra fomos além das reflexões propostas por Ferracini, e, chegamos à discussão do conceito de atuação, tido como o mais apropriado para se referir ao ofício do ator, já que .

(HERRIGEL, 2006), que narra a história de um aprendiz da arte do arco e flecha, contada por meio de diversas analogias que dialogam com a formação dos artistas em geral.

As artes marciais faziam-se presentes em alguns dos estudantes da disciplina. Gabriela Abreu e Mykaelle Dias já haviam praticado karatê por um tempo considerável durante a infância e Nobu Kahi abandonara a prática de judô havia pouco tempo. Isto permitiu aos três uma maior compreensão da proposta e uma grande facilidade na execução dos movimentos de *Gong Fu*. Como já tinham mais familiaridade com movimentos marciais, houve maior agilidade na apropriação desta gestualidade por parte dos estudantes com vivência em arte marcial. A turma era bem pequena, apenas sete alunos, sendo que todos eles, de alguma maneira, já tinham tido algum tipo de experiência com atuação teatral: Nobu Kahi, Egione Oliveira, Eduardo Candotti e Gabriela Abreu fizeram parte da Companhia da Ilusão, grupo de teatro de Brasília que oferece cursos de formação de atores baseando-se no Sistema de Stanislavski. Mykaelle Dias fazia parte de um grupo de teatro em sua cidade natal no estado de Mato Grosso, e tem experiência com circo. Caio César atua em um grupo de teatro infantil há alguns anos e já cursou, juntamente com Clarice Gomes, que tem também experiência como cantora, um período do curso de artes cênicas na Faculdade Dulcina de Moraes (Brasília). Mesmo já abastecidos com um mínimo de conhecimento acerca da linguagem teatral, o treinamento com o *Gong Fu* poderia ser comparado à exploração de uma ilha deserta, que nos amedronta por seus perigos, mas que também nos fascina com seus encantos naturais.

A partir disto o conteúdo programático da disciplina ficou assim delimitado:

- Jogos diversos (brincadeiras, Viola Spolin e Augusto Boal) objetivando desenvolver o foco, a presença e a prontidão cênica, união do grupo, interação, além de construção das noções de tempo e espaço cênico
- Gestualidade do *Gong Fu* aplicada ao trabalho do ator objetivando desenvolver foco, presença e prontidão cênica, coesão do grupo, ritmo e espacialidade
- Prática de *qigong* para desenvolver tônus e autopercepção
- Improvisações coletivas a partir de temas dados
- Ensaios da cena a ser apresentada

A ordem em que o conteúdo foi aqui apresentado não representa a ordem em que ele foi desenvolvido em sala de aula. A grande maioria das aulas obedeceu à seguinte estrutura: iniciávamos com um *qigong* (abraçando a árvore), em seguida um alongamento e o aquecimento com chutes e socos (e, às vezes, também com as bases do *Gong Fu*). Repetíamos esta estrutura como uma espécie de ritual, como foi pontuado pela aluna Gabriela Abreu em seu Memorial⁸ da disciplina: “Esse ritual, repetido ao início de cada aula, me auxiliava a sintonizar com a proposta da disciplina e melhor aplicar os conceitos do *kung fu* (fluidez, desprendimento) nos exercícios em seguida”.

Depois de concentrados, após fazer o *qigong* de abraçar a árvore (ver p. 97), dávamos início ao alongamento. Os movimentos do alongamento geralmente se repetiam, porém não obedeciam a uma sequência fixa predeterminada. Sempre buscávamos flexibilizar as articulações, pois, de acordo com a medicina chinesa, elas devem estar desobstruídas e flexíveis para que a força possa fluir por todo o corpo. Em seguida realizávamos os chutes e socos, com o intuito de desenvolver a condição cardiovascular dos alunos e também a coordenação motora, flexibilidade, força, equilíbrio, foco e precisão. O domínio corporal alcançado com a prática dos chutes e socos passa a ser uma consequência do desenvolvimento de cada uma destas habilidades e só é alcançado com tempo e depois de muitas repetições.

Após esta primeira parte preparatória, realizávamos jogos, exercícios vocais, exercícios individuais, improvisações e rodas de avaliação, não obedecendo a nenhuma sequência fixa. Os jogos podiam ser os infantis, outras vezes aqueles de criação em dupla, e também os que envolviam todo o grupo em uma mesma ação comum. Às vezes realizávamos também alguns dos exercícios para aquecimento vocal em formato de jogo. As improvisações foram introduzidas progressivamente no decorrer do semestre, e seu grau de complexidade aumentava com o passar do tempo. Ao longo dos capítulos dois e três descrevo e analiso alguns momentos das aulas, com o intuito de embasar o diálogo que, nesta dissertação, me proponho a estabelecer entre o *Gong Fu* e o treinamento de atores. Ademais, no Capítulo 2, há um vídeo com imagens de trechos das aulas que possibilita melhor compreensão e visualização do processo.

⁸ Todas as falas dos estudantes foram retiradas do Memorial (ou diário de bordo) individual de cada um deles. O memorial foi solicitado com o intuito de permitir uma melhor articulação entre teoria e prática, possibilitando que os estudantes registrassem as aulas e refletissem criticamente sobre elas. Este material fazia parte da avaliação da disciplina e se encontra disponível no Apêndice II.

Ao início de cada capítulo há um vídeo, o que totalizam três vídeos ao longo da dissertação, por isso, sugiro seguir a ordem apresentada e assistir o vídeo antes do início da leitura do capítulo correspondente a ele. Nesta pesquisa os vídeos são empregados para possibilitar ao leitor a visualização das atividades desenvolvidas, pois de acordo com Roberta K. Matsumoto “a imagem animada revela-se um instrumento privilegiado para o estudo de certas atividades, essencialmente no que tange às técnicas que apresentam como principal modo de expressão a corporeidade” (MATSUMOTO, 2003, p. 221 a p. 234).

O audiovisual pode ser considerado como o instrumento mais eficiente na tentativa de captura da complexidade dos movimentos de *Gong Fu*, pois é um recurso que permite maior aproximação da experiência real. O estudo do movimento carece deste registro, já que, por meio dele, podemos perceber com mais clareza a decomposição e recomposição do movimento, sua repetição e reconstrução. E ainda, de acordo com Matsumoto, os vídeos “apresentam a especificidade de possibilitar a observação do mesmo gesto inúmeras vezes e por diversas pessoas, tornando-se o suporte de um diálogo contínuo entre as diferentes fontes de informação (textos, pesquisadores, pessoas filmadas, etc.)” (MATSUMOTO, 2003, p. 221 a p. 234). Nesta pesquisa, o registro videográfico das experiências que embasam e dão sustentação à argumentação teórica é, portanto, parte integrante da dissertação, de mesma importância que o texto escrito.

Ainda como parte da metodologia de pesquisa, foi realizado um exercício artístico⁹, com o intuito de permitir o desenvolvimento de elementos que não puderam ser trabalhados na experiência com os estudantes. Enquanto na disciplina desenvolvíamos atividades que abarcavam a prática do *Gong Fu* como um todo, nesta experimentação nosso foco se restringiu à apropriação da gestualidade marcial. Este exercício contou com a minha participação e a de mais três artistas cênicos: Emyle Daltro (bailarina), Denis Camargo (palhaço) e Alice de Holanda (atriz). Os artistas convidados são profissionais graduados e que já atuavam profissionalmente no meio artístico, contudo, a gestualidade do *Gong Fu* não fazia parte do vocabulário de movimentos de nenhum deles. Assim, desenvolvemos o processo de modo a permitir a incorporação e a posterior recriação destes movimentos marciais, objetivando avaliar as

⁹ A denominação de “exercício” artístico, ao invés de “produção artística”, por exemplo, ocorre devido ao caráter experimental e inacabado das cenas criadas.

qualidades que estes elementos poderiam agregar à performance de cada um deles. Esta foi a última etapa da pesquisa, o momento de experimentar com um pouco mais de maturidade (adquirida com a experiência docente), o que nos ofereceu algumas respostas e gerou outras tantas perguntas.

Em uma pesquisa em Artes não é simples separar os assuntos, pois os temas se entrelaçam e se fundem; mas é sempre desejável que se faça uma separação didática, por isso, para uma melhor organização do desenvolvimento destes assuntos, esta dissertação está dividida em três capítulos. Apesar de ser um processo mais difícil, optei por dissolver as informações sobre o *Gong Fu* ao longo dos capítulos, propiciando um maior diálogo entre este e o teatro.

No primeiro capítulo, discorrerei sobre o pensamento chinês e as diferenças básicas deste pensamento em relação ao brasileiro, o que se relaciona diretamente com as especificidades da linguagem que os chineses usam: os ideogramas. Farei um breve histórico do *Gong Fu* e explicarei o significado deste termo, ressaltando as principais características desta arte marcial. Ainda, iniciarei a discussão sobre as possíveis brechas na formação do ator contemporâneo, tendo como referência as linhas de treinamento conduzidas por Jerzy Grotowski e Eugenio Barba. Ao longo do capítulo pretendo me debruçar principalmente sobre as seguintes questões: disciplina, técnica, tradição e o local do sujeito dentro de um trabalho corporal coletivo. O vídeo contido ao início do capítulo mostra a gestualidade e a dinâmica das lutas de *Gong Fu*, permitindo ao leitor que se familiarize um pouco mais com esta arte marcial.

No capítulo seguinte farei um breve histórico sobre o conceito de corpo e iniciarei a descrição da prática docente, correlacionando-a aos assuntos tratados. O segundo capítulo enfocará, entre outras coisas, a importância dos *qigong* para a saúde psicofísica do ator e do artista marcial, bem como sua contribuição no processo criativo do ator. Também comento sobre a presença das energias *yin e yang* na construção dos movimentos marciais, e a importância das filosofias Taoísta e do Budismo Chan para o *Gong Fu*. Por último, irei me estender na discussão sobre o conceito de *wu wei* (não ação) contrastando-o com a visão de Grotowski e Barba sobre a via negativa no teatro. O vídeo correspondente a este capítulo contém trechos das aulas de Interpretação Teatral 1, sendo material necessário para a compreensão das atividades descritas.

No terceiro capítulo abordarei a relação do *Daigee* (termo chinês que utilizarei para me referir ao praticante ou aluno de *Gong Fu*) com o espaço, com o seu oponente e com as diversas armas utilizadas nos combates, à luz das relações estabelecidas entre os atores, os objetos de cena e os espaços cênicos. Ademais, finalizarei a descrição da prática docente com foco nas improvisações realizadas, que servirão de fio condutor para a descrição do exercício artístico. O resultado deste exercício pode ser visto nas cenas mostradas no vídeo anexo ao capítulo três.

CAPÍTULO 1 – APROXIMAÇÕES ENTRE O *GONG FU* E O TEATRO



VÍDEO I

(Técnicas de *Gong Fu*)

1.1. *GONG FU*: COMO TUDO COMEÇOU...

Quando se entra no espaço, a primeira impressão é a percepção de um campo diferenciado de energia, uma energia extracotidiana gerada pelos corpos ali presentes que, em sua maioria, transmitem vigor, disciplina, sincronicidade, troca, atenção, respeito, intenção, e ação. Todas estas qualidades são articuladas como em um ritual, cuja transformação atua sobre quem dele participa, e naqueles que o observam. A organização do espaço onde ocorre este ritual influencia os corpos que ocupam o lugar. A disposição dos objetos e dos ambientes baseia-se na funcionalidade e também na construção estética, articulando objetividade e beleza.

A descrição acima abre um leque para associações diversas: podemos imaginar que se trata de um espetáculo teatral, um concerto musical, uma apresentação de dança ou... o que de fato ela narra, um treino de *Gong Fu*. Pode ser surpreendente constatar que características tão comumente associadas ao acontecimento artístico possam ser aplicadas à descrição de uma arte marcial. E foi a partir desta primeira constatação que

me mobilizei a estabelecer um diálogo entre o *Gong Fu* e o teatro, acreditando que a partir da interação entre estas artes o ator possa ganhar tanto em seu crescimento profissional quanto pessoal.

Não é por acaso que o *Gong Fu*, assim como outras modalidades de luta, é denominado como arte (marcial), sua arte é a do combate, da sutil e eterna batalha contra si mesmo. Assim, a arte marcial pode ser considerada como “a arte de expressar o corpo humano de forma combativa”¹⁰. Ela busca, acima de tudo, o refinamento do indivíduo, muito mais do que a eficácia a qualquer custo, possibilitando que ele se desenvolva espiritual e tecnicamente. A princípio podemos chamar de arte objetos ou experiências que envolvam algum nível de apreciação estética, e que são produzidas ou executadas por uma habilidade psicofísica do ser humano. Mesmo sabendo que o conceito de arte é subjetivo e compreende um mundo de relações complexas que vão muito além do que foi aqui comentado, é importante salientar o caráter artístico do *Gong Fu*: uma atividade que desenvolve a habilidade e o controle corporal, e que provoca um resultado passível de apreciação estética, pois esta dimensão é levada em conta na elaboração dos movimentos. Desta forma, a proposta desta pesquisa é mais que investigar as possibilidades de utilização da arte marcial como ferramenta na preparação de atores para a cena, é também promover um olhar atento para esta arte na busca por um diálogo que possa enriquecer a prática artística como um todo. Como o diálogo é uma via de mão dupla, acreditamos que esta interação possa ampliar o horizonte de percepção dos atores sobre esta arte marcial, assim como do próprio *Gong Fu* em relação às outras artes.

Existem muitas lendas a respeito da origem do *Gong Fu*. Como na China antiga as histórias eram passadas oralmente de pai para filho, existem diversas versões e mitos acerca do nascimento desta arte marcial. Uma das mais aceitas diz que o *Gong Fu* tenha sido desenvolvido por Bodhidharma:

Segundo a lenda, após estar na China e viajar pela região durante muitos anos, em algum momento ele (Bodhidharma) vagou para o norte do país e se estabeleceu no monastério *Shaolin*. Lá ele meditou durante nove anos. Em sua meditação, teria fundado o budismo *Ch'an*

¹⁰ Fala de Bruce Lee em entrevista concedida a Pierre Breton, no programa *The Pierre Breton Show*. 1971. Hong Kong. Disponível em: http://www.youtube.com/results?search_query=Bruce+Lee+The+lost+interview&aq=f.

e também o *Gong Fu*. Sendo um mosteiro, o Templo *Shaolin* abrigava muitos fugitivos da justiça, guerreiros hábeis que acabavam se tornando monges. Acredita-se que Bodhidharma tenha criado uma série de exercícios que os monges guerreiros achavam benéficos para seu treinamento, uma vez que se tratava de exercícios que ajudavam a unir a mente e o corpo (ANDRAUS, 2010, p. 49).

Outros autores também compartilham desta opinião:

Bodhidharma, quien tras nueve años de meditación en una cueva en absoluto silencio enseñó a sus discípulos una serie de ejercicios que darían origen al kung fu. Bodhidharma también fue el introductor del budismo Chan en China, una rama del Budismo Mahayana que al transmitirse a Japón tomó la denominación de budismo Zen (ACEVEDO, GUTIÉRREZ e CHEUNG, 2010, p. 52).

Podemos perceber que historicamente a origem do *Gong Fu* está associada a um templo budista, e, conseqüentemente, os preceitos do budismo chinês, ou *chan* budismo, fazem originalmente parte da prática do *Gong Fu* e servem como alicerce filosófico desta arte marcial. Algumas linhagens do budismo se autointitulam como filosofias ou modos de vida e não como religião, o que mostra a coerência desta pesquisa em abordá-lo como uma prática filosófica, nunca como doutrina religiosa, mas como uma corrente de pensamento que embasa as práticas do *Gong Fu*.

Diz-se ainda que a arte marcial conhecida como Shaolin *ch'uan-fa* ou boxe do Templo de Shaolin desenvolveu-se a partir dos exercícios transmitidos pelo monge indiano. Muitas artes marciais chinesas e japonesas nasceram desta tradição. (...) desde as épocas mais recuadas, a meditação e os exercícios marciais eram aspectos complementares do Budismo: a primeira, passiva e estática, o segundo, ativo e móvel. (REID; CROUCHER, 2009, p. 26).

Este caráter de doutrina religiosa foi aos poucos se dissolvendo, e com o passar do tempo o *Gong Fu* extrapolou as fronteiras do templo Shaolin, como nos mostra Rodrigo Apolloni: “Não há, nos termos que identificam *genericamente* a arte marcial chinesa, uma conotação religiosa. Assim, pode-se dizer que, nesse nível, a arte marcial chinesa não possui corte religioso” (APOLLONI, 2004, p. 55 – grifo meu). Ao contrário das artes marciais japonesas, “onde o Zen exerceu profunda influência sobre os

controladores da prática marcial (a partir do século XVI), na China a relação marcialidade x religião se deu em bases aparentemente mais ‘pragmáticas’ do que ‘transcendentais’” (APOLLONI, 2004, p. 56). A desconsideração dos aspectos religiosos de algumas práticas corporais pode caracterizar um desrespeito às culturas em que estão inseridas. Entretanto, podemos perceber através das citações acima, que o *Gong Fu* não possui caráter doutrinário, o que o torna mais acessível para ser utilizado no treinamento de atores, visto que buscamos um treinamento psicofísico aberto a todas as pessoas, independentemente de sua doutrina religiosa.

O aspecto marcial da arte foi sendo cada vez mais difundido e valorizado em detrimento de outros aspectos. Atualmente, esta ligação do *Gong Fu* com o budismo faz pouco ou nenhum sentido para a maioria dos ocidentais, e este desvencilhamento tem seus aspectos positivos. Acredito que um deles seja a possibilidade de maior difusão da arte marcial, pois muitos praticantes interessam-se apenas pela marcialidade da arte, e não por seus preceitos filosóficos ou religiosos. A prática, contudo, pode vir a modificar o pensamento inicial do praticante, já que o conhecimento sobre alguns elementos do taoísmo e do budismo - como o *yin e yang* e a busca pelo caminho do meio - acrescem outro nível de compreensão ao praticante. O pensamento taoísta, que permeia a cultura chinesa como um todo, também virá à tona para nos auxiliar na compreensão de alguns aspectos essenciais desta arte marcial, pois esta filosofia facilita o entendimento de alguns conceitos e técnicas aqui abordados. Hoje, temos liberdade para escolher o grau de aprofundamento que desejamos atingir, pois a oferta de escolas de *Gong Fu* é cada vez maior e cabe somente ao praticante escolher que caminho trilhar.

Apesar das grandes modificações que ocorreram ao longo da difusão do *Gong Fu* pelo mundo, principalmente no Ocidente, algumas características originais continuam sendo parte fundamental da prática desta arte. O grande respeito à divisão hierárquica é uma delas. A figura do *Shifu*, assim como a do *Sigung*¹¹ ou do *Josi*¹², é central, tanto pela posição que ocupa espacialmente no *Guan* quanto pela importância da sua presença. *Shifu* representa pai, professor ou mestre, um conceito tão amplo e significativo para os chineses que não encontramos equivalente na língua portuguesa. *Guan* é o nome dado ao local de prática das artes marciais chinesas. Nas escolas

¹¹ *Shifu* do *shifu*, seria como se fosse o “avô”.

¹² Nome dado ao criador de um estilo de arte marcial chinesa, ele está acima dos *Shifus* e dos *Sigungs*. No caso desta pesquisa, o *Josi* é Wong Long, criador do estilo Louva-a-deus-do-norte.

tradicionais é comum ter um pequeno altar com a figura do Kuan Kun¹³ (ou GuanYu) e a foto de um (ou mais) superior(es). No *Guan* também pode haver incensos e uma vela (ou lâmpada) acesa; o incenso reverencia e relembra os ancestrais e a vela simboliza o espírito do guerreiro Kuan Kun presente no local, representando a proteção marcial para os chineses. Também pode haver frutas neste espaço, o que é típico da cultura chinesa e um símbolo que, quando ofertado, expressa o desejo de longevidade.

O altar que abriga a figura do Kuan Kun assemelha-se aos altares familiares presentes nas casas de muitas famílias no Japão e na China, são os locais onde a família reverencia seus antepassados, prática comum em muitos países orientais. Uma das funções do altar no *Guan* é a de reverenciar o Kuan Kun como guerreiro, símbolo de coragem, perseverança e honra. Além de respeito, o culto aos antepassados relembra nossa identidade, nossa trajetória sobre nós mesmos, ao mesmo tempo em que reafirma nosso pertencimento ao mundo, já que a formação da identidade ocorre no contexto de pertencimento a um grupo. O cumprimento ao altar cada vez que se entra e sai do *Guan*, regra mantida na maioria das escolas de artes marciais, é um modo de expressar respeito não só à lendária figura do guerreiro, mas também ao próprio *Guan* que, mais que uma simples sala de treinos, é um espaço sagrado por ser o local em que o *Daigee* se aprimora a cada treino. *Daigee* é o termo chinês utilizado para se referir ao praticante de arte marcial chinesa, nesta pesquisa será adotado para se referir ao aluno ou praticante de *Gong Fu*.

O termo sagrado é usado nesta dissertação para expressar uma concepção de mundo que se pauta pela noção de respeito por todas as coisas. Todo este ritual de oferenda e cumprimento é sagrado, no entanto não se vincula a nenhuma doutrina religiosa, pois é um costume que expressa a concepção de mundo dos chineses. O sentido de sagrado vai além do conceito de doutrina; diz respeito, entre outras coisas, ao reconhecimento pela genealogia. É um traço cultural que dá a dimensão das diferenças deste ponto de vista em relação ao ocidental, que separou religião e ciência, filosofia e sagrado, homem e natureza, etc.. Para os chineses a religião não se separa da filosofia, pois ela não deixa de ser racional; assim, o sentido do sagrado está mais ligado ao respeito e à disciplina do que à fé cega, incapaz de criticar. Neste sentido, não se

¹³Kuan Kun foi um guerreiro chinês nascido no ano de 160 e reverenciado na China por sua coragem. Ele representa proteção, lealdade e coragem. Sua história é narrada no romance *Os 3 Reinados (Three Kingdoms)*, escrito por [Luo Guanzhong](#) durante o século 14 na China. Este livro é de extrema importância na construção do pensamento chinês.

relaciona a nenhuma doutrina religiosa (espiritismo, catolicismo, budismo religioso), mas sim à ideia do conceito original de religião (do latim *religare*), que compreendia a (re)ligação do homem à natureza e às suas origens (ELIADE, 1992). A sacralização do espaço cênico também foi discutida por inúmeros teóricos e encenadores teatrais, dentre eles Artaud (1896 - 1948), que acreditava que o espaço de atuação era sagrado, já que nele acontecia o ritual que se materializava no encontro do ator com o público. Reconhecer a presença do sagrado em tudo e em todos é o primeiro passo que nos leva à aceitação de nossa condição humana, à integração com a natureza e a respeitar o próximo.

Analisando mais de perto como ocorrem as relações interpessoais na arte marcial, é importante reforçar que o respeito pela organização hierárquica é a base para todo o aprendizado, a primeira lição a ser apreendida em todas as artes marciais tradicionais. Quando o *Daigee* entra no *Guan* ele deve cumprimentar o espaço, independentemente de haver o altar ou não. Mesmo que seja apenas uma sala vazia, ele deve inclinar o tronco à frente como símbolo do seu respeito e reconhecimento por toda a tradição, por todos aqueles que vieram antes dele e que deram continuidade ao trabalho. Devido aos *Shifus* antecessores é que estamos treinando, pois foi por meio deles que os ensinamentos chegaram até nós e se atualizaram, do contrário, poderiam ser apenas vestígios históricos do passado.

Saudamos o *Shifu* com o cumprimento utilizado pelos chineses - mão esquerda aberta sobre a mão direita fechada -, gesto que possui diversos significados, como por exemplo: disciplina sobre o trabalho, ou ainda a força espiritual sobre a força física, *yin* sobre o *yang*. Este pequeno gesto auxilia o *Daigee* a compreender e desenvolver a noção de gratidão e a virtude da humildade. No *Gong Fu*, é pressuposto indiscutível que o *Shifu* e os demais superiores possuam mais conhecimento que o *Daigee*, já que este conhecimento somente é alcançado com o tempo mediante um longo período de dedicação. Muitas vezes um jovem *Daigee* pode conseguir realizar golpes que um *Shifu* não mais consegue devido às restrições físicas da idade, porém ele deve ter consciência de que dificilmente irá superar o refinamento técnico de seu *Shifu*, ou mesmo sua sabedoria. É necessário que o *Daigee* tenha esta humildade para que continue praticando a arte e buscando se aprimorar cada vez mais, a fim de manter a qualidade

técnica que será transmitida às próximas gerações. Por sua vez, um *Shifu* sábio é aquele que compreende e aceita sua própria ignorância:

O ciclo começa com a gente não sabendo de nada. Depois de um ou dois anos, começamos a apanhar algum conhecimento e então achamos que sabemos alguma coisa. Com mais de dois anos, quanto mais sabemos, mais temos dúvidas se sabemos alguma coisa. Com mais de dois anos de treinamento avançado, estamos convencidos que não sabemos nada. Estamos voltando para onde começamos. Percebemos que o conhecimento é tão vasto como um mar sem fundo, uma montanha sem pico, como o universo e seus limites. Quando começamos, somos convencidos, achamos um tanto bom... No fim do treinamento, sabemos que somos como um pequeno grão de areia em uma praia. É aí que o ‘caráter perfeito’ entra, e nos tornamos mais humildes, percebemos que não há limites para o conhecimento, que somos como uma gota de água no oceano (LAI s/n)¹⁴.

Esta citação foi proferida pelo Grão mestre Brendan Lai, um dos responsáveis por trazer o estilo louva-a-deus-do-norte da China para o Ocidente (década de 1960), mais especificamente para os Estados Unidos, a partir de onde se desenvolveu para o Brasil, outros países da América do Sul e Europa. Além de um perito em *Gong Fu*, Brendan Lai¹⁵ era Ph.D. pela *Eurotechnical Research University*, no Havaí, e foi professor de *Gong Fu* na *San Francisco State University* por sete anos, onde ensinava *kam la*¹⁶ para a comunidade acadêmica. Com estas palavras ele nos mostra que o verdadeiro mestre é humilde, pois sabe que o conhecimento pleno é ilimitado e, portanto, inalcançável.

2.2. IDEOGRAMAS: O REGISTRO DO GESTO

Dentro do universo do *Gong Fu*, um aspecto que deve ser contextualizado são os ideogramas, construtores da linguagem e do modo de pensar chinês. Os ideogramas surgiram a partir dos pictogramas, desenhos utilizados para representar ideias, objetos, sentimentos, a natureza, etc. “Os caracteres da língua escrita chinesa são chamados de ideogramas, porque cada um deles equivale a um signo gráfico que exprime diretamente

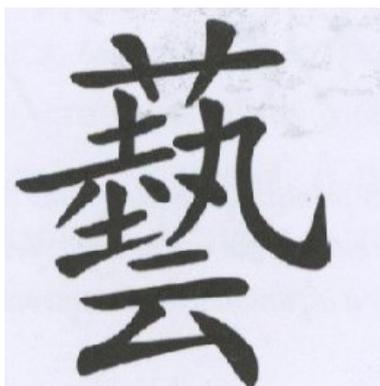
¹⁴ Reportagem com Grão Mestre Brendan Lai publicada na revista *Inside Kungfu Magazine*, com tradução de Marcelo Gabriel e Lara Saraiva. Disponível em: <http://www.brendanlai.com/site/?q=node/19>.

¹⁵ Seu nome de batismo é Lai Dat Chung. Brendan Lai é o nome pelo qual passou a ser chamado após sua imigração da China para os Estados Unidos.

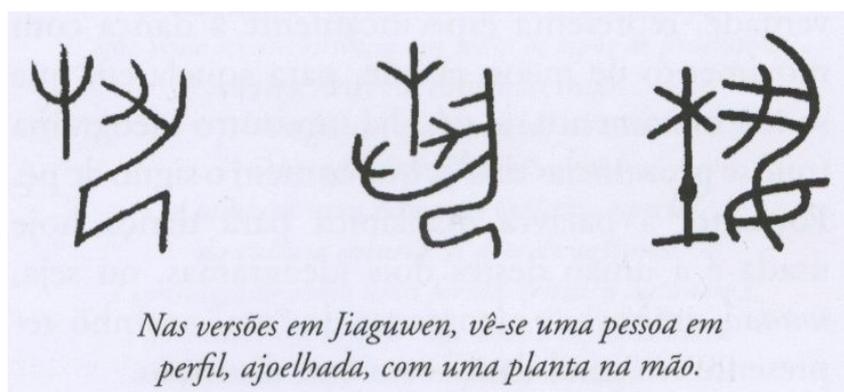
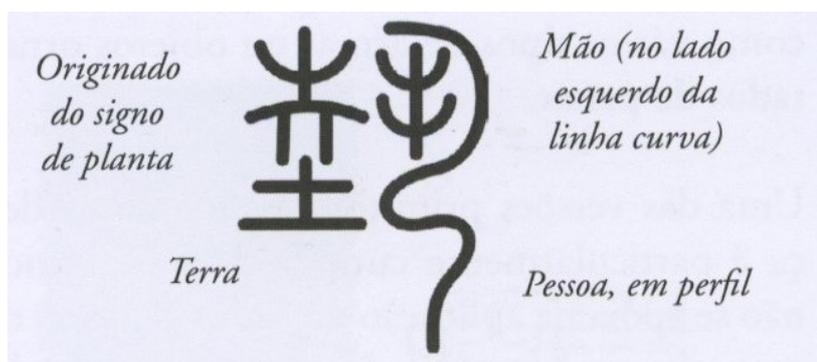
¹⁶ Técnicas de defesa pessoal que focam nos pontos de pressão do corpo humano, também são conhecidas como *chin na*.

uma ideia (um ou vários significados), e não uma letra ou som” (HSUAN-AN, 2006, p. 29). A constituição de um idioma desenvolvido a partir de “desenhos” e não de um conjunto de letras, implica em uma maneira diferente de pensar. Só conseguimos formular e expressar um pensamento se temos uma linguagem que nos permite interpretar e codificar o mundo, ou seja, a linguagem determina - e também reflete - o modo de pensar de um povo. Enquanto o alfabeto árabe é totalmente abstrato, o ideograma é mais imediato. No alfabeto que utilizamos, a palavra escrita não nos remete diretamente, por sua grafia, à imagem da coisa definida; já o ideograma é, ao mesmo tempo, significante e significado, pois sua estrutura gráfica nos remete à imagem daquilo que define. Como nos mostra Tai Hsuan-An: “Cada ideograma é um sinal, um signo ou símbolo que representa um ou vários significados e conceitos. Para a maioria das pessoas, o reconhecimento de um símbolo como ♥ é imediato. Um ideograma funciona de modo similar” (HSUAN-AN, 2006, p. 16). Desta forma, o contato com os ideogramas nos permite compreender melhor o pensamento chinês, pois ao entender sua lógica de funcionamento, nos apropriamos momentaneamente desta visão de mundo. Por isso é importante analisá-los neste trabalho, pois é por meio dos ideogramas que os chineses interagem com o mundo e agem sobre ele.

O professor Tai Hsuan-An nos sensibiliza para o caráter plural e metafórico dos ideogramas: “Além do mais, muitos ideogramas são extremamente curiosos e estimulantes à imaginação, e cada um, por si só, é um pequeno poema, uma ideia filosófica, um provérbio e até um relato resumido de uma determinada cena” (HSUAN-AN, 2006, p. 17). O ideograma que representa “arte” é um ótimo exemplo do quão diferente é a interpretação chinesa do mundo.

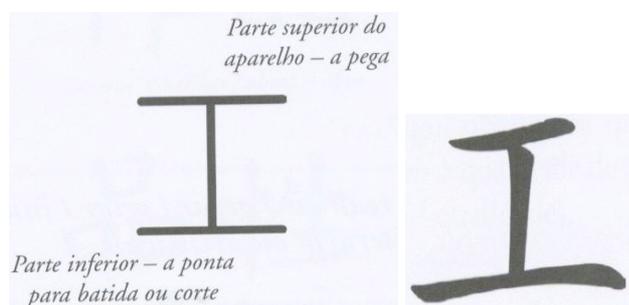


Ele é representado pictograficamente por uma pessoa cuidando de uma pequena planta, gesto que traz implícitas as ideias de cuidado, zelo e dedicação em prol da beleza e da manutenção da vida. O pictograma ou signo pictográfico é uma representação simplificada de um ser ou de algo já conhecido (HSUAN-AN, 2006, p. 25). Abaixo podemos ver diferentes versões deste ideograma em sua forma mais primitiva, ou seja, quando ainda era um símbolo pictográfico da antiga escrita chinesa Jiaguwen.

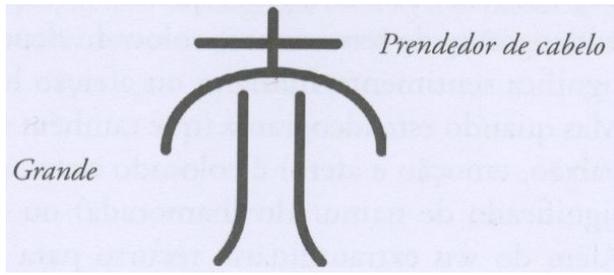


Assim fica claro que, de acordo com a visão dos chineses, a Arte expressa e contém significados potentes e que passam pela percepção afetiva do sujeito. O pictograma mostra uma ação rotineira (cuidar de plantas) comprovando que o lugar da arte na cultura chinesa é o lugar da vida comum, das ações do dia a dia. E, ao mesmo tempo, indica as semelhanças com o conceito grego de arte, pois ambos contêm a ideia de técnica, o que fica latente por meio da observação da minuciosidade dos *bonsais*.

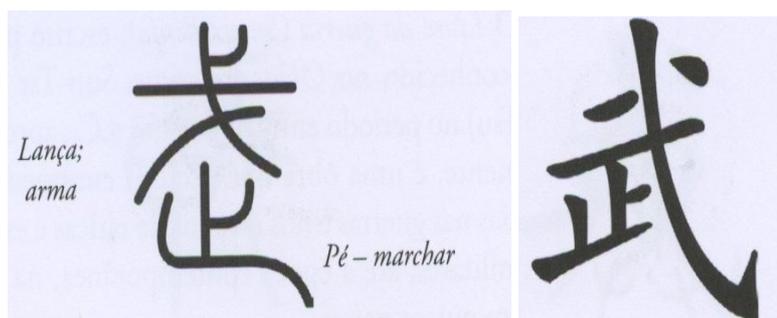
Na origem das palavras *Gong Fu* e Arte também encontramos muitas semelhanças. Arte, como foi conceituada por Platão (428 a.C – 348 a.C) na obra *Ion*, aproximadamente por volta do ano 390 a.C., era quase sinônimo de *Gong Fu*. A palavra deriva do grego *tekhné*, que significa técnica, trabalho. Assim como o ideograma *Gong Fu* originalmente significa trabalho árduo ou habilidade acumulada. Mesmo que esta conceituação de Arte não satisfaça a todos e não consiga dar conta da ampla dimensão e alcance deste conceito tão subjetivo, ainda assim ela é pertinente, pois define uma das várias características possíveis: a técnica do artista presente em suas obras. E, de uma maneira ou de outra, todo trabalho de criação pressupõe muito *Gong Fu* no sentido em que a criação “nasce” depois de um longo, e muitas vezes conflituoso, processo de árduo trabalho. *Gong* significa trabalho, habilidade, obra realizada manualmente. O pictograma que deu origem a este ideograma inicialmente era um desenho que representava um instrumento de trabalho semelhante a um arado:



Já o ideograma *Fu* refere-se ao homem ou à mulher que já são casados, o que significa que são indivíduos maduros (HSUAN-AN, 2006, p. 39).



Podemos perceber que o termo *Gong Fu* não significa originalmente luta ou combate; mas, então qual seria o termo que define a arte marcial chinesa? O termo utilizado originalmente para definir arte marcial chinesa é *Wu Shu* *Wu* refere-se a combate, marcialidade: “A arte marcial chinesa é chamada de *Wu Shu* em chinês. Nesta palavra, *wu* significa precisamente marcial” (HSUAN-AN, 2006, p. 58).



Esta explicação deixa claro que se utiliza, em geral, um termo diferente do original chinês para definir o que se entende por *Gong Fu*. O termo *Gong Fu* era empregado, sobretudo na China, porém esta arte marcial chegou ao Ocidente pelos mestres de Hong Kong, região que na época estava sob o domínio inglês (1842 – 1996). Este é um dos motivos que explicam a popularização do termo *Gong Fu* ao invés de *Wu Shu* na Europa e nas Américas, de modo geral. Com a vinda de Bruce Lee da China para a América do Norte, entre outros fatores, o termo *Gong Fu* se fortaleceu e passou a ser usado como sinônimo de arte marcial chinesa, ficando a expressão *Wu Shu* pouco utilizada e conhecida no Ocidente.

Atualmente, na China usam-se três nomenclaturas para se referir à arte marcial: *Gong Fu*, *Wu Shu*, *Guo Shu* ou ainda *Gong Fu Wu Shu*. No caso do Brasil a utilização destes termos é um pouco diferente, pois o emprego do conceito *Wu Shu*, na maioria das vezes, fica restrito aos praticantes e, neste contexto, refere-se especificamente ao *Gong Fu* de estilo moderno. Ou seja, quando alguém no Brasil menciona o termo *Wu Shu*, provavelmente está se referindo a um estilo específico de *Gong Fu*: o estilo moderno. O surgimento deste ocorreu devido à pressão do governo de Mao Tsé Tung (1943 – 1976) durante a Revolução Cultural Chinesa na década de 1960, que determinou, entre outras

coisas, o fim das artes marciais na China. Os praticantes de *Gong Fu* queriam continuar a exercitar sua arte e a única maneira de preservá-la era subvertendo esta ordem, o que se concretizou mediante a criação da modalidade esportiva de *Gong Fu*, o que pode ser confirmado por Mariana Andraus:

A arte marcial foi proibida por diversos governos, sobretudo o de Mao Tse Tung, devido à sua relação com a criminalidade. Em virtude desta proibição muitos mestres migraram para países vizinhos e este conhecimento continuou sendo transmitido, embora clandestinamente. Posteriormente, houve um movimento de retomada da identificação nacional na China por meio do resgate de alguns aspectos culturais tradicionais, entre eles, a arte marcial. Assim, foi criado o *wushu* moderno, maneira de oficializar a arte marcial como modalidade esportiva e desvinculá-la da clandestinidade (ANDRAUS, 2010, p. 51).

Nas competições de *Wu Shu* o *Daigee* deve criar um *taulu* (ou forma) que obedeça a alguns movimentos obrigatórios, como nas competições de ginástica olímpica no solo. A virtuosidade do *Daigee* de *Wu Shu* se assemelha bastante, nos casos mais extremos, a dos ginastas, com *taulu* cheios de saltos e piruetas, verdadeiras acrobacias a serviço da luta. Por esta razão, muitos *Daigee* enxergam o *Wu Shu* como uma categoria que, indo além do esporte, se caracteriza como arte por sua liberdade criadora. Em um estágio mais avançado ele cria sua própria coreografia e articula os movimentos da maneira como lhe convém, enfatizando os aspectos que achar mais relevantes. Já no *Gong Fu* tradicional o *Daigee* reproduz as formas da maneira que lhe foram ensinadas, podendo alcançar ou não um nível de aprimoramento que o permita criar (ou recriar) novas formas.

A forma é uma sequência fixa de golpes e movimentos organizados no tempo e no espaço como em uma coreografia. As formas objetivam preservar as técnicas, impedindo que se percam ao longo dos anos; além disso, elas possibilitam a apreensão dos golpes de forma contínua e fluida, permitindo que o *Daigee* compreenda como se dá a articulação entre eles. São como uma luta imaginária, pois o *Daigee* se locomove a partir da ideia da presença de um ou mais oponentes, o que confere aplicabilidade marcial aos movimentos. Neste sentido, a forma pode ser considerada também como uma luta utópica, já que no contexto de um combate real a luta ocorre de forma

improvisada e a sequência de golpes irá variar de acordo com as respostas do adversário.

A preocupação com a estética da luta é um aspecto relevante tanto no *Gong Fu* tradicional quanto no *Wu Shu* moderno. Todavia, no moderno a construção estética dos golpes tem ainda mais importância, por ser um dos critérios para pontuação nas competições. Os *taulu* de *Wu Shu* moderno parecem verdadeiras coreografias de dança. Além da preocupação estética, o ritmo e a fluidez dos movimentos fazem esta analogia, assim como a própria postura do *Daigee* durante a performance. Enquanto no *Gong Fu* tradicional a aplicação marcial do golpe é o elemento mais valorizado, no moderno há ênfase no desenvolvimento de uma postura ereta, no alinhamento do eixo corporal, assim como na manutenção do contato por meio do olhar dirigido ao oponente (real ou imaginário). Os atletas se preocupam com a impressão que causarão nos juízes, afinal de contas eles representam (e são representados pelo) o arquétipo do guerreiro, e, para que consigam deixar esta impressão, têm que acreditar em si mesmos e nas circunstâncias dadas. Isso nos leva a crer que o bom *Daigee* tem fé cênica¹⁷, pois acredita que há um oponente imaginário e crê que é um guerreiro, condição para que de fato vença. Este fato mostra o quanto o *Wu Shu* também pode ser amplamente explorado no treinamento de atores, pois, além de se preocupar com a dimensão estética da performance na luta, há o fator da intenção do guerreiro.

O *Gong Fu* trabalha a partir de um ponto de vista que entende que o desenvolvimento humano deu-se por meio das práticas corporais integradas, e não só de elocubrações mentais. Por isso, a Filosofia chinesa é mais prática que analítica. O próprio termo “filosofia chinesa” em si é discutível; o mais correto seria utilizar “prática filosófica” ou “pensamento chinês”. O termo filosofia é um conceito que reflete a concepção grega de um tipo de pensamento baseado na razão. Seu significado etimológico é “amor pela sabedoria” (FERRETER MORA, 1975, p. 661). Já a prática filosófica tradicional oriental é constituída a partir e por meio da observação da natureza, bem como da realização de atividades corporais, ou seja, é uma filosofia prática e integrada à vida. Por outro lado, ao se evitar o emprego do termo filosofia, corre-se o risco de reforçar a exotização dos países orientais, não reconhecendo certos

¹⁷Termo cunhado por Stanislavski que se refere à capacidade do [ator](#) de acreditar na [ficção](#) para poder convencer a [plateia](#) de que aquele [universo ficcional](#) é uma [realidade](#) para o [personagem](#). “A verdade em cena é tudo aquilo que podemos crer com sinceridade, tanto em nós mesmos quanto em nossos colegas. Não se pode separar a verdade da crença, nem a crença da verdade” (STANISLAVISKI, 2008, p. 169).

saberes como área de conhecimento. Isso poderia caracterizar um preconceito com culturas que, tradicionalmente, se baseiam menos nas reflexões conceituais e mais na análise sobre os desdobramentos provenientes de práticas corporais e de fatos experienciados.

Gong Fu é um termo que significa essencialmente trabalho árduo, ou seja, quando um artista executa ou produz uma obra de arte, podemos dizer que este artista tem *Gong Fu*. Por isso este conceito pode ser aplicado a diversas situações e contempla em seu significado os conceitos de dedicação, tempo, perseverança e autosuperação. Neste sentido, não existe *Wu Shu* sem *Gong Fu*, mas existe *Gong Fu* sem *Wu Shu*, o que é muito bem ilustrado nesta passagem retirada do filme “O Reino Proibido” (Rob Minkoff, 2008), em que a cena mostra o momento no qual um jovem norte-americano começa o seu treinamento de *Gong Fu* com os mestres em meio à natureza. Enquanto ele treina, a narração diz:

Gong Fu, trabalho duro ao longo do tempo para adquirir destreza. Um pintor pode aprender *Gong Fu*. Ou o açougueiro que corta a carne todos os dias com tal destreza que sua faca nunca toca no osso. Aprenda a forma, mas procura o que não tem forma. Ouve o que não tem som. Aprende tudo e esquece-o logo. Aprende o modo e logo encontrarás o teu próprio modo. Um músico pode ter *Gong Fu*. Ou o poeta que pinta quadros com palavras e faz os imperadores chorarem. Isto também é *Gong Fu*. Mas não lhes dê um nome meu amigo, porque é como a água. Nada é mais suave que a água, no entanto consegue superar a rocha, não luta. Flui a volta do seu oponente. Sem forma, sem nome. O verdadeiro mestre reside no interior. Somente você o pode libertar¹⁸ (MINKOFF, 2008).

As metáforas citadas acima trazem riquíssimas imagens que podem nutrir o trabalho de qualquer artista, seja do ator, do dançarino, do poeta ou do artista marcial. Estas reflexões nos ajudam a compreender que a arte marcial busca, acima de tudo, a espiritualização do ser humano, muito mais do que a eficácia a qualquer custo. Esta espiritualização não diz respeito a nenhuma doutrina religiosa, mas sim à busca por um estado de espírito controlado e equilibrado. A cena do filme parece nos mostrar a arte

¹⁸ Tradução livre a partir do original em inglês: “*Gong Fu, hard work over to accomplish skill. A painter can have Gong Fu. Or the butcher that cuts meat every day with such a skill his knife never touches bone. Learn the form but seek the formless. Hear the soundless. Learn it all and forget it at all. Learn the way then find your own way. A musician can have Gong Fu. Or the poet who makes pictures with words and made the emperors cry. This too is Gong Fu. But do not name it, my friend, for it is like water. Nothing is softer than water, yet it overcome rock, it does not fight. It flows around the opponent. Formless. Nameless. The true master dwells inside. Only you can free him*”.

como meio de espiritualização, na medida em que descortina caminhos para se alcançar um estado de espírito mais sublime. Sugere-se que o alcance deste estado de espírito se pautar na materialidade do aperfeiçoamento técnico, na precisão do artista, na dedicação ao trabalho de artesão. Ele não envolve transe, milagres ou qualquer tipo de energia mística, todavia este tema será melhor discutido no Capítulo 2.

Em contrapartida, modalidades como o MMA (sigla para *Mixed Martial Arts*, ou os chamados “vale tudo”) e o boxe dificilmente podem ser consideradas artes marciais genuínas, mas sim lutas de combate, porque, muitas vezes, objetivam o aperfeiçoamento do praticante tendo como foco quase que exclusivo as competições esportivas. Estas modalidades visam muito mais ao desenvolvimento de determinadas características atléticas do que o aprimoramento do atleta enquanto ser humano.

A legítima arte marcial valoriza aspectos que vão para além da marcialidade, como, por exemplo, a interação de diferentes artes, ou hibridismo artístico. A interação das artes é reflexo de uma concepção de mundo integrado, onde cada linguagem artística colabora e interage com a outra. O filme “Herói” (Zhang Yimou, 2002) mostra um espadachim que vai para uma escola de caligrafia com o intuito de se aperfeiçoar na arte da espada. As artes da espada e da caligrafia operam com os mesmos princípios: precisão, fluidez e agilidade. Contudo, por meio da caligrafia estas habilidades podem ser desenvolvidas de modo mais sutil, o que agrega outras qualidades ao espadachim. Para além da ficção, o filme mostra um hábito recorrente entre aqueles que se dedicavam às artes marciais na China. O que hoje pode ser considerado como interdisciplinaridade, em certa época fazia parte das disciplinas do próprio aprendizado.

Uma das características que expressam este hibridismo artístico, em menor escala, é um poema escrito na camiseta de uniforme de treino dos alunos do Espaço Lai Kung Fu¹⁹. O poema define o espírito de um *Daigee* por meio de metáforas entre o homem e os animais, reforçando o pertencimento do homem à natureza. Este poema foi traduzido pelo *Sigung* Samuel Mendonça e não há dados precisos sobre sua origem e autoria. Na cultura chinesa as informações eram passadas sobretudo oralmente, o que resultava na perda de alguns dados históricos.

¹⁹ O Espaço Lai Kung Fu é a escola que frequento desde o início da minha prática (2007). A escola se localiza em Goiânia (GO) e é dirigida pelo representante do estilo louva-a-deus-do-norte no estado de Goiás: *Shifu* Marcelo Gabriel.

Espírito, Postura, Corpo e Mente

O Espírito deve ser como de uma águia, pronto para capturar um coelho

A Postura deve se assemelhar à de um gato, pronto para pegar um rato

A Cintura deve ser flexível como a de um dragão

Os Braços devem ter a força de um tigre

As Pernas devem se assemelhar às do macaco (rápido e ágil)

O Coração igual ao de uma raposa (esperto e malicioso)

As Mãos devem ser como as de um louva-a-deus (velocidade da luz)



Estas imagens suscitadas pelo poema servem para auxiliar na compreensão da essência do movimento em um nível mais metafórico. Mas, para além da camiseta de treino, estas alusões estão presentes nos títulos (ou nomes) de algumas formas, bastante

sugestivos, como, por exemplo: 黑虎偷心 *Hak Fu Tao Sam Doi Cha*: luta

Tigre Negro Rouba Coração, 躲剛 *Dor Gong*: Evitando a Rigidez, 白猿偷桃

Ba Yuen Tao Tou: Macaco Branco Rouba Pêssego e 螳螂出洞 *Tong Long Tchut Dhong*: Louva-a-Deus Sai da Toca. E ainda há alusão a imagens não só nos títulos, mas também nos próprios movimentos das formas, como, por exemplo, *hoi dai chui dzahm*: pegar agulha no fundo do mar; *tui dzee kuen*: escapando da guerra, *kua fu sic*: base gato.



É interessante observar que a tradução destas imagens que nomeiam os movimentos possibilita uma compreensão diferenciada dos mesmos; um entendimento que transita no nível do simbólico, promovendo associações entre os movimentos e as imagens da natureza, fornecendo estímulos metafóricos que nutrem o imaginário do *Daigee* e agregam mais qualidade a sua performance. Desta forma, pode-se desenvolver os princípios técnicos a partir de um outro olhar, não focado exclusivamente na repetição, mas considerando a reflexão acerca dos estímulos imagéticos como elemento fundamental para a adição de características singulares à gestualidade. Isso subverte a ideia de que a técnica é algo frio e mecânico, e comprova que ela abre espaços para diferentes níveis de percepção por parte de quem a executa, possibilitando a aquisição de diferentes nuances de qualidades aos movimentos. Podemos associar a função destes nomes com a função do subtexto para o ator, pois ambos existem para auxiliar o indivíduo na execução dos movimentos e falas, fornecendo um estímulo a mais que enriqueça a ação. O subtexto²⁰ se refere às falas criadas pelos próprios atores, ou seja, expressões que não estão presentes no texto e que provavelmente nem serão integradas a ele, mas que podem funcionar como um alicerce para os atores em cena.

Contudo é importante lembrar que esta tradução das imagens vem apenas complementar o ensino da técnica. O aprendizado motor, neste caso, ocorre mediante a repetição. Estes exemplos mostram claramente a relação *yin* e *yang* (ou entre técnica e imaginação) presente em todos os aspectos desta arte marcial e que será abordada adiante neste capítulo. No teatro, o trabalho com imagens mentais para a construção de personagens e/ou como um estímulo para a movimentação em cena é recorrente, como aparece em diferentes passagens na trilogia de Stanislavski²¹, e muitas vezes eficaz, porém, temos que analisar até que ponto este exercício realmente ajuda o ator. As imagens devem servir no sentido de auxiliá-lo para que consiga se expressar de maneira

²⁰ De acordo com Stanislavski: “Para compreendermos suas intenções vocês têm de tomar as letras impressas inertes, e restabelecer não só seus pensamentos, mas também suas visões, emoções sentimentos, numa palavra, todo o subtexto, que jaz, latente, sob as palavras do texto formal. Só então poderemos dizer que não só lemos, como também conhecemos a peça” (STANISLAVSKI, 2007, p. 195).

²¹ A trilogia a que me refiro é composta das seguintes obras: *A preparação do ator* (14ª ed., 1998), *A construção do personagem* (11ª ed., 2003) e *A criação de um papel* (9ª ed., 1999).

mais eficaz e orgânica. O que senti repetidamente em exercícios e ensaios é que, muitas vezes, quando não dominamos o movimento, não compreendemos como ele funciona, ou ainda quando não conseguimos incorporar a proposta, o uso de imagens pode ser bastante arriscado. Ela pode se tornar uma abordagem que nos aprisiona dentro de nós mesmos, fazendo da atuação um processo muito mais mental e introspectivo do que de fato expressivo.

Muitas vezes, durante algumas aulas de teatro, tanto na Academia quanto em oficinas informais, visualizei as imagens em pensamento, mas não consegui expressá-las através dos movimentos. Não conseguia externalizar as minhas sensações e tudo acontecia apenas “dentro de mim”, criando um hiato entre sentimento e expressão, entre o que eu pensava estar fazendo e o que de fato a plateia via. Por exemplo: ao me concentrar na imagem de uma bola de fogo na barriga, por mais que eu me concentrasse e buscasse sentir esta imagem verdadeiramente, não conseguia exteriorizá-la em forma de ação física ou gesto, ou ainda, não conseguia nem mesmo modificar significativamente o tônus corporal. Minha autoanálise durante o exercício era sempre positiva, acreditava estar de fato conseguindo passar esta sensação do fogo, entretanto, as opiniões externas quase sempre me mostravam o contrário.

Com o decorrer de minha prática teatral fui percebendo que, ao partir de indicações mais precisas e objetivas, poderia alcançar o tônus e a expressividade almejada. A indicação “faça movimentos circulares com a cintura”, por exemplo, faz com que o ator foque na execução deste movimento preocupando-se com a coordenação e precisão do mesmo. Assim, a sensação da modificação do tônus da cintura surge como consequência desta nova configuração corporal, o que leva-nos a lembrar que o aprendizado se dá a partir do corpo inteiro, e não de um corpo que é separado e comandado pela mente. Este assunto será retomado no Capítulo 2, no qual discutirei o tema utilizando exemplos da prática docente e do exercício artístico.

Com o objetivo de enriquecer a discussão sobre as imagens no *Gong Fu* e no teatro, relatarei duas atividades ocorridas no Espaço Lai Kung Fu. Estas vivências foram orientadas pela esposa do *Shifu*, a artista plástica Mari Souza. A primeira delas, realizada em meados de 2009, consistiu na expressão artística das formas através da pintura. Utilizando papel e tinta guache, e a partir da observação da performance de alguns colegas e do *Shifu*, deveríamos transpor para o papel nossa impressão pessoal

acerca dos movimentos. Buscar fixar através da tinta a efêmera dinâmica da gestualidade marcial só é possível quando estamos abertos à percepção das sensações que estes movimentos nos provocam. A maioria dos *Daigee* tentou realizar desenhos realistas, ficando presos à expressão de um retrato verossímil da imagem, focando sua atenção no papel e se esquecendo de observar a ação, fonte de tudo. Deste modo, muitos desenhos retratavam uma cena estática, apenas um golpe, e não a fluidez da articulação entre os diversos golpes contidos nas formas. Ao contrário da maioria, algumas pinturas buscaram mostrar a dinâmica dos movimentos, gerando imagens que se pareciam com os caracteres chineses. Assim, o movimento inerente aos ideogramas fica evidente, e se expressa em cada traço dos desenhos mostrados.



Creio que o maior benefício desta atividade foi justamente ter nos mostrado a predominância da fluidez e sua importância nos golpes, pois, do mesmo modo que não há como se fixar em apenas um movimento durante o desenho - posto que é rápido e fugaz - também não há como treinar *Gong Fu* sem levar em conta o caráter efêmero dos golpes. É interessante observar como, a partir desta percepção, cada ideograma se assemelha a uma pequena obra de arte, sendo mais do que um signo, uma expressão artística de uma ideia.

Em seguida pegamos nossas máquinas fotográficas e tiramos fotos dos *Sihing*²² em movimento. Com a tentativa de fixar o movimento, a maioria das fotos ficou borrada, o que não se colocou como impedimento à apreciação da atividade.



²² *Sihing* significa “irmão de treino”. É o termo chinês usado entre os *Daigee* para se referirem a um colega de treino mais velho ou mais experiente.



A segunda atividade com este caráter foi feita em meados de 2010, e teve como fundamentação teórica os princípios da *bodyart*²³. Desta vez os *Daigee* puderam registrar as formas utilizando a tinta, realizando-as sobre um pano branco de TNT, com os pés e mãos “sujos” de guache. O resultado final foi um tecido com vários borrões de tinta, o registro concreto da forma.

²³.Mari Souza utilizou como referência para este trabalho o artista plástico Yves Klein (1928 – 1962).



Ao realizar as formas sobre o tecido, os *Daigee* tinham que se preocupar ainda mais com a fluidez e leveza dos movimentos, pois, do contrário, o TNT poderia ser rasgado ou amassado. Enquanto a outra vivência buscava incentivar a livre expressão das formas por meio das artes plásticas, esta visava o registro dos movimentos por meio da tinta. Podemos perceber o caráter complementar entre as atividades. O foco da primeira atividade estava no aluno, na expressão artística de sua percepção e compreensão das formas, já na segunda o interesse era o registro da forma em si, tal como ela se apresenta. O resultado são três registros diferentes da mesma técnica corporal (*Gong Fu*): as fotografias, as pinturas individuais e o tecido, todos pertencentes ao universo da cultura visual.

As fotografias reproduzem fielmente aquilo que retratam, abrindo menos espaço para a subjetividade de quem a realiza. É evidente que a subjetividade do fotógrafo interfere no enquadramento, no tipo de foco e luz que utiliza; contudo, na experiência em questão, ele não interfere diretamente sobre o fenômeno retratado. Já as pinturas individuais mostram a riqueza de possibilidades de apreensão de um mesmo movimento: refletem a subjetividade de cada um, ao mesmo tempo em que estimulam o *Daigee* a investigar seu potencial artístico expressivo. E, por último, temos o tecido de TNT, fruto de uma criação coletiva, uma vez que vários alunos performaram sobre ele. Neste sentido, poderia ser considerado o registro mais potente, pois seu conteúdo é o reflexo direto da forma. Ao contrário da fotografia, que retrata a imagem congelada, a tinta sobre o tecido concretiza a dinâmica da movimentação do *Daigee*. Além disso, o tecido abarca a coletividade, materializada pelas diferentes cores usadas, e se mostra mais do que um simples registro: trata-se de uma produção artística viva. Assim, percebe-se que, por meio destes exercícios, a arte é aplicada à marcialidade, ao aprendizado e ao hibridismo.

1.3 CRIAÇÃO E TRADIÇÃO: DIALÉTICA DOS ESTILOS

O *Gong Fu* começou a ser realmente difundido e, conseqüentemente, ensinado fora da China, com a vinda de Bruce Lee para os Estados Unidos da América em 1959. Bruce Lee além de árduo pesquisador das artes marciais, era graduado em Filosofia, o que confere ainda mais rigor à sua fala, já que sua formação o induz à reflexão crítica sobre seu próprio fazer. Nesta época ele já era um perito em artes marciais e, a partir de seu sucesso mundial no cinema, o ocidente começou a se interessar por esta arte. Antes da década de 70, os próprios chineses não se interessavam em ensinar *Gong Fu* para os ocidentais, como nos mostra Andraus:

Às vezes acontecia de chineses que viviam no Ocidente, especialmente nos Estados Unidos (onde esta arte marcial primeiramente se propagou), se recusarem a ensinar não chineses por acharem que os mesmos não teriam capacidade de assimilar o conhecimento que tinham para transmitir. Os alunos ocidentais não conseguiam progredir no *gongfu* de uma maneira integral porque, como já foi afirmando, sem conhecer os fundamentos das técnicas e sem o embasamento cultural é impossível desenvolver-se plenamente no *gongfu* (ANDRAUS, 2010, p. 53).

Neste contexto conturbado comentado pela autora, Bruce Lee foi uma das figuras importantes que ajudou a diminuir o preconceito tanto da China em relação ao ocidente quanto do ocidente em relação à China, abrindo espaço para que não chineses também pudessem aprender *Gong Fu*. No *Gong Fu* também ocorre um processo de trocas culturais, termo que é utilizado para se referir às contaminações que podem ocorrer no contato entre culturas diferentes. Atualmente a criação de novos estilos não é comum e a diversidade daqueles existentes é bastante significativa. Entretanto, Bruce Lee criou um estilo próprio a partir da sua prática pessoal, que passou pela aprendizagem de vários outros, como, por exemplo, o *Wing Chun* e o Louva a deus, e também de outras modalidades como o Boxe, o *Tae kwon do*, Karatê e Judô. A partir disso ele agrupou e reelaborou elementos das diversas modalidades que praticou e criou uma nova arte marcial: o *Jet Kune Do*. O *Jet Kune Do* exemplifica o hibridismo proveniente de um movimento de trocas entre as diversas artes marciais, o que provoca

o surgimento de novas categorias ou estilos. A respeito destas trocas, Nestor Canclini declara:

Todas as culturas são de fronteira. Todas as artes se desenvolvem em relação com outras artes: o artesanato migra do campo para a cidade; os filmes, os vídeos e canções que narram acontecimentos de um povo são intercambiados com outros. Assim as culturas perdem a relação exclusiva com seu território, mas ganham em comunicação e conhecimento (CANCLINI, 2008, p. 348).

Canclini mostra uma visão bastante otimista em relação a estas trocas; entretanto, o discurso do indiano Rustom Barucha traz outra perspectiva sobre o assunto. Ele apresenta o conceito de interculturalismo:

De minha parte eu acredito que por mais que se queira aceitar esta aparente abertura Euro-Americana a outras culturas, o maior domínio econômico e político do Ocidente claramente reprimiu, se não negou as possibilidades de um intercâmbio genuíno. Em um mundo ideal, interculturalismo poderia ser visto como uma ‘via de mão dupla’, baseado em reciprocidade mútua de necessidades. Na realidade, porém, onde é o Ocidente que estende sua dominação a aspectos culturais, esta ‘via de mão dupla’ pode ser mais precisamente descrita como ‘rua sem saída’ (BARUCHA, 1993, p. 2)²⁴.

O autor exhibe as discrepâncias entre ocidente e oriente, e ao longo desta obra ressalta os preconceitos e a relação de exploração de alguns países em relação à Índia. Em sua obra *Theatre and the world* (1993), ele enfatiza principalmente a exploração, para ele disfarçada de adaptação, de Peter Brook sobre elementos tradicionais da cultura indiana. Uma de suas maiores revoltas é com a adaptação cinematográfica do clássico *Mahabaratha* para o cinema, dirigido e idealizado por Brook. Barucha acredita que o diretor suplantou aspectos fundamentais da cultura, principalmente no que se refere ao tratamento dado às divindades presentes na obra, considerada como a Bíblia dos indianos. As críticas de Barucha não se restringem a Peter Brook, mas são dirigidas também a Eugenio Barba, acusado, entre outras coisas, de não levar em consideração as

²⁴ Tradução livre a partir do original em inglês: “For my own part, I believe that as much as one would like to accept the seeming openness of Euro-American interculturalists to other cultures, the larger economic and political domination of the West has clearly constrained, if not negated the possibilities of a genuine exchange. In the best of all possible worlds, interculturalism could be viewed as a ‘two-way street’, based on a mutual reciprocity of needs. But in actuality, where it is the West that extends its domination to cultural matters, this ‘two-way-street’ could be more accurately described as a ‘dead-end’.”

singularidades de cada cultura ao definir de forma homogeneizante “os princípios que retornam²⁵”, por exemplo.

As questões levantadas por Barucha levam a lembrar a importância do contexto histórico-social em que o ator está inserido, pois este contexto influencia diretamente o percurso de formação do corpo artístico. As diferenças históricas não podem ser suplantadas por uma possível “tradição das tradições”, que atravessa as barreiras do tempo e do espaço (BARUCHA, 1993, p. 84). Isto nos leva a aprofundar a análise crítica sobre nosso diálogo com o *Gong Fu*, que, atualmente desvinculado de um caráter religioso, não incorre o risco de ser profanado. É necessário enfatizar que esta pesquisa não é **sobre** o *Gong Fu*, nem mesmo fala **de** *Gong Fu*, mas fala **com** o *Gong Fu*. Para de fato caracterizá-la como diálogo, a minha prática pessoal coloca-se como fator determinante, pois é por meio dela que posso genuinamente vivenciar esta arte marcial. Desta forma, a apropriação de alguns aspectos da cultura chinesa ocorre mediante uma imersão na práxis do treinamento, e não apenas a partir de estudos teóricos ou observações, e é este mergulho que viabiliza o diálogo.

Desde o surgimento do *Gong Fu* foram criados diversos estilos, que foram se desenvolvendo ao longo dos anos. A maioria deles foi elaborada a partir da observação dos animais, como no caso dos estilos serpente, macaco, garça, tigre, águia, etc, refletindo a relação singular que a cultura chinesa tem com a natureza, já que os movimentos de todos eles englobam a mímese²⁶ dos animais como característica comum. A essência da luta é sempre a mesma: articula socos (membros superiores), chutes (membros inferiores), respiração, saltos e forte trabalho de bases. O que varia de um estilo para o outro são as particularidades de cada um no sentido de maior ou menor número de saltos, chutes aéreos, ou uso dos membros superiores mais do que dos membros inferiores, por exemplo. E, sobretudo, a construção estética dos golpes e a eficácia dos mesmos, no que diz respeito à possibilidade real de se atingir o objetivo almejado.

²⁵ Barba comenta sobre estes princípios em todas as suas obras, contudo é no livro *A arte secreta do ator: Dicionário de Antropologia Teatral* (1995) que ele de fato descreve cada um deles.

²⁶De acordo com Patrice Pavis: “A mímese é a imitação ou a representação de uma coisa. Na origem, mímese era a imitação de uma pessoa por meios físicos e lingüísticos, porém esta ‘pessoa’ podia ser uma coisa, uma idéia, um herói ou um deus. Na ‘Poética’ de ARISTÓTELES, a produção artística (poiesis) é definida como imitação (mímese) da ação (práxis)” (PAVIS, 2007, p. 241).

Neste trabalho o objeto de análise é o estilo louva-a-deus-do-norte sete estrelas, linhagem do Grão Mestre Brendan Lai. Pratico este estilo desde 2007 e, por isso, o recorte da pesquisa recaiu sobre ele. O estilo louva-a-deus-do-norte foi criado por Wong Long há aproximadamente 375 anos (século XVII) na província de Shantung, na China. Ele já era um artista marcial com experiência em diversos estilos, porém ao lutar com o abade Feng foi derrotado, fato que o motivou a se aperfeiçoar ainda mais. O abade faria uma viagem de três anos, e durante este tempo a missão de Wong Long era treinar bastante para se preparar para a revanche. Durante este período, um dia ele observou um combate entre um louva-a-deus e uma cigarra (alguns relatos alegam que era um pequeno pássaro), e ao perceber a semelhança entre os movimentos do animal e as técnicas marciais ele capturou o inseto, estudou seus movimentos e criou a base de um novo estilo: o louva-a-deus.

Neste intervalo de tempo o abade regressou e eles travaram um novo combate; Wong Long o venceu e, a partir de então, eles passaram a aprimorar juntos este novo estilo de arte marcial (ANDRAUS, 2010, p. 57).



Um dos mais peculiares estilos de *Gong Fu* é o do bêbado. Praticantes de serpente, por exemplo, fazem movimentos de serpente com a qualidade (ou versão) do bêbado, imitando realmente uma pessoa embriagada, com uma movimentação com muitos desequilíbrios e quedas. Este estilo aproxima-se da mímica, pois durante toda a sua movimentação o *Daigee* executa uma gestualidade em que faz a menção de levar a garrafa (invisível) à boca, cai no chão, “cambaleia” e tropeça. Ou seja, ele personifica o

personagem do bêbado não só por meio dos movimentos, mas também da expressão facial e de um tônus corporal mais relaxado. Não há dados concretos que possam afirmar que existe atualmente um estilo apenas de bêbado; hoje em dia ele é uma “versão” ou variação de formas de outros estilos.

O estilo *Wing Chun* também se difere dos demais porque não se baseia exclusivamente em algum animal. Ele foi criado por uma mulher e é extremamente eficaz, pois seu foco é a técnica e não a força física. Podemos encontrar mais informações sobre ele no filme *Ip Man* (YIP, 2008), que conta a saga de um dos principais mestres do estilo. Entretanto, o bom *Daigee* está apto a praticar qualquer estilo, assim como o bom ator é capaz de atuar em qualquer tipo de peça, pois quando se tem a técnica aprimorada e habilidades básicas bem desenvolvidas, é possível fluir por diferentes práticas.

É necessário ressaltar que minha opção pela prática de um estilo tradicional vem da minha crença pessoal de que ele satisfaz as minhas necessidades de vivenciar uma arte marcial em sua completude e complexidade, o que não quer dizer que esta opção seja a melhor, uma vez que não cabe fazer um julgamento de valor sobre tal fato no espaço desta pesquisa. Entretanto, apesar da discussão sobre tradição não ser o foco desta pesquisa, os estilos considerados tradicionais são aqueles que buscam se manter o mais próximo possível do que teria sido a origem de sua linhagem, perpetuando não só as formas e os golpes, mas também os ensinamentos de cada *Shifu*. Sobre o conceito de tradição, Luigi Pareyson declara:

O conceito de tradição é um testemunho vivo do fato de que as duas funções, do inovar e do conservar, só podem ser exercidas conjuntamente já que continuar sem inovar significa apenas copiar e repetir, e inovar sem continuar significa fantasiar no vazio, sem fundamento; e, além disso, exige criatividade e obediência ao mesmo tempo, porque não pertencemos a uma tradição se não a temos em nós, e ela não tem propriamente outra sede a não ser aqueles atos de adesão que a reconhecem na sua eficaz realidade, e não é possível agregar-se a uma tradição sem já modificá-la apenas com esta agregação, nem inová-la sem ter sabido interpretá-la na sua verdadeira natureza e torná-la operante na sua real atividade (Pareyson, 2001, p. 137 *apud* OLIVEIRA, 2006, p. 41).

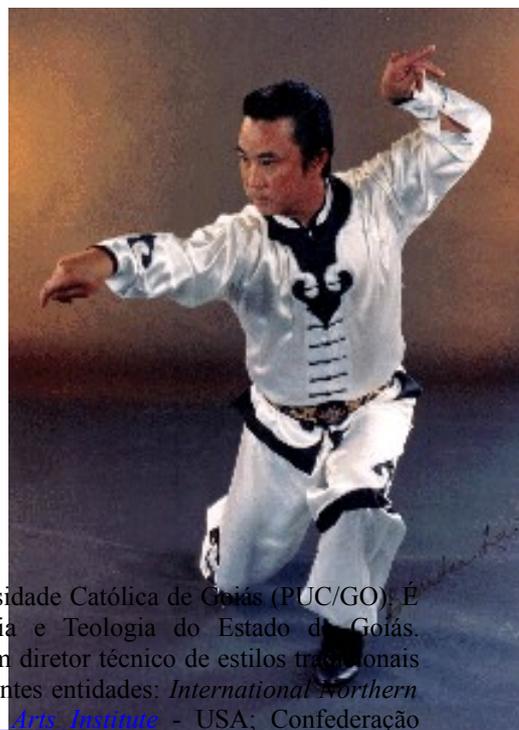
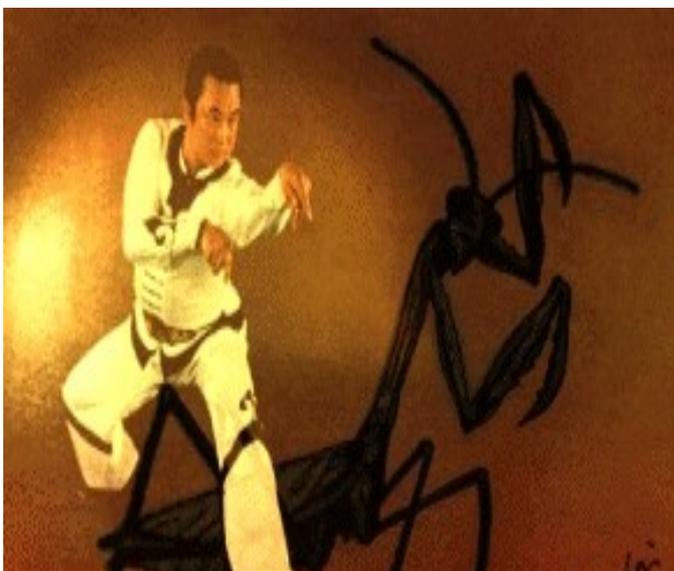
A tradição não é abordada como a repetição alienada de hábitos do passado, mas sim como a manutenção de práticas que permitem a criação de novos hábitos e ideias. Entre estas práticas e valores tidos como tradicionais, no *Gong Fu* destacam-se principalmente a perpetuação do culto aos antepassados, a utilização das nomenclaturas em chinês e o estudo filosófico da arte marcial, entre outros. A reflexão sobre as especificidades do tempo presente apóiam-se na comparação deste tempo com os fatos do passado. Neste contexto a sustentação da tradição, além de ajudar a definir e compreender o contexto em que estão inseridas nossas personalidades, permite a análise crítica dos fatos do passado e, ao mesmo tempo, dos fatos do presente. Além disso, o tempo dedicado ao cumprimento de um ritual tradicional possibilita uma vivência do aqui e agora raramente experimentada atualmente, devido ao comportamento fugaz do tempo na contemporaneidade.

A inserção do *Gong Fu* na preparação de artistas pode ser vista, então, como um lugar de resistência da tradição, já que o *Gong Fu* nos ensina que estamos necessariamente ligados - enquanto sujeitos históricos - a uma ou várias tradições, mesmo sem nos darmos conta disso. E, ao mesmo tempo, opera com a inserção e a exclusão de elementos que o constituem, ajustando-se às condições de vida do homem contemporâneo. Trata-se o *Gong Fu*, portanto, de uma tradição que é mantida, mesmo tendo sofrido várias alterações para se adequar às especificidades locais. E, mesmo nestas mudanças, os princípios de seus ensinamentos foram preservados, o que possibilita a continuidade desta já tão antiga arte. Entre as escolas que existem no Brasil, dificilmente alguma delas oferece uma possibilidade de vivência da arte marcial tão intensa quanto esta a que me refiro nesta pesquisa. Além das atividades híbridas visando dialogar o *Gong Fu* com as artes plásticas, um dos diferenciais da escola é a reunião dos *Daigee*, juntamente com o *Shifu*, para discussão em grupo sobre aspectos filosóficos desta arte marcial. Nestes grupos de estudo ocorre também a promoção do diálogo entre a cultura chinesa e a cultura brasileira, possibilitando uma vivência mais profunda da arte marcial, já que a prática extrapola o treinamento marcial e passa por uma reflexão crítica coletiva.

O reconhecimento de valores como o respeito, a gratidão e a humildade é, a meu ver, uma das grandes questões filosóficas colocadas na contemporaneidade e uma das grandes lições a serem apreendidas na prática das artes marciais. Esta valorização dos

conhecimentos da tradição e do respeito aos mestres do passado é muito pertinente no âmbito da criação artística e, conseqüentemente, da preparação do artista. Não apenas a valorização do ancestral distante, ou já falecido, mas daquele que está sempre presente no dia a dia do artista, a figura do diretor, do professor, e também do ator com quem se contracena, uma vez que a noção de respeito não se restringe à hierarquização, mas também engloba a ajuda aos mais novos ou menos experientes.

Mesmo dentro de um mesmo estilo ainda existem diferentes ramificações. No caso de estilo louva-a-deus as principais ramificações são: louva-a-deus sete estrelas, louva-a-deus flor de ameixeira, louva-a-deus *tai chi*, louva-a-deus seis harmonias e louva-a-deus oito passos, entre outros. Em cada ramificação há elementos das outras ramificações, o que ocorreu devido a um processo natural do contato e de trocas com outros mestres ao longo das sucessivas gerações. Neste sentido, as linhagens acentuam as peculiaridades de cada mestre. (ANDRAUS, 2010, p. 64). Dentro de cada ramificação há ainda diferentes linhagens ou famílias. A linhagem à qual o meu *Shifu* Marcelo Gabriel²⁷ está vinculado é a do Grão Mestre Brendan Lai, que foi um dos 25 discípulos reconhecidos pelo Grão Mestre Won Hon Fan²⁸.



²⁷ Marcelo Gabriel é graduado em Filosofia pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC/GO); É especialista em Filosofia da Arte pela Faculdade de Filosofia e Teologia do Estado de Goiás. Representante do estilo louva-a-deus-do-norte em Goiás, é também diretor técnico de estilos tradicionais pela Federação de *Kung fu* do Estado de Goiás. É filiado às seguintes entidades: *International Northern Praying Mantis Kung Fu Federation*; [Praying Mantis Martial Arts Institute](#) - USA; Confederação Brasileira de *Kung Fu*; Federação de *Kung Fu* do Estado de Goiás.

²⁸ Conhecido como rei do louva a deus em Hong Kong (*mantis king*), Won Hon Fan tem mais de 40 livros publicados.

Desta forma, pode-se dizer que a partir dos mesmos princípios técnicos há o desenvolvimento de estilos diferentes graças à própria abertura do *Gong Fu* para a arte. As variações entre os estilos e mesmo as diversas ramificações internas surgiram a partir das necessidades de cada mestre em adequar, modificar ou criar novos elementos, a fim de enriquecer a arte e moldá-la de acordo com suas características pessoais (que englobam não só as características físicas de cada um, mas também a região e a cultura em que estão inseridos). Assim, fica claro que existe um processo criativo que se constrói e se renova incessantemente ao longo da história do *Gong Fu*. A perpetuação das modificações ocorridas ao longo das gerações pode se nutrir da imagem da água corrente, de acordo com as palavras de Bruce Lee em entrevista a Pierre Burton, em 1971: “a água corrente nunca perde o frescor, assim você simplesmente tem que continuar fluindo”. Durante toda a sua fala na entrevista, Bruce Lee compara as características da arte marcial às oposições complementares presentes na natureza, que tem em uma de suas representações o símbolo do *yin* e *yang*, sobre o qual discorrerei no Capítulo 2.

Este assunto nos remete à ambivalência entre técnica e estética, já que estas transformações ocorridas na arte marcial nos mostram que é possível transitar por diferentes estilos quando se tem uma base técnica consolidada. O próprio Bruce Lee não acreditava em

estilos²⁹, achava que estas divisões separavam os homens e que a arte marcial era, essencialmente, autoconhecimento dos próprios modos de expressão. Neste sentido, esta perspectiva confirma que, a partir de uma técnica aperfeiçoada, embasada e refletida, podemos desenvolver diferentes estilos e estéticas; o que pode ser igualmente aplicado à linguagem teatral, pois o bom ator é justamente aquele que consegue atuar em diferentes textos e contextos, já que os pressupostos que caracterizam uma boa atuação geralmente independem de uma estética ou estilo.

A “técnica neutra” existe na medida em que se trabalha com o desenvolvimento de habilidades básicas para o ator. Entretanto, por mais neutra que seja, existe uma

²⁹Apesar de Bruce Lee ter criado o *Jet Kune Do*, como foi colocado anteriormente, esta modalidade nasceu a partir da necessidade de desenvolver um tipo de combate que refletisse o seu corpo, suas singulares características psicofísicas. Tanto é que ele recria golpes e faz uma amálgama entre diferentes modos de combate a fim de buscar um modelo que refletisse sua individualidade. Entretanto, a eficácia desta nova modalidade só foi possível porque surgiu a partir de muito trabalho e estudo, pois foi devido à dedicação intensa a cada um dos tipos de combate que ele pôde depois modificá-los e subvertê-los.

opção estética inerente a esta técnica, que a diferencia em relação às outras, e que pode ou não influenciar na estética geral do espetáculo. O sistema de mimese corpórea criado por Ettiéne Decroux (1898 - 1991), por exemplo, ajuda-nos a compreender esta dialética. Decroux codificou e sistematizou técnicas de mímica que são recriadas e subvertidas até hoje, e que, desta forma, podem ser aplicadas a muitas montagens teatrais, inclusive a montagens com texto falado, o que descaracteriza a mímica. O grupo teatral LUME³⁰ (Campinas/SP) é um dos grupos que já se apropriaram das técnicas de Decroux, sem necessariamente aplicá-las à linguagem da mímica, mas ao teatro, o que comprova que seus princípios podem ser utilizados em diferentes linguagens cênicas (BURNIER, 2001, p. 61 a p. 82). Contudo, por mais que trabalhem princípios comuns, há muitas diferenças entre estas técnicas e as do *Gong Fu*, e estas diferenças dizem respeito, sobretudo, às suas configurações visuais.

A forma como cada técnica desenvolve seus princípios é o que a singulariza em relação às demais, o que necessariamente abarca a questão de sua aparência estética. Um treinamento de atores com *Gong Fu* desenvolve habilidades básicas como foco, força, precisão, controle corporal, tônus, concentração, atenção, etc. Ao escolher este tipo de treinamento, automaticamente fazemos uma escolha ética e estética, porém esta estética marcial pode ou não aparecer na cena, o que irá depender das escolhas daqueles envolvidos no processo. O exercício artístico desta dissertação, mostrado no vídeo contido no início do Capítulo 3, comprova este pressuposto ao expor quatro diferentes linguagens cênicas desenvolvidas a partir de uma mesma sequência de movimentos marciais. O vídeo auxiliará nossa compreensão sobre este tema, que será retomado e desenvolvido no Capítulo 3.

Durante meus três anos de prática de *Gong Fu* (que se estendem até os dias de hoje) visitei *Guans* no Brasil e em Nova York. No Brasil, além dos dois *Guans* localizados em Goiânia (GO) e dirigidos pelo meu *Shifu* Marcelo Gabriel, também visitei o da cidade de Campinas (SP), onde fica a sede do louva-a-deus-do-norte no Brasil, dirigida pelo instrutor chefe Samuel Mendonça. Mendonça³¹ é Doutor em

³⁰ O LUME (Laboratório Unicamp de Movimento e Expressão) é um grupo teatral criado por Luís Otávio Burnier (1956 - 1995) em 1985, que, desde então, atua na criação de espetáculos e no desenvolvimento de pesquisas sobre o ator. “Pode ser considerado um dos mais importantes centros de pesquisa teatral do Brasil, com reconhecimento internacional” (Fonte: www.lumeteatro.com.br).

³¹ Atualmente é também Coordenador do Programa de Pós-Graduação *Strictu Sensu* em Educação da PUC Campinas, e viaja todos os anos para os Estados Unidos, para treinos com o mestre Tony Chuy e outros *shihing*, como Ron Aviles e Ernye Layacan, os mais antigos discípulos do Grão Mestre Brendan Lai.

Filosofia da Educação pela Unicamp (SP), e docente permanente do Programa de Pós Graduação em Educação da PUC Campinas. Em 2001, se tornou discípulo e herdeiro do estilo louva-a-deus-do-norte, e em 2004 foi apontado "Conselheiro" (*Martial Arts Advisor*) da *Praying Mantis Martial Arts Institute* em New York, USA. Em Nova York, estive no *Guan* do Mestre Tony Chuy, um dos mais antigos discípulos do Grão Mestre Brendan Lai, localizado em *Chinatown* (NY), onde ele ministra aulas de *Gong Fu* há trinta anos. Além de um experiente professor, Tony Chuy atua como policial e ministra cursos de defesa pessoal para os policiais de Nova York. Todos os *Guan* visitados exibiam a imagem do Kuan Kun e também a foto do Grão Mestre Brendan Lai.



Atualmente o estilo louva-a-deus-do-norte é considerado um dos mais praticados em todo o mundo, com representantes espalhados por diversos continentes. Ter um contato próximo com diferentes *Shifus* e em diferentes cidades e países me fez perceber a seriedade e a coerência do estilo em questão. Estas vivências ampliaram meu entendimento acerca das bases da arte marcial e possibilitaram o esclarecimento e aperfeiçoamento dos princípios de combate. Apesar das peculiaridades de cada *Shifu*, pois a subjetividade de cada um é passada com o ensino das técnicas, pude confirmar que as bases da arte marcial se mantêm as mesmas. As singularidades de cada um, ao contrário, podem nos auxiliar a compreender melhor alguns fundamentos. Cada *Shifu* possui uma didática, um modo de ensinar a técnica, e cada *Daigee* se identifica mais com determinado modo; então, este contato amplia o entendimento acerca das técnicas, já que nos mostra diferentes opções didáticas possíveis. Certamente uma delas servirá ao *Daigee*.

1.4 SOBRE AS FRONTEIRAS

As Artes não se assemelham em suas obras, mas em seus princípios. (Étienne Decroux)

O *Gong Fu* é proposto neste trabalho como uma técnica que, por ser uma arte marcial tradicional chinesa composta por condutas (hierarquização, modos) e movimentações (posturas, gestos, golpes), distintos dos padrões corporais dos artistas ocidentais, pode auxiliar a quebra ou camuflagem destes comportamentos padrões em cena, de modo a alcançar “bloquear a mente discursiva e deixar o corpo manifestar-se com sua inteligência própria, propiciar espaços para manifestação do corpo-mente” (NUNES, 1998, p. 66).

Com o objetivo de lançar um olhar crítico sobre o conceito de técnica, vamos analisar as palavras de Renato Ferracini sobre este termo:

Dentro de um pensamento dual forma-vida é comum a associação do lado formal e preciso do trabalho do ator com a palavra TÉCNICA. Mas para os gregos a palavra *tékhne* significava a fusão conceitual das faculdades formais e artística do homem, ou seja, a arte e a técnica não eram pensadas de forma separada, e, portanto, para os gregos essa polaridade era inexistente. A *tékhne* para os gregos era a própria obra de arte. Produto da arte. Porém hoje o conceito de técnica, derivado de *tekhné*, dentro da dimensão da arte não mais possui essa complementaridade (FERRACINI, 2006, p. 51).

A cultura chinesa não separa a arte da vida, assim como também não separa a técnica da arte e da vida. Um exemplo disso pode ser percebido no filme *Karate Kid* (Harald Zwart, 2010), em que o jovem Dre (Jaden Smith) começa a treinar *Gong Fu* com o zelador de seu prédio (Jackie Chan) e durante os três primeiros dias ele “não aprende nada”, apenas repete infinitas e ininterruptas vezes o gesto de pendurar sua jaqueta em um cabideiro. Dre sempre jogava a jaqueta no chão quando chegava em casa, e, ao perceber isso, seu professor tenta corrigir este comportamento. Somente depois da superação desta primeira etapa ele começa a treinar os golpes propriamente ditos, golpes estes que já estavam sendo treinados implicitamente no simples ato de pendurar a jaqueta. Como o garoto poderia ter responsabilidade para treinar com seriedade, se nem mesmo era capaz de guardar e zelar por seus objetos pessoais? É a partir daí que começa o *Gong Fu*...

Podemos citar outros exemplos que mostram a presença da arte no cotidiano das pessoas. A arte se coloca como uma nuance da vida que, muitas vezes, nos passa despercebida, e que, pela falta de um olhar mais sensível, acaba sendo menosprezada ou banalizada. Por exemplo, no filme chinês *Lanternas Vermelhas* (Zhang Yimou, 1991), uma das personagens é uma cantora de ópera que está a todo tempo a cantar, seu canto não é voltado para uma platéia, mas parte de uma necessidade pessoal de se expressar frente à realidade sufocante em que vive, e acaba por afetar toda a vila na qual ela reside. O filme japonês *A partida* (Yojiro Takita, 2008) mostra o ofício daquele que prepara o corpo do cadáver para o enterro. O que seria um ritual geralmente aversivo se transforma em uma ação artística por meio da dedicação, do cuidado e da perícia com que o protagonista, um ex-músico de orquestra, exerce seu ofício. O chinês *Comer, beber, viver* (Ang Lee, 1994) conta a história de um *chef* de cozinha aposentado e sua relação com suas três filhas. A presença da arte na família nos é mostrada por meio da

culinária, do cuidadoso preparo do jantar, feito diariamente pelo pai. Estes diferentes exemplos nos sensibilizam para uma percepção mais sutil das ações cotidianas, mostrando que elas são muitas vezes, de fato, criações artísticas. Entendo que os filmes não retratam a realidade com fidelidade, contudo, pode-se perceber elementos comuns mesmo entre os filmes de diretores de diferentes nacionalidades. Desta forma, podemos utilizá-los como referência no sentido de que eles verdadeiramente ilustram aspectos culturais de determinados países.

Se não existe a separação entre vida e arte, também não existe a separação entre ação (ou obra) artística e ação cotidiana. Num estudo conduzido por Alencar e Fleith (1997), sobre pesquisadores que se destacam por sua criatividade “constatou-se a dificuldade dos entrevistados de informar o número de horas dedicadas ao trabalho. Muitos pesquisadores salientaram que, por estarem tão sintonizados com o trabalho, era difícil separar trabalho de lazer” (ALENCAR; FLEITH, 2003, p. 49). Este estudo comprova que a predisposição para a criação está presente em todo e qualquer momento da vida. Muitas vezes a inspiração para grandes obras artísticas ou mesmo a formulação de grandes teorias da ciência, partem de um acontecimento “banal” do dia a dia. Como exemplo disso, podemos citar a queda da maçã sobre a cabeça de Isaac Newton, fato que impulsionou seus estudos sobre a lei da gravidade. Podemos citar outros exemplos: a música “O trenzinho do caipira” imita o movimento de uma locomotiva por meio dos instrumentos da orquestra. Esta obra foi criada pelo compositor brasileiro Heitor Villa Lobos, cuja maestria se mostra por meio das singularidades de suas criações. O coreógrafo Moses Pendleton, fundador do grupo de dança *Momix*, vive em um sítio em Connecticut (E.U.A), e, a partir da observação dos movimentos dos animais e plantas de seu sítio, ele criou o espetáculo “Botânica” (2010)³².

O pensamento chinês nos nutre na direção de uma visão mais abrangente das relações na vida: homem é natureza, arte é vida, técnica é organicidade. Questionar os moldes separatistas sobre os quais foi construído boa parte do pensamento ocidental é uma escolha política e ética, que influencia nossa atitude enquanto ser humano. Qual seria o sentido de um ator ter fama, sucesso e talento, se ele não tem respeito ao próximo, se não tem ética no trabalho? Por quê fazer arte senão para oferecê-la ao mundo? O profissional ator não pode ser visto como separado do ser humano, pois de

³² Fonte: Revista *Bravo*. Ed. 158 (Outubro de 2010).

fato, na prática, no cotidiano da vida esta divisão é impossível. O mesmo ser humano que ensaia uma peça no edifício teatral é o ser humano que, ao andar comumente pela rua observa alguém, é afetado, memoriza seu comportamento e depois utiliza esta lembrança para criar um personagem que será apresentado no teatro.

A discussão sobre as fronteiras entre arte e vida é uma das questões conceituais levantadas pela *performance art*. O que seria arte e o que não seria? Os artistas começaram a questionar estas fronteiras com mais veemência a partir das Vanguardas Históricas do início do século XX, acontecimento propulsor de mudanças radicais na história da arte, e que resultou, dentro das Artes Cênicas, no surgimento das primeiras performances e *happenings*. Na *performance art* geralmente não há a construção de personagens, é o próprio ator quem fala, a ação ocorre em lugares públicos e não no palco, e quem a assiste são os transeuntes que passam pelo local (GOLDBERG, 2006, p. VII a p. XIX). Assim, a performance nos mostra que a atribuição do *status* de “arte” depende mais da subjetividade daquele que observa do que da imposição da vontade do próprio artista. A performance se impõe como arte-vida, pois se inicia no cotidiano das vivências do sujeito artista e se materializa quando se torna pública num determinado espaço-tempo cotidiano.

Do mesmo modo, quando um japonês prepara o chá na cerimônia do chá ele está não só repetindo um ritual, mas, mais do que isso, este ritual é um momento de auto-percepção, dedicado a execução de uma ação de forma minuciosa, em que presta-se atenção aos detalhes de cada etapa deste fazer, buscando realizá-lo com o máximo de dedicação e atenção possíveis. Uma ação que, fazendo parte do cotidiano da vida, faz com que se reflita sobre a própria vida. É um momento de imersão no cotidiano; ao mesmo tempo ação e auto-reflexão. Ou seja, a arte está na vida, não é dissociada do cotidiano, mas sim uma das maneiras pelas quais ele pode se apresentar. A história narrada no livro *A arte cavalheiresca do arqueiro zen* (HERRIGEL, 2006) nos expõe esta perspectiva sobre a vida. Nele o autor nos conta sobre sua aprendizagem e aperfeiçoamento na arte do arco e flecha, fruto de sua dedicação diária, que o leva a alcançar o momento em que realmente consegue soltar a flecha de um modo espontâneo e orgânico, ocasião onde ele apreende a arte desta ação. Em suas próprias palavras:

E compreende por que o meramente técnico, enquanto é aprendido, tem que ser praticado até a exaustão. Isso tudo depende de que, esquecidos de nós mesmos e livres de toda intenção, **nos adaptamos**

ao acontecer: a execução de algo **exterior** desenvolve-se com toda a espontaneidade, prescindindo da reflexão controladora (HERRIGEL, 2006, p. 50 – grifo do autor).

O momento da criação é um acontecimento que se dá no dia-a-dia, através da confluência e da maturação dos diversos saberes/fazeres acumulados em nosso corpo. A partir desta perspectiva, é interessante propor um treinamento embasado no *Gong Fu* que englobe também as técnicas de *qigong*, exercícios de respiração que estimulam e aumentam a energia interna - seja esta energia entendida como o *qi* no *tai chi chuan* e *Gong Fu*, ou o *khi* no judô, etc. – e que, ao promoverem o relaxamento (muscular e conceitual) possibilitam o surgimento de *insights*. De acordo com Laurentiz:

O *insight* é uma tradução para o conhecimento humano das manifestações do mundo, sejam elas naturais ou culturalmente produzidas; portanto, um *insight* pode se dar a partir de um fenômeno natural ou após a aprendizagem de técnicas de produção ou ainda após a reinterpretação de ideias ou conceitos (LAURENTIZ, 1991, p. 21).

O estímulo ao surgimento de *insights* funcionaria como mais uma etapa no treinamento. Um treinamento onde o processo de criação dos atores é levado em conta e estimulado, onde a visão holística do indivíduo se confirma numa proposição que trabalha a partir do corpo, não só o desenvolvimento de tônus e coordenação motora, mas também a concentração e a criação de cenas. A prática do *qigong* seria então mais uma técnica a ser apreendida pelos atores, sendo parte fundamental e indissociável do treinamento.

O *Gong Fu* opera com um padrão corporal bastante distinto do brasileiro, o que naturalmente induz o praticante a um processo de auto superação. Esta auto-superação pode ser um trampolim tanto para o aperfeiçoamento da qualidade da performance dos atores, quanto para a assimilação de uma nova gestualidade. A ampliação do repertório de movimentos permite a criação de outras imagens corporais, que expandem o horizonte de expressão do ator, o que é reconhecido por Eugenio Barba no seguinte trecho:

Amplamente conhecidas na Ásia, as artes marciais usam processos fisiológicos concretos para destruir os automatismos da vida cotidiana, a fim de criar outra qualidade de energia no corpo. As artes marciais

são baseadas numa técnica de aculturação, isto é, uma forma de comportamento que não respeita a espontaneidade da vida cotidiana. É este mesmo espaço das artes marciais, isto é, seu uso da técnica de aculturação, que inspirou as formas codificadas de teatro (BARBA; SAVARESE, 1995, p. 197).

Apesar de falar em “vida cotidiana”, o que sugere uma contraposição a uma “vida não cotidiana” ou “extra cotidiana”, Barba destaca a prática das artes marciais enquanto geradoras de qualidades de energia. O autor define duas instâncias em relação à cultura: a aculturação e inculturação. A aculturação diz respeito às técnicas ou habilidades adquiridas a partir da negação do comportamento natural. É imposta de fora e diz respeito a outros modos de andar, falar, comer, etc., pode ser considerada como a segunda colonização do corpo. Já a inculturação é o “processo de absorção passiva, sensório-motora, do comportamento cotidiano de uma dada cultura” (BARBA; SAVARESE, 1995, p. 89) ou a primeira colonização do corpo. Esta citação reafirma a eficácia das artes marciais orientais que, por serem distintas do comportamento cotidiano do brasileiro, podem ser consideradas técnicas de aculturação. Ao repetir nossos padrões corporais em cena, geralmente repetimos aqueles inculturados, ou seja, aqueles que fazem parte da nossa cultura e que incorporamos desde o nascimento. Neste sentido há uma diferenciação entre o nosso comportamento e o comportamento de um chinês, por exemplo – inculturação e aculturação – por conseguinte, acreditamos que a superação dos automatismos da vida cotidiana é um processo que só pode ocorrer porque (e quando) trabalha com técnicas de aculturação. A capoeira, por exemplo, por ser uma arte marcial bastante popular no Brasil permeia – mesmo que inconscientemente - a nossa gestualidade, o gingado da capoeira é a malemolência característica de grande parte do povo brasileiro, o gingado do samba. Assim, a capoeira é uma técnica de certo modo já inculturada na nossa gestualidade.

O processo criativo e o surgimento de *insights* ocorrem através de conexões e associações de fatos, sensações, memórias, pensamentos, imagens, conceitos, enfim, de elementos que até então não costumam se relacionar no modo de pensamento operacional, que é mais voltado para associações lógicas e objetivas, visando solucionar problemas encontrados ou cumprir metas pré determinadas. A lógica intrínseca à criação – seja artística ou não - é diferente, opera com conexões divergentes, que acabam se convergindo no produto criado. Nesta lógica somos afetados pelo meio ambiente, e por

tudo que se passa também em nosso corpo, percebendo a simultaneidade em que os fenômenos acontecem e aprendendo a olhar para si, reconhecendo a unidade entre o ser e o mundo.

A criatividade é uma característica que pode estar presente em várias ações humanas como um todo. Esta qualidade é muitas vezes uma busca pessoal, uma construção, ou, por vezes, nos parece ser uma invasão (de ideias, imagens, conceitos, memórias, etc.) que ocorre no cotidiano e que surge também a partir dele. Entretanto, ainda há uma tendência em considerar que o desenvolvimento e o aperfeiçoamento da qualidade criativa é tarefa apenas dos artistas, o que acaba por ressaltar, mais uma vez, as distinções entre os artistas e os não-artistas. Sobre isso, Fayga Ostrower nos lembra que “O vício de considerar que a criatividade só existe nas artes, deforma toda a realidade humana” (OSTROWER, 1997, p. 39).

Também remando contra este pensamento habituado à compartimentalização e à separação arbitrária, pode-se perceber indicações de que Grotowski buscava um ator que se doasse integralmente à arte, vivendo-a em todos os momentos, um ator que transformasse seu ofício em sacerdócio. E que este retorno ao ritual coletivo só poderia de fato alcançar a dimensão desejada (por ele) através de atores santos. De acordo com Barba, Grotowski nos apresenta:

a visão de um teatro que, superando seu caráter de espetáculo artístico ou diversão, reforça sua vocação de ritual coletivo, sagrado e laico ao mesmo tempo. Há nele uma negação intransigente do ‘velho’ teatro, explicitada através da comparação entre um ‘ator cortesão’ e um ‘ator santo’. A diferença entre eles é a mesma que existe entre a habilidade de uma cortesã e a disposição de um amor verdadeiro em dar e receber: em outras palavras, auto-sacrifício (BARBA, 2006, p. 103).

Stanislaviski também já lutava contra a artificialidade dos atores em cena, contudo, Grotowski queria ir ainda mais além, buscando o ritual coletivo por meio do teatro, reforçando a comunhão entre ator e espectador. Para concretizar essa comunhão o encenador polonês inovou ao construir seus cenários de modo que eles abarcassem a platéia. Desta forma, ele aboliu a distância entre ator e espectador, pois os atores atuavam em meio à platéia - *A trágica história do Doutor Fausto* (1963), *Akrópolis* (1962), *Kordian* (1962) e outras - potencializando o caráter ritualístico da arte teatral

(GROTOWSKI, 1987, p.132 a p. 138). Ele proclamava o uso mínimo de recursos cênicos (iluminação, acessórios, figurinos, etc.), pois acreditava que o ator era a figura mais importante do espetáculo, por isso chamou seu teatro de “pobre” devido à escassez de recursos empregados. Com isso, podemos imaginar a dimensão do impacto gerado com suas ideias. Para compreender este ponto de vista, é necessário primeiramente analisar o contexto histórico em que estas correntes de encenação, treinamento e pensamento sobre o teatro estavam inseridas.

Nos anos de 1960 e 1970 o movimento da contra cultura objetivava abalar os conceitos e preconceitos da sociedade da época, como nos lembra Jean Benedetti:

A cultura oficial permaneceu muito forte até a década de 1960. Os conservatórios de teatro e música e as escolas de arte eram rigidamente acadêmicas. Havia regras estritas e institucionalizadas. Quando havia protestos eles tinham sempre que ser na forma de provocações extremas. Sem choque não poderia haver mudança³³ (BENEDETTI, 2007, p. 223).

O empenho de Grotowski na busca por uma renovação no teatro, seguido por Barba e apreciado por Peter Brook, era uma maneira radical e necessária de subverter as ideias dominantes na época. Esta ruptura radical aparece em muitos outros momentos históricos. Percebemos que há um movimento de constante alternância entre: ora a valorização e retomada de aspectos culturais tradicionais, ora sua negação. A arte se coloca como um dos suportes que refletem este movimento de transformação. Enquanto no início do século XX este rompimento era absolutamente necessário, reflexo dos avanços tecnológicos como a fotografia (aproximadamente 1839) e o cinema mudo (1895), na década de 60 Grotowski e Artaud negam o excesso de aparatos tecnológicos. Eles buscam retornar às origens do teatro ocidental enquanto possibilitador da catarse, do transe e da comunhão. Já na sociedade contemporânea há a valorização da convivência da inovação com a tradição, da interação dos saberes antigos com as últimas descobertas.

³³ Tradução livre a partir do original em inglês: “*Official culture remained very strong until the 1960’s. The conservatories of drama and music, the art schools were rigidly academic. There were rules, strict, institutionalized rules. When protest came it had always to be in the form of extreme provocation. Without shock there could be no change*”.

Na hipermodernidade³⁴ esta relação é dialética e cooperativa. Como fica claro nesta passagem de Gilles Lipovetsky:

O que define a hipermodernidade não é exclusivamente a autocrítica dos saberes e das instituições modernas, é também a memória revisitada, a remobilização das crenças tradicionais, a hibridização individualista do passado e do presente. Não mais apenas a desconstrução das tradições, mas o reemprego dela sem imposição institucional, o eterno rearranjar dela conforme o princípio da soberania individual (LIPOVETSKY, 2004, p. 98).

Esta dialética se reflete também nas produções artísticas, e as diversas montagens teatrais baseadas na enorme riqueza da cultura nacional comprovam esta afirmação. Como estas características e valores coexistem, ora com a retomada e ora na negação da tradição, o conceito da hipermodernidade pode ser associado muito mais a um farol que nos aponta a direção do que a um porto no qual estamos ancorados. Seríamos hipermodernos ou ainda pré-pós-modernos³⁵, pois o termo pós-modernidade ainda não é capaz de definir o nosso tempo.

Atualmente, no século XXI, conceitos como os de performance-teatro, performance, *happenings*, instalação e vídeo-dança, comprovam a expansão das possibilidades de diálogo e criação de novas categorias no campo das artes. Muitas vezes não sabemos identificar se uma obra é performance, teatro, ou dança-teatro, por exemplo, o que mostra também a crescente dificuldade de se definir uma obra, ou de encaixá-la em compartimentos fechados e com características pré-definidas baseadas em antigas fronteiras. Com o avanço da tecnologia digital, a possibilidade do uso de projeções e vídeos – entre outras ferramentas – vem intensificando-se desde a década de 60, e chega ao seu ápice na contemporaneidade. Estes recursos consolidam e expandem ainda mais o conceito de hibridismo. O Teatro (e não só ele) passa a dialogar não apenas com as outras artes, mas também com computadores e outras variedades de máquinas.

³⁴Adoto o termo hiper-modernidade por acreditar que a modernidade não está superada e sim superlatente, entretanto estou consciente das outras nomenclaturas que, apesar de definirem outros posicionamentos ideológicos, na prática dão nome ao mesmo período histórico: a contemporaneidade. São algumas delas: ‘pós-modernidade’, ‘modernidade líquida’, ‘nova fase da modernidade’ e ‘supermodernidade’.

³⁵Termo proferido pelo Prof. Dr. Fernando Pinheiro Villar primeiramente na IV Reunião Científica da ABRACE, no Rio de Janeiro, e em sala de aula nas disciplinas de pós-graduação em Artes na UNB. Apesar de ser uma indagação sobre possível definição e não uma afirmação do professor, acredito ser esse um ótimo conceito para se refletir sobre a contemporaneidade.

Aliado a isso temos o fenômeno da globalização, que pelo desenvolvimento cada vez mais rápido dos meios de transporte e de comunicação, permite que tenhamos acesso à produção cultural de outros países e povos de forma muito mais rápida do que nas décadas de 60 e 70. O *site youtube* é o melhor exemplo disso, pois basta acessar a internet e assistir a vídeos das mais diversificadas produções de todas as regiões do globo. Já os contemporâneos do movimento da contra cultura tinham que se locomover e viajar para ter algum tipo de contato mais próximo com produções estrangeiras. Contudo, a dificuldade de acesso a um conhecimento mais amplo e global acerca das artes estrangeiras era superada pela participação e observação próxima, quando esta ocorria, o que levava a um conhecimento de causa muito mais profundo, já que o observador contemplava a obra de arte ao vivo, sem mediadores.

A imersão na cultura possibilita, acima de tudo, o diálogo, a troca de conhecimento, o exercício da alteridade, que modifica não só o observador, mas também quem é observado. Com o acesso aos vários tipos de informações novas, adquiridas nesta troca, transformam-se as próprias produções culturais locais. Há preconceitos arraigados nas sociedades que estão, aos poucos, se desfazendo, mesmo que isso proclame o surgimento de novos tipos de preconceitos. Atualmente várias tribos coexistem e somos livres para optar entre elas, como diz Maffesoli: “Uma outra tendência da sociedade pós-moderna é a fragmentação da sociedade em pequenas tribos (...). A tribalização pode ser para melhor ou para pior. Há gangues nas grandes cidades e há o bom relacionamento nas praias. São dois pólos da tribalização...” (MAFFESOLI *apud* NAZARIO, 2005, p. 45). Qual atitude tomar é apenas uma questão de escolha e adotar o caminho do meio, base do ensinamento budista, nos parece ser uma boa alternativa.

O retorno a um ser humano conectado à natureza e ao sagrado coexiste ao lado da exaltação do homem tecnológico, conectado a muitas e variadas máquinas, e às vezes tão desligado de suas características especificamente humanas. Esta busca por um ser humano mais conectado consigo mesmo (isso inclui a conexão com a natureza) pode ser abastecida também por meio da prática do *qigong*, assim, podemos perceber que a prática destes exercícios é um denominador comum e essencial à prática das artes marciais. Existem inúmeros *qigong* diferentes, visando obter resultados diversos, que

vão desde a energização ao relaxamento. A seguir, a citação de André Bueno comentada por Alice Curi, nos mostra a representatividade do ideograma *qi* para os chineses:

O professor André Bueno, da Universidade Gama Filho lembra o simbolismo do ideograma que representa *chi*, ou como ele prefere *qi* - o que é apenas uma diferença de grafia na tradução, ligada a questões fonéticas. A concepção do *Qi* que é representada em seu ideograma manifesta a ideia do vapor d'água saindo de uma panela de arroz em cozimento. Este vapor pode se condensar e virar novamente água, ou, no frio, se congelar e virar uma pedrinha de gelo; ou ainda, o vapor simplesmente escapa, continuando em seu estado fátuo. Extraíndo desta analogia uma concepção profunda acerca de estrutura da matéria, os chineses preocuparam-se, porém, em entender como o *Qi* funcionava em suas manifestações (Bueno, 2000). Assim, *chi* pode ora assumir características de energia fluida, ora de energia condensada, quando pode causar bloqueios nos canais de energia do corpo (CURI, 2007, p. 41).

De acordo com Mantak Chia, “A palavra ‘*Chi*’ quer dizer ar. ‘*Kung*’ quer dizer disciplina: investir tempo em exercícios. Portanto, *Chi Kung* significa ‘praticar o processo de respirar para manter a pressão do *Chi*’ (pressão da força vital).” (CHIA, 2005, p. 25). No estilo louva a deus do norte utilizamos um tipo de *qigong* chamado *Lohan* ou forma energética. A prática desta forma consiste em 18 exercícios para fortalecimento das articulações e tendões. Assim como em demais práticas corporais, o *qigong* trabalha a partir do centro da energia no corpo, que é localizado dois dedos abaixo do umbigo, local denominado *Tan Tien*. A ativação dessa energia interna no *qigong* se dá por meio de exercícios simples e objetivos, que no caso do *Lohan* buscam sincronizar a expiração e a inspiração com movimentos de expansão e recolhimento, de empurrar e puxar, de suavidade e força - sempre operando com a lógica do *yin* e *yang*.

O *Lohan*, quando praticado corretamente e com dedicação, pode ser capaz até mesmo de reverter quadros de doenças graves. Grão Mestre Brendan Lai sofreu um derrame em 1994 e perdeu a fala, os movimentos do lado direito do corpo e até mesmo parte de sua memória. Mas, com a prática intensa deste *qigong*, depois de três anos conseguiu reverter por completo seu estado de saúde, voltando a treinar e a ensinar normalmente. Outros *qigong*, como o da camisa de ferro, visam fortalecer os órgãos internos, entre outros objetivos. Na obra *Chikung da Camisa de Ferro* (2005), de Mantak Chia, podemos apreender de modo detalhado todo o mecanismo de funcionamento e manipulação da energia *qi* para este fim.

Desta forma podemos perceber o quanto o *qi* não é algo abstrato, não pertence a uma esfera mística, pois a partir da manipulação desta energia consegue-se, de fato, desenvolver estados corporais potencializados, e até mesmo a cura de algumas doenças. No *Gong Fu* e nas artes marciais de maneira geral, o *Daigee* deve assimilar o conceito de energia interna de modo que o compreenda no corpo e pelo corpo. Com a prática do *qigong* a energia pode ser registrada como sensação de relaxamento ou de euforia, o *Daigee* pode até mesmo se sentir como uma “fonte de energia espiritual”, porém o exercício é feito visando alcançar outros objetivos - como o fortalecimento das articulações - e não com a finalidade de se chegar ao transe, por exemplo. Como, algumas vezes, parece ser o interesse de Grotowski:

O ator, nestes espetáculos, tinha que ser um xamã, tinha que fazer com que o espectador descobrisse a relação entre a própria experiência individual e os arquétipos coletivos contidos no texto, tinha que ser capaz de se transformar sob os olhos do público, concentrando-se até o momento do transe. (Barba sobre a peça de Grotowski “Kordian”. BARBA, 2006, p. 19).

Deve-se tomar cuidado para não considerar que a manipulação da energia corporal necessariamente deva levar ao transe, ou que esta manipulação tenha um envolvimento exclusivo com rituais religiosos, ou ainda, que ela possua um caráter místico. Esta confusão nos leva a alguns questionamentos tais como: qual a necessidade de chegar ao estado do transe durante a apresentação? De que caráter seria esse transe? Quais mecanismos são necessários para se alcançar esse estado? Creio que buscar soluções práticas para as questões relevantes à formação artística, é mais enriquecedor do que tentar responder a essas perguntas. Geralmente, quando o público em geral assiste a performance de um bom ator, principalmente um ator versátil o suficiente para fluir por personagens completamente distintos, logo associam a sua interpretação a um estado de transe, às vezes utilizando a expressão de que “estava possuído pelo personagem”, mas evidentemente todos a entendem apenas de maneira metafórica.

Mais importante do que sublinhar a importância deste estado para o ator, seria indicar como ele pode de fato alcançar a realização plena da cena. E a valorização do transe nos mostra uma compreensão equivocada ou superficial de algumas práticas orientais, que Grotowski e Barba tanto comentaram. Pois, mesmo nos baseando em uma abordagem mais específica do *Gong Fu*, seguindo a filosofia do Budismo Zen

(equivalente ao Budismo *Chan*, na China), por exemplo, ainda assim não encontramos incentivo ao transe. Sobre isso Alan Watts diz que:

(...) as finalidades da yoga e do *Za-zen* parecem ser muito diferentes, os mestres zen desencorajam as várias espécies de transe, que são consideradas tão importantes na psicologia da yoga. Eles apontam que, muito embora certos tipos de transe possam surgir, eles não constituem o objetivo do exercício. Eles declaram, pelo contrário, que a sabedoria nunca poderá ser encontrada buscando-se esses estáticos e extramundanos estados de consciência, pois a mente chinesa requeria algo mais vital e prático (WATTS, 2008, p. 83).

Para o ator iniciante que tem contato superficial, ou oriundo de uma interpretação tendenciosa das obras desses diretores, tais afirmações podem ser até mesmo nocivas, pois o foco no transe propulsiona uma vontade, que originalmente deveria ser suprimida. O desejo pode gerar uma ansiedade que leva ao desenvolvimento de processos equivocados, no sentido de não conseguirem alcançar o resultado almejado. Quando o desejo atua menos na esfera da doação artística, e mais na reiteração de uma vontade pessoal, corre-se o risco de perder o foco da realização da obra. Este assunto será aprofundado no Capítulo 2, na seção “*Wu wei* e a via negativa”. Como nos mostra Apolloni, por mais que a prática das artes marciais possa conduzir a um estado de espírito equilibrado e harmônico, seu aprendizado não é voltado necessariamente para fins transcendentais.

Essa ‘marcialidade diferente do esperado’ quebra um paradigma comum no Ocidente – o de que, na relação arte marcial oriental x religiosidade, o trabalho físico e o aprendizado são voltados necessariamente a um fim ‘transcendental’ ou de natureza ética elevada (APOLLONI, 2004, p. 57).

Em momento algum discordo das intenções e proposições de Grotowski na sua busca por um ser humano mais conectado ao sagrado, um ser humano capaz de ir além de seus limites e que transcenda seus próprios desejos egoístas. Seria até mesmo incoerente afirmar que a base do seu pensamento difere da filosofia do *Gong Fu*, já que ele foi um dedicado pesquisador da cultura oriental. Porém, partindo da ideia de que a universidade, ou qualquer local onde se pretendam formar atores e profissionais das artes cênicas, é um lugar de aquisição de conhecimento a partir de uma formação

técnica; poderia ser até mesmo incoerente utilizar como base para as práticas dentro destas instituições, teorias que buscam alcançar outro estado de permanência, aproximando o ator da figura do xamã.

Richard Schechner problematiza a formação dos atores nas universidades em um artigo intitulado “Um novo paradigma para o teatro na academia³⁶”.

Cursinhos para uma graduação ou MFA são uma mistura impossível de se atingir treinamento prático, atuação e história do teatro, produzindo graduandos que não são nem treinados profissionalmente nem academicamente educados. Mas a qualidade do treinamento está abaixo do ponto quando medido contra o que espera a maioria dos graduados³⁷ (SCHECHNER, s/n, p. 8).

Durante todo o artigo ele enfatiza a falta de uma formação sólida – quer seja como professor ou artista - dentro dos departamentos de teatro das universidades norte-americanas. Contudo, sua realidade não difere muito da brasileira, onde os problemas são ainda piores, devido à condição do nosso país em desenvolvimento, que não faz grandes investimentos na área da educação e cultura.

Apesar dos exercícios, ensaios e repetições gerarem resultados satisfatórios na maioria dos casos, sempre temos que lidar com sentimentos e desejos. A entrega e a disposição para se expressar são cruciais e fundamentais na arte. Porém, para acender estas chamas não há regras nem fórmulas, e, por isso mesmo, um curso de formação em teatro deve se basear nos elementos que podem ser mensuráveis e medidos qualitativa e quantitativamente. Ou seja, o foco da academia deveria ser, acima de tudo, na oferta de conhecimentos e suporte técnico. Certamente a universidade não pode ser um confinamento de números, dados e teorias, um ambiente alienante, mas, antes de tudo um local em que se pode ter acesso a um conhecimento mais amplo e universal - daí o nome Universidade -. Faz-se necessário que ela oferte o conhecimento, mas, ao mesmo tempo possibilite que o estudante tenha acesso a diferentes perspectivas e visões acerca

³⁶ Tradução livre a partir do original em inglês: “*A new paradigm for theatre in academy*”

³⁷ Tradução livre a partir do original em inglês: “*Schools Cram into an undergraduate major or an MFA an impossible-to-accomplish mix of practical training, dramatic lit, and theatre history producing graduates who are neither professionally trained nor academically educated. But the quality of training is beside the point when measured against what awaits most graduates*” (SCHECHNER, s/n, p. 8).

de um mesmo assunto, ou de uma mesma metodologia, reforçando seu propósito universal.

O artigo de Schechner confirma algumas de minhas observações, assim como de alguns colegas de profissão, durante nossa formação acadêmica. Tais ponderações baseiam-se na percepção da existência de lacunas a serem preenchidas, no que se refere à oferta de conhecimento técnico relativo à atuação. Em algumas disciplinas de interpretação na UnB tive a impressão de que o trabalho baseado apenas em improvisações livres e em um treinamento exploratório ficava aquém das expectativas que os estudantes tinham em relação às aulas de teatro. Este tipo de treinamento joga a responsabilidade para o ator, correndo-se o risco de lidar com estudantes que não tenham disciplina o suficiente para irem realmente a fundo neste tipo de treinamento. É claro que esta metodologia funciona muito bem em diversos contextos, como no contexto do grupo de Peter Brook, que se pauta pelo treinamento exploratório. Porém, sua companhia conta com atores muito experientes, que já construíram uma base técnica sólida ao longo de sua carreira, como é o caso de Yoshi Oida, ator japonês deste grupo que possui longa formação no teatro Nô. Contudo, no contexto acadêmico, a imaturidade dos alunos, a maioria deles adolescentes que acabam de sair do Ensino Médio, gera uma falta de disciplina que pode inviabilizar o sucesso deste tipo de treinamento. Quando se coloca uma proposta extremamente livre, ou sem uma discussão sob a luz de um referencial teórico consistente, tende-se a pulverizar o processo de formação, na medida em que ele não contribui de uma maneira efetiva para o crescimento do aluno.

Neste capítulo apresentei o *Gong Fu* e me debrucei sobre seu conceito, histórico, preceitos e estilos, com o intuito de realizar uma reflexão consistente acerca das bases que sustentam a prática do *Gong Fu* louva-a-deus-do-norte. À luz de um pensamento holístico, analisei algumas contribuições que os princípios desta arte marcial e de certos aspectos da cultura chinesa podem fornecer ao ator. Agora, a partir das já iniciadas críticas a Grotowski e Barba e do detalhamento de outros elementos desta arte marcial, no Capítulo 2 irei descrever e comentar parte da experiência docente, investigando subsídios que possam auxiliar o ator em seu processo de formação.

CAPÍTULO 2 – *WU WEI, QIGONG E YIN/YANG:*

CONTRIBUIÇÕES AO ATOR



*A lógica do pensamento ocidental deve ser posta de lado. A estrutura do **cartesianismo**, reduzida a cinzas. A relação causa-efeito, desprezada. A separação sujeito-objeto, ignorada (Eugen Herrigel).*

VÍDEO II

(Trechos das aulas de Interpretação Teatral 1)

2.1 AUTOANÁLISE: REFLEXÕES SOBRE O CORPO

Existo (e sinto), logo penso. (Antônio Damasio)

Dentro das artes cênicas há uma ideia recorrente da noção de corpo como instrumento do ator. Esta ideia pode provocar um distanciamento do ator em relação a si mesmo, e mesmo que inconscientemente, uma cisão que evoca o corpo como o instrumento regido pela mente. A comprovação da pertinência da presença desta ideia

pode ser percebida até mesmo no discurso de Grotowski, em trechos como: “Mas também o corpo deve ser controlado para que possa se tornar um dócil instrumento artístico: os preceitos do teatro oriental contribuem para discipliná-lo, assim como a Biomecânica de Meyerhold e as ações físicas de Stanislavski” (GROTOWSKI, 1987, p. 98). E ainda: “É de importância básica evitar no trabalho vocal observar o instrumento vocal” (GROTOWSKI, 1987, p. 143). Silvia Davini³⁸ sempre perguntava aos alunos nas disciplinas de Voz e Dicção 1 e 2 na UnB: “O que é o corpo?”, “O que é a voz?”. Em resposta, a maioria deles sempre respondia que o corpo e a voz eram instrumentos do ator. A professora então contra argumentava com a seguinte questão: “Se o corpo é o instrumento, onde está o instrumentista?”. Esta colocação parece minar qualquer possibilidade de resposta, pois o ator é “ao mesmo tempo escultor e estátua” (DECROUX, 1963, p. 30 *apud* BURNIER, 2001, p. 63).

O entendimento do corpo como instrumento mostra uma concepção onde ele é visto como diferente do homem, reafirmando uma idéia do século XIX, em que o corpo era tido como um fator de individualização, sendo aquilo que nos separa do cosmos e dos outros (corpos), ao mesmo tempo em que estaria dissociado também do próprio sujeito, pois é um instrumento sobre o qual ele se apoderou e do qual faz uso (LE BRETON, 2002, p. 68 a p. 71). Estas reflexões sobre o corpo possibilitam que façamos uma autoanálise, no sentido tanto de uma observação mais atenta sobre nós mesmos, quanto de uma análise sobre o modo como nos referimos a nós mesmos. Nossas escolhas conceituais acabam por influenciar e, muitas vezes definir, o modo como nos percebemos no mundo. O fato de, no século XXI, ainda se considerar o corpo como um instrumento do ator pode indicar a reafirmação de uma ideia objetificante e enaltecedora da posse, apesar dos estudos científicos contemporâneos comprovarem que os nossos pensamentos influenciam no modo de funcionamento dos nossos órgãos, podendo baixar ou aumentar nossa capacidade imunológica, por exemplo. Esta indissociação corpo e mente é comprovada por Antonio Damasio, que diz:

Quando afirmo que o corpo e o cérebro formam um organismo indissociável, não estou exagerando. De fato, estou simplificando demais. Considere que o cérebro recebe sinais não apenas do corpo, mas em alguns de seus setores, de parte de sua própria estrutura, as quais recebem sinais do corpo! O organismo constituído pela parceria cérebro-corpo interage com um ambiente como um conjunto, não

³⁸ Silvia Davini foi professora efetiva da Universidade de Brasília, Ph.D em Teatro pela *University of London Queen Mary College* (2000), pesquisadora, cantora, atriz e encenadora, foi também a criadora do Grupo de Pesquisa Vocalidade & Cena.

sendo a interação só do corpo ou só do cérebro. Porém, organismos complexos como o nosso fazem mais que interagir, fazem mais do que gerar respostas externas espontâneas ou reativas (...) (DAMASIO, 2007, p. 114).

Creio que pelo fato de estudos como o de Damasio serem recentes e estarem em desenvolvimento, o discurso sobre o corpo como entidade separada da mente ainda é ressurgente em muitas disciplinas, e conseqüentemente em parte da produção intelectual sobre o teatro. O reforço da existência do domínio mental e do domínio corporal, como se um existisse fora do outro, mesmo que posteriormente se fale em “corpo-mente”, nos mostra o quanto a autoanálise de parte da sociedade ocidental ainda possui vestígios de um tipo de pensamento que não leva em conta as últimas descobertas científicas. Desta forma, neste trabalho quando me refiro a corpo, me refiro a todos os processos cognitivos que ocorrem no indivíduo. A separação que faço é apenas para diferenciar as categorias de pensamento e ação materializada (já que pensar é uma ação), entendidos todos como produções do e no corpo, e como produções equivalentes dentro do contexto de uma micropolítica corporal. De acordo com Suely Rolnik, a micropolítica diz respeito “as questões que envolvem os processos de subjetivação em sua relação com o político, o social e o cultural, através dos quais se configuram os contornos da realidade em seu movimento contínuo de criação coletiva” (ROLNIK, 2006, p. 11). Ou seja, a micropolítica é reflexo dos processos subjetivos, é uma análise microscópica das relações humanas.

Compreendo o corpo como uma composição em constante processo de vir-a-ser, um organismo em eterna mutação. A renovação constante das células, assim como as modificações psicofísicas decorrentes da passagem do tempo e de nossas experiências ao longo dos anos, nos dão a dimensão da necessidade de **renovação**. Ao mesmo tempo, a manutenção da vida depende da **repetição** dos processos fisiológicos que fluem incessantemente enquanto permanecemos vivos. Assim a manutenção e a finitude da vida só são possíveis graças aos movimentos constantes de renovação e repetição. Esta abordagem se aproxima àquela das sociedades tradicionais, que, em geral, possuem uma visão holística do corpo. Por sociedades tradicionais compreendo aquelas onde o conhecimento é passado através das gerações, obedecendo a uma organização hierárquica em que os saberes ancestrais são valorizados, e cujos valores básicos da cultura se transformam, mas não se perdem com o passar do tempo. O *Gong Fu* está

inserido dentro de uma cultura tradicional e é ainda hoje praticado segundo certos preceitos, até mesmo fora da China³⁹, seu país de origem. Assim, a concepção de corpo sob a ótica do *Gong Fu* é a concepção holística, o corpo como sujeito e o sujeito como corpo, o que se afina com a fala de Le Breton:

en estas sociedades las representaciones del cuerpo son, efectivamente, representaciones del hombre, de la persona. La imagen del cuerpo es una imagen de si mismos, nutrida por las materias primas que componen la naturaleza, el cosmos, en una suerte de indiferenciación (LE BRETON, 2002, p. 22).

Não só as sociedades mais antigas (como a China, por exemplo, com mais de quatro mil anos de registros históricos) têm esta visão de mundo. Algumas delas não compartilham deste ponto de vista, e muitas outras não tão antigas também enxergam o corpo como “representação do homem”. Um corpo que funciona como lugar de produção de pensamentos, movimentos, imagens, sons, sentimentos, símbolos e palavras. A abordagem proposta por Bogue também busca fugir das viciadas concepções dicotomizantes de séculos passados, levando em conta a capacidade do corpo de afetar e ser afetado e se pautando pelas relações que atravessam este corpo.

A totalidade de longitudes e latitudes constitui a Natureza, o plano de imanência ou consistência, sempre variável, incessantemente modificado, composto e recomposto, por indivíduos e coletividades. Um corpo feito somente de partículas e afetos é literalmente um ‘corpo sem órgãos’, no mesmo sentido artaudiano da expressão. Do mesmo modo, a Natureza, como a soma total de partículas e afetos, pode ser descrita como o Grande Corpo sem Órgãos (BOGUE, 1989, p. 134 apud DAVINI, 2007, p. 83).

O autor nos acrescenta uma perspectiva mais abrangente no que diz respeito à percepção do corpo como pertencente à natureza, e, neste sentido, se aproxima da visão oriental tradicional de mundo. A concepção de Bogue fornece estímulos para pensarmos como corpos que ajudam a compor outro (o Grande Corpo sem órgãos). Neste contexto, a descontrolada exploração da natureza pelo homem, fruto de uma visão de mundo

³⁹ Mesmo após as várias transformações ocorridas no país, como exemplo podemos citar a Revolução Cultural feita por Mao Tsé Tung, a China ainda preserva e valoriza muitos dos seus costumes tradicionais, por isso entra na definição de sociedades tradicionais. A manutenção da linguagem dos ideogramas no mundo contemporâneo prova este fato, visto que é uma das escritas mais antigas do mundo, ao lado dos hieróglifos egípcios e dos cuneiformes babilônicos (HSUAN-AN, 2006, p. 32).

objetificante em que ele não pertence a ela, mas sim a possui; se coloca como contrastante a esta perspectiva. Esta panorâmica análise conceitual nos revela, de modo geral, a carência pela necessidade de novas metodologias e técnicas que abordem o ator e seu treinamento a partir de outro marco conceitual. Uma vez entendido o corpo como o lugar de produção de todos os nossos fenômenos psicofisicobiológicos, suas possibilidades de expressão criativa podem ser ainda melhor desenvolvidas. Porém, a noção do corpo como instrumento faz com que o indivíduo estabeleça uma relação de “objetificação” também consigo mesmo, como se fosse possível ligar-se e desligar-se, por exemplo: ligar durante o ensaio e desligar após ele, o que gera dualidades esquizofrênicas. Esta dicotomização nos remete aos conceitos de “corpo cotidiano” e “corpo extra-cotidiano”, que são discutidos por Renato Ferracini:

Acredito ser um tanto quanto arbitrária a divisão exata entre corpo/energia cotidiana corpo/energia extra-cotidiana. Esse último termo cunhado por Eugênio Barba começa a ser já usado de maneira arbitrária, fazendo com que essa divisão pareça ser mística e metafísica: essa arbitrariedade no uso do conceito pode fazer com que possamos pensar que o corpo extra-cotidiano é construído a partir de energias que ‘pairam no ar’, sendo quase um corpo ideal, separado desse ‘mundo conhecido’. Não. O corpo e a energia extra-cotidiano vêm do corpo-cotidiano, mais precisamente de sua (re)construção, ou ainda, de sua desautomatização. O corpo cotidiano é a base e primeira célula do corpo expandido, não somente extra-cotidiano, mas corpo-subjêtil. Ora, como podemos pensar uma extra-cotidianidade sem uma ‘cotidianidade?’ (FERRACINI, 2003, p. 2).

Assim, tal divisão pode acabar por confundir o ator ao invés de ajudá-lo, provocando um hiato entre o corpo da cena e o corpo fora da cena. Isto pode gerar uma dualidade que na prática não existe, pois o corpo é um só, e a energia pode ser melhor compreendida quando pensada em níveis de intensidade e não a partir de uma simples oposição. A análise de Ferracini nos remete à necessidade de construir conceitos e práticas pautados na materialidade do corpo, o que é coerente com uma perspectiva holística que acredita que não há separação entre arte e vida. Sabemos da dificuldade de se definir ideias, experiências e sentimentos com precisão, pois a linguagem escrita não consegue substituir a experiência vivida, e dificilmente dá conta da exata descrição da complexidade dos fenômenos do mundo. Por isso, sempre corremos o risco de sermos vítimas de nossas próprias palavras, sendo o conceito somente uma tentativa de definir o real, ele não é o real em si, mas apenas uma parte ou aspecto dele. Por isso existem

tantos conceitos variados para se definir um mesmo organismo, o que fica evidente ao analisar as definições de corpo, que chegam a ser até mesmo contrastantes. Contudo, ainda assim a análise conceitual é imprescindível, pois se no campo conceitual/ideológico as formulações estão equivocadas ou são superficiais, provavelmente no campo da prática de treinamento elas também estarão. Já que se estabelece uma relação dialética entre eles: um movimento dinâmico de constantes revisões e modificações, onde o campo conceitual apoia as práticas do palco e as práticas do palco modificam o campo conceitual.

Com o intuito de possibilitar uma vivência em que os estudantes da disciplina de Interpretação Teatral 1 pudessem vislumbrar como se dá esta articulação entre pensamento e ação, trabalhei um exercício com a turma de alunos durante a prática docente. Realizei este exercício em uma oficina com Denise Stoklos em 2004, durante o II Festival de Teatro do Corpo Ritual, promovido pelo Grupo Teatro Ritual em Goiânia (GO). Ele consistia em fazer uma ação qualquer, repeti-la incessantemente até chegar ao ponto de transformá-la em outra completamente diferente, mas igualmente reconhecível. O exercício propõe a desconstrução de ações identificáveis, para a posterior transformação destas ações em outras distintas, mas também identificáveis. A dinâmica de sua realização é feita em grupo e ocorre da seguinte forma: uma pessoa transforma a ação (proposta pelo colega anterior), em seguida propõe outra ação para o próximo colega transformar e assim sucessivamente. Aquele que inicia o exercício propõe, por exemplo, a ação de olhar as horas, então o colega que está ao seu lado a repete até que seja aos poucos desconstruída, e transformada na ação de bater com as mãos no chão (esta passagem pode ser visualizada no trecho “Exercício de desconstrução do gesto” do vídeo anexo a este capítulo).

Este exercício, além de estimular a criatividade, auxilia na desconstrução dos padrões comportamentais, pois na medida em que se transforma um movimento em outro estimulamos conexões psicofísicas nunca antes instigadas. A criação ocorre através da repetição, o que por si só já pode parecer, a primeira vista, paradoxal. A dificuldade na execução está justamente em criar enquanto age, sem um momento anterior destinado à elaboração mental. Com o intuito de reforçar o “não pensar”, durante o processo com os estudantes eu dava as seguintes instruções: “não pensem!”, “apenas repitam o movimento, deixem a inteligência do corpo se manifestar”,

“acreditem no corpo!”, “não façam ações premeditadas”. O exercício inverte a lógica do “pensar e calcular para depois agir”, e propicia o desenvolvimento de habilidades e reflexões que só este tipo de experiência pode proporcionar.

Num segundo momento repeti o exercício, porém desta vez solicitei que utilizassem toda a gestualidade marcial, tanto as bases quanto os chutes, socos e até mesmo as posturas de *qigong*. Os gestos-golpes que por si só não comunicavam uma ação reconhecível (a não ser para aqueles que praticam e/ou pesquisam esta arte marcial), eram transformados em ações comuns e identificáveis. Desta forma, ampliam-se ainda mais as possibilidades de aplicação desta gestualidade na cena, pois pode-se usar tanto o gesto-golpe tal como foi apreendido, como aquele transformado. Estas modificações podem ocorrer em diversas direções, ampliando os recursos expressivos do atuante. Um mesmo gesto-golpe pode se transformar em várias outras ações, dependendo somente da criatividade daquele que o executa. O objetivo da experimentação deste exercício aplicado ao *Gong Fu* é buscar manter o mesmo tônus e precisão com que se realiza o gesto-golpe original, mas modificando sua forma. Mantém-se a qualidade de energia, uma vez que o corpo já possui este registro, entretanto muda-se seu desenho. A aparência estética e conseqüentemente o significado da ação se alteram, mas a precisão com a que é feita deve continuar a mesma.

Os alunos tiveram dificuldade, algumas vezes acabavam transformando o gesto-golpe em um movimento de dança ou de ginástica, pois estes poderiam ser mais abstratos. Entretanto, de acordo com a proposta da disciplina e com o objetivo da minha pesquisa, a dificuldade é uma característica a ser continuamente perseguida. Parto do pressuposto que o caminho da exploração plena das possibilidades e limites de cada atuante, processo que requer constante auto-superação, invariavelmente os conduz a lugares de dificuldade. O aluno Caio César comenta este tema em seu Memorial:

Atuar é processo, um longo processo baseado na quebra de barreiras, que para rompê-las é necessário prática, disciplina e dedicação, para que gradativamente chegar a uma resultado esperado, ou como Eugen Herrigel afirma na página 22 ‘e, não obstante chegará o dia em que o impossível se transformará no possível e, mais ainda, no natural’.

A dificuldade atua justamente sobre o possível, assim, o fato de uma ação ser qualificada como difícil é uma comprovação da possibilidade de sua realização. Pude

perceber que os alunos tendiam a qualificar como difícil qualquer exercício que exigia um tempo mais extenso de dedicação, o que comprova que não estão habituados à repetição e nem tampouco a terem disciplina. Esta constatação me parece grave, principalmente porque se coloca como consequência e/ou causa de certa indisciplina da turma. Ao final do semestre, aqueles que se empenharam mais durante o processo, se mostraram mais conscientes da importância de certos princípios e puderam dar o salto qualitativo provocado por uma postura disciplinada nas aulas.

A disciplina é um aspecto fundamental tanto no *Gong Fu* quanto no teatro e necessária à prática de ambas as artes. A disciplina é um conceito quase sempre recorrente nas práticas corporais, e, semelhante ao corpo, quando este termo é evocado nos deparamos com opiniões bastante distintas: “A disciplina, em si, pode ser tanto negativa como positiva. Pode fechar todas as portas, negar a liberdade ou, ao extremo oposto construir o rigor indispensável para emergir do lamaçal de ‘qualquer coisa’” (BROOK, 2008, p. 52). A fala de Brook nos alerta para a possibilidade de uma associação da disciplina à algo negativo, como também nos lembra Foucault. Ao discutir este conceito, Foucault (1926 – 1984) nos chama a atenção para a restrição que se faz da disciplina quando ligada a certos contextos. Na obra *Vigiar e Punir* (1984) o autor nos mostra uma disciplina a serviço da obediência cega, empregada para atender às exigências de uma ideologia dominante. De acordo com ele disciplina seria “Esses métodos que permitem o controle minucioso das operações do corpo, que realizam a sujeição constante de suas forças e lhes impõe uma relação de docilidade-utilidade, são o que podemos chamar as ‘disciplinas’” (FOUCAULT, 1984, p. 126). Foucault faz uma análise dos métodos de coerção utilizados nas prisões, ou seja, o próprio contexto em que o autor localiza as disciplinas está relacionado às formas de dominação:

O momento histórico das disciplinas é o momento em que nasce uma arte do corpo humano, que visa não unicamente o aumento de suas habilidades, nem tampouco aprofundar sua sujeição, mas a formação de uma relação que no mesmo mecanismo o torna tanto mais obediente quanto é mais útil, e inversamente (FOUCAULT, 1984, p. 127).

Percebe-se que ainda hoje há a associação entre a ideia de disciplina e os conceitos de subjugação, restrição e imposição. Ao pensar nesta ideia, o equívoco da maioria das pessoas é acreditar que a disciplina, de algum modo, impede ou limita a

liberdade. Esta questão acaba se tornando quase um senso comum, o que chega a ser contraditório, pois só “possuímos” a liberdade criadora - se é que é algo que se pode ser possuído, é muito mais um estado de espírito - quando conseguimos de fato concretizar nossas criações. Esta capacidade de realização da criação está diretamente ligada à disciplina e à perseverança. Ou seja, a disciplina pode ser positiva, pois como bem nos lembra Renato Russo: “disciplina é liberdade”.

Dessa forma, a disciplina a que me refiro durante este trabalho é aquela que serve somente ao próprio sujeito, lhe conferindo autonomia sobre seus fazeres e o aumento e aperfeiçoamento de suas habilidades. Não a que lhe é imposta por ordem externa, mas a que nasce da sua necessidade pessoal. Uma disciplina que, ao contrário do que é colocado por Foucault, aumenta também as forças políticas do corpo já que aumenta suas possibilidades de atuação no mundo e sua potência expressiva.

No contexto das aulas de Interpretação 1 a importância da disciplina pôde ser claramente percebida durante o aquecimento, composto por chutes e socos. Fazíamos sempre uma sequência de três chutes básicos do estilo louva-a-deus (ver trecho do vídeo no Capítulo 1), eram eles: chute frontal com a perna estendida à frente do corpo (chute 1), chute circular de dentro para fora (chute 2) e chute circular de fora para dentro (chute 3). Os socos inicialmente praticados foram apenas três: soco frontal (*bow choi*) na base cavalo (*ma sic*), soco frontal na base arco (*tan san sic*) feito para os lados direito e esquerdo, e soco *kua ton*, que articula ao mesmo tempo um movimento de defesa junto com o ataque. Após a apreensão destes golpes, introduzi mais três socos: costas da mão (*kwan jern*), faca de mão (*chap jern*) e o soco com o antebraço (*pan choi*). Esta etapa do treinamento era repetida em todas as aulas, como um ritual de preparação para o trabalho. Entretanto, este ritual ao mesmo tempo em que era preparação, era também parte do trabalho técnico, pois os chutes e socos promovem o desenvolvimento da força, flexibilidade, coordenação motora, precisão e controle dos movimentos, habilidades que considero importantes para o ator.

Inicialmente os alunos tinham muita dificuldade com os chutes, se desequilibravam, sentiam dor nas pernas e se cansavam muito rapidamente. A maioria deles não tinha o alongamento e a força necessários para chutar de modo minimamente correto. Contudo, com a prática constante o avanço podia ser percebido aula após aula, e, ao final do semestre, todos estavam conseguindo realizar a sequência de chutes sem

cair no chão ou sentir dor, o que foi uma vitória importante para o grupo. Os próprios estudantes percebiam que quando faltavam à aula, ou no período do recesso – tivemos duas semanas de recesso nas aulas, entre os dias 18/12/2010 e 03/01/2010, devido às festividades de fim de ano – o desempenho deles diminuía, comprovando que “o corpo não mente”. Esta evolução técnica deu mais confiança aos alunos, assim como maior senso de disciplina, já que foi através desta evolução que tomaram consciência da importância de uma rotina de treinamento.

Entendo que atores disciplinados, ensaiados e treinados são geralmente aqueles que conseguirão ir além de si mesmos, não ficarão limitados a um tipo de personagem, ou a repetir os mesmos padrões de atuação ainda que em contextos diferentes. Assim, terão chances de realizar o que antes era impossível, ao invés de permanecer repetindo o mesmo tipo de atuação. Yoshi Oida discorre sobre seu ponto de vista acerca do treinamento técnico:

O objetivo de todos os sistemas de treinamento técnico 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...* (...) Uma vez que estas técnicas são adquiridas, estão prontas para serem jogadas fora (OIDA, 1999, p. 61 - grifo meu).

A técnica pode ser “jogada fora” porque já foi assimilada pelo ator, já esta incorporada a ele, então o passo seguinte é se preocupar apenas com a criação. O ator não mais necessita pensar na técnica, pois seu corpo responde ao meio a partir dela. Ela age como possibilitadora de criação de modos particulares e não como ferramenta de reprodução ou mecanização. Neste estágio de concentração do qual Oida fala, o pensamento não tem que se preocupar com a técnica, pois esta flui, gerando um relaxamento e tonicidade que faz com que a criatividade encontre mais espaços para emergir. A técnica é justamente esta capacidade de se obter um conhecimento sobre o fazer, e nunca se esgota, pois possibilita o constante aprimoramento e repetição: é a técnica que permite repetir a forma que queremos. Deste modo, a repetição correta se coloca como um dos principais requisitos que levam ao aperfeiçoamento da técnica. Entretanto, Yoshi Oida nos relembra de que este não é o único caminho possível:

Geido (‘a via da arte’), *budo* (‘a via da arte marcial’), *chado* (‘a via da arte do chá’), *kado* (‘a via da arte floral’) estão todas fundadas nesse

conceito de esforço, de repetição obstinada dos mesmos gestos até a perfeição. Ao contrário, o método de Brook consiste em procurar imediatamente uma outra solução se não progredirmos. Muitas vezes, parecia que com apenas um pouco mais de trabalho o ator iria atingir seu objetivo, mas Brook prefere, frente a um problema, procurar rapidamente uma outra maneira de chegar ao resultado. (...) A questão é saber se devemos nos remeter a um valor absoluto, acreditando que a pedra preciosa só poderá estar num lugar, ou a um valor relativo: onde quer que escavemos, a probabilidade de se encontrarem pedras preciosas é mais ou menos a mesma (OIDA, 1999, p. 78).

Aqui ele compara dois tipos de treinamento: um exploratório (mais associado ao ocidente) e outro baseado na repetição (mais associado ao oriente), acreditando que ambos são eficazes e que a escolha por um ou outro depende apenas das afinidades do intérprete. Neste trabalho defendo o treinamento baseado na repetição por acreditar que este tipo de abordagem é eficaz em se tratando de cursos de formação junto a atores iniciantes. Acredito que é importante reforçar o treinamento baseado na repetição para buscar descontaminar a associação que ainda se faz entre a repetição e o gesto mecânico. A repetição de uma forma dada, ao contrário de gerar gestos mecânicos, pode auxiliar na desconstrução dos automatismos gestuais dos estudantes de teatro e dos atores, assunto que será comentado no Capítulo 3. Para a maioria das culturas orientais, a repetição é um fator associado à virtuosidade, sendo pré requisito para que se alcance esta qualidade. É importante que o ator iniciante se acostume, desde o início de sua formação, com um contexto disciplinador, pois geralmente a disciplina é propulsora do aperfeiçoamento. Neste contexto, a repetição é uma das habilidades fundamentais, pois pode levar ao aprimoramento e não ao gesto mecânico, já que este vai contra os princípios do teatro oriental.

Em estilos tradicionais como o Nô, o kabuki e a Ópera de Pequim os atores aprendem um método já existente, pertencente a uma tradição de determinada cultura. É justamente essa característica que leva a perfeição tão singular de algumas performances tradicionais do oriente, o gesto é dominado e dominante, apreendido desde cedo em todas as suas possibilidades expressivas. Este estilo de teatro é chamado de teatro codificado, pois nele os atores aprendem e treinam o mesmo gesto durante anos, ou até mesmo durante toda a vida. A plateia já conhece a história a ser apresentada e, por isso, já sabe também o significado de cada gesto na história. No Brasil não temos uma tradição de teatro codificado, entretanto, não é somente neste tipo de teatro que a

repetição é importante, mas também no teatro não codificado, pois o exercício da repetição constante nos ensaios geralmente torna o espetáculo preciso. Até mesmo as improvisações podem se aperfeiçoar a partir da repetição. Quanto mais se treina maiores e melhores são as chances de se improvisar, por mais que cada improviso – assim como qualquer espetáculo – seja único, é treinando que se adquire uma versatilidade de recursos para serem utilizados em diferentes contextos.

A repetição atenta leva ao aperfeiçoamento da atuação no sentido em que possibilita a eliminação de gestos e falas excessivos: “a repetição disciplinada de uma configuração fixa e comedida de movimentos tende a eliminar gesticulações excessivas” (NICHOLS, 1993, p. 25). Em todo o treinamento psicofísico a repetição se coloca como o fator determinante para o aperfeiçoamento das técnicas. Por isso, durante a prática docente, desde o início das aulas, a repetição foi um dos principais eixos ao redor do qual desenvolvemos todo o trabalho. A atriz e pesquisadora Joana Abreu em sua dissertação estabelece alguns princípios presentes nas performances dos folguedos populares, que podem ser transpostos e aplicados à formação do ator. Um dos princípios que a autora mais enfatiza é a repetição, que de acordo com ela “pode ser identificada pelo menos em três sentidos diferentes: repetir para o aprendizado; repetir como um caminho de recriação (...); repetir para criar ciclos de superação dos limites do corpo” (OLIVEIRA, 2006, p. 116). Durante o decorrer do semestre pudemos trabalhar todos estes sentidos separadamente em momentos específicos e também de forma integrada. A **repetição para o aprendizado** se deu a todo momento: durante a apreensão de cada novo exercício ou jogo, ou mesmo dos gestos-golpe de *Gong Fu*. Como **caminho de recriação** fica evidente no exercício de Denise Stoklos e também na sequência de *Gong Fu* já comentada. O princípio da **repetição para superação dos limites do corpo** fica claro em todos os exercícios de *Gong Fu*: não só pela transposição dos limites de cada um, no sentido da aquisição de mais força, flexibilidade e resistência cardiovascular, mas também por meio de exercícios que têm por função a desconstrução dos padrões corporais, pois esta desconstrução também exige tal superação. Esta desconstrução é um fator com o qual o ator lida durante toda a sua carreira, podendo até mesmo ser considerada condição necessária para seu aperfeiçoamento, pois a cada trabalho seu corpo deve se adequar a novas configurações. Este tema será aprofundado no Capítulo 3, onde o discutirei à luz do exercício artístico realizado na segunda etapa da pesquisa.

2.2 WU WEI E A VIA NEGATIVA

*Tao não age,
E por esse não agir tudo é agido.
Se reis e príncipes assim fizessem,
Todas as coisas do mundo prosperariam por si
mesmas
E se, mesmo assim, os homens tivessem desejos,
Tao os satisfaria pela simplicidade
Do seu íntimo ser.
Quem se une ao uno,
Não tem desejos,
Onde não há desejos há paz.
E onde há paz,
Tudo é harmonia e felicidade. (Lao Tse)*

A filosofia/fundamentação teórica do estilo de *Gong Fu* em análise é toda calcada no taoísmo e no budismo. O taoísmo busca a reconexão entre o homem e a natureza, para assim entender as relações da vida, e, neste sentido, pode ser considerado como uma filosofia naturalista, pois de acordo com Bruce Lee “A filosofia do Taoísmo revela a unidade essencial do universo (monismo) – ou reversão, polarização, (*ying/yang*), e ciclos eternos – do nivelamento de todas as diferenças, a relatividade de todos os padrões, e do resgate de toda a unidade primitiva”⁴⁰ (LEE,1997, p. 116). A

⁴⁰ Tradução livre a partir do original em inglês: “*The philosophy of taoism reveals the essential unity of the universe (monism) - or reversion, polarization, (yin/yang), and eternal cycles - of the leveling of all differences, the relativity of all standards, and the return of all the primeval oneness.*”

filosofia do tao é chamada taoísmo e é expressa principalmente por meio de escritos de Lao Tse (1324 a.C – 1408 a.C) em sua obra *O Tao Te King* (12^aed. 1984). Dentro desta filosofia, a noção de *wu wei* (não ação) é um elemento primordial para toda a compreensão dos princípios taoístas. Alan Watts traz uma bela comparação que nos ajuda a compreender este princípio:

Portanto, a finalidade da filosofia e da arte não é prover uma reprodução da vida em palavras ou pintura, pois a coisa real é melhor do que reprodução. Sua finalidade é dar uma sugestão para que cada um veja por si mesmo. Daí o fato de os artistas chineses terem compreendido melhor do que quaisquer outros o valor dos espaços vazios, e, em certo sentido, o que eles deixaram de lado é mais importante do que mostraram; trata-se de uma fabulosa reticência, um vazio que gera curiosidade. Eles levantam apenas uma ponta do véu para estimularem as pessoas a encontrarem por si mesmas o que está além. Esse era o princípio taoísta *wu wei*, de chegar à ação através da não ação (WATTS, 2008, p. 114).

O *wu wei* subentende o não pensar, que possibilita que o ser desenvolva sua atenção plena, pois ele aprende a prestar atenção em tudo ao seu redor, e não apenas em seus pensamentos. Afinal de contas “Mas porque antecipar com o pensamento o que só a experiência pode ensinar?” (HERRIGEL, 2006, p. 44). Assim, a atenção plena não significa focar em apenas um objeto, pessoa ou local, mas sim estar atento ao meio em sua volta compreendido como todo, e não como pontos de atenção isolados. O *wu wei* se relaciona diretamente com a noção de devir, ou vir a ser, agir sem coagir e ainda com o conceito de fluxo, como nos lembra Curi:

O taoísmo traz na perspectiva de *wu wei* – grosso modo ‘não ação’ ou ‘agir sem coagir’ - um princípio que contém a noção de devir. A ideia de *wu wei* é a da espontaneidade, de deixar-se conduzir pelo ritmo natural da vida, sem forçar os acontecimentos, sem pré-ocupação, seguindo o fluxo de devires e sem finalidades a priori - só se chega ao *tao* sem se tentar chegar ao *tao* (CURI, 2007, p. 21).

Esta concepção de mundo mais holística, que busca a reintegração com a natureza e o equilíbrio entre as forças opostas, não brotou apenas em países orientais, mas também na Grécia Antiga. Podemos perceber grandes afinidades entre as obras do filósofo grego Heráclito e a prática filosófica taoísta. Ele preconizava que o mundo está em constante movimento e que a tensão gerada entre os elementos que se movimentam gera harmonia, o que é reforçado por Paulo Laurentiz: “Heráclito ensinava que todas as transformações do mundo derivam da interação dinâmica e cíclica dos opostos, entendendo qualquer par de opostos como uma unidade” (LAURENTIZ, 1991, p. 33).

A não ação pode ser associada a um estado de alerta concêntrico, o eterno agora. O teatro se coloca como um dos lugares em que esta ideia pode ser claramente percebida, já que ele é a arte do efêmero, arte do momento único e presente. Neste sentido, o *wu wei* pode ser um estímulo que incentive o ator a buscar uma comunicação para além das palavras, dando o melhor de si e encarando cada cena como um constante momento de “eterno agora”. Desta forma, a riqueza do *Gong Fu* está também no fato de que pode ser utilizado como um meio para se alcançar, ou pelo menos compreender, o *wu wei* de uma maneira mais concreta e baseada na materialidade do corpo. Alguns exercícios de *Gong Fu*, como os *qigong* e os exercícios de mãos coladas, permitem a vivência do estado do *wu wei*, possibilitando que este possa posteriormente ser experienciado e desenvolvido no palco. Assim, fica claro que os benefícios do *Gong Fu* podem ir além do desenvolvimento da criatividade ou do controle psicofísico, mas passam também pelo desenvolvimento de um estado de entrega e atenção plena ao momento da cena.

Durante minhas pesquisas percebi inicialmente semelhanças entre alguns princípios que regiam a prática de Barba e Grotowski e o *wu wei*. Barba e Savarese dizem que “O objetivo das artes marciais é aprender a estar presente no exato momento da ação. Este tipo de presença é importante para atores que desejam ser capazes de recriar, toda noite, esta qualidade de energia que os torna vivos aos olhos do espectador.” (BARBA; SAVARESE, 1995, p. 197). Apesar de reconhecer a eficácia das artes marciais Barba parece não estimular um treinamento baseado nelas ou em alguma técnica específica, pois ele adota o caminho da via negativa, proclamado por Grotowski, seu mestre na arte da direção teatral: “Nosso caminho é uma via negativa, não uma coleção de técnicas, e sim a erradicação de bloqueios” (GROTOWSKI, 1987, p. 15). Ou seja, eles acreditam que o ator deve eliminar de si tudo aquilo que o impede de se expressar verdadeiramente, e que este processo é feito exclusivamente por meio da auto-observação e da “eliminação de hábitos antigos” (GROTOWSKI, 1987, p. 103).

A principal semelhança que inicialmente encontrei entre a via negativa e o *wu wei* foi a constatação de uma disponibilidade passiva para o trabalho. Em ambos os preceitos estão implícitas a auto-observação e a supressão dos bloqueios psíquicos. Contudo, apenas a primeira vista o conceito da não ação pode ser interpretado como um estímulo ao não fazer nada, a deixar o tempo fluir livremente estando completamente

passivo. Ao partir de uma análise mais detalhada sobre o *Gong Fu*, percebemos que os *Daigee* e *Shifu* buscam alcançar a não ação justamente através da ação, por meio dos *qigong* e da realização das formas, por exemplo. Entretanto, não parece ser esta a compreensão de Grotowski:

Há ainda o problema da passividade criadora. É difícil de expressar, mas o ator deve começar não fazendo nada. Silêncio total. Inclui até seus pensamentos. O silêncio externo trabalha como um estímulo. Se há um silêncio absoluto, e se, por diversos momentos, o ator não faz absolutamente nada, este silêncio interno começa, e volta toda a sua natureza em direção as suas fontes (GROTOWSKI *apud* NUNES, 1981, p. 67).

Podemos perceber que Grotowski associa a atitude passiva à inércia, o que contraria a não ação. Ele parece acreditar mais no poder do silêncio e da inação do que na aquisição de técnicas. Ao analisar trechos de seu discurso, como este em que cita o ator santo: “A técnica do ‘ator santo’ é uma *técnica indutiva* (isto é, uma técnica de eliminação), enquanto a do ‘ator cortesão’ é uma *técnica dedutiva* (isto é, um acúmulo de habilidades)” (GROTOWSKI, 1987, p. 30), podemos perceber que sua perspectiva acerca do trabalho do ator, às vezes pode parecer objetivar mais a iluminação por meio do teatro, do que o aperfeiçoamento nesta linguagem artística. Ele levou esta experimentação às últimas consequências, e perto do fim de sua vida, o Teatro Laboratório havia se tornado um tipo de grupo de terapia, como nos indica Barba: “Na verdade encontramos-nos diante de uma moderna variante da antiga catarse ou, para dar uma definição mais próxima a nós, de uma terapia psicanalítica” (BARBA *in* FLASZEN; POLLASTRELLI, 2007. p. 100).

Com isso, fica claro que o mergulho de Grotowski o levou a percorrer outros caminhos, e que sua busca naquele momento foi por outras formas de comunicação diferentes daquela convencionalmente possibilitada pelo teatro. Este exemplo nos alerta para importância e necessidade de um foco claro no trabalho, de cuidado e atenção para que não passemos a nos dedicar primordialmente às vivências que fujam de nosso objetivo inicial e que acabem por adentrar em outros campos que não necessariamente o do espetáculo teatral.

Por outro lado, podemos perceber uma relação entre a via negativa e o *wu wei* quando ele analisa o processo de treinamento e considera que “O estado necessariamente é uma disposição passiva a realizar um trabalho ativo, não um estado pelo qual ‘queremos fazer aquilo’, mas ‘desistimos de não fazê-lo’” (GROTOWSKI, 1987, p. 15). Esta fala mostra que sua busca no teatro converge para a busca do praticante de *Gong Fu*: o alcance do estado da não ação. Contudo, ainda que existam semelhanças e associações entre as propostas de Grotowski e os postulados do teatro oriental, as diferenças parecem ser bem maiores. Ele acreditava que o teatro oriental poderia ser considerado “de um certo ponto de vista estéril”, pois:

Essas são artes performativas nas quais os atores alcançam uma relativa perfeição no seu ofício e nas quais os grandes atores parecem ser magos. Tornam-se a tal ponto mestres de seu corpo, nos limites de seu ofício, de sua linguagem, que é como um milagre. Mas ao mesmo tempo, de um certo ponto de vista, é estéril. Podem trocar as combinações dos signos, algumas letras do alfabeto, mas isso ainda não revela a personalidade humana, quero dizer, o ator como ser (GROTOWSKI *in* FLASZEN; POLLASTRELLI, 2007, p. 164).

Ou seja, por mais que se fale sobre a influência do teatro oriental no trabalho de Grotowski, é uma tarefa difícil encontrar semelhanças concretas entre os preceitos do diretor e aqueles do teatro oriental. Acredito que esta influência ocorreu muito mais em forma de estímulos imagéticos do que de diretrizes de treinamento, uma vez que ele nos mostra parecer não ter compreendido que a liberdade criadora e a livre expressão individual existem dentro do teatro oriental. Entre outras coisas, é o estado da não ação que permite que esta “personalidade humana” se manifeste. Creio que reside aí a diferença entre falar **com** e falar **sobre** práticas corporais estrangeiras, pois ao falar **com** partindo da experiência e da experimentação pode-se incorporar e recriar esta técnica, que compreende (neste caso) o próprio processo criativo. Já ao falar **sobre**, como não há imersão na práxis, se torna realmente difícil conseguir visualizar as inúmeras abordagens possíveis e as incontáveis qualidades que estas práticas agregam à formação do ator.

Neste sentido, a abordagem aqui sugerida se contrapõe à proposta de Grotowski da via negativa, pois acreditamos que o aprendizado de novas técnicas pode e deve auxiliar na eliminação destes bloqueios. Mas que, ao mesmo tempo, enquanto se trilha

este aprendizado a atitude passiva é necessária para ação, pois o aluno só segue adiante em seu aprendizado quando perde a ambição de dominar a técnica e simplesmente pratica, como nos coloca Herrigel:

- Então, o que devo fazer? - Tem que aprender a esperar. - Como se aprende a esperar? - Desprendendo-se de si mesmo, deixando para trás tudo o que tem e o que é, de maneira que do senhor nada restará, a não ser a tensão sem nenhuma intenção. - Quer dizer que devo, intencionalmente, perder a intenção? - Confesso-lhe que jamais um aluno me fez tal pergunta, de maneira que não sei respondê-la de imediato. - Quando começaremos com novos exercícios? - Espere até que chegue o momento (HERRIGEL, 2006, p. 43).

Esse trecho mostra o diálogo entre o mestre e o aprendiz da arte do arco e flecha. É o próprio aprendiz quem nos conta (Eugen Herrigel) que em sua ânsia de aprender sempre mais, acaba entendendo que aprender a aprender despreziosamente é a mais difícil das lições. Todavia, para se iniciar qualquer trabalho de treinamento ou de formação de atores, acredito que o questionamento “O que quero suscitar com isso?” é mais potente do que “O que eu não devo fazer?” (proposição da via negativa), pois, do contrário, o estudante de teatro pode ficar totalmente perdido uma vez que ele nem mesmo tem noção da maioria de seus bloqueios psicofísicos. Este processo de auto-conhecimento necessita de um tempo mínimo de observação e dedicação, para que haja a identificação destes bloqueios e sua possível superação. Desta forma, o questionamento inicial “O que quero suscitar com isso?” funciona como uma mola propulsora que leva à auto-reflexão e nos oferece várias possibilidades, contemplando diversas técnicas e estéticas. Além de tudo, este questionamento abarca a dimensão política da arte, pois o ator se torna ainda mais responsável por aquilo que vai compartilhar com a platéia. Ao basear-se apenas na supressão de padrões corre-se o risco de permanecer num lugar confortável, pois, muitas vezes, não se sabe como fazê-lo. Já com o aprendizado de novas técnicas o ator é exigido, ele luta contra seus padrões corporais estabelecidos, para incorporar novos movimentos completamente diferentes daqueles que conhecia ou que estava acostumado a executar.

A falta de um questionamento que impele à ação é agravada com a constatação de que inúmeros trechos das obras de Grotowski e Barba traduzidas para o português demonstram a insuficiente descrição dos resultados de seus procedimentos práticos. Isto

pode fazer com que os estudantes compreendam algumas metáforas de forma literal e equivocada, ou ainda, que foquem na busca por estados alterados de consciência. Para um jovem em início de formação profissional em teatro, permanecer em completo silêncio alguma(s) hora(s) - como sugerido por ele - pode até trazer benefícios, porém provavelmente será um processo onde os resultados emergirão de modo mais lento e com mais chances de ocorrência de perdas e desistências no decorrer do percurso.

A dificuldade em estabelecer paralelos entre o treinamento proposto por Grotowski e o treinamento baseado no *Gong Fu* é constatada quando nos deparamos com seus inúmeros paradoxos e incongruências, que parecem suscitar cada vez mais questões, ao invés de responder àquelas já colocadas. Como ele mesmo diz “nada pode estar mais longe do que fazemos do que a ciência *senso strictu*” (GROTOWSKI, 1987, p. 23). O que é perigoso, no entanto, é o modo como se apropriam de sua pesquisa no ambiente acadêmico: ora tomando-a como embasamento teórico para as definições conceituais e para as práticas artísticas, ora interpretando as lacunas de seu discurso como resultado natural das produções artísticas. Sendo assim, devemos tomar cuidado com a leitura que muitas vezes se faz de suas palavras, para que ela não nos pareça conveniente no sentido de reforçar e defender as pesquisas do diretor, ao invés de abordá-las a partir de um ponto de vista mais crítico. Um dos mais evidentes indícios de incoerência em seu discurso pode ser constatado no seguinte trecho:

Não estou de acordo com o tipo de treinamento em que se crê que várias disciplinas, aplicadas ao ator, possam desenvolver a totalidade dele; o ator deveria, por um lado, ter aulas de dicção e, por outro, aulas de voz e acrobacia ou ginástica, de esgrima, de dança clássica e moderna e inclusive de elementos de pantomima; e tudo isso, colocado junto, deveria dar-lhe a riqueza de expressão (GROTOWSKI *in* FLASZEN; POLLASTRELLI, 2007, p. 168).

Ora, o que então ele sugere senão uma coleção de técnicas? Esta citação comprova o quão difícil é analisar seu discurso, pois ao mesmo tempo em que é contra a coleção de técnicas, sugere a prática de diversas modalidades, parecendo ser, por vezes, incoerente.

Contudo, concordo com Grotowski quando ele fala em eliminar os bloqueios pessoais, pois acredito que ele quer também eliminar o tipo de interpretação que tende

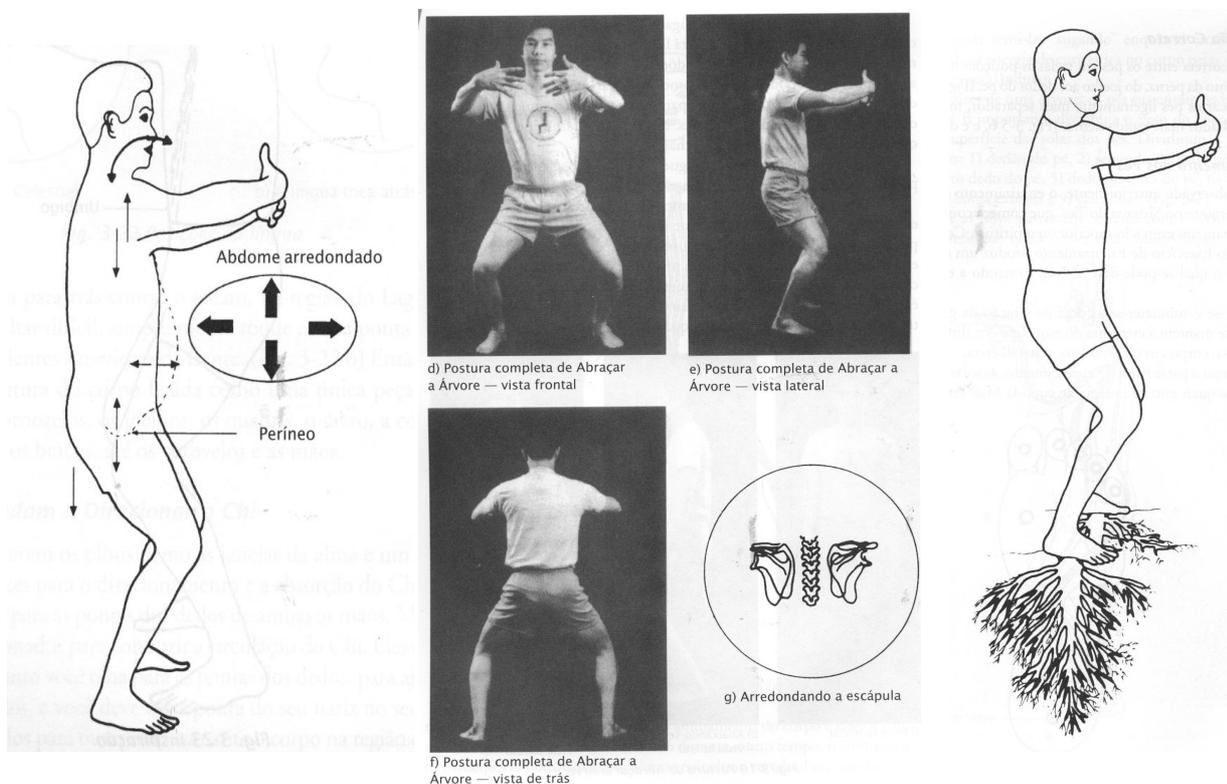
ao senso comum, à repetição dos nossos padrões de gestos e movimentos em cena. O teatro não trabalha apenas com a noção de mimesis e imitação da vida, o que o caracteriza como arte é justamente sua capacidade de comunicar para além do que é dito. Expressar-se de maneira artística então, significa preocupar-se, acima de tudo, com a forma do conteúdo, e isso pode se dar - no que diz respeito exclusivamente ao trabalho do ator – por meio da estilização dos movimentos, pela busca de novas posturas corporais, pela decomposição de movimentos cotidianos, etc. O que é lembrado por Nunes: “Aquele que conhece, ao exercitar o desapego, trabalha com estados mentais de maior flexibilidade e menor causalidade, respondendo ao meio de forma menos condicionado” (NUNES, 1998, p. 30). Ou seja, o treinamento com *Gong Fu* proposto nesta pesquisa influencia diretamente também sobre a criação dos atores, principalmente no momento em que desconstruem a técnica, o que gera, por sua vez, a desconstrução de seus próprios automatismos.

Toda esta discussão me lembra algumas aulas da minha graduação em Artes Cênicas, onde em diversos momentos durante as disciplinas de Introdução a Interpretação e Interpretação Teatral 1 e 3, ficávamos sentados ou deitados no chão apenas relaxando com os olhos fechados. Muitas vezes adormeci e vi vários colegas na mesma situação, o que me levou a não sentir nenhuma transformação além da sensação de relaxamento provocada pelo sono. Acredito que este tempo poderia ter sido mais direcionado e melhor aproveitado para que trabalhássemos uma respiração consciente a partir de exercícios mais ativos e com objetivos definidos. O efeito provocado também seria o relaxamento, mas uma qualidade de relaxamento possivelmente mais controlada, pois reflete uma técnica já muitas vezes testada.

Com o intuito de buscar desenvolver uma qualidade de concentração semelhante aquela (possivelmente) vivenciada durante o estado do *wu wei*, realizamos alguns exercícios de *qigong* na sala de aula durante minha prática docente. Sempre iniciávamos a aula fazendo o *qigong* “abraçando a árvore”, em seguida fazíamos uma sequência de alongamento e depois passávamos para o aquecimento com chutes e socos. O *qigong* “abraçando a árvore” é um dos *qigong* mais tradicionais na China, praticado de diferentes modos e por diferentes culturas.

Ele fortalece os músculos e os tendões dos polegares e dedos dos pés, o que provoca o fortalecimento considerável da estrutura óssea de modo geral, e contribui

para melhorar o alinhamento da coluna vertebral do praticante. Além disto, esta postura promove um maior enraizamento do corpo, o sujeito se conecta mais ao solo e se concentra no aqui e agora, vivenciando com mais atenção o momento presente, o que auxilia na concentração e na atenção (CHIA, 2005, p. 106). Os benefícios do *qigong* se estendem para além da saúde, indo desde o aumento da resistência imunológica à canalização da energia espiritual. Como os *qigong* visam potencializar o *qi*, a energia vital contida em cada um de nós, sua prática resulta não só numa melhora geral da saúde psicofísica, mas também pode possibilitar uma refinada manipulação desta energia. O desenvolvimento do *qi* para fins meditativos ou espirituais permite, por exemplo, que o indivíduo alcance o estado do *wu wei* com mais facilidade.



As pernas flexionadas e os braços em círculo podem provocar um desconforto inicial, que pode até ser considerado benéfico, na medida em que este registro gera uma auto observação mais atenta do sujeito. Ao realizar este *qigong* nos sensibilizamos para a percepção dos focos de tensão no corpo, dos músculos que estão mais ou menos enfraquecidos e do modo como respiramos. Além de tudo, a postura permite uma observação mais cuidadosa do ambiente que nos cerca, pois o tempo do exercício é dedicado também à percepção do espaço a nossa volta. No contexto da aula, o “abraçar a árvore” se torna um momento destinado à auto percepção e à concentração da energia do grupo no espaço e tempo da aula. Entretanto, não há nenhuma técnica respiratória especial neste *qigong*, nele o praticante mantém a sua respiração habitual. Mas, com a prática, a própria postura corporal vai conduzindo à utilização da respiração abdominal – por respiração abdominal me refiro aquela onde se busca retirar a concentração de ar do peito e levá-la à região abdominal.

Inicialmente este *qigong* era motivo de queixas constantes dos estudantes, pois quando realizado de modo errado, com os ombros contraídos, por exemplo, provoca um grande incômodo que impossibilita a permanência na postura. Além da dor e do incômodo, os alunos sempre reclamavam da duração do exercício, que apesar de ser pequena (de quatro a cinco minutos) parecia durar uma eternidade. Continuei insistindo nesta prática, pois sabia que os resultados apareceriam a médio prazo. Então, só depois de mais de um mês de aulas, repetindo este exercício duas vezes na semana, os alunos conseguiram perceber os benefícios trazidos com sua prática. Ao final já não mais sentiam dor e desconforto, e os cinco minutos de exercício pareciam durar apenas cinco minutos.

Observei também que naquelas aulas em que, porventura não realizávamos este *qigong*, os alunos ficavam menos concentrados e menos focados no aquecimento. Assim, pude perceber claramente a qualidade que o exercício agregava ao treinamento. Ao abraçar a árvore o aumento da concentração, principalmente durante o aquecimento, era visível, mesmo que no decorrer da aula os estudantes voltassem a se dispersar por outros motivos. O fato de iniciarmos a aula com um exercício que exige completo silêncio e sustentação da postura correta por alguns minutos, transforma a energia de todo o ambiente. As conversas paralelas cessam e cada um vive o seu pequeno momento de imersão na auto percepção.

Ao final de cada aula fazíamos outro *qigong*. Entretanto, com o passar do tempo ele foi sendo aos poucos abandonado, pois as outras atividades tomavam todo nosso tempo. Este *qigong*, ensinado pelo médico acupunturista Jiang Hong para o *Shifu* Marcelo Gabriel, é realizado visando o relaxamento, sendo recomendado também como combate à insônia. Por isso, no contexto das aulas sempre era aplicado como o último exercício do dia, com o intuito de descansar os alunos. A proposta era de dedicarmos um momento à interiorização das experiências vividas na aula, assim os estudantes poderiam refletir melhor e assimilar o conteúdo trabalhado. Para alcançar este estado relaxado permanecíamos sentados (numa cadeira ou banco), com as mãos sobre os joelhos e a coluna ereta. Neste exercício havia um modo específico de respiração: tanto a inspiração quanto a expiração deveriam ser mais longa e lenta possíveis, inspirava-se e expirava-se pelo nariz buscando levar o ar à região abdominal – um estímulo que nos auxilia é a imagem do abdômen como um saco plástico que se enche e se esvazia. Mantak Chia nos lembra da importância da respiração abdominal: “o maior reservatório de *Chi* localiza-se na região do umbigo. Concentrar-se nessa região aumenta a pressão do *Chi* e estimula a sua circulação” (CHIA, 2005, p. 59). Esta respiração completa era repetida oito vezes, sendo que era feita de modo intercalado com a respiração normal e individual de cada um, o que totalizava 16 respirações ao final do exercício.

A partir da percepção da influência determinante da respiração sobre o modo como percebemos e reagimos ao mundo ao nosso redor, busquei desenvolver exercícios em que os estímulos corporais se dessem por meio de comandos objetivos, que atuassem não só sobre o movimento, mas também sobre a respiração. Chia nos diz que:

O *Chi* sempre vai para onde se concentram a sua atenção e a sua atividade. Quando você respira com a parte superior do tórax, o *Chi* se desloca para lá e, como não pode ser armazenado ali, você começa a sentir uma certa angústia (CHIA, 2005, p. 59).

Desenvolvi dois exercícios que confirmaram empiricamente tal afirmação. O primeiro deles consistiu em uma caminhada pelo espaço durante a qual foram dados vários estímulos aos estudantes, tais como: “você estão nervosos”, “tristes”, “ansiosos”, “alegres”, etc. Depois disto propus outra caminhada, porém, desta vez, dei outros comandos: “andem rápido”, “respirem profunda e rapidamente”, “a cabeça deve apontar para baixo”, “caminhem sacudindo os braços”, “respirem lentamente”, etc. Em

cada etapa do exercício os alunos deveriam responder às indicações ao mesmo tempo em que caminhavam pela sala.

Com a inserção de indicações sobre diferentes modos de respirar, eles puderam realmente expressar a emoção de modo mais visceral e orgânico. Este exemplo nos mostra a complementação, ou ainda a interdependência entre a respiração e o movimento gestual; pois assim como a respiração é potencializada pelo movimento, o movimento desconectado da respiração é incompleto. Este exercício pode parecer ainda operar a partir de alguns clichês, já que na segunda parte procurei relatar as características mais comumente associadas a cada emoção: “respirem profunda e rapidamente”, por exemplo, corresponde a um comportamento de uma pessoa nervosa. Mas, ainda assim, acredito que ele pode atuar no sentido da desconstrução dos padrões pessoais, devido principalmente à inserção de uma respiração específica. Ao respirar com a parte superior do tórax, aquele ator que estava sempre acostumado a realizar uma respiração abdominal, por exemplo, pode registrar sensações que ele ainda não havia experimentado. A respiração pode ser manipulada e repetida em cena, o que permite mais que um registro: a “reprodução” do sentimento em cena. Ou seja, a respiração foi abordada enquanto técnica e seu controle permite, entre outras coisas, a **atualização de um estado emocional no ator**.

Os estudantes de teatro, em geral, não têm o hábito de manipular a respiração para empregá-la de acordo com as necessidades da cena ou do personagem. Esta hipótese pôde ser comprovada durante a primeira parte da atividade, pois nesta etapa, embora alguns alunos tenham conseguido ter uma boa performance, nenhum deles utilizou a respiração como recurso propulsor da expressividade. A falta deste hábito é tão grande que, mesmo na segunda parte do exercício, alguns deles também tiveram dificuldade em responder aos comandos relativos à respiração. O que comprova a necessidade de uma maior atenção e (re)integração da respiração aos movimentos, na busca por uma expressão corporal mais orgânica. A esse respeito a aluna Gabriela Abreu relata em seu Memorial:

Sentados na cadeira, com as costas retas, deveríamos nos concentrar em inspirar e expirar profunda e lentamente. Sempre achei que esse exercício visava unicamente a nossa concentração, mas agora, sob as novas perspectivas do texto, vejo as imensas possibilidades de se estudar e utilizar a respiração para tornar cada movimento mais fluido e interligado, bem como para auxiliar no esquecimento de si mesmo.

Ou, como bem colocou Herrigel, ‘Aprendi a deter-me na respiração tão despreocupadamente que às vezes tinha a sensação não de respirar, mas de *ser respirado*, por estranho que pareça’.

Algumas aulas depois foi feito outro exercício semelhante, desta vez realizamos a primeira etapa em uma aula e a segunda somente duas aulas depois, a fim de que os alunos pudessem avaliar os resultados com maior distanciamento. Os estudantes anotaram suas dificuldades e sensações e ao final do processo avaliamos os resultados. Desta vez, o exercício consistia em uma caminhada em linha reta, de um extremo a outro da sala, onde os estímulos dados por mim iam sendo progressivamente incorporados pelos alunos. Na primeira etapa as imagens-estímulos eram as seguintes: “caminhando sobre as nuvens”, “asas saindo das omoplatas”, “auréola sobre a cabeça”, “leite escorrendo pelas mãos”, “pássaros saindo do peito” e “bola de fogo na barriga”. Já no segundo dia os comandos foram: “tensão nos ombros no sentido para cima”, “movimentos circulares com a cintura”, “olhos arregalados e queixo elevado”, “respiração lenta e profunda”, “passos na diagonal” e “mãos em formato de garra”.

Pode-se perceber que, assim como no exercício anterior, a primeira caminhada era norteadada por estímulos que são interpretados segundo a subjetividade de cada um; enquanto a segunda era regida por comandos, ou seja, indicações objetivas e claras. Durante a minha graduação em Artes Cênicas já havia realizado a primeira caminhada em algumas aulas de Interpretação. Desde então, sempre tive curiosidade em experimentar como ela se desenvolveria a partir de outros comandos, e foi a partir disso que desenvolvi a segunda etapa da caminhada.

Como na primeira caminhada o corpo construído me remetia a uma figura celestial, em contraponto a isto, na segunda os comandos visavam construir um corpo diabólico. Durante a avaliação feita após a realização das atividades todos relataram que conseguiram fazer estas associações entre a gestualidade que construíram e figuras supra-humanas, quer seja de demônios, santos ou super heróis. Com exceção de um deles, todos os alunos acharam o segundo dia melhor e mais proveitoso que o primeiro, na medida em que tiveram mais facilidade em colocar os comandos no corpo, pois estes eram mais concretos. O que pode ser percebido através da fala de Gabriela Abreu: “Mas a dificuldade em concluir esse exercício para mim foi enorme. Oscilei entre a tentação

de demonstrar literalmente o que as instruções alegóricas pediam e apenas senti-las, sem conseguir demonstrar claramente”. Em sua fala observamos um embate racional entre o mostrar e o sentir, como se um excluísse o outro, evidenciando as cisões a que estamos habituados.

Os resultados obtidos com os exercícios foram mais homogêneos e semelhantes entre si na segunda parte da atividade, mas, ainda assim, os estudantes conseguiram ressaltar mais um ou outro comando, possibilitando a erupção das singularidades de cada um. Esta homogeneidade não diz respeito à pasteurização, mas se refere aos mesmos níveis de algumas qualidades, tais como: tônus, precisão e potencial criativo. A homogeneidade é então uma característica positiva dentro de um grupo de atores, pois a partir do momento que todos dominam certas qualidades essenciais à cena, ampliam-se as possibilidades de construção de sentidos e significados. Esta homogeneidade se refere, sobretudo, às qualidades técnicas de atuação e não à suplantação das singularidades de cada um. A visualização de imagens, como aquelas colocadas na primeira parte do exercício, está presente até mesmo em alguns *qigong*, que trabalham apenas com a visualização mental, sem nenhuma técnica de respiração específica. Entretanto, sabendo-se da dificuldade em conseguir resultados iniciando o treinamento com estes tipos de *qigong*, geralmente começa-se a praticar aqueles que focam em um tipo de respiração determinada, ou ainda, aqueles em que permanece-se imóvel em uma dada postura deixando os pensamentos fluírem, para somente depois chegar ao nível da imaginação. Esta discussão nos remete à relação entre forma e emoção, sobre a qual Ferracini comenta:

se a forma era precisa, a organicidade, as entonações e as emoções também poderiam ser, pois estas seriam determinadas pela posição do corpo. Percebemos em Meyerhold o mesmo princípio de memória muscular utilizado por Stanislavski. Segundo Meyerhold, a atuação do ator não é outra coisa que ‘o controle das manifestações de sua excitação’ (1982, p.198). Assim sendo, um ator não deveria sentir uma emoção em cena, mas sim expressá-la por meio de uma ação física. Neste ponto, podemos dizer que a biomecânica de Meyerhold esbarra no sistema de ações físicas proposto por Stanislavski (...) (FERRACINI, 2001, p. 72).

Partindo de minhas experiências pessoais enquanto atriz tendo a concordar com Meyerhold. Acredito que, a partir do gesto e da ação física podemos trazer a emoção e

gerar imagens para a plateia de uma maneira mais prática e eficiente do que com o caminho inverso.

Minha abordagem se afina com a concepção monista, que compreende a “gestualidade do ator (ou ao menos numa forma experimental de interpretação e improvisação) como produtora de signos e não como simples comunicação de sentimentos ‘colocados em gestos’, gestualizados” (PAVIS, 2007, p. 185). Percebemos que o gesto enquanto signo a ser decifrado se assemelharia a um ideograma (GROTOWSKI, 1971, p. 111 *apud* PAVIS, 2007, p. 184) e que, como o caractere chinês, o mesmo gesto possui múltiplos significados, que se definem a partir do contexto em que estão inseridos e a partir do olhar do observador. O conceito de gesto aqui utilizado é aquele definido por Patrice Pavis como: “movimento corporal, na maior parte dos casos voluntário e controlado pelo ator, produzido com vista a uma significação mais ou menos dependente do texto dito, ou completamente autônomo” (PAVIS, 2007, p. 184). Ou seja, o gesto é uma produção controlada pelo ator, o que permite que seja constantemente aprimorado. Jean-Jacques Roubinne demonstra compartilhar de um entendimento semelhante ao de Meyerhold, quando diz que:

O ponto de vista comum, o do espectador, é que um gesto, exprime alguma coisa (uma paixão, um sentimento, uma relação de forças, etc.). O gesto seria então um complemento. Mas a experiência do ator... testemunha um funcionamento inverso: é o gesto que precede o sentimento e lhe dá forma (ROUBINNE, 1968, p. 4).

Sempre é válido ressaltar que as categorias de emoção e forma, sentimento e gesto são complementares e de modo algum excludentes. A investigação psicológica e a experimentação do gesto são abordagens que podem nos remeter a um dentro *versus* fora no corpo, mas que de fato é dentro-fora do corpo, pois tal movimento é mutável e incessante. Do mesmo modo que o gesto conduz à emoção, a emoção também gera o gesto, e cabe ao ator escolher qual recurso irá adotar como ponto de partida para seu trabalho. Nesta dissertação prefiro sempre a impermanência fluida do ir e vir do diálogo, ao invés da rigidez estática do discurso pré concebido, o que abre possibilidades para as possíveis revisões e modificações. Não tenho a intenção de defender uma única linha de treinamento de atores, que parta das ações para se chegar às emoções, por exemplo. Mas, mais do que isso, compreender que **da ação à emoção**

se torna **da emoção à ação** através de um movimento contínuo e dinâmico, pois são como faces da mesma moeda, instâncias que habitam um mesmo corpo. Com o exercício descrito quis mostrar o quanto as diferentes abordagens técnicas sobre o trabalho do ator são complementares entre si, e por isso indissociáveis. Tal reflexão deixa claro que dicotomizações como interno e externo, dentro e fora, razão e emoção, corpo e mente, não são oposições que se contrapõem, mas sim que se complementam mutuamente, expressando as propriedades contidas no símbolo do *yin* e *yang*.

Os atores devem ter a oportunidade de vivenciar diferentes técnicas para que possam ter escolhas ao tomar suas próprias decisões, visando, acima de tudo, flexibilizar e apurar suas performances. A aluna Gabriela Abreu, durante a avaliação coletiva sobre o exercício acima descrito, expressou que sentia como “se estivesse roubando” se não partisse de uma vivência emocional da cena. Para ela o único caminho possível e eficaz era o da construção psicológica, a identificação emocional antes da execução da ação. Contudo, relatou ter mantido frieza absoluta durante o exercício, apenas obedecendo aos comandos dados por mim, sem pensar sobre como estava atuando. Ficando surpresa ao conseguir realizar o exercício, e de fato se comunicar, sem inicialmente ter se envolvido emocionalmente com aquilo que estava fazendo, caracterizando uma experiência única (e recente) em sua vida e transcendendo uma concepção dicotômica acerca do próprio corpo.

Grotowski também critica o excessivo foco sobre as sensações dos atores dizendo que:

(os atores) Procuram a “sensação” do tocar um objeto e toda a essência do duro trabalho de Stanislávski, um trabalho que realmente obrigava o ator a dominar as pequenas ações, é perdida, caída no plasma psíquico, nas sensações ou nas ‘emoções do objeto’; ‘a sensação do objeto’, ‘sinto... sinto’. Eis o que fazem em nome de Stanislávski. (GROTOWSKI, 2007, p. 166).

Concordo com suas críticas referentes ao modo como, ainda hoje, alguns se apropriam do Método de Stanislavski. Considero-as muito pertinentes, pois ele nos relembra da importância que as ações físicas tinham dentro do Método, e nos alerta em relação à excessiva ênfase sobre o sentimento dos atores em prol do foco no domínio das ações.

Após algumas experiências em sala de aula, principalmente por meio dos exercícios de *qigong*, e da leitura do livro *A arte cavalheiresca do arqueiro zen*, Gabriela conseguiu perceber como a não ação pode atuar de modo benéfico, ajudando-a a desconstruir seus padrões corporais. No livro, o aprendiz da arte do tiro com arco percebe que, após longo período de treinamento e repetição, chega um momento em que o “tiro acontece”. Já ao final do semestre sua percepção pareceu mais madura, ela relatou que:

(...) chego à conclusão que o esquecimento de si mesmo é vital para a interpretação. A busca da não-intencionalidade deve pautar a construção de um papel, de maneira que o ator liberte-se de suas intenções e anseios para que o personagem simplesmente *aconteça*, provocado por algo.

Sua fala comprova o quanto ela se libertou de seus modelos pessoais, o que possibilitou que expandisse sua percepção de mundo ao longo das aulas. O esquecimento de si mesmo e a não intencionalidade estão diretamente ligados a não ação, e conseqüentemente à desconstrução dos padrões corporais. Por meio da repetição contínua e prolongada de uma ação ou técnica, o ator passa a agir sem intenção, do mesmo modo como ocorre com a prática do *qigong*. A contínua repetição permite o acesso a um fluxo de energia que faz com que ator se preocupe apenas em repetir, esquecendo-se de si mesmo e de suas intenções. Este estado de esquecimento de si mesmo é o próprio estado da não ação, onde o corpo, concentrado no aqui e agora não age de modo automatizado, mas responde organicamente aos estímulos que lhe são colocados. Por meio da repetição o ator constrói novas gestualidades e incorpora novas técnicas. Essas possibilidades de construção e desconstrução nos remetem, mais uma vez, ao *yin* e *yang*, mostrando que a partir de um mesmo princípio (repetição) pode-se incorporar novas técnicas, ao mesmo tempo em que se superam alguns hábitos automatizados.

Experimentar novos treinamentos e processos criativos, só se torna possível a partir do momento em que nos despimos de nossas certezas ao ponto de imergir nos recônditos inexplorados de nosso corpo. Isto nos leva a supor que o trabalho com imagens poderia ser potencializado por um período anterior de treinamento psicofísico. Acredito que um corpo preparado tende a responder de modo mais eficaz aos estímulos,

pois ao exercitá-lo descobrimos sua inteligência própria e percebemos a diferença entre pensar com todo o corpo e pensar apenas com a mente. A partir deste ponto de vista, “pensar com a mente” pode ser considerada uma ação ativa, porque estimula os comandos provenientes do ego ou do desejo. Ao se colocar primeiro mentalmente no processo, muitas vezes se escolhe, se julga, e somente depois se experimenta, restringindo as possibilidades de aprofundamento na experiência. Já ao “pensar com todo o corpo” (treinamento psicofísico), seja improvisando ou por meio da repetição das formas de *Gong Fu*, parte-se de uma aceitação experimental, despreziosa e por isso passiva, o que reflete a ideia de *wu wei*. É interessante observar que a relação entre passivo e ativo não remete obrigatoriamente à relação entre pensamento e ação física, por exemplo, mas, ao contrário, define principalmente o nível de interferência do sujeito por meio de sua vontade, seus pensamentos, preocupações e bloqueios. Este fator pode determinar o desenvolvimento de todo o processo, quer seja expandindo-o ou restringindo-o.

Durante uma avaliação oral das aulas realizada no final do mês de Novembro, após mais de um mês de trabalho, os estudantes deram um retorno muito positivo em relação à disciplina. A maioria deles sempre experienciou vivências teatrais baseadas em certos aspectos do método de Stanislavski, em especial na Linha das Forças Motivas, mesmo sem se darem conta disso. Consequentemente a utilização do *Gong Fu* e a busca por técnicas que partam do movimento e da ação como ignição para a criação, e não do texto, era uma novidade para eles. A singularidade desta experiência na formação dos estudantes até então, confirma a hegemonia de uma certa parte do Sistema de Stanislavski e nos alerta para a necessidade de popularização de outras metodologias de formação de atores. A avaliação geral da turma foi que o trabalho desenvolvido na disciplina era complementar ao trabalho que estavam habituados a experimentar, evidenciando o caráter de interdependência entre as diferentes abordagens possíveis.

Em entrevista cedida a Pierre Berton Bruce Lee disse: “mas é não atuar atuando ou atuando sem atuar...”. Esta frase sintetiza grande parte da ideia central dessa pesquisa. É um excelente estímulo para atores e atrizes, pois define o equilíbrio buscado entre o controle e o instinto, entre a técnica e a subjetividade. A atuação deve ser orgânica ao ponto de parecer para o ator que ele não está atuando, e assim esta não atuação se transforma, aos olhos do público, em atuação, num movimento incessante e

contínuo. Esta atuação orgânica pode parecer indicar um tipo de atuação naturalista devido a não atuação. Contudo, como já foi explicado, a não atuação é o que permite a desconstrução dos padrões pessoais, facilitando o trânsito por diversas linguagens cênicas. Desta forma, quando me refiro a não atuação é para nos remeter a não ação, e não com o objetivo de definir um tipo de atuação naturalista. A adaptabilidade da água é uma ótima imagem que nos ajuda a visualizar estas ideias. Na referida entrevista, Bruce Lee diz:

Esvazie sua mente, seja amorfo, sem forma, como água. Agora, se você coloca a água num copo, ela se torna o copo. Você coloca a água numa garrafa, ela se torna uma garrafa. Você coloca numa chaleira ela se torna a chaleira. Agora a água pode fluir, ou pode destruir... Seja água, meu amigo⁴¹ (LEE, 1971).

A imagem da água nos remete à improvisação, nela o ator utiliza todos os elementos possíveis como matéria prima do improviso, seja o colega de cena, a platéia ou mesmo um barulho inusitado que veio dos bastidores. O ator deve ser como a própria água: a tudo se adapta, mas não perde sua força. Durante o improviso ele precisa jogar com o acaso e utilizá-lo a seu favor, percebendo o fluxo dos acontecimentos e aproveitando-o na cena improvisada. E, para isso, deve estar com atenção plena em todos os momentos. Do mesmo modo como ocorre no momento do combate, onde utilizamos a força do oponente a nosso favor, ocorre na cena, onde o ator joga com a platéia e com os colegas. Em ambos contextos, os indivíduos devem seguir o fluxo da energia e estabelecer uma cooperação mútua, ao invés de uma exclusão pela competição de quem é o mais forte.

No sistema louva-a-deus um dos princípios presentes nas técnicas de luta é o princípio de mãos coladas (*jimling*), em que os lutadores devem manter o contato tátil entre as mãos durante todo o tempo do exercício. Este contato auxilia na percepção da fluidez dos golpes e na utilização da força do oponente a nosso favor, provocando uma qualidade de concentração tão potente que é como se o *Daigee* vivenciasse um outro fluxo de energia. Algumas vezes em que realizei o *jimling* tive uma experiência que mal

⁴¹ Tradução livre a partir do original em inglês: “Empty your mind, be formless, shapeless, like water. You put water into a cup it becomes the cup. You put water into a bottle it becomes the bottle. You put into a teapot it becomes the teapot. Now water can flow or can crash... Be water my friend”.

pode ser descrita em palavras. Mas, ainda assim, tentarei relatá-la aqui. Depois que repeti o exercício do modo correto e por um tempo consideravelmente longo, a sincronia com o parceiro passava a acontecer naturalmente, sem que precisássemos pensar nos golpes, mas estando ao mesmo tempo muito focados naquele momento específico. Devido à circularidade do movimento o corpo simplesmente parecia agir por conta própria, os golpes fluíam e, apesar de ambos atacarem, ninguém era atacado, pois o ataque e a defesa se tornavam simultâneos e já não havia como separá-los. Porém, em um lapso de tempo, ao deixar a mente intervir e o pensamento atuar, a sincronia da dupla se rompia instantaneamente e sempre tínhamos que voltar a estaca zero. Posso afirmar que a maioria de minhas experiências mais próximas do estado do não pensar ocorreram durante algumas práticas de *jimling*. Este princípio é comentado pelo *Sigung* Samuel Mendonça:

Destaco ainda o princípio de *jimling* como essencial para o desenvolvimento do sistema *Tong Long*. O êxito das mãos coladas está no estado de relaxamento que o praticante pode conseguir em luta e na vida. Este estado de relaxamento propicia seguir o fluxo do que está por vir. Em outros termos, o estado do relaxamento, para além das técnicas significa a condição de estar pronto para o que está acontecendo. (MENDONÇA apud ANDRAUS, 2004, passim)

O filme *A Arte de Viver* (LEE, 1992) demonstra uma técnica semelhante ao *jimling*, porém oriunda do *ta chi chuan* e denominada *pushing hands*. No filme, o personagem Sr. Chan se muda da China para os Estados Unidos. Durante a história, a família de seu filho não consegue se habituar à presença de Sr Chan, visivelmente perturbado com as diferenças culturais entre os países. Ele vê o retorno à prática e ao ensino da arte marcial como uma válvula de escape a esta situação. No filme o narrador diz: “*pushing hands* consiste em manter o equilíbrio através da provocação do desequilíbrio do adversário” (LEE, 1992). É através da postura relaxada que se mantém o equilíbrio, tanto sozinho ou em dupla. Desta forma, o relaxamento, pode ser considerado uma característica que propicia uma melhor aceitação dos fatos e surpresas do cotidiano. É interessante observar como o relaxamento se liga ao conceito da não ação, já que, é a partir de um estado relaxado que podemos organicamente seguir o fluxo dos movimentos e jogar com o acaso e o inesperado, do mesmo modo como ocorre na improvisação teatral. O *Gong Fu* é aqui abordado não somente enquanto prática corporal que leva a um aperfeiçoamento técnico, mas também porque esta

prática pode nos conduzir para um tipo de pensamento holístico e crítico que atua não só no fazer, como também na reflexão crítica sobre o feitiço da arte.

Além do *jimling*, existem outras técnicas que permitem a vivência do corpo integrado, como, por exemplo, nos golpes em que há a simultaneidade do uso dos pés e das mãos e também a simultaneidade do ataque e defesa. No treinamento da arte marcial chinesa os golpes geralmente são formados a partir da combinação de elementos de mãos/socos com os chutes/bases. Quando um golpe de defesa é aplicado, ele também é um ataque - por exemplo o *gwa saw bo choi*, onde ao mesmo tempo o *Daigee* executa a defesa com um braço e o soco com o outro, ou ainda em outros movimentos que servem tanto para defesa quanto para o ataque, como o *pan choi*, um soco com o dorso do braço que também serve para defesa (ver trecho “Técnicas” no vídeo anexo ao Capítulo 1). A conjugação dos membros superiores e inferiores no mesmo movimento permite maior desenvolvimento da coordenação motora do *Daigee* e mais eficiência no momento do combate, pois o oponente dificilmente terá como se defender de dois golpes conferidos simultaneamente. O estilo louva-a-deus foi criado por um perito em artes marciais que conhecia mais de 16 estilos de *Gong Fu* (ANDRAUS, 2010, *passim*), o que agregou muito ao sistema no sentido da incorporação dos melhores elementos de outros estilos em um só.

No *Gong Fu*, de modo geral, permanece o hábito de divisões dualistas, por exemplo, na separação dos próprios golpes entre aqueles apenas de ataque e apenas de defesa. Além disso, há a utilização de algumas nomenclaturas que mostram uma divisão entre estilos do norte e do sul da China, e entre as artes marciais internas (que usam mais a energia *yin*, como o *tai chi chuan*) e externas (que usam mais a energia *yang*, como águia, *hungar*, serpente, etc). Os estilos internos utilizariam mais o *qi*, expandido por determinados tipos de respiração; enquanto os estilos externos empregariam mais a força adquirida por meio da prática de exercícios de fortalecimento muscular. Porém, esta divisão não ocorre na prática, pois nas formas do estilo louva a deus, por exemplo, para cada movimento *yin* há na sequência, ou simultaneamente, um movimento *yang*, o que gera a fluidez do movimento a partir de energias complementares. A fluidez é fruto do acesso a um fluxo contínuo de energia; o direcionamento correto da energia leva a aplicação de menos força, tornando o estilo mais eficiente e acessível, desvinculando-o da noção de que a força física é o mais importante em um combate.

Na prática marcial é impossível dizer que um movimento é somente suave e que outro é apenas forte, pois a riqueza da arte marcial está exatamente no modo de manipulação destas energias, tendo como referência a complementariedade: forte e suave, rígido e relaxado, etc. Quando observamos alguém fazendo uma forma corretamente ou demonstrando um golpe eficaz, o que percebemos é a coexistência de um estado de rigidez (e não de tensão) e de força para que o golpe atinja seu objetivo marcial; mas, simultaneamente vemos a suavidade e a fluidez, que permitem a finalização do golpe e sua repetição exaustiva sem danos para o *Daigee*. O bom praticante é aquele que consegue externalizar o interno e internalizar o externo, atuando com suavidade e firmeza. Como é comprovado na fala de Bruce Lee:

Um homem de *Gong Fu* deveria ser suave – mas não frouxo, firme - mas não duro. Quando o movimento do *yin/yang* flui aos extremos, as reações entram em cena. Quando o *yang* chega ao seu extremo, ele se transforma de volta no *yin* e vice versa, cada um sendo a causa e o resultado do outro⁴² (LEE, 1997, p. 30).

Bruce Lee ressalta duas das propriedades do *yin* e *yang*: o interconsumo e a intertransformação. O interconsumo se relaciona diretamente com a intertransformação de uma energia na outra, pois, quando o *yin* atinge seu máximo ele se transforma no *yang*, e quando o *yang* chega a seu ponto culminante se transforma no *yin*. Além destas, este símbolo contém outras propriedades, são elas: interdependência, oposição e complementariedade. Ele ainda diz que “Então nem a suavidade (*yin*) nem a firmeza (*yang*) possui algo mais do que a metade de um todo dividido, as quais unidas, formam o verdadeiro Caminho do *Gong Fu*”⁴³ (LEE, 1997, p. 33). As oposições são interdependentes por natureza, pois é necessária a luz para que exista a escuridão, e vice-versa. Esta interdependência das oposições gera a complementariedade entre as energias, formando o todo. Estas propriedades podem ser claramente observadas na natureza: quando pressionamos a mão sobre uma barra de gelo, por exemplo, o frio se torna tão intenso que pode até mesmo provocar queimaduras. A propriedade da intertransformação é evidente nos ciclos das plantas, pois é necessário que as folhas

⁴² Tradução livre a partir do original em inglês: “*A gung fu man, then, should be soft - yet not yielding; firm - yet not hard. When the movement of yin/yang flows into extremes, reactions sets in. For when yang goes to the extreme, it changes back to yin and vice versa, each being the cause and result of the other*”

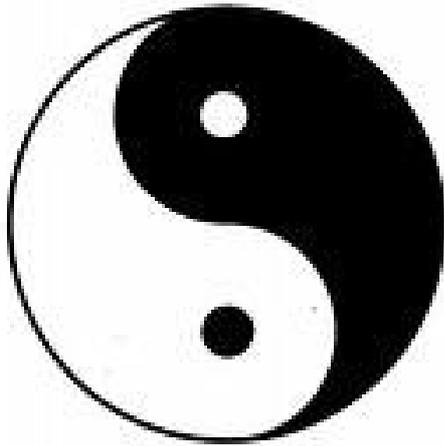
⁴³ Tradução livre a partir do original em inglês: “*So neither gentleness (yin) nor firmness (yang) holds any more than one half of a broken whole which, fitted together, forms the true Way of gung fu*”

caiam ou sejam podadas, para que possam brotar e crescer novamente. A medicina tradicional chinesa também é toda baseada no *yin* e *yang*, pois acredita-se que a maioria das doenças são geradas por um desequilíbrio entre estas energias.

A origem desse termo é abordada por Marcel Granet:

Na linguagem do *Shijing* a palavra *yin* evoca a ideia de tempo frio e fechado, céu chuvoso; aplica-se ao que é interno e, por exemplo, qualifica o recinto escuro e frio onde, durante o verão, o gelo é conservado. A palavra *yang*, desperta a ideia de ensolaramento e calor, pode ainda servir para retratar o aspecto másculo de um dançarino em plena ação; aplica-se aos dias primaveris em que o calor do sol começa a fazer sentir sua força, e também no décimo mês do ano, quando começa o retiro hibernal (GRANET, 1997, p. 84).

Sua fala permite uma definição do que seriam estas energias a partir de uma qualificação dos fenômenos observados em *yin* ou *yang*. Assim, podemos de fato perceber sua presença materializada na natureza, cuja harmonia é regida pela dança dos opostos (morte e nascimento, calor e frio, claro e escuro, etc). No símbolo *yin/yang* é um círculo que une as duas qualidades, cuja forma é uma imagem-referência constante para o *Daigee*. Os movimentos marciais devem ser executados sempre de modo circular para permitir a fluidez da energia, a continuidade do golpe e a utilização da força do oponente a nosso favor. Quando se transforma ou se anula a força do oponente com suavidade, alcança-se a ação natural e espontânea, a reação mais fácil à situação ao invés do emprego de mais força. A primeira vista o *yin* e *yang* são percebidos simplesmente como oposições, contudo, em uma análise mais atenciosa, vemos que não se trata simplesmente de duas oposições, mas de pólos coexistentes de um todo, faces de um mesma moeda, onde um é a causa e a consequência do outro. A coexistência de forças complementares é a condição necessária para o alcance do equilíbrio e da harmonia em toda a natureza, o que pode ser percebido nas estações do ano, por exemplo, pois é preciso que as folhas caiam no outono para que a árvore continue viva e brote novamente na primavera.



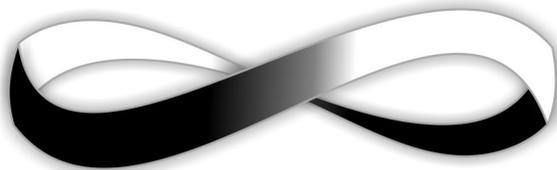
A estrutura básica do *Gong Fu* é baseada na teoria do *yin* e *yang*, um par de forças mutuamente complementares e interdependentes que atuam continuamente, sem cessar nesse universo. Para os chineses, harmonia é entendida como o princípio básico da ordem mundial, como um campo ou força cósmica na qual o *yin* e o *yang* são eternamente complementares e eternamente mutáveis ⁴⁴ (LEE, 1997, p. 28).

A constante e incessante mudança do *yin* no *yang* (e vice-versa) nos remete à imprevisibilidade da vida, que se mostra maximizada no teatro e no combate. A peculiaridade da ação teatral está em sua efemeridade, em seu caráter mutável e finito, assim como a luta marcial. O movimento mutável é um elemento determinante para o ator, principalmente quando este busca surpreender a platéia. Para gerar esta sensação no público sua atuação não pode ficar sempre no mesmo tom, mas deve ser cuidadosamente flexibilizada, passando pelo *yin* e pelo *yang*, produzindo diferentes nuances de intenção e não se fixando em apenas um tipo de energia. A imagem do círculo do *yin* e *yang* pode fornecer estímulos preciosos ao trabalho do ator, que podem ser vivenciados e potencializados através da prática da arte marcial.

Enquanto no símbolo do *yin* e *yang* as oposições são claramente definidas, no anel de Moebius elas são mais voláteis e menos precisas. O anel de Moebius simboliza o infinito, por isso a noção de movimento fica mais evidente nesta imagem que na outra.

⁴⁴Tradução livre a partir do original em inglês: “*The basic structure of gung fu is based on the theory of yin and yang, a pair of mutually complementary and interdependent forces that act continuously, without cessation, in this universe. To the Chinese, harmony is regarded as the basic principle of the world order, as a cosmic field of force in which the yin and the yang are eternally complementary and eternally changing*”.

Ele é aqui colocado com o intuito de facilitar nossa percepção acerca da unidade gerada a partir das oposições início e fim, dentro e fora, branco e preto, etc.



Durante a disciplina Interpretação Teatral 1 percebi que somente a incorporação das bases, chutes e socos não possibilitava uma vivência completa do *Gong Fu*, pois estes elementos eram poses paradas, não contemplavam o deslocamento no espaço e nem mesmo a articulação entre os golpes. O *Gong Fu* opera a partir do movimento e da articulação entre os golpes, sendo esta uma de suas mais estimadas características. Então, com o intuito de perceber a dinâmica do movimento *yin* e *yang* dentro dos golpes, de trabalhar as qualidades do ritmo e da fluidez e, principalmente, de compreender como se dá a articulação entre os golpes, criei uma pequena forma para ser ensinada aos alunos.

Esta forma possui caráter fictício, uma vez que não representa nenhum estilo e não advém de nenhuma tradição, o que foi ressaltado inúmeras vezes junto aos estudantes. Com o apoio do *Shifu* Marcelo Gabriel, criei esta pequena sequência de movimentos para atender a uma necessidade de percepção da dinâmica circular, das energias *yin* e *yang* e das relações de repouso e movimento no *Gong Fu*. Com o intuito de assinalar a distinção entre as formas do estilo e esta estrutura por mim criada, defino-a como **sequência**, mantendo o nome **formas** para me referir as estruturas originais do sistema louva-a-deus.

No sistema louva-deus-do-norte existem 108 formas, que compreendem desde aquelas com armas médias, curtas e longas, até as de mãos vazias. Entretanto, mesmo uma forma simples como o *tui dzee kuen*⁴⁵ (primeira forma a ser ensinada neste sistema) demora um tempo considerável para ser apreendida, pois é composta de inúmeros

⁴⁵ Esta forma não é originária do estilo louva-a-deus, mas pertence à tradicional escola chinesa Jin Woo. Ela provavelmente foi incorporada ao estilo por meio do mestre Lo Kuo Yu, um dos 5 lordes da Jin Woo, que ministrava aulas do estilo louva-a-deus nesta escola

golpes e estruturada de modo a exigir um tempo maior de prática e dedicação por parte do *Daigee*. Nas aulas de Interpretação desejei me apropriar de elementos da arte marcial que possam auxiliar o ator, e não ensiná-la como se ensina nos *Guan*. Desta forma, optei por criar essa sequência de movimentos ao invés de ensinar uma forma completa do sistema, o que, além de tudo, demandaria um tempo que não possuíamos.

Para elaborar esta forma utilizei-me das bases associadas aos golpes de mãos, construindo uma trajetória espacial em linha reta e passando pelos planos médio, baixo e alto. Busquei sempre ordenar os movimentos do modo mais contínuo possível, a preocupação não foi com o caráter marcial da forma, mas residia na busca pela maneira mais orgânica de se passar de um gesto-golpe para outro, enfatizando a circularidade dos mesmos e a fluidez dos movimentos. Além de tudo, esta sequência permite a exploração espacial, pois compreende o desenvolvimento dos gestos-golpes no espaço a partir do deslocamento e não mais da estaticidade. Depois de repetir e memorizar esta sequência os alunos também puderam utilizá-la e desconstruí-la nas improvisações e em demais exercícios.

Fizemos também o exercício de dançar com esta sequência a partir do estímulo de diferentes músicas: eletrônica, *rock*, MPB, *jazz*, etc. A maioria dos estudantes não conseguiu imprimir a música na forma, sempre obedeciam a seus ritmos próprios independente das diferentes músicas que estavam tocando (ver trecho “Primeiro dia de experimentação com a sequência” no vídeo anexo a este capítulo). Então, pedi para que dançassem livremente pelo espaço como se estivessem em uma festa, para poder perceber como eles se manifestariam livremente utilizando o material de seus repertórios individuais. O que percebi foi uma movimentação pouco potente do ponto de vista cênico. Em seguida, sugeri que incorporassem gradativamente a gestualidade do *Gong Fu* à esta dança individual, o que fez com que eu pudesse visualizar uma mudança instantânea. A dança de cada um cresceu e se intensificou expressivamente. E, por mais que utilizassem a mesma gestualidade, este não era um fator padronizador, pois tinham total liberdade para modificá-la de acordo com a música. Desta forma, a maneira como cada um se apropriou dos movimentos foi única e propiciou o desenvolvimento de movimentações muito interessantes (ver “Trechos da apresentação no Cometa Cenas” no vídeo anexo a este capítulo).

A sequência criada explorou o princípio de oposição contido nos gestos-golpes, intensificando-o e expandindo-o para o espaço, trabalhando o deslocamento no sentido horizontal frente e trás. As oposições são um conceito caro à gestualidade do ator. Quando se pensa na cena, as oposições são aplicadas para que também se atinja o equilíbrio, pois quanto mais equilibrada estiver a movimentação do ator – por exemplo: braço esquerdo em oposição à perna direita – mais amplas (mas, não necessariamente melhores) serão suas ações. O equilíbrio na performance, mesmo que precário, ou ainda que mantido por um estado de desequilíbrio ininterrupto, depende também da organização da articulação entre a eficácia estética do gesto e a coerência deste com o contexto da cena. O princípio da oposição se baseia em um modo de configuração dos movimentos visando potencializar a performance do ator, sendo um recurso eficiente, pois a oposição permite uma melhor consciência da relação do corpo com a espacialidade. Mas, é bom lembrar que o comportamento em cena deve sempre levar em consideração a preocupação estética em coesão com a ação e com o personagem, buscando evitar ornamentações gratuitas. Mesmo em um tipo de encenação mais intimista e que pressupõe uma atuação minimalista, as oposições podem ampliar a expressividade do gesto, como nos comprova a fala de Barba:

Se, de fato, desejamos compreender a natureza da dialética no nível material do teatro, é necessário estudar os atores orientais. O princípio da oposição é a base sobre o qual eles constroem e desenvolvem todas as suas ações (...). O ator chinês sempre começa uma ação com seu oposto. Por exemplo, para olhar uma pessoa sentada a sua direita, um ator ocidental usaria um movimento direto e linear do pescoço. Mas, o ator chinês, assim como a maioria dos outros atores orientais, começaria como se quisesse olhar para o lado oposto (BARBA, 1995, p. 176).

A oposição é um princípio técnico que visa a aumentar a expressividade da performance. Neste contexto, a técnica se coloca como o fio condutor da complexa trama de habilidades de onde se tece o *Gong Fu*. Porém, a aprendizagem técnica deve trabalhar com a noção de eficiência de maneira a não sobrecarregar o *Daigee*, pois, do contrário, um trabalho exploratório muito intenso e sem um bom embasamento pode lesionar o corpo, provocando graves danos físicos. Esta citação demonstra a importância da economia de energia no processo de aprendizagem da arte marcial:

Todas as técnicas são ligadas por seu propósito essencial e o extremo é agora expresso e realizado com o mínimo de movimentos e energia. Não há ornamentação nem desperdício, e tudo se transforma no mais direto, a simplicidade mais lógica do senso comum (LEE, 1997, p. 27)

⁴⁶.

Esta ideia contraria um tipo de atuação que é praticamente um senso comum para alguns tipos de estudantes de teatro: a de que em cena temos que falar muito alto, gritar, fazer gestos expansivos, caretas, enfim, exagerar ao máximo, como se o exagero e a caricatura fossem artifícios necessários à atuação. Para tentar fugir destes clichês, muitos grupos de teatro utilizam a técnica da exaustão física, como o grupo LUME que a utilizou durante muito tempo como uma das bases de seu treinamento. A exaustão é utilizada por eles com o objetivo de atingir um corpo livre de tensões, por meio da prática rotineira de exercícios corporais até que se chegue ao limite de esgotamento físico de cada um. Sobre isso, Gabriela Abreu relatou:

Notei que nos trabalhos que fazíamos depois dos exercícios de respiração era mais fácil desligar-me de mim mesma, experimentando uma sensação parecida à descrita no livro (*A arte Cavalheiresca do arqueiro zen*): não é você que executa as ações, mas algo. Só havia alcançado esse estágio de desprendimento antes através de exercícios opostos, que buscavam a exaustão.

Sua fala comprova que é possível alcançar qualidades de energia bastante similares através de práticas distintas, cabendo apenas ao ator a decisão por qual caminho escolher. Tentando estabelecer um paralelo entre os princípios colocados no treinamento do *Gong Fu* e os princípios utilizados no treinamento com a exaustão, creio que a busca pela eficiência nos ensaios e treinamentos é a grande lição a ser apreendida. Com economia de energia, tentar expressar ao máximo por meio de um esforço controlável para que, assim, o ator consiga manter a constância de sua performance ao longo de uma temporada em cartaz ou de extensas apresentações. Mas, algumas vezes, o que vemos no teatro são gestos gratuitos, movimentações desnecessárias que poluem a cena e até mesmo atores cansados que vão perdendo a energia durante a peça. Buscar maneiras de compartilhar com a platéia utilizando a dosagem correta de energia, sem

⁴⁶ Tradução livre a partir do original em inglês: “*All techniques are stripped to their essential purpose and the utmost is now expressed and performed with the minimum of movements and energy. There is no ornamentation or waste, and everything becomes the straightest, most logical simplicity of common-sense*” (LEE, 1997, p. 27).

excesso de gesticulação e com uma apropriada altura da voz não é, de modo algum, reduzir a interpretação ou fazer um teatro menor, é preservar o ator e ao mesmo tempo permitir que ele vá além, conseguindo através do mínimo expressar-se ao máximo.

Neste capítulo, pudemos colocar em diálogo os princípios teóricos e a prática docente. Esta estratégia nos permitiu um exame mais cuidadoso acerca de temas que ajudam a definir esta pesquisa, tais como: corpo, *wu wei*, *qigong*, técnica e ação física, buscando articulá-los com o processo criativo e a preparação do ator. Por último, analisamos as qualidades que as energias *yin* e *yang* podem agregar à expressividade corporal dos artistas. A seguir, daremos continuidade ao diálogo entre os conceitos e as experiências, tendo como suporte as improvisações e cenas criadas no decorrer da prática docente e do exercício artístico.

CAPÍTULO 3 – O CAMINHAR PARA A CENA



A maturidade do homem consiste em haver reencontrado a seriedade que tinha no jogo quando era criança. (Nietzsche)

VÍDEO III

(Exercícios artísticos)

3.1 POTENCIALIZANDO AS RELAÇÕES DO ATOR: O OUTRO, OS OBJETOS E O ESPAÇO

A utilização das armas dá ao praticante um recurso a mais para se expressar por meio da arte marcial. A linhagem louva-a-deus não possui muitas formas com armas se comparada a outros estilos de *Gong Fu*, mas, ainda assim, o sistema contempla uma variedade de armas que permite ao praticante desenvolver diversas habilidades com armas diferentes. Neste estilo constam 108 formas, sendo 30 de mãos vazias, 33 de armas, 14 de lutas combinadas com mãos vazias e 31 de lutas combinadas com armas (ANDRAUS, 2010, p. 64). O praticante deve estabelecer um contato íntimo com a arma, o objeto deve ser como uma extensão de seu corpo, assim como o instrumento musical parece ser um membro do corpo do bom músico. A arma como instrumento não só de ataque, mas também de defesa, pode ser associada a um exoesqueleto⁴⁷.

⁴⁷ “Exoesqueleto (Gr. Exo, pôr fora + esqueleto): estrutura de sustentação externa ou de revestimento.” Glossário de Zoologia/Ecologia. Dicionário Acadêmico de Ciências Naturais, FACED, UFBA. Disponível em: www.faced.ufba.br/dacn/glozool.html.

O treino de *Gong Fu* com armas é bastante rico, porque envolve além de todo o conhecimento prévio da arte marcial, o desafio extra de se relacionar de maneira eficiente com um instrumento externo a seu corpo. A presença destes objetos determina novas configurações espaciais, uma vez que o praticante deve ficar ainda mais atento para que a arma não atinja nenhum obstáculo ou elemento vivo presente no local. O peso e o tamanho da arma influenciam diretamente a qualidade da precisão e do tónus, pois a manipulação de um objeto que contém um peso específico exige mais força e atenção do *Daigee*. As armas estabelecem novas dinâmicas temporais, uma vez que o tempo da performance é modificado em virtude da presença e do tipo da arma, que demanda um tempo de resposta ao movimento diferente do tempo de resposta do braço realizando o mesmo movimento, por exemplo. Este tempo de resposta pode ter maior ou menor duração, o que varia de acordo com o tipo e tamanho da arma que está sendo manipulada. Elas são classificadas em curtas, médias, longas ou articuladas, sendo estas últimas as mais difíceis de serem dominadas. O chaco, por exemplo, é uma arma articulada composta de dois bastões pequenos unidos por uma corrente, e exige uma manipulação precisa, pois ao menor estímulo em um dos bastões a corrente e o bastão oposto se movimentam podendo até mesmo acertar de volta o corpo do manipulador. O mais interessante de ser observado, no caso das armas articuladas, é a relação que se estabelece entre a ação do praticante e a reação da arma.

Mesmo no caso da manipulação de armas curtas como o punhal ou leque, há a modificação da configuração espaço-tempo uma vez que ocorrem mudanças na execução dos golpes já conhecidos, inserção de novos movimentos específicos relativos à cada arma, e conseqüentemente alteração também no resultado plástico dos gestos-golpes. O leque, além de um objeto conhecido pela finalidade de abanar, é uma arma peculiar utilizada em muitas formas do *Gong Fu* tradicional. Por seu uso cotidiano, o leque é um objeto associado ao vento e a fluidez, é leve, e o seu uso “incomum” dentro das formas desvenda sua força, a agressividade implícita no objeto. O leque utilizado tradicionalmente nos combates possuía material perfurante em suas extremidades, o que poderia matar o oponente.

Por isso, nos movimentos com o leque a relação entre as energias complementares *yin* e *yang* (suave e forte) podem ser claramente percebidas; demonstrando a exploração da versatilidade dos objetos: quer seja por meio do reforço

da agressividade como, por exemplo, no golpe em que o praticante abre o leque apenas com um movimento preciso, provocando forte barulho; ou da exaltação de sua delicadeza, por meio da execução de movimentos mais lentos. Assim, as formas com leque podem servir como um ótimo recurso para enriquecer o vocabulário de movimentos do artista cênico, pois a percepção destes sentidos e significados inerentes às diferentes técnicas de manipulação de objetos é um extenso material a ser explorado.

Mesmo sem aprender as formas com armas, apenas a partir do estímulo visual que as formas com armas dão ao ator, desperta-se para o uso de objetos em cena explorando suas características, tais como a leveza, plasticidade, e agressividade. O teatro nos dá a liberdade para que, na cena teatral, haja o deslocamento do denotativo para o conotativo, abrindo espaços para a construção de outros sentidos e significados. Um objeto pode se transformar em uma espada, um buquê de flores, um vaso, uma foice etc. Temos, então, um exemplo de deslocamento de função plástica e também semântica, que no caso do leque passa de um objeto utilizado para abanar para um objeto utilizado no combate. Este deslocamento é um mecanismo que, se utilizado com precisão e criatividade enriquece a cena de forma a explorar as diversas possibilidades de interação do ator com os adereços, assim como a ressignificação dos mesmos.

A ocupação do espaço cênico é outra das habilidades a serem constantemente aperfeiçoadas, e pode ser desenvolvida também através da prática do *Gong Fu*. Com o intuito de melhor explorar a ocupação do espaço, desenvolver a manipulação dos objetos e o improviso, realizamos alguns exercícios⁴⁸ com a turma de Interpretação 1 utilizando bastões de bambu, bem semelhantes aqueles empregados na arte marcial. O trabalho com bastões foi muito produtivo, pois possibilitou a compreensão de que a manipulação de um objeto concreto permite: 1) a consciência do espaço ocupado em relação a si mesmo e ao outro; 2) a produção e transformação de sentidos e significados dos objetos; 3) a construção da cena a partir destes elementos. Neste exercício havia um bastão para cada dupla, que deveria explorá-lo no sentido frente e trás e também no sentido cima e baixo (ver trecho “Primeiro dia de experimentação com o bastão” no vídeo anexo ao Capítulo 2). Tal movimentação das duplas no espaço passava-nos a ideia de ataque e defesa (no caso da manipulação horizontal, frente e trás), e também de imposição e submissão (na manipulação diagonal, cima e baixo). A partir desta primeira

⁴⁸ Estes exercícios foram livremente inspirados em um vídeo apresentado pela professora Adriana Bonfatti no VI Congresso da ABRACE (São Paulo, 2010), no grupo de trabalho (GT) Processos de Criação.

associação, pudemos perceber o quão vasta poderia ser a utilização deste elemento em cena e as inúmeras associações que podia-se fazer com o bastão, o que nos levou a explorar mais possibilidades com este objeto.

As contribuições deste exercício superaram minhas expectativas, sendo que a principal qualidade destacada foi a possibilidade da exploração do espaço vazio delimitado pelo bastão, formado pela distância fixa entre os colegas. Durante outros exercícios em dupla, os alunos tendiam a permanecer sempre muito próximos uns dos outros, creio que por uma influência da interpretação usada nos meios audiovisuais. Uma vez que o acesso à novela ou ao cinema, na maioria dos casos, é mais facilitado que o acesso ao teatro, os estudantes podem acabar absorvendo, mesmo que inconscientemente, o tipo de interpretação dos atores de televisão e cinema e levando este padrão para a cena teatral. Tal padrão é incoerente com a linguagem teatral, pois quando transposto para o espaço cênico se torna frágil e impotente. A manutenção de uma distância mínima entre os atores que contracenam é um fator que expande a cena, sendo um recurso característico da linguagem teatral. A presença do bastão dava a distância necessária entre os atores, provocando a criação de uma zona de tensão no espaço vazio que se formava entre eles, fazendo com que compreendessem algumas das especificidades da ocupação espacial na linguagem teatral.

Num segundo momento, foi pedido que os alunos improvisassem cenas acrescentando um texto falado, pois até então haviam trabalhado em silêncio. Este texto deveria surgir a partir das ações que brotavam desta relação atores-bastão-espaço. Esta experimentação gerou histórias interessantes, que obedeciam ao movimento mutável e inconstante do bastão (avançar e recuar, atacar e defender). Histórias nas quais alteravam-se constantemente as posições ocupadas pelos personagens, ora um era o dominador, ora era o dominado, o que variava de acordo com a manipulação do bastão. O bastão foi usado muitas vezes como arma, enfatizando esta oposição ente os pares, e outras vezes como um objeto que servia para dar a distância necessária entre a dupla. Todas as cenas se assemelhavam por sua estrutura: os personagens sempre eram definidos como um protagonista e um antagonista; desta forma, as histórias se desenvolviam a partir da tensão gerada com a oposição entre um e outro, enfatizando o tema das disputas pelo poder.

Além de possibilitar uma melhor compreensão acerca da própria estrutura da cena teatral (que envolve os personagens e o conflito), o exercício também propiciou o significativo aperfeiçoamento na contracena de todos os alunos, uma vez que compreenderam a importância da existência de um espaço vazio entre os atuantes. Estas apreensões foram muito importantes para o aperfeiçoamento de outros exercícios, já que a maioria deles se pautava pelo trabalho em grupo ou em dupla. Ou seja, o trabalho com bastões reverberou para muito além de um exercício de composição de cenas com objetos.

Ao longo de um encontro muito produtivo com o prof. Dr. Cesário Augusto⁴⁹, em Brasília em Janeiro de 2011, pude entrar em contato com alguns exercícios passados por seu orientador, o prof. Dr. Phillip Zarrili já citado anteriormente, o que foi de extrema importância para esta pesquisa. Um dos exercícios trabalhados por Zarrili e aplicado nas aulas de Interpretação Teatral 1 consistia justamente em uma atividade com bastão, que chamarei de “bastão suspenso”, para facilitar sua identificação. No “bastão suspenso”, o objeto deve permanecer entre duas pessoas que se movimentam livremente pelo espaço sustentando-o para que não caia no chão. Esta ação provoca um tônus muscular diferenciado graças à sustentação do objeto no ar. O bastão era utilizado como meio de resistência que ajudava a dupla a se movimentar, buscando novas possibilidades de interação entre si e com o espaço (ver trecho “Exercício do bastão suspenso” no vídeo anexo ao Capítulo 2).

Quando um dos estudantes se movimentava, o parceiro reagia a isto simultaneamente, e vice-versa, pois esta sincronia permite que o bastão permaneça entre eles e não caia no chão. Depois da etapa da experimentação, cada dupla criou uma sequência de movimentos com o bastão, uma pequena coreografia. Após memorizar esta sequência, repetiram-na sem o bastão, mas mantendo a precisão, respeitando a distância pré-estabelecida, como se ainda existisse o objeto entre os dois estudantes. Ou seja, cada um deve prestar muita atenção em cada micro movimento da sua coreografia para depois conseguir repeti-la de modo idêntico, mas sem o bastão.

Assim, para conseguirem repetir a sequência sem os bastões os alunos tinham que manter o mesmo tônus corporal, a fim de que a precisão fosse mantida. Um foco

⁴⁹ Cesário Augusto é professor efetivo da Escola de Teatro e Dança da Universidade Federal do Pará, e Doutor em Práticas Performáticas pela University of Exeter (Grã Bretanha, 2003). Atualmente desenvolve pesquisa sobre o treinamento do ator baseado nas artes marciais asiáticas.

sincronizado também era fundamental, pois uma vez perdido, o bastão poderia cair no chão, ou seja, a manutenção do foco da dupla no mesmo ponto (o bastão invisível) era necessária para que eles conseguissem repetir com exatidão a sequência de movimentos. Mesmo quando um dos componentes da dupla ficava de costas para o outro, ainda assim podíamos perceber o foco claro, que passava do contato por meio do olhar para a atenção na sincronicidade das ações. A partir disto, os alunos foram estimulados a agregar mais recursos expressivos a esta sequência, buscando mostrar alguma situação identificável, por exemplo: através da inserção de expressões faciais, da modificação do tônus corporal e da mudança na velocidade das ações uma das duplas explorou e intensificou a tensão gerada pela definição do foco entre os pares, para mostrar uma briga silenciosa entre um casal. O exercício do bastão suspenso possibilitou que as duplas ficassem muito concentradas e focadas. Os estudantes atingiram um nível de atenção que eu nunca havia presenciado antes. A qualidade desta atenção e a sincronicidade que eles mantiveram durante toda a performance foram surpreendentes. A experiência foi tão estimulante que decidimos apresentar este exercício no *Cometa Cenas*.

Novamente desenvolvemos a percepção espacial e a contracena por meio do bastão. Entretanto, neste caso, há uma intenção de cooperação e não de disputa entre a dupla. Equanto no exercício do bastão suspenso eles atuam juntos em prol de um objetivo comum, no outro cada um deveria agir com uma intenção diferente para que assim cumprissem o objetivo do jogo (atacar, avançar e/ou recuar, defender). Podemos observar que estes exercícios com bastão vão muito além do modo como comumente a relação com os objetos é trabalhada pelos atores⁵⁰. Este diferencial não está tanto na especificidade do bastão, mas no modo como o exploramos, sendo possível aperfeiçoar, através do mesmo exercício, diversas habilidades ao mesmo tempo. Por meio das atividades descritas pode-se desenvolver: 1) a manipulação do objeto, que modifica a qualidade do tônus que ele agrega ao ator; 2) seu potencial expressivo, que permite que seja continuamente ressignificado em cena; 3) a criação de cenas quando utilizado como ponto de partida para a improvisação (as experiências acima descritas exemplificam isso); 4) a estrutura da ação teatral, ressaltando a oposição entre antagonista e protagonista a partir da manipulação em dupla de um mesmo objeto; 5) o foco e a concentração.

⁵⁰ Com exceção clara do teatro de objetos, onde os objetos manipulados pelos atores são os próprios personagens da cena.

O diálogo com o prof. Cesário Augusto foi muito enriquecedor, pois mostrou-me uma perspectiva de abordagem das artes marciais que eu ainda não havia vislumbrado. Tal perspectiva também se pauta pela utilização de princípios das artes marciais no treinamento dos atores, contudo, do modo como é proposto por Phillip Zarrili, não há a apropriação da gestualidade de nenhuma arte marcial específica. O exercício do bastão suspenso, por exemplo, aparentemente não se associa às artes marciais, entretanto desenvolve habilidades que ambas as artes, marciais e cênicas, buscam aprimorar: concentração no aqui e agora, atenção, foco, precisão, repetição e sincronicidade entre os parceiros. Este exercício consegue aperfeiçoar tais habilidades ao mesmo tempo em que possibilita a criação de cenas, demonstrando seu caráter integrador.

Ao analisar as aulas de *Gong Fu* sob a ótica da construção espacial constatamos que durante o treino no *Guan* o espaço passa por diversas modificações. Estas modificações conferem a dinâmica do treino, sendo essenciais para que ele não se torne monótono. A configuração espacial vai desde a formação convencional (como nas aulas de ginástica) em filas horizontais com o *Shifu* a frente, podendo ou não passar pela formação circular onde praticamos abdominais, flexões, chutes e socos (isso se já não tivermos praticado estes exercícios na formação em filas). A prática de exercícios em círculo auxilia o praticante a ir além dos seus limites, já que o grupo todo conta junto e em voz e alta, um ajuda o outro num estímulo mútuo para que ninguém desista. O *Shifu* também pode optar pela formação rotatória, onde duas filas se deslocam juntas uma de frente para a outra no sentido anti-horário, momento em que realizamos principalmente exercícios de calejamento e técnicas em dupla. Esta formação é útil para que troquemos de parceiros diversas vezes, já que é rotatória, o que é necessário para que não nos acostumemos com os mesmos parceiros. Assim, podemos ter contato com diferentes tipos de corpos: mais baixos, mais altos, pesados, leves, com maior ou menor agilidade e força física, etc.

Independente do tempo de prática marcial, cada praticante sempre tem a aprender através do contato físico com o outro, com o diferente. Por meio do toque e da percepção da relação de si com a alteridade aprendemos de uma maneira às vezes muito mais rápida e intensa. Como no *Gong Fu* tradicional as relações de poder são pré-definidas e muito respeitadas, pois valoriza-se a hierarquia, a prática desta arte traria mais um benefício que vai além do treinamento físico, pois poderia ser utilizada como

uma ferramenta que auxilia as relações interpessoais na convivência em grupo. Mesmo em um processo coletivo, onde teoricamente não existe a figura do diretor, é necessário que haja respeito às diferentes sugestões colocadas pelos participantes do grupo, para que assim todos cheguem a um consenso e, de fato, criem coletivamente. Para isso, é fundamental que haja uma atmosfera de harmonia no grupo e que cada indivíduo saiba respeitar o outro e auxiliá-lo nos seus momentos de dificuldade. Acredito que o contato com uma arte marcial que não abre espaços para disputas de poder, mas, ao contrário, estimula a ajuda mútua e o respeito, possa ser um excelente meio para auxiliar na manutenção de um ambiente propício para a prática artística coletiva.

O contato com a alteridade é um dos focos do trabalho do ator, mesmo quando atua sozinho em um monólogo, ele lida diretamente com a plateia, geralmente heterogênea. Em se tratando de grupos de teatro, por sua vez, o contato físico faz parte do treinamento, dos ensaios e do cotidiano coletivo, ou seja, neste caso é por meio do toque que se concretiza a percepção da alteridade. O toque dá a dimensão das relações afetivas entre os atores e conseqüentemente entre os personagens. Deste modo, podemos perceber o quanto a distribuição dos indivíduos no espaço – no sentido de propiciar ou não o contato físico entre pessoas diferentes - pode influenciar diretamente no grau de flexibilidade e profundidade do treinamento, tanto dos artistas cênicos quanto marciais.

Nos treinos do Espaço Lai Kung Fu (Goiânia-GO), a maioria das vezes ocorre uma ocupação do espaço de forma aleatória, que não obedece a nenhuma ordem pré-estabelecida. Nesta dinâmica, o praticante deve estar muito atento à sua *cinesfera*, termo cunhado por Laban que significa: “A esfera de espaço em volta do corpo do agente na qual e com a qual ele se move. Cinesfera é a esfera pessoal de movimento” (RENGEL, 2003, p. 32). A atenção à cinesfera é importante para que o praticante esteja alerta à relação com os colegas, pois se cada um ocupa apenas a zona espacial que necessita, todos podem treinar sem causar danos físicos uns aos outros, alcançando o equilíbrio do espaço. Se o praticante comete um deslize ou deixa de prestar atenção ao seu redor ele pode ferir o(s) colega(s), ou seja, a consciência do espaço que se ocupa fisicamente é parte fundamental da prática do *Gong Fu*, e determina a diferença entre a agressão e preservação do corpo.

A ocupação do espaço é um dos elementos básicos e primordiais na montagem de uma cena, deve-se ocupá-lo de forma equilibrada, analisando o lugar de cada elemento como um artista plástico faz ao compor um quadro. O ator deve obrigatoriamente estar atento não só ao palco e suas dimensões, mas também à plateia – se está próxima, longe, se é numerosa ou reduzida - aos seus colegas de cena, ao cenário e adereços. Geralmente trabalha-se esta atenção através de diversos jogos teatrais que permitem que ele desenvolva um aguçado senso de ocupação do espaço, pois esta habilidade é uma das primeiras a serem adquiridas pelos atores. Todavia, as artes marciais também possibilitam o desenvolvimento da habilidade de ocupação do espaço, como já foi apontado até agora. Durante a prática de artes marciais o foco no oponente – mesmo que imaginário, como ocorre nas formas individuais – é fundamental. A todo o momento temos que manter o olhar fixo para onde conferimos o golpe, pois, ao desviar o olhar o oponente pode se aproveitar disto e nos atingir. O treino focado é essencial para o êxito na luta.

O praticante deve também estar atento a simultaneidade dos princípios em luta, pois ao socar e mudar de base ao mesmo tempo, por exemplo, ele deve conseguir articular o soco com o encaixe da base, porque é esta sincronia entre os dois movimentos que faz com que o golpe tenha força e precisão. Esta informação ressalta a supremacia da técnica sobre a força, pois a potência do soco, assim como do chute, se origina no movimento do quadril, e esta consciência corporal é também uma consciência espacial a partir do momento que localiza no próprio corpo os locais de acionamento da força, as “molas” propulsoras em cada indivíduo

Tendo em vista a riqueza do trabalho com a espacialidade no *Gong Fu*, acredito que sua aplicação pode ser muito útil aos estudantes de teatro e aos atores experientes, quer seja por meio da prática de formas e movimentos mais simples, quanto daquelas que dialogam com o espaço de maneira muito mais complexa, como a forma *say lo ban dar*, onde o praticante se desloca atacando e perseguindo nas quatro direções (norte, sul, leste e oeste) durante sua execução (ver vídeo anexo ao Capítulo 1). Esta movimentação se assemelha à de um ator que esteja atuando sobre um palco de arena, rodeado pela platéia, e que deve fazer-se ver por todo o público presente, pois nela o praticante está sempre atento a todas as direções. Como o aprendizado desta forma (e de muitas outras) é demorado, o que me atrai nela é a utilização da imagem das quatro direções como

estímulo à movimentação dos atores em cena. Outro diferencial do *Gong Fu* é que sua dinâmica de movimentação espacial possibilita a construção do espaço a partir do corpo e não em função do espaço em que estão inseridas as pessoas, pois a luta pode ocorrer em qualquer lugar e o(s) oponentes(s) pode(m) atacar vindo(s) de qualquer direção.

As lutas combinadas (*ling*) são uma categoria que trabalham a consciência espacial de modo um pouco mais avançado: possibilitam o deslocamento das duplas no espaço, enriquecendo ainda mais as possibilidades de locomoção do praticante. No estilo louva-a-deus para cada forma individual de mãos vazias há uma luta combinada, ou seja, o praticante pode executar a mesma forma tanto sozinho quanto em dupla, o que eleva o sentido marcial das formas e expande a percepção do *Daigee*. Mestre Tony Chuy discorre sobre as características e benefícios trazidos pelo treino da luta combinada:

As forma de luta combinada são uma peculiaridade do estilo louva-a-deus e são a pedra fundamental de acesso ao ensino de luta no estilo. A prática de formas de luta combinada produz inúmeros benefícios. Além de ensinar as aplicações das técnicas, as formas em dupla tornam o aluno mais consciente da necessidade de tomar uma distância adequada e melhoram a noção de tempo. As formas em dupla também ajudam no condicionamento dos membros e permitem que o aluno sinta o contato com um oponente vivo, o que desenvolve sua sensibilidade. Por último, as formas em dupla ensinam para o aluno as diversas possibilidades inerentes em uma situação de luta (CHUY, 1990, p. 17 *apud* ANDRAUS, 2010, p. 72).

Nas técnicas de dupla articulam-se duas instâncias espaciais: um oponente em relação ao outro, como a *cinesfera* de um penetra a do outro; e como a dupla se comporta enquanto um único organismo em relação ao espaço e em relação às demais duplas. Esta nova configuração espacial é causa e consequência de uma nova qualidade temporal conferida aos golpes aplicados, que, ao serem de fato aplicados no outro e não mais simulados, como ocorre nas formas individuais, podem sofrer modificações consideráveis. Estas modificações dizem respeito à constituição do próprio gesto-golpe, que algumas vezes na forma individual é executado de maneira ilustrativa, não correspondendo à sua aplicação marcial. A quantidade e qualidade da força e energia aplicadas em dupla também devem estar equilibradas, sincronizadas e orgânicas, no sentido da verossimilhança com um combate real. Como foi ressaltado pelo Mestre Tony Chuy, os praticantes têm de acertar o golpe no momento exato para que ele seja

eficaz, e esta precisão passa pela sensibilidade em perceber o corpo do outro e reagir a ele. O foco constante no oponente é um pressuposto da luta, pois se ambos estiverem focados um no outro estarão prestando atenção ao seu redor e se comportarão como um único elemento a ocupar o espaço. Assim, a dupla é capaz de transformar duas *cinesferas* até então distintas em uma só, alcançando a união um com o outro num processo que ocorre tanto objetivamente através do ponto de vista de uma construção espacial onde dois se tornam um, quanto do ponto de vista físico onde um novo círculo de energia é criado a partir da energia gerada por dois corpos em contato.

A utilização das armas na luta combinada é outro fator que aumenta o grau de dificuldade da execução e a complexidade da percepção do espaço, pois novamente há uma transformação na relação entre os praticantes a partir da inserção de um objeto concreto. O raio de alcance e penetração das armas estabelece um novo tipo de deslocamento da dupla que articula três níveis de percepção espacial: 1) a dupla em relação ao *guan*; 2) a dupla em relação às armas; 3) a dupla em relação às demais duplas ou os observadores. Os *Daigee* criam outro tipo de interação que agora é pautada em função da presença de um novo elemento. Esta relação irá depender do tamanho das armas que estão sendo utilizadas, o que determinará o raio da *cinesfera* de cada um e conseqüentemente como irão se relacionar, por exemplo: com a utilização de bastões, consideradas armas longas, a *cinesfera* dos praticantes terá que aumentar de tamanho para que englobe o deslocamento da arma; esta nova *cinesfera*, de fato, oscila entre momentos de expansão e contração, o que varia de acordo com o tamanho da arma e com sua utilização, quer seja como instrumento de ataque ou de defesa.

A utilização de armas, principalmente as longas, modifica também a relação que a dupla (ou mesmo o indivíduo fazendo forma sozinho) estabelece com o espaço e com os outros praticantes ou observadores. O manipulador da arma deve estar atento ao meio que o cerca, do contrário, a arma pode atingir outras pessoas ou mesmo algum obstáculo como as paredes e teto do local. Há ainda aquelas formas em que um *Daigee* utiliza a arma e o outro fica com as mãos vazias, como, por exemplo, na forma *hoong sao paw darn dou* (mãos derrotam sabre - ver esta forma no vídeo anexo ao Capítulo 1). Neste caso, a precisão e sincronicidade entre eles deve ser ainda mais apurada, pois aquele que está com as mãos vazias está em desvantagem, tendo mais risco de ser ferido. Mas, cabe

aos dois a tarefa de se preservarem fisicamente, exercitando a responsabilidade de um pelo outro.

3.2 IMPROVISACÃO NA LUTA E NA CENA

A improvisação é uma característica indissociável do combate, já que, no momento da luta estamos improvisando, pois não sabemos que golpe o adversário irá utilizar e qual será a defesa/contra ataque mais eficaz para revidarmos. No estilo louva-a-deus a confiança necessária ao momento da luta é desenvolvida por meio das técnicas de dupla, e posteriormente das lutas combinadas. De acordo com Tony Chuy “Uma vez que o aluno sabe qual o golpe que seu parceiro irá desferir contra ele, ele não fica com medo, e pode se concentrar na execução correta” (CHUY, 1990, p. 17 *apud* ANDRAUS, 2010, p. 75), ou seja, o *Daigee* primeiro é preparado, através da exaustiva repetição das técnicas em dupla, e somente depois desta etapa tem a permissão para lutar livremente e com segurança. A adoção desta metodologia o prepara psicofisicamente, respeitando o processo natural de maturação deste indivíduo nas artes marciais. Desta forma, ele percebe que a luta é apenas um dos aspectos da arte marcial, e, consciente do perigo, se preserva deste risco enquanto não possui um mínimo de domínio das técnicas. Durante o jogo que se estabelece com o oponente deve haver atenção e preparação para evitar ser golpeado, além da articulação entre a defesa e o ataque.

No treinamento de *Gong Fu* a luta improvisada é um meio de aprendizado, pois neste momento tem-se a possibilidade de verificação e correção das técnicas por meio do contato com o outro. A improvisação ocorre especificamente dentro da articulação espaço-temporal dos golpes, pois uma vez que estes já foram treinados, as instâncias passíveis de serem modificadas no momento do combate são: a ordenação em que os golpes serão aplicados; a força e velocidade com que serão executados; e o espaço em que ocorrerá a luta, o que determina a escolha dos movimentos. Todos estes elementos são mutáveis durante a improvisação da luta, o que faz com que cada combate seja único, assim como cada apresentação teatral. Como na luta as ações e reações são

rápidas, não há tempo para uma formulação mental anterior ao golpe, principalmente no momento da defesa, que para ser eficaz deve ser rápida; assim, a luta explicita a ideia de **pensar com o corpo para agir com precisão e eficiência**. Acredito que pensar com o corpo é essencial para ator, sendo este um dos principais preceitos que regeram as experimentações práticas desta pesquisa, tanto nas improvisações teatrais coletivas quanto nos processos criativos individuais.

Nos momentos em que utilizamos nossos reflexos evidenciamos o pressuposto de pensar com o corpo, pois o controle corporal exigido mediante a um reflexo rápido pode desenvolver diferentes percepções de tempo e espaço. Muitas vezes, quando consigo aparar um objeto antes que ele caia no chão, não me parece que agi com rapidez, mas sim que seu movimento estava mais lento que o normal. Tenho a sensação de que as ações parecem ocorrer mais lentamente quando se tem reflexos apurados, contrariando a noção de que é a velocidade de nossa reação que permite o reflexo. Creio que este breve momento em que olhamos/sentimos, e reagimos sem termos tido tempo para pensar, pode ser comparado ao estado de *wu wei*, pois na medida em que esta ação é realizada quase que instintivamente, pode ser associada à ação sem intenção, ou não ação. Ao experiencarmos tal situação com frequência, passamos a ter uma percepção temporal totalmente diferente daquela a que estávamos acostumados. Muitos filmes de artes marciais tentam mostrar esta outra percepção do tempo por meio do recurso de *slow motion*, onde os atores parecem lutar em câmera lenta, o que sugere que as artes marciais desenvolvem uma percepção do tempo e espaço que pode permitir que o praticante vivencie o *wu wei*.

Esta constatação nos permite entrever que a vivência da não ação pode ocorrer também no momento da improvisação teatral, já que esta se manifesta tanto nas artes cênicas quanto nas artes marciais. Contudo, para melhor analisarmos esta prática é preciso apontar algumas de suas características, tanto no treinamento marcial quanto no teatro. No *Gong Fu* a improvisação: é inerente à luta; é um meio de aprendizado e correção da técnica; e pressupõe um mínimo de domínio das técnicas. Já no teatro, a improvisação assume contornos um pouco diferentes: não exige domínio técnico, uma vez que é amplamente empregada junto a atores iniciantes e a não-atores; é um meio de aprendizado da linguagem teatral, podendo ser até mesmo uma metodologia de ensino do teatro (como a abordagem de Viola Spolin, por exemplo); e preza mais pelo

desenvolvimento do processo criativo que pelo aperfeiçoamento das técnicas corporais, sendo um momento destinado à experimentação livre. Na improvisação teatral o foco do ator deve estar na busca pelo contato com o outro - com a platéia, os outros atores, com os adereços, etc. – visando à cooperação mútua em prol de um objetivo comum: a criação da cena. No combate, por sua vez, o *Daigee* verifica suas habilidades por meio da aplicação das técnicas em outra pessoa, o que geralmente determina um vencedor e um perdedor. O treinamento do improviso nas diferentes artes permite a vivência da dinâmica que vai da colaboração à oposição.

Entendo que para o ator o improviso é uma habilidade a ser dominada, pois mesmo que ele ensaie e repita a mesma cena diversas vezes, no teatro sempre há espaço para o improviso, uma vez que cada apresentação é única, efêmera e composta por platéias diferentes. O combate marcial seria então uma maneira a mais do ator exercitar a capacidade do improviso, na medida em que a luta pode desenvolver as seguintes habilidades: 1) os reflexos, 2) o controle corporal, 3) a consciência espacial e 4) a sensibilidade ao toque. O contato com a pele do outro nos parece o melhor meio de trabalhar estas habilidades, pois pelo toque podemos desenvolver todas elas simultaneamente. Certamente, neste caso, a luta não poderá ser determinada pela utilização da força, e muitos dos golpes não deverão ser aplicados até a sua finalização, pois podem provocar sérias lesões no adversário. Assim, a luta deve ser treinada de modo a não oferecer nenhum risco ao ator, mas preservando-o. Uma das maneiras de minimizarmos as lesões é por meio do exercício de sombra, uma luta onde pode ou não haver o contato físico, que, neste caso, ocorre com o intuito de desenvolver os reflexos e não de ferir o adversário.

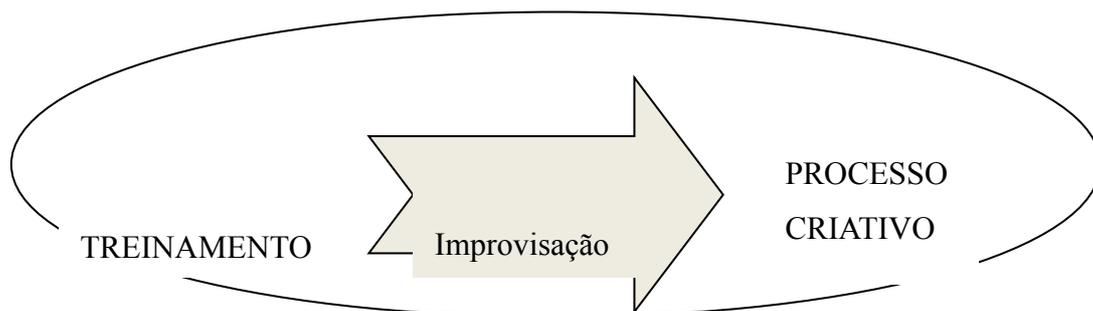
Contudo, os experimentos práticos realizados na pesquisa não contemplaram a prática da luta, pois em ambos os casos (prática docente e exercício artístico), o tempo disponível era insuficiente para uma boa preparação para o momento do combate. Ao invés de agregar as lutas no sentido de trabalhar a capacidade de improviso dos estudantes e dos artistas, optei pela livre inserção da gestualidade do *Gong Fu* nas improvisações coletivas, para assim analisar as qualidades que esta movimentação acrescentaria às performances dos grupos.

Inserir esta gestualidade dentro das improvisações me pareceu o modo mais fácil de introduzirmos seu uso na cena, já que, no contexto da experiência docente os

estudantes estavam em fase de aprendizado da linguagem teatral. Deste modo, o foco do trabalho passa do treinamento desenvolvido até então para a utilização da gestualidade do *Gong Fu* na criação de cenas, o que considero como instâncias indissociáveis. Acredito que as improvisações com elementos da arte marcial podem auxiliar os atores iniciantes em dois sentidos: 1) no aprendizado da gestualidade marcial, que agrega mais movimentos ao vocabulário do artista; 2) no desenvolvimento da criatividade, por meio da possibilidade de desconstrução desta gestualidade durante a improvisação. Ou seja, neste caso, a improvisação seria um recurso que beneficiaria tanto o aprendizado da arte marcial quanto o da linguagem teatral, além de propiciar o desenvolvimento de outras habilidades já comentadas ao longo do texto.

Já com os atores, a improvisação foi usada no contexto de criação das cenas individuais, e, posteriormente, de uma cena coletiva. A escolha por cenas individuais visou, sobretudo, a averiguação dos limites da utilização da gestualidade marcial em diferentes linguagens cênicas (*clown*, dança mímica e teatro). Assim, pude perceber como cada linguagem se apropria destes movimentos, e posteriormente os desconstrói gerando novos sentidos e significados. A cena coletiva, por sua vez, surgiu da necessidade de verificar como estas diferentes linguagens iriam interagir, assim, a improvisação livre novamente nos pareceu o melhor suporte para iniciar a construção desta cena grupal.

A improvisação foi, em ambos os casos, um procedimento que nos permitiu investigar as possibilidades de construção de cenas a partir da gestualidade do *Gong Fu*. Podemos concluir que a improvisação foi um suporte que possibilitou a verificação da aplicação da ferramenta de treinamento no processo criativo; explicitando uma concepção holística do sujeito, na qual não existem fronteiras delimitadas entre as diferentes instâncias que compõem o processo de formação do ator.



Passaremos agora à etapa de descrição reflexiva dos procedimentos práticos, primeiramente relatarei alguns momentos das aulas de Interpretação 1 e, em seguida, irei me debruçar sobre o exercício artístico. O fio condutor que aproxima as duas experiências será o caráter improvisacional destes momentos. O diagrama abaixo sintetiza nossa ideia:



3.2.1 Experimentando improvisar

Depois que os alunos já haviam apreendido os chutes e socos, e estavam mais preparados fisicamente, partimos para o ensino de algumas bases de *Gong Fu*. Dentre todas as existentes escolhi apenas cinco para ensinar, foram elas: base cavalo (*ma sic*), base gato (*kua fu sic*), base garça (*tai toi sic*), base arco invertido (*tan ta sic*) e postura ajoelhada. Esta escolha se deu pela possibilidade de, através deste recorte, trabalhar os planos baixo, médio e alto. As bases cavalo, arco e gato trabalham na altura do plano médio, a base águia no plano baixo e a base garça no nível mais alto. Do mesmo modo que ocorreu com os chutes e socos, inicialmente o fato de ficarem poucos segundos na

postura da base era dolorido para os estudantes, entretanto, com o tempo foram aperfeiçoando-as cada vez mais e adquirindo mais resistência.

Estas bases, além de serem exploradas no sentido de desenvolver a força, o controle corporal e o enraizamento, permitiam também a ampliação da auto-observação, pois nelas o corpo se configura de modo não usual exigindo um olhar mais atento para si mesmo: percebendo se está na postura correta, se sente dor, quais sensações surgem desta nova configuração, etc. Entretanto, o que havia primeiramente me chamado a atenção, desde o início da minha prática de *Gong Fu*, havia sido justamente a riqueza estética de sua gestualidade, por isso estas bases foram trabalhadas com o intuito de serem inseridas no contexto da criação de cenas. Elas deveriam ser inclusas no repertório gestual utilizado pelos estudantes durante as improvisações, que poderiam usar também outros gestos para se expressar. Desta forma, elas acrescentariam movimentos ao repertório de cada um, ao invés de supostamente os restringirem ao uso da gestualidade marcial.

Inicialmente solicitei aos alunos que improvisassem utilizando apenas as bases que já haviam aprendido (*kua fu sic, tan san sic, tan ta sic, ma sic* e postura ajoelhada) e, posteriormente, já passadas algumas aulas, pedi que incorporassem toda a gestualidade inserindo os chutes (pés) e socos (mãos). Essas improvisações eram algumas vezes guiadas por mim e outras não, ou seja, o tema poderia ser previamente dado - através das diretrizes “quem”, “onde” e “o quê” (SPOLIN, 1992) - ou surgir no momento da ação. Fizemos experimentações com todo o grupo junto e também apenas em duplas, tanto com a utilização de um texto falado quanto sem. A principal indicação durante todas estas improvisações, era de que os alunos não “forçassem” as ações para que elas se encaixassem na gestualidade marcial; pois este processo deveria ocorrer de forma natural e a gestualidade serviria para enriquecer a ação, elucidando-a, contrapondo-a ou simplesmente tornando-a mais expressiva.

A primeira improvisação que fizemos foi muito proveitosa, assim, tive a clara percepção de que este era apenas o começo da exploração do potencial do *Gong Fu* em cena. Os alunos me surpreenderam porque conseguiram usar as bases em momentos estratégicos das cenas, gerando um resultado cênico muito expressivo, pois conseguiram comunicar com eficiência, fugindo do padrão de interpretação realista a que estavam acostumados. Se sentiram envergonhados durante este primeiro exercício

coletivo, tiveram dificuldade de se concentrar, pois, por vezes, esta apropriação inusitada de uma gestualidade não familiar tornava as situações um tanto quanto engraçadas. Então, optei por deixá-los improvisando em duplas para que pudessem assistir uns aos outros, o que fez com que percebessem que, apesar da dificuldade do exercício, a qualidade que ele trazia à performance era inegável.

A dificuldade, como dito anteriormente, foi um aspecto citado pelos alunos diversas vezes durante todo o percurso. Ao encontrar obstáculos, somos obrigados a sair da zona de conforto e a buscar estratégias que dêem conta da superação dos mesmos; pela natureza de sua profissão o ator é aquele que está sempre se reinventando e se modificando a cada novo personagem, árdua tarefa que exige profunda dedicação sobre si mesmo. A dosagem certa de dificuldade nos estimula a irmos além, a reconhecermos e rompermos nossas próprias couraças. Ressaltando sua dificuldade no exercício da improvisação com as bases, o estudante Caio César explica em seu Memorial:

É muito difícil introduzir uma cultura completamente diferente da que estamos acostumados, principalmente em cena, mas como o teatro é também uma ruptura do comum, do usual, foi bem interessante realizar este exercício, tanto usando dialogo e mais difícil ainda sem ele.

Muitas dificuldades encontradas por eles residiam no fato de que tinham que lembrar das bases, improvisar e ainda escolher qual delas seria mais adequada para cada momento da cena. Isto tudo se articulava, mesmo que inconscientemente, com o estímulo a uma expressão estética que procura ir além da representação fiel da realidade, ou ainda, mesmo que no contexto de uma história e de interpretação realistas era sugerido que os atores explorassem e extrapolassem este estilo por meio do uso destes gestos e movimentos inusitados.

Em nossa segunda experimentação o resultado não foi tão rico quanto na primeira, pois os estudantes “forçaram” a criação de estórias em que as bases pudessem ser usadas para substituir ações que visualmente já nos remetiam à própria estética das bases. Esta estratégia certamente não funcionou, pois as ações acabaram se tornando repetitivas e as cenas estereotipadas. Eles buscaram repetir os mesmos contextos em diferentes cenas para poderem utilizar as bases de modo mais literal, como, por exemplo: a postura agachada significava a ação de surfar ou então de imitar um

aviãozinho (ver primeira cena do vídeo anexo ao Capítulo 2); a base garça representava a ação de chamar alguém estendendo o braço ou então um garçom segurando a bandeja (idem).

No contexto de atores iniciantes, que ainda não têm uma base teatral definida que possa sustentar um trabalho tão complexo quanto o proposto, uma primeira associação tende a se fixar e ser reproduzida, devido à dificuldade em criar novas associações entre o gesto-golpe e seus possíveis significados. Os estudantes que mais souberam explorar as bases durante as improvisações foram justamente aqueles que tinham mais experiência teatral. Com isso, percebi que é necessário alertá-los acerca desta questão, pois a fixação de significados restringe a aplicação da técnica a poucos contextos específicos. Esta restrição contraria nosso pressuposto de que a técnica deve ser pensada e utilizada como um elemento libertador que permita transcender as divisões estilísticas, questão que será aprofundada adiante.

Ainda assim, continuei tentando desenvolver um pouco mais esta gestualidade marcial, já que era perceptível que os alunos ainda não haviam explorado todo o seu potencial. Em outra aula improvisamos pela terceira vez, agora apenas com uma dupla de alunos – os únicos que foram a esta aula – e obtivemos bons resultados (o que pode ser percebido no vídeo anexo ao Capítulo 2). A dupla conseguiu inserir as bases com criatividade e organicidade, o que provavelmente ocorreu porque ambos já haviam praticado artes marciais e eram mais adaptados a este tipo de corporeidade. Na quarta vez sugeri que os alunos utilizassem toda a gestualidade já aprendida, não só as bases, mas também os socos e chutes, possibilitando a ampliação do vocabulário de movimentos. Apesar do resultado expressivo ter sido positivo, enfrentamos um período de dificuldades, pois usar os chutes e socos em cena, fora de um contexto de combate, era tarefa árdua para os alunos.

Os resultados alcançados com o trabalho em duplas, em geral, foram superiores àqueles obtidos com todo o grupo, acredito que devido à maior facilidade de concentração dos estudantes. Como foi comentado por Gabriela Abreu: “Acredito que não conseguimos o resultado em grandes grupos por falta de conexão entre os elementos causada por desconcentração.” Do mesmo modo, as cenas sem texto falado foram geralmente superiores àquelas com texto. Este fato provavelmente ocorreu

porque a inserção do texto implica na construção de uma nova dramaturgia⁵¹, pois o texto se coloca como um elemento a mais na cena, tornando a improvisação mais complexa. Desta forma, minha proposta de improviso de cenas, quando dirigida a alunos iniciantes, inicialmente parece mais coerente com uma atuação sem texto falado, pois a preocupação com a articulação entre o texto e o gesto aumenta o grau de exigência sobre os atores.

O salto qualitativo na performance ocorre quando o ator emprega com coerência o gesto-golpe dentro de um contexto completamente inusitado - ou o gesto-golpe inusitado dentro de um contexto dado. Assim, ocorre um deslocamento de significado que pode enriquecer a cena ampliando a construção de sentidos e as múltiplas leituras possíveis. O gesto do *Gong Fu* deixa de ser um golpe marcial e se transforma, a partir das intenções dadas pelo ator e do contexto em que está inserido, em uma ação reconhecível realizada de uma forma não convencional, ou ainda, em uma ação expressiva empregada exclusivamente por seu potencial imagético, estes foram os dois modos de apresentação desta gestualidade em cena:

As improvisações realizadas em Interpretação Teatral 1, contudo, não se fixaram no terreno da gestualidade marcial. Buscamos incorporar outras possibilidades de improviso visando desenvolver habilidades presentes no campo das artes marciais, sem, no entanto, nos valermos da gestualidade do *Gong Fu*. Um destes exercícios, passado a mim por intermédio do professor Cesário Augusto, consiste em uma improvisação em duplas: os alunos permanecem inspirando e expirando, sentados em uma cadeira ou banco. Inicialmente a dupla deve focar apenas em manter a sincronia na respiração; em seguida, a cada expiração realizam, ao mesmo tempo, um movimento em que movem apenas uma parte do corpo, como os pés, o tronco ou os braços (ver cena “Improvisação com respiração” no vídeo anexo ao Capítulo 2). Em um determinado momento, a dupla recebe instruções para improvisar, tendo como ponto de partida esta configuração corporal em que se encontram. Eles improvisam livremente até que é dado o comando para que voltem a ficar imóveis e inspirem, expirem e mexam as partes do corpo, como no início do exercício. Estabelece-se este jogo de improviso e pausa enquanto for necessário, podendo criar novas histórias a cada pausa, ou continuar a mesma história improvisada a partir de outra configuração corporal.

⁵¹ Estou ciente de que as criações cênicas, de modo geral, passam pela construção de uma dramaturgia corporal. Contudo, aqui nos referimos especificamente à dramaturgia enquanto construção de texto, neste caso de um texto dito e não escrito.

A maior dificuldade, neste caso, foi em conseguir sincronizar a respiração entre as duplas, também percebi um pouco de pressa na movimentação, o que me leva a crer que este exercício atua principalmente no combate à ansiedade dos alunos. A percepção de outro tempo, mais dilatado devido às pausas necessárias à criação, permite a vivência de uma característica latente em culturas orientais. Característica presente principalmente nos rituais tradicionais, em que os indivíduos se dedicam não só à execução de uma ação, mas, sobretudo, ao tempo que esta ação exige. A dilatação do tempo presente nesta improvisação entrecortada facilita o controle corporal, a economia de energia, e, conseqüentemente, a precisão do movimento, principalmente porque há uma atenção especial ao ritmo da respiração, fator primordial no combate à ansiedade.

Além disso, a experimentação da dinâmica do repouso, do movimento e da contracena num mesmo exercício, promove uma maior consciência acerca do processo criativo, resultado da atenção focada no aqui e agora. A atenção gera outro estado de energia, pois “de certa forma, a aptidão para a concentração age sobre a qualidade da presença” (RYNGAERT, 2009, p. 56 *apud* MENDONÇA, 2010, p. 2). Esta dinâmica possibilita um olhar mais sensível para cada etapa deste processo improvisacional, tão sutil e efêmero, e, além disso, permite a erupção de uma consciência corporal dilatada. A consciência de que falo não é fruto de reflexões mentais, e não deve ser confundida com a elaboração de ações futuras, mas é antes, o resultado da percepção do momento presente, do direcionamento da atenção para um tempo e espaço específicos.

Em um certo momento do processo, a profa. Dra. Márcia Duarte, supervisora da disciplina Interpretação 1, buscou definir alguns temas para a apresentação no Cometa Cenas. A professora interveio em outras aulas e realizamos vários exercícios e jogos juntas, que não serão aqui relatados porque não se relacionam diretamente com o foco da pesquisa. Nesta atividade conduzida por ela, as improvisações se desenvolviam a partir dos estímulos oriundos de alguns verbos de ação que se associavam diretamente ao *Gong Fu*. Em sua tese de doutorado, Márcia Duarte usa os verbos de ação no desenvolvimento de pequenos jogos improvisados. A atividade se iniciou com a intenção de aquecer o corpo, momento em que os alunos improvisaram coreografias desenvolvidas a partir da gestualidade do *Gong Fu*. Após isso, escolheram alguns verbos de ação que, de alguma maneira, se associavam à esta arte marcial. A escolha

destes verbos se deu a partir da pergunta: “Quais verbos vocês utilizariam para descrever a experiência com o *Gong Fu*?”.

Alguns dos verbos citados pelos alunos foram: **focar, atacar, sustentar e prender**. A partir desta delimitação a professora dividiu a turma em duplas e delimitou que um deles seria o protagonista e o outro seria o antagonista. O protagonista agiria a partir dos estímulos gerados por um destes verbos, já o antagonista reagiria a este estímulo com uma ação contrária, como, por exemplo: ao trabalhar o verbo focar, o protagonista deveria focar enquanto o antagonista tinha por objetivo fazer com que ele desfocasse, com o verbo prender o protagonista prendia enquanto o antagonista buscava se soltar, e assim sucessivamente (ver este exercício no trecho “Improviso com verbos de ação” no vídeo anexo ao Capítulo 2). A dinâmica do jogo obedeceu a esta relação de ação e reação entre os pares, que improvisaram diversas situações, sempre mudando os verbos ao mesmo tempo em que trocavam de parceiros, possibilitando diferentes experimentações.

Este jogo permite o improviso a partir de uma composição simples, porém direta e objetiva, sendo extremamente eficaz e vindo ao encontro da nossa busca por temas que pudessem nortear as criações. A estrutura resultante da relação de causa e efeito entre os pares nos remete ao *yin* e *yang*, explicitando o movimento inerente aos verbos de ação. Os resultados alcançados com este exercício foram bastante estimulantes, e por isso optamos por inseri-lo na apresentação no Cometa Cenas. Fizemos também uma tentativa de improviso com todo o grupo, buscando jogar juntos com a mesma divisão de papéis: protagonistas e antagonistas. Entretanto, o jogo não funcionou, pois percebemos que é justamente a oposição entre os pares que confere movimento ao jogo. Com a atuação concomitante de vários participantes cria-se um ambiente de caos e tensão, em que a precisão da definição do papel de cada um se perde em meio a tantas possibilidades de relação.

Nos últimos dias de aula, trabalhamos com o intuito de definir com mais precisão os temas das improvisações que fariam parte da apresentação no Cometa Cenas. A pouco mais de quinze dias da apresentação, o exercício a ser apresentado estava assim organizado: iniciariamos realizando a sequência de movimentos de *Gong Fu*, numa tentativa de mostrar à platéia parte do treinamento que embasou aquelas performances. Como o formato da apresentação era de exercício, pudemos fazer uso de

um recurso explicitamente didático sem medo de ser redundante. Em seguida, os alunos mostrariam as cenas resultantes das improvisações com os exercícios dos bambus em duplas (aquele passado pelo prof. Cesário Augusto e o outro inspirado no vídeo da profa. Adriana Bonfatti), e por último, as improvisações baseadas nos verbos de ação. Com o intuito de melhor organizar esta demonstração, delimitamos três duplas de verbos a serem trabalhados nas improvisações: focar/desfocar, oferecer/recusar e prender/soltar. A cada proposição de um novo verbo de ação, as duplas também deveriam ser trocadas, ou seja, por três vezes mudava-se, ao mesmo tempo, de verbo e de parceiro.

Os alunos finalizariam a demonstração com a improvisação coletiva, utilizando toda a gestualidade marcial apreendida, podendo desconstruí-la, transformando-a em outra ação, ou repetindo os gestos-golpe tal como foram apreendidos originalmente. A fim de estruturar previamente esta improvisação, criaríamos a cena a partir de uma história pré-estabelecida e com personagens definidos. A partir do momento que cada ator sabe quais são as circunstâncias em que está inserido e como a cena deve acabar, aumenta-se a chance de sucesso na comunicação entre o grupo. Entretanto, devido à dificuldade em estabelecer um tema para esta história, e aos poucos encontros que nos restavam até então, não foi possível realizar a cena coletiva.

Poderia-se pensar na ocorrência da cristalização desta gestualidade, na incorporação deste padrão de movimento como um segundo padrão corporal, tal reflexão levaria a conclusão de que existem limites estreitos e definidos para a utilização da estética marcial em cena. Porém, ficou claro que havia muitas possibilidades a serem exploradas antes que houvesse a fixação desta gestualidade. Uma destas possibilidades é colocada por meio do exercício de desconstrução dos movimentos (criado por Denise Stoklos), que descortina modos de recriação da gestualidade. A experiência com os atores também mostra que esta cristalização não é uma consequência natural do aprendizado do *Gong Fu*, mas antes, uma escolha individual.

A meu ver, o grande diferencial do uso do *Gong Fu* na improvisação teatral é que ele agrega a preocupação com o desenvolvimento da técnica e a precisão da ação, características inerentes aos golpes marciais. Contudo, para evitar a fixação de uma gestualidade marcial é fundamental trabalhar sobre a flexibilização destes movimentos,

pois percebe-se que o modo de estruturação do treinamento pode determinar os limites do emprego da gestualidade do *Gong Fu* em cena, ampliando-os ou restringido-os. Por isso, faz-se necessário elencar alguns princípios que devem ser cuidadosamente avaliados no momento de sistematização de um treinamento com esta arte marcial, são eles: 1) o grau de flexibilização da gestualidade, em que medida se possibilita sua livre reconstrução; 2) a escolha dos demais exercícios que irão dialogar com a prática do *Gong Fu*; 3) uma abordagem das técnicas de *qigong* ainda mais centrada na fertilização do processo criativo.

Todavia, a inexperiência dos alunos e a conseqüente dificuldade com alguns exercícios, ainda deixou dúvidas sobre as possibilidades concretas de transformação desta estética marcial e de sua inserção em diferentes linguagens cênicas. É tarefa exigente alcançar um domínio corporal que permita a apreensão e posterior recriação de movimentos tão codificados, uma missão que, na maioria dos casos, está além das capacidades de um estudante em formação. Esta constatação me impulsionou a realizar uma nova experiência, desta vez não exclusivamente pedagógica ou de treinamento, mas com atores profissionais e voltada para a criação de cenas. O que será relatado a seguir.

3.2.2 Outros encontros e a maturação da prática artística

*A técnica não somente não exclui a sensibilidade:
ela a autoriza e libera. (Jacques Coupeau)*

Apesar da prática docente com os alunos da UnB ter sido riquíssima, ela ainda deixou lacunas a serem preenchidas. Senti a necessidade de avaliar como ocorreria o processo de apropriação da gestualidade do *Gong Fu* por atores. Nesta seção, irei relatar e discutir o processo de criação artística das cenas contidas no vídeo anexo a este capítulo. Este exercício foi realizado com o intuito de explorar estas lacunas por meio da criação de performances artísticas. A fim de ser coerente com a minha suposição de

que a técnica é anterior à estética, convidei artistas com diferentes perfis e que trabalham com diferentes linguagens cênicas.

Inicialmente minha ideia era ter apenas três ou quatro encontros, devido ao pouco tempo que me restava, já que esta experiência foi realizada na fase final da pesquisa. Nestes encontros eu iria ensinar aos artistas um trecho da forma *ung lang gwan* e também a sequência de movimentos criada por mim (ver vídeos do Capítulo 1). Meu objetivo inicial era perceber como a estrutura das formas do *Gong Fu* poderia embasar a criação de cenas, pois observei que estas estruturas podem funcionar como uma base para criação, na medida em que mostram a articulação entre os movimentos dentro de uma sequência definida com início, meio e fim. Os artistas deveriam se apropriar destas estruturas e transformá-las em uma cena, desconstruindo-as livremente, mas respeitando a articulação entre os movimentos. Trabalhar sobre uma estrutura pronta poderia facilitar o desenvolvimento de um processo criativo a partir do *Gong Fu*, já que a experiência de improvisar livremente usando toda a gestualidade marcial (como ocorreu com os estudantes) ainda não tinha alcançado os resultados esperados.

Os encontros com os artistas foram realizados na UnB, em Brasília, nos meses de Março, Abril e Maio de 2011. Ao total tivemos apenas nove encontros, cada um com quase duas horas de duração. Um deles foi destinado à filmagem das cenas, e, no último (05/05/2011), fizemos uma avaliação do processo em forma de uma roda de discussão. Este diálogo foi gravado e transcrito, conseqüentemente todas as falas aqui citadas foram proferidas durante esta avaliação. Os artistas convidados foram: Denis Camargo, Alice de Holanda e Emyle Daltro, todos oriundos da UnB (graduação ou pós-graduação) e com idade entre 25 e 40 anos.

Denis Camargo é ator, diretor e mestrando em Arte pela UnB. Criador do grupo BR S.A, ele também trabalha com a linguagem do *clown*, e por isso foi convidado para o processo. Sempre acreditei que a estética do *Gong Fu* poderia dialogar com o *clown* e gerar resultados expressivos. Por ser uma técnica com regras rígidas e bem definidas, o *Gong Fu* abre ainda mais espaço para subversão, e o palhaço é aquele que, por excelência, subverte a ordem. Com o intuito de experimentar a aplicação da gestualidade do *Gong Fu* a uma estética mais realista, convidei também Alice de Holanda para trabalhar conosco. Alice é atriz graduada pela UnB e preparadora corporal, possui experiência com teatro físico e pesquisa treinamentos artísticos que têm na fisicalidade

seu ponto de partida. No momento de nossa experimentação ela ensaiava um monólogo, cujo texto é inspirado em *Alice no país das maravilhas*, de Lewis Carrol. O trabalho com texto foi especial e instigante, pois a inserção deste elemento, que até então havia ficado relegado a segundo plano, descortinou novas possibilidades a serem exploradas.

Pudemos sair do contexto teatral e aplicar a pesquisa à linguagem da dança, por meio da performance de Emyle Daltro. Emyle tem formação em balé clássico (*Advanced e Teacher Certificate da Royal Academy of Dance*), e é mestre em Estudos de Cultura Contemporânea pela UFMT. Atualmente realiza seu doutorado na UnB, onde pesquisa processos de criação de instalações coreográficas. Ela veio até nos porque procurava um modo de desconstruir sua gestualidade moldada pelo balé clássico, sua participação enriqueceu nosso olhar sobre as experiências vividas e comprovou a pertinência da aplicação do *Gong Fu* à criação em Dança. Além dos artistas convidados, eu também atuei nesta experimentação, inserindo a linguagem da mímica no processo. Desta forma, as linguagens cênicas contempladas nesta experiência foram: *clown*, dança, mímica e teatro com texto.

Como o tempo de que dispúnhamos era curto, não pudemos desenvolver um treinamento sistematizado assim como fizemos com os alunos da graduação, o que resultou em um processo bastante objetivo e prático. Em nosso primeiro encontro (29/03/2011) conversamos sobre os princípios que iriam reger esta experiência. O primeiro deles era a **exploração da repetição**, no sentido da repetição como aprendizado, como recriação e na superação dos limites do corpo (ver p. 88). Outro princípio era o da **transformação do gesto** e da **precisão da ação**; e por último, a subversão do **pensar e calcular para depois agir**, pensando com o corpo e criando no momento da ação. Deixei claro que tinham total liberdade para criar as cenas e utilizarem os figurinos e objetos de que necessitassem. Minha função nos encontros era clara e delimitada: a de ensinar alguns elementos do *Gong Fu* e supervisionar a criação, não a de dirigir as cenas. Em nosso primeiro encontro, ensinei a Denis e Alice um pequeno trecho do início da forma com bastão *ung lang gwan*. A escolha da forma ocorreu “aleatoriamente”, durante um *insight* que tive em um treino de *Gong Fu*. Estava no *Guan* treinando esta forma e, no momento em que eu repetia o golpe inicial do *ung lang gwan* (uma defesa com a mão em movimento circular na altura do rosto), associei-

o à ações reconhecíveis (neste caso: ouvir e focar), e acabei criando uma cena curta com os quatro primeiros movimentos da forma.

Em nosso segundo encontro (31/03/2011) Emyle se juntou a nós, por sugestão da professora Roberta K. Matsumoto, e rapidamente aprendeu o trecho da forma *ung lang gwan*. Como este trecho tinha apenas quatro movimentos, sentimos a necessidade de inserir mais técnicas para que tivéssemos mais material para trabalhar. Ensinei a sequência de movimentos que eu havia criado na disciplina da graduação, com o intuito de ofertar mais subsídios para a criação das cenas. Além desse material, passei também três exercícios de respiração, duas delas são usadas sempre ao final das formas do estilo louva-a-deus-do-norte (*sao set*); a outra respiração é praticada no estilo shaolin do norte, onde é usada com o objetivo de relaxar entre um exercício e outro. As respirações *sao set* foram ensinadas porque de fato fazem parte das formas no louva-a-deus, já a respiração do shaolin do norte foi absorvida devido à sua expressividade. Expliquei aos atores que estas respirações tinham funções específicas, mas nosso foco não se deteve nos aspectos terapêuticos e medicinais dos *qigong*.

Repetimos a sequência e a forma até a completa memorização. Considerei que os atores tiveram facilidade para executar os movimentos, demonstrando controle corporal e tônus, o que potencializava suas movimentações. Mas, mesmo com esta facilidade, ainda ressaltaram o desconforto físico causado pelo *Gong Fu*, e o elevado grau de exigência psicofísica desta arte marcial. A menção ao desconforto físico me faz lembrar as palavras de Decroux: “o mímico se sente bem no seu mal estar” (DECROUX, 1963, p. 73 *apud* BARBA, 2009, p. 47). O mal estar, muitas vezes, pode funcionar como uma bússola que orienta o ator. Neste sentido, ressalto que a dor pode ter uma função útil no processo, pois ela pode transpor o foco do pensamento para a sensação tátil, das ideias para o movimento.

No terceiro encontro (05/04/2011) os atores já haviam chegado com ideias para as cenas. Denis conseguiu iniciar e finalizar sua cena, onde ele atua como o *clown* “Chupadinha”, que desenvolve desde 1999. Alice também chegou com ideias que dialogaram com a montagem de seu monólogo, o que foi muito rico para nossa pesquisa, pois pudemos perceber como ocorre a criação das ações físicas concomitantemente à criação do texto, de autoria da própria Alice. Já Emily dialogou

com sua pesquisa de doutorado e criou uma cena onde a imagem, materializada em um objeto, seria o estímulo para sua movimentação.

A esta altura eu já havia desenvolvido minha primeira cena (“A grávida?”), que surgiu no *Guan* durante a repetição do início da forma *ung lang gwan*; e também uma segunda cena (“Professorando”), criada num momento de ensaio individual e oriunda da estrutura da sequência. Durante a maior parte dos ensaios eu repetia as duas cenas, com dois personagens distintos (a “grávida” e a professora), porém o que vemos na cena registrada em vídeo é um mesmo personagem e apenas uma cena. Esta mudança ocorreu no momento em que Roberta K. Matsumoto foi assistir nossa penúltima experimentação (26/04/2011) antes da gravação. Ela sugeriu que eu eliminasse o personagem da primeira cena e incorporasse a primeira cena à segunda, abolindo a quebra que ocorria no momento de passagem de um personagem a outro.

Irei relatar como foi a criação de cada uma das cenas, para depois descrever o processo de transformação das duas na cena final. Na primeira cena (“A grávida?”), o movimento inicial da forma *ung lang gwan* me remeteu à ação de falar ao pé do ouvido (“fofocar”), e, a partir daí, tentei criar uma sequência de movimentos que se relacionassem a este tema inicial. O *ung lang gwan* é originalmente uma forma com arma que utiliza um bastão de bambu. Entretanto, durante o meu processo criativo fui substituindo o bastão por diversos objetos, até chegar a um lenço quadrangular. Quando ensinei esta forma aos atores não usamos o bastão, mas mantivemos a intenção de segurar este objeto para dar a precisão do gesto. Em nenhuma das cenas criadas o bastão foi utilizado, ora foi substituído por outros objetos, como um lenço, uma toalha de mesa e uma camiseta (respectivamente na minha cena, na cena de Alice e de Denis), ora foi excluído da movimentação (cena de Emyle). Esta medida não nos causou nenhum prejuízo, pois o foco do trabalho era nas possibilidades de apropriação e recriação do movimento, e não na relação exclusiva com o objeto, quer seja o bastão ou qualquer outro.

Contudo, o processo criativo da minha primeira cena foi extremamente influenciado pelas experimentações com objetos. Durante a primeira experimentação, ainda na aula de *Gong Fu*, o gesto de segurar o bastão com as duas mãos me remeteu a uma mulher na feira, segurando a sacola. Todavia, em um ensaio posterior utilizei um vestido para fazer a cena, pois não tinha a sacola em mãos, o que me levou a mudar o

cenário, que agora aconteceria em uma loja de roupas. Ou seja, a inserção do objeto, devido a uma necessidade do momento, transformou o “o quê?” e o “onde” da cena, individualizando também o “quem”. Eu não sabia como finalizar a cena, então, durante um ensaio, coloquei o vestido sob a camiseta, o que criava a imagem de uma barriga grande e caracterizava a personagem como grávida. Até então a personagem não estava acabada, e sua caracterização como grávida surgiu por causa da exploração do objeto. Na realidade ela não era uma grávida, mas sim uma ladra, pois rouba a blusa e, para escondê-la, sai da loja com ela sob a roupa fingindo estar grávida. Ou seja, a principal característica da personagem, a malícia, se confirma com sua última ação, que é pautada pela manipulação do objeto. Neste caso, o objeto ao mesmo tempo em que caracteriza a personagem é um recurso para a finalização da cena.

A outra cena (“Professorando”) foi criada em um momento de treinamento individual e desenvolvida ao longo dos encontros, paralelamente à criação dos demais atores. A repetição da sequência de movimentos me provocava a sensação de agitação, principalmente porque eu a realizava com um pouco mais de velocidade. Esta agitação me remeteu ao caos, que por sua vez trouxe a imagem de um pátio de escola com várias crianças e professoras correndo atrás dos alunos, se desdobrando para realizar várias tarefas ao mesmo tempo. Como já atuei como professora de teatro no ensino fundamental, a criação da personagem, nesta cena, ocorreu com a articulação entre a dinâmica da forma e minha memória pessoal, entre o movimento e a sensação que este movimento me trazia. Este relato evidencia a complexidade do processo criativo, que opera com mecanismos distintos e ao mesmo tempo complementares entre si. A criação não é baseada exclusivamente em imagens dadas ou associações com memórias passadas, nem tampouco somente por meio do aprendizado de novos movimentos, mas ocorre a partir do encadeamento entre estes diferentes tipos de materiais.

Percebemos que esta união das cenas facilitaria a compreensão do espectador, que antes se preocupava em encontrar o ponto de confluência entre as duas, sendo que não havia correlação entre elas, porque que foram criadas separadamente. Acreditei que a melhor maneira de realizar esta junção seria invertendo a ordem da primeira cena, começando-a pelo último movimento (colocar o lenço na barriga), ou seja, realizando a forma de trás para frente. O resultado, como é mostrado no vídeo, pode ser interpretado como um aborto metafórico, ou um abandono de crianças: a professora se livra dos

filhos (ao sacudir o lenço), se recompõe, e vai para a escola cuidar de crianças que ela também não gosta. Esta transformação só me trouxe benefícios, principalmente porque permitiu que a personagem começasse a adquirir mais densidade, ganhando novas nuances. A cena um que antes não se relacionava com a cena dois, agora a justifica, sendo o momento em que a personagem se expõe. O lenço continua sendo um símbolo determinante que a caracteriza (antes como ladra, agora como mãe relapsa), contudo agora ele é mais explorado, já que é aproveitado até o final da cena e inclusive na cena coletiva. Os demais artistas uniram a forma e a sequência desde o início, assim transformaram o que era inicialmente duas estruturas em apenas uma, e foi a partir desta única estrutura que começaram a criar as cenas individuais.

Contudo, é importante ressaltar que em meu processo foram as ações físicas oriundas da recriação dos movimentos de *Gong Fu*, que incitaram a composição das cenas. Portanto, a caracterização dos personagens, em ambas as cenas, teve como base suas atitudes, ou seja, parti do mapa de ações, construído em cima das estruturas do *Gong Fu*, para somente depois chegar à caracterização física por meio dos figurinos e adereços. Numa construção psicológica como a proposta por Stanislavski, o ator parte das indicações do texto para caracterizar o personagem (figurinos e acessórios) e, muitas vezes, só depois disso constrói o mapa de ações. Neste sentido, o processo por mim vivenciado foi completamente inverso ao caminho que convencionalmente denominamos como de construção psicológica do personagem, pois privilegia a criação pelo corpo, a partir do movimento, o que possibilita vivências singulares aos atores. Como foi ressaltado por Denis Camargo:

É uma possibilidade fisicalizada, é algo que é realmente existencial ali, ele tá ali, é concreto. Então tem um padrão que é concreto de movimento e desse movimento eu posso fazer outro e tal, e nesse padrão é que eu vou verificar o diferencial com outro que eu já vinha fazendo. Aí eu falar: “nossa meu corpo respondia totalmente diferente, livremente”, mas com o padrão do *Gong Fu* agora eu vejo que meu corpo tem alguns vícios, tem alguns caminhos que nunca experimentei. E aí eu vou buscando isso porque eu vejo que é oportuno neste sentido. Com esta oportunidade eu vou me apropriando dele para um processo criativo mesmo, sem pudor, sem medo, sem achar que o público vai ver se é só *Gong Fu*, porque querendo ou não eu vou ter lacunas entre, que ela permitiu, pra poder subverter também, porque senão fica só a repetição do padrão.⁵²

⁵² Depoimento de Denis registrado na avaliação coletiva do processo criativo.

A fala de Denis explicita e confirma a eficácia do *Gong Fu* como uma técnica capaz de desconstruir padrões corporais, justamente por ser baseada na fisicalidade. O que também foi pontuado por Emyle:

Eu nunca tinha trabalhado, eu nunca tinha tentado promover uma desestabilização dos meus padrões com outro padrão! (risos) Entendeu? A minha busca é: ‘ah vamos buscar na imagem’, ‘vamos buscar no texto’, ‘vamos buscar nas sensações que este objeto está...’ e aí de repente o desafio foi ao contrário, você vai desestabilizar os seus padrões pegando outras sequências padronizadas também de movimento. E aí eu acho que foi possível e me deu vontade de inclusive, de fazer um retorno aos meus padrões. Ao invés de fugir dos meus padrões, não, vamos revisitar os meus padrões e outros padrões de movimento, não sair do movimento, mergulhar na coisa do movimento... Eu acho que este trabalho com você foi muito interessante pra mim, que você pode despadronizar lançando outras informações, lançando outros padrões de movimento mesmo, você não precisa buscar em... pode, mas você pode buscar em objeto, pode buscar em imagem e pode buscar num outro tipo de padrão de próprio movimento.

Emyle reflete sobre a possibilidade de desconstruir padrões já arraigados no corpo do artista, por meio da apreensão de novas técnicas. Esta apreensão promove a imersão no movimento, e por meio deste mergulho podemos também desconstruir a própria técnica apreendida. Ou seja, o aprendizado da técnica do *Gong Fu* atua então sob duas esferas: na desconstrução de padrões corporais por meio da incorporação de uma gestualidade até então desconhecido pelo sujeito; ou na desconstrução dos padrões corporais por meio da aprendizagem e desconstrução de uma outra técnica. Emyle inicialmente buscava desconstruir sua gestualidade do balé, outra técnica corporal codificada, contudo, ao final do processo ela percebeu as possibilidades que se descortinaram por meio da desconstrução do *Gong Fu*, e expressa seu desejo de retornar ao balé clássico e abordá-lo a partir desta nova dinâmica de apreensão e transformação. Sua experiência nos mostra que também existe a possibilidade de desconstruir os padrões corporais por meio da imersão nas técnicas de movimento já conhecidas, apenas abordando-as sobre um novo ponto de vista.

Podemos perceber que na cena de Emyle a desconstrução de fato atingiu um grau tão elevado, que não conseguimos perceber que sua (re)composição surgiu de estruturas de movimentos de *Gong Fu*. O que vemos não é nem balé nem arte marcial, mas algo nascido do contato entre o balé (técnica que moldou a corporeidade da artista)

o *Gong Fu* (recém incorporado) e sua pesquisa com objetos. Em minha cena, a origem da composição também é quase imperceptível, pois é difícil reconhecer os gestos-golpes nas ações da personagem. Já na cena de Denis os movimentos estão mais explícitos, e ele usa o próprio universo oriental como tema. A identificação dos movimentos, neste caso, é uma necessidade a linguagem do palhaço, pois ele precisa que a platéia reconheça seu elemento de trabalho, para que possa subvertê-lo, brincando com este jogo de reforçar *versus* subverter. No caso de Alice há o diferencial da inserção do texto, o que dificulta ainda mais o processo. Em sua cena há movimentos que nos remetem mais diretamente à gestualidade do *Gong Fu*, e em outros, essa gestualidade não é reconhecível. Estes relatos nos levam a crer que o *Gong Fu* pode ser aplicado como uma rica ferramenta para a composição de cenas e personagens.

Vimos que o *Gong Fu* nos dá abertura para a concepção de diversas diretrizes didáticas, o que pôde ser percebido no fluxograma anterior:

A *gestualidade* do *Gong Fu* pode ser aplicada tendo como foco os seguintes processos: a *criação de cenas*, que pode vir a gerar e/ou caracterizar personagens; a *criação de personagens*, que pode tanto vir a gerar cenas e/ou agregar elementos à sua

caracterização; a *caracterização de um personagem* já existente, processo que pode ou não ocorrer concomitantemente à criação do personagem e à criação de cenas. A exploração desta nova corporeidade nos dá a possibilidade de construir imagens que, nos remetendo a determinadas características psicofísicas, podem servir de estímulo à criação de personagens (como no meu caso e de Emyle), à caracterização de personagens já existentes (caso de Denis e Alice) e à criação de novas cenas (o que ocorreu com todos os artistas). Pude perceber esta caracterização explicitamente na cena individual de Alice, pois suas “Alices”, caracterizadas com alguns elementos do *Gong Fu*, estavam críveis (apesar do *nonsense* do texto e até mesmo da estranheza de algumas de suas ações): o modo de sentar, gesticular e falar era orgânico e coerente.

Neste sentido, a técnica de *Gong Fu* pode nortear o processo criativo do ator, sendo uma ferramenta que o auxilia a criar e memorizar o mapa de ações, pois uma vez que este mapa obedece à estrutura da forma apreendida, se torna mais fácil memorizá-lo. O *Gong Fu* pode ser visto como uma base a partir da qual o artista pode criar diversos personagens e cenas a partir da modificação de algumas configurações, tais como: velocidade, fluência, deslocamento, precisão e transformação do gesto-golpe, articulação entre membros superiores e inferiores (ex. uso das mãos de uma base, com os pés de outra), intensidade (qualidade da energia) e planos (alto, médio e baixo). Ou seja, ao mesmo tempo em que esta arte marcial agrega qualidades psicofísicas aos personagens já existentes, ela também pode instigar o artista a criar e caracterizar novos personagens e cenas.

Estes pontos de partida (**criação de cenas, criação de personagens e caracterização de personagens**) se relacionam entre si de modo que um pode sempre afetar o outro - o que é mostrado por meio das setas do fluxograma -, promovendo uma interação que produz a coesão da cena. Cada um destes pontos pode ser causa e consequência dos demais, o que gera resultados mais “acabados”, pois os processos composicionais - seja da cena ou do personagem - estão interligados e são interdependentes.

No que tange ao *treinamento* de atores, sem o foco específico na criação, o *Gong Fu* atua sobre as seguintes habilidades: a força, o foco, o controle, a flexibilidade, a coordenação motora, a concentração, o tônus, a precisão, a respiração, a permanência no “aqui e agora”, a consciência espacial e a improvisação. A divisão do fluxograma

entre **treinamento** e **gestualidade** corresponde à divisão que se sucedeu durante as atividades práticas. O treinamento e o desenvolvimento das habilidades citadas foi o foco da experiência docente, enquanto o enfoque do exercício artístico foi sobre a exploração da gestualidade no processo criativo. Contudo, a separação feita no fluxograma tem caráter didático, e visa a um aprofundamento em cada uma destas instâncias. As experiências práticas nos mostram que o treinamento influencia na gestualidade e vice-versa, e que, de fato, as duas instâncias são inseparáveis e interdependentes, o que é sugerido por meio da imagem do *yin* e *yang*. Acreditamos que o resultado da união destas categorias possa ser, acima de tudo, o equilíbrio e a harmonia do sujeito.

Esta experiência apresentou um modelo de composição baseado no movimento, e conseqüentemente nas imagens que este movimento pode gerar. Podemos concluir que o movimento é ferramenta de trabalho e de composição do artista, aquilo que inspira e, ao mesmo tempo, concretiza a inspiração. Como se o que inspirasse o pintor fosse a própria tonalidade da tinta. Desta forma, o aprendizado de novas técnicas se torna subsídio para a criação do artista, que assim conta com cada vez mais recursos expressivos em seu repertório. A este respeito Emyle diz que:

E o que foi novo pra mim foi exatamente, o que este movimento trouxe pra mim em termos de imagem, imagens, e principalmente a coisa dos animais, quando você falava ‘esse é o gafanhoto’, ‘esse é a graça’, ‘essa é...’, a questão é, o que esta movimentação me trazia de imagens, tanto imagens neste outro lugar ‘animais’, e imagens que vinham da movimentação, como veio a parede, como veio a presença, como é a presença de um lutador. Aí já me veio é... essa coisa que eu comecei a brincar de desequilíbrio foi porque eu já tinha assistido a um tempo atrás, acho que, tem um *Gong Fu* do bêbado, não tem uma coisa assim? Eu já tinha assistido então é o que... o que as imagens e o quê que ele me trouxe de sensação. E não a precisão, ou a firmeza, ou a leveza *versus* firmeza, que o movimento proporcionava. Agora é novo pra mim porque eu fiz yoga, mas eu não trabalhei criativamente em cima da yoga. Entendeu? O próprio balé que eu comecei a fazer a desconstrução, e aí eu fui buscando outros elementos, nas artes visuais, por causa de toda uma história... e não de fazer um mergulho no próprio (movimento).

Emyle destaca o estímulo proveniente das imagens geradas a partir do movimento, como a maior qualidade que a experiência com o *Gong Fu* atribuiu à sua performance. Alice e Denis, contudo, destacaram outras qualidades. Para eles a

absorção de uma gestualidade tão distinta daquela que habitualmente usam, mesmo em cena, foi um dos maiores reforços em suas formações. Sobre isso Alice considera que:

A ideia de trabalhar o *Gong Fu* neste sentido como a Sanântana propôs, reforça muito aquilo que eu já vislumbrava, mas ainda não tinha efetivamente executado, que é o treinamento de alguma coisa que você treina, treina, treina e aí chega um momento que você pega tudo aquilo que você constrói com aquele treinamento e traz pro campo criativo como ferramenta, e não como um padrão que deve ser seguido e feito tal qual é a forma, do *Gong Fu* por exemplo. Não, ele serve como um estopim pra uma construção, independente do tipo de cena que é. (...) Ele é o ponto de partida pra você criar outras coisas, então você não parte do seu corpo Alice de Holanda, do jeito que eu sempre falo, gesticulando muito, muito louca e tal. Não, eu vou pra outro lugar de princípio, eu parto de outro lugar. Claro que eu nunca vou sair de mim, mas *eu vou partir de um lugar que não é tão a minha cara, tão subjetivo e tão pessoal.*

A fala da atriz pontua que o contato com esta outra gestualidade permite que o artista descubra mais qualidades de movimento e encontre novas possibilidades expressivas, percorrendo caminhos inexplorados. Durante esse percurso o artista vai, aos poucos se distanciando de seus maneirismos próprios, a medida em que absorve e (ao mesmo tempo) desconstrói esta movimentação marcial. Ela também ressalta o *Gong Fu* enquanto ferramenta no campo criativo, o que confirma o caráter holístico de nossa proposta. Os atores ainda destacaram a agregação de outras qualidades de movimento, sobre as quais Alice complementa dizendo que:

Acho que a precisão do gesto é assim, esse gesto que ele é leve, mas ele é pontual, segundo as classificações de Laban... ele é fluido e pontual, então ele pode ser extremamente forte sem precisar ser duro, ele não precisa ser doloroso e cruel e rígido, rígido como concreto rígido. Ele pode ser fluido e firme, ele é intenso, mas ele não é... ele não machuca a gente, ele não é frouxo, ele não é frouxo e nem é duro.

É curioso observar que mesmo não conhecendo a entrevista realizada por Pierre Burton a fala de Alice nos remete às palavras de Bruce Lee, reforçando as características do *yin* e *yang* presentes nos movimentos marciais. Acredito que esta percepção só foi possível porque os artistas aprenderam as sequências de movimento, e não as bases “soltas”. Desde o início eles já praticaram a articulação entre os golpes, e isto facilitou a inclusão de características como o “leve”, “respirado”, “fluido” em suas

descrições sobre o *Gong Fu*. Em consonância com a opinião de Alice, Denis acrescenta as seguintes características:

A questão da qualidade pra mim foi a questão do movimento também, sem ser um movimento rígido também, pra mim era um movimento respirado, fluido (...). Isso foi o que mais me impressionou mesmo, me impactou na questão do *Gong Fu*, foi o que mais me impressionou. Porque quando falava em *Gong Fu* pra mim eu já tinha a ideia de algo que era muito rígido, sem respiração, sem fluência, depois eu vi... era uma dança praticamente, uma dança pontuada, com pontuação. Brilhante.

A menção ao “movimento respirado” pode ser interpretada de modo metafórico, no sentido da oscilação do fluxo da respiração, ora expansão ora contração, o que evidencia o pulsar deste movimento. Podemos também analisá-la em seu sentido mais literal, o que nos remete à respiração usada nas formas. Apesar de não termos realizado exercícios de *qigong*, Denis percebeu, por meio da auto-observação, a importância de uma respiração consciente durante a execução das sequências. É importante destacar sua observação sobre a respiração, pois ela faz parte deste outro lugar a que o *Gong Fu* pode nos conduzir. Um lugar de concentração, de criação, de relaxamento, ou ainda, de energização. A respiração consciente ao mesmo tempo que constitui este lugar, é um recurso de que dispomos para poder alcançá-lo. Aliada à respiração, ele ressalta a questão da precisão do movimento como uma das maiores contribuições desta prática:

O *Gong Fu* não tem um padrão de repetição, ele tem um corpo preciso, a precisão do movimento, ele tem a respiração, e foi justamente essa oposição que me fez trabalhar assim, ter algo realmente diferenciado dos outros processos que era estar sempre ligado na oposição daquele que era o mundo do palhaço mesmo subversivo. Então eu ficava mais atento a questão do respirado, do movimento preciso, num corpo ainda... por mais que você fale da rigidez, mas eu não vejo ele tanto rígido, é um corpo maleável, ele tem uma precisão, é respirado. E... era isso que me encantava assim, falava ‘nossa, estou fazendo *Gong Fu*’ que tem uma fórmula padrão, mas ao mesmo tempo *ele está é me alimentando porque ele me lembra de respirar, ele me lembra de ser preciso e ao mesmo tempo eu posso ser louco com ele também*. Eu não sei se fora daquele padrão eu não poderia criar uma cena parecida, nem próximo assim, com certeza.

Como já foi dito anteriormente, a precisão do movimento se coloca como uma qualidade constantemente perseguida pelos artistas cênicos e marciais. Enquanto nas

artes marciais a precisão pode determinar a diferença entre se machucar e se preservar, e antigamente até mesmo entre viver e morrer; nas artes cênicas esta exatidão faz o diferencial na interpretação, gerando mais confiança aos atores. Ao perguntar sobre qual seria o grande diferencial da prática do *Gong Fu* em relação a outras técnicas Emyle destaca as imagens geradas a partir do imaginário da gestualidade do *Gong Fu* como seus principais estímulos, enquanto para Denis e Alice as qualidades ressaltadas foram a precisão do gesto e a fluidez do movimento. Acredito que tanto Emyle quanto eu pudemos perceber outras características porque já havíamos incorporado a movimentação, no meu caso por meio de minha prática marcial, e no caso dela, devido a sua formação em balé clássico, que lhe conferiu domínio e um alto controle corporal. Desta forma, o *Gong Fu* se coloca como um terreno fértil que pode alimentar a prática de diferentes artistas cênicos

No teatro oriental, por exemplo, os artistas passam anos repetindo os mesmos movimentos até atingirem a precisão necessária. Neste contexto, a precisão é parte de uma codificação corporal que se distancia do realismo e parte para o simbólico. Desta forma, percebemos que a utilização de uma gestualidade codificada nos permite treinar a capacidade de precisão de um modo que não estamos acostumados. Como tínhamos um curto período de tempo, só seria possível desenvolver a precisão se a sequência e a forma ensinadas tivessem poucos movimentos. Este assunto é comentado por Alice:

Eu acho que o fato de terem sido duas formas curtas, que tem esse gesto, pa pa pa, uma assimétrica, uma simétrica. E, pronto pega essas duas e agora se vira. Como era muito pouco era muito limitado também, a gente tinha o que (ela conta os movimentos), a gente tinha sete movimentos (...) Caracas é muito pouco! Muito pouco! Mas você pegar esse muito pouco e transformar em muitas coisas, tanto é que tem uma dança, tem uma mímica, tem um palhaço se vestindo, tem uma louca falando de outras coisas... Eu acho que, não tem como questionar assim a viabilidade de utilizar o *Gong Fu* como treinamento de ator assim, pra mim fica muito claro.

Assim, a pouca quantidade de golpes-gestos ensinados não significou, de modo algum, escassez de recursos, mas, ao contrário, estimulou e possibilitou uma maior precisão em cena. Quanto mais gestos realizamos mais difícil se torna ser preciso. A fala da atriz ressalta que a expressividade é muito mais importante que a quantidade de gestos. É interessante observar como nossas cenas pouco conduzem ao universo

oriental. A cena de Denis é a única que remete mais diretamente a este universo. Isto nos mostra a possibilidade concreta da existência de uma técnica que possa ser aplicada a diversos estilos de atuação, ou ainda, diversas linguagens cênicas. A respeito disso Alice diz que:

E o que eu acho que foi muito interessante do trabalho ser da mímica, do *clown*, da dança e mais textual, como foi o meu, que a gente vê como sua proposta de treinamento sim se aplica, se aplica a várias estéticas, mas como cada estética recebe a técnica de uma maneira completamente diferente.

Acredito, contudo, que a versatilidade desta técnica está diretamente ligada à maneira como foi abordada, à possibilidade de sua desconstrução. Compreendemos que o *Gong Fu* vai além do desenvolvimento de habilidades psicofísicas e da apreensão de uma gestualidade específica. A técnica, neste caso, não se restringe à forma do movimento – me refiro tanto às formas de *Gong Fu*, quanto à forma no sentido de formato, configuração -, mas ela é também os conteúdos (precisão, respiração, fluidez, pontuação, etc.), que se conservam mesmo após esta desconstrução. É isto que permite que a desconstrução desta gestualidade não implique na descontextualização da técnica. Como o nosso maior interesse é a sustentação da precisão e da potencialidade expressiva do gesto, sua transformação a partir e em favor de diferentes linguagens, preserva, ou intuita preservar, seus princípios.

Como já exposto, Denis e Alice partiram de seus personagens pré-definidos (“Chupadinha” e “Alice”, respectivamente) para compor as cenas. Eles utilizaram esta gestualidade para agregar mais qualidades e nuances a estes personagens, no caso de Denis; e para “moldar” o corpo e a movimentação da personagem de Alice, uma vez que seu processo estava ainda em construção. O percurso de Emyle, contudo, foi mais semelhante ao meu, pois seu personagem foi sendo construído na medida em que ela repetia e desenvolvia a coreografia. Os processos individuais obedeceram à mesma estrutura: a repetição das estruturas marciais até sua transformação em uma cena artística. Ao longo deste período tivemos diversos elementos que foram sendo agregados às cenas, como figurinos e adereços, o que enriqueceu os resultados de modo geral. Sobre esse processo, Emyle diz que:

Pra mim surgiu a partir da experimentação, lembra? E no primeiro dia quando me deu vontade de repetir no chão, eu falei ‘mas, ta precisando de alguma coisa’. Aí na segunda vez eu ficava pensando: ‘tem que ter, tem que ter...’ eu ficava pensando no sentido assim ‘o que este movimento ta pedindo?’. Ele está pedindo coisas, eu vou inserir a minha pesquisa aí com esse negócio de objeto, porque o movimento tá pedindo.

O processo individual havia superado as minhas expectativas, o que desencadeou um desejo de composição em grupo. Como os demais artistas também estavam entusiasmados, optamos por estender os encontros um pouco além do combinado, para que pudéssemos realizar esta experiência. A composição da cena coletiva teve como propósito perceber como as diferentes linguagens se articulariam e qual seria a incidência do *Gong Fu* neste encontro.

Neste encontro para a criação coletiva nós deveríamos nos deixar contaminar uns pelos outros, produzindo um território artístico híbrido. Inicialmente pensamos em promover o encontro para que pudéssemos desconstruir nossas linguagens, o que pressupunha estarmos descaracterizados fisicamente. Contudo, para aprofundar esta questão precisaríamos de mais tempo, pois desconstruir é um processo lento e exigiria muitos ensaios, como já estávamos realizando uma desconstrução, esta etapa seria a desconstrução da desconstrução, ainda mais complexa. Seria necessário muito tempo para que conseguíssemos resultados satisfatórios, pois a gestualidade não estava tão assimilada ao ponto de ser facilmente (re)desconstruída. Depois os atores sugeriram que cada um ocupasse a cena do outro, tentando utilizar elementos do outro que ajudassem na (re)composição da cena e na caracterização do personagem. Porém, este último formato não iria contemplar a contracena, o item mais importante a ser desenvolvido na cena coletiva. Pensamos também em fazer improvisações em que todos se encontram e se relacionam a partir de um tema previamente escolhido, mas tivemos dificuldade em definir um tema específico.

Decidimos então optar, após sugestão do Denis, por promover o encontro entre os personagens na mesa de chá de Alice, por ser uma cena que contém um objeto cênico que propicia a reunião de pessoas: a mesa. Na cena coletiva minha personagem seria uma espécie de inspetora rabugenta, a professora chata que saiu da escola e foi fiscalizar a mesa de chá. Denis manteria o *clown* “Chupadinha” agregando características que o

associassem ao Chapeleiro Maluco da história de *Alice no país das maravilhas*. E Emily, que inicialmente não trabalharia com a construção de personagem, partiu dos estímulos provenientes da cena coletiva, e da semelhança de sua movimentação com este animal e se tornou “o gato”.

Cada personagem saía de sua cena individual e ia para a mesa de chá. O espaço de Alice era o elemento que nos unia e o ponto de partida para nosso relacionamento. Porém, ao assistir o vídeo percebe-se que nos relacionamos pouco em cena, a contracena não foi explorada o suficiente, pois não chegamos a contracenar utilizando a forma e a sequência de movimentos, por exemplo. Deste modo, cada um permaneceu repetindo suas ações ao invés de buscar uma interação mais explícita.

O vídeo mostra primeiro a cena coletiva e depois as cenas individuais. Nele cada artista sai de sua cena individual, vai para a mesa de chá e repete as mesmas ações que fez durante a cena coletiva, porém estando sozinho na mesa de chá. Isso pode levar a interpretação de que a cena coletiva foi construída a partir da interação entre os diferentes mapas de ação já delimitados, ou seja, que ela não foi improvisada. Contudo, o mapa de ações realizado por cada um na mesa de chá foi desenvolvido a partir de improvisações. Esta opção de filmagem justifica-se pelo fato de que ela evidencia a precisão e a expressividade da gestualidade, pois ela permite uma melhor observação da maneira como cada um utilizou a gestualidade marcial na contracena.

Neste exercício já foi possível observar algumas contribuições que o *Gong Fu* pode trazer ao relacionamento dos atores em cena. O que pode ser confirmado pela fala de Denis:

Então tinham movimentos pra mim que eram de defesa e outros pra mais pro lado do ataque. Então em alguns momentos como o da Sanântana que ela limpava eu levantava e reagia com o movimento que me lembrava ataque, e com o gato eu reagia com um movimento que me lembrava uma coisa de aversão. Então assim eu buscava naqueles poucos padrões de movimentos do *Gong Fu*, essas imagens que poderiam remeter a esta questão, que poderiam ter este tipo de correlação. E aí pra mim seria realmente uma contracena, por exemplo, ela vem e faz um movimento e eu reajo com um movimento que pode ser de ataque, aversão ou defesa. E pra mim isso era mais neste sentido, não na questão da contracena do teatro realista/naturalista que isso tinha um significado diferente na sociedade, mas pra mim isso era nesse sentido, pensando mais na lógica da arte mesmo trabalhada ne. E aí depois eu fui vendo que ele hiper funcionava dentro da estrutura da mesa ali, do chá, porque ao

mesmo tempo o meu personagem ia e fazia isso tudo, ele não era uma pessoa tão sociável, ele era mais sociável com a personagem da Alice do que com o animal e do que com a mímica.

Apesar da necessidade de uma experiência mais longa e profunda para que se possa investigar as potencialidade da contracena por meio desta gestualidade, através deste depoimento percebemos alguns estímulos desta arte marcial no sentido de sugerir uma movimentação mais dinâmica e reforçar a tensão gerada nas oposições entre ação e reação, tais como: atacar e defender, avançar e recuar, agredir e afagar, atrair e repelir, etc.

Neste capítulo os temas abordados se assemelham por sua ligação com a improvisação. No primeiro subcapítulo foquei na utilização das armas e na construção espacial do *Gong Fu*. Quando inicio a descrição das experiências práticas a improvisação é o elemento que liga os diferentes momentos analisados; pois por meio destas experiências pudemos observar como ocorre, de fato, a inclusão da gestualidade marcial na cena. Agora, parto para a conclusão final, local em que realizo uma averiguação de todo processo e sugiro ideias para a continuidade da pesquisa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa se iniciou com a minha prática do *Gong Fu*, há mais de três anos. Aos poucos tomou forma e densidade a partir dos estudos teóricos durante a elaboração do projeto e foi reconstruído ao longo de todo o período do mestrado. Entretanto, foi o desejo de verificação da eficácia desta proposta de treinamento que possibilitou seu salto qualitativo. Por meio da experiência docente com os alunos de Interpretação Teatral 1 do curso de artes cênicas da UnB e da vivência com o grupo de atores, pude extrapolar e vivenciar os limites da teoria até então construída.

Ao longo do processo de maturação de minha investigação sobre as combinações de diálogo entre as artes marciais e cênicas, ao final da pesquisa desenvolvi o fluxograma apresentado no último capítulo desta dissertação. O fluxograma nos mostra relances de uma possível sistematização de treinamento com *Gong Fu*, e a partir deste esquema pretendo, numa próxima etapa da pesquisa, elaborar e desenvolver um método de aplicação desta arte marcial na formação de artistas cênicos. Consegui vislumbrar um fluxograma que permite o uso do *Gong Fu* tanto como meio de aprendizado, quanto no treinamento de atores e na criação de cenas. Todavia, o fluxograma não se restringe apenas a estas abordagens, pois num olhar detalhista ele nos incentiva a refletir e a buscar modos de flexibilização destas possibilidades.

Neste contexto, ter conhecimento sobre aspectos das pesquisas de Phillip Zarrili foi primordial no processo de visualização das possíveis abordagens contextos sobre as artes marciais no treinamento de atores. O contato com a pesquisa densa e madura de P. Zarrili foi decisivo e estimulante, pois fez com que eu desejasse me aprofundar sobre este objeto de pesquisa e percebesse vastas possibilidades a serem trabalhadas. Refletindo sobre minha pesquisa à luz dos exercícios de Zarrili, percebi que o diálogo entre o *Gong Fu* e o teatro seguiu, talvez, pelo caminho mais óbvio: a apropriação da gestualidade marcial. Acredito que esta atitude seja fruto da minha admiração por esta arte marcial, pelo desejo de apreendê-la por inteiro, entrecortado pela vontade soberana de ver sua plasticidade refletida no palco.

Phillip Zarrili evidencia diferentes pontos de partida que não se relacionam diretamente com a exploração da configuração estética dos golpes marciais, mas, sobretudo, com os princípios psicofísicos que os golpes podem desenvolver. Considero que a grande contribuição da pesquisa científica nas artes, ou da pesquisa artística sistematizada, seja justamente possibilitar o surgimento de outros olhares sobre os fenômenos analisados. Esta visão é fruto de um aprofundamento vertical sobre o objeto de estudo, que pode levar à exploração de elementos não destacados ou mesmo percebidos, e à construção do diálogo entre o fenômeno em análise e outras categorias, objetos ou ideias nunca antes relacionadas.

Um das direções que poderia ter seguido, por exemplo, era uma abordagem voltada para a catalogação e codificação da gestualidade de um estilo de *Gong Fu*. Tal segmento possibilitaria, entre outras coisas, a catalogação de alguns gestos-golpes com o intuito de serem posteriormente recontextualizados e adaptados às diferentes situações da cena. Esta ideia derivou da mímica corpórea de Étienne Decroux, artista que pretendo pesquisar com o intuito de enriquecer as próximas etapas da pesquisa. Pretendo também focar na delimitação e aperfeiçoamento dos princípios técnicos presentes nas artes marciais (concentração, atenção, sincronicidade, precisão, etc.), o que representa um contraponto ao foco no uso da gestualidade em cena de Zarril. Essa abordagem se assemelha também ao método Suzuki de treinamento de atores, que desenvolve basicamente os mesmos princípios presentes nas artes marciais, ainda que não tenha se fundamentado explicitamente nelas. Seu método trabalha princípios de enraizamento com forte trabalho de base, o que permite a concentração da energia, controle da respiração e percepção do centro de gravidade do corpo com o intuito de maximizar o controle corporal⁵³.

Estes princípios também atuam sobre o texto teatral. Alguns vídeos sobre o treinamento de Suzuki⁵⁴ mostram exercícios em que os atores dizem o texto enquanto permanecem em bases específicas, nas quais incorporam ou englobam novos lugares de fala e novas maneiras de dizerem o texto, pois a configuração corporal determina a qualidade e a potência da voz. Esta constatação me fez perceber mais um caminho a ser explorado no *Gong Fu*: a produção de som e palavra a partir de diferentes imagens corporais e as transformações do texto falado a partir destas novas configurações. A

⁵³ Disponível em: <http://www.youtube.com/watch?v=BhHWHNBwH9Q&feature=related>

⁵⁴ Idem

inserção do texto no movimento e a pesquisa sobre a confluência destes dois tipos de produções corporais (voz e movimento), é, sem dúvida, uma proposta instigante.

Igualmente potente é o foco na desconstrução dos padrões corporais dos atores, um dos recortes desta pesquisa, que passa necessariamente pela experimentação e apropriação de aspectos desta gestualidade marcial. A desconstrução dos padrões pode se basear pela exploração e reforço dos estilos de atuação de cada um, o que pôde ser percebido nas produções artísticas mostradas no capítulo três. Muitas vezes o estilo de atuação de certos atores é regido pelos limites de sua versatilidade, o *Gong Fu*, ao mesmo tempo que pode ampliar esta versatilidade agregando novos elementos à performance do ator, reforça aquele estilo de atuação. Ou seja, nesta pesquisa o treinamento com *Gong Fu* passou por duas etapas iniciais: com os alunos buscamos a desconstrução dos padrões corporais através da inserção da gestualidade marcial; e posteriormente, no trabalho com os artistas recriamos esta movimentação de acordo com cada linguagem artística.

A experiência com os atores mostrou que houve, ao mesmo tempo, o reforço da linguagem de cada um e a ampliação do repertório expressivo, o que provocou um início de desconstrução de padrões. É motivante perceber que parte dos pressupostos teóricos se concretizou na prática. O princípio da oposição complementar do *yin* e *yang*, por exemplo, se refletiu no exercício artístico, ensinando que através da imersão em um padrão pode se chegar a sua desconstrução, revelando a propriedade de interdependência do símbolo taoísta. O aprofundamento da análise teórica e vivencial sobre uma técnica corporal permite uma maior apropriação da técnica a maior aquisição de recursos para desconstruí-la e reelaborá-la.

Com o intuito de definir uma base para comparação em relação à formação de atores, apoiei-me no tipo de treinamento desenvolvido por Grotowski e perpetuado e aprimorado por Barba. Contudo, isto não significa concordância ou submissão. Cheguei ao pressuposto de que há uma insuficiente descrição dos procedimentos práticos nas obras destes autores, o que pode fazer com que estudantes compreendam algumas metáforas de forma equivocada. Assim, seus discursos podem acabar por induzir jovens atores à busca por estados extramundanos de consciência. Por mais que associe, erroneamente, a virtuosidade e perícia de alguns artistas em espetáculos da cultura

oriental a um estado de transe ou de possessão, sabe-se que a origem destas características é outra.

Acreditamos que esta associação possa ocorrer devido à ideia de que o enredo religioso ou doutrinário de alguns espetáculos, de alguma forma possa ser o fator determinante para a qualidade da performance dos artistas. Entretanto, ao pesquisar o treinamento destes artistas, percebi que sua religiosidade está na devoção à sua arte, disciplina com que treinam, ensaiam e praticam suas técnicas. O resultado disto se converte na cena, refletindo a dedicação destes artistas. Esta reflexão evoca as ideias de Antonin Artaud, que buscava uma comunicação com o espectador que fosse para muito além do jogo de ilusão que pode se estabelecer no teatro. Não foi por acaso que Artaud se interessou tanto pelas manifestações cênicas dos países orientais, mas porque percebeu no trabalho destes artistas a possível concretização de seu ideal artístico.

Em contraponto às perspectivas, há aqueles que preferem focar seus treinamentos artísticos no Método ou Sistema de Stanislavski, que desde o início do século XX é o mais disseminado no teatro ocidental. Mas, ainda assim, podemos argumentar que não são muitos os modelos ou métodos de treinamento sistematizado difundidos no Brasil. Grotowski e Barba não chegaram a sistematizar um modelo. Tampouco o fez Artaud, cujas preocupações não passavam por esse tipo de rigor. Decroux e Brecht apresentam técnicas bem definidas e amplamente utilizadas, mas que se apresentam sempre coladas às suas proposições de linguagem (mímica corporal e teatro político, respectivamente). Mais recentemente (século XXI) podemos citar o Método Suzuki e a técnica de View Points⁵⁵ como exemplos de treinamentos contemporâneos, mas ainda pouco difundidos no contexto teatral acadêmico no Brasil, mas que ajudam a encorpar e consolidar o território das técnicas teatrais. Esta escassez na difusão da pluralidade de modelos de treinamentos sistematizados pode acarretar prejuízos na medida em que não expande as fronteiras do treinamento dos artistas cênicos. Desta forma, acredito que a pesquisa com *Gong Fu* descortina outras possibilidades de treinamentos sistematizados e sublinha o hibridismo artístico, pois reforça o diálogo entre as artes marciais e cênicas.

⁵⁵ BOGART, Anne. *The Viewpoints Book*. Theatre Communications Groups, 2005. Disponível em: http://books.google.com/books?id=7WJQAAAAMAAJ&q=View+points+Anne+Bogart&dq=View+points+Anne+Bogart&hl=ptBR&ei=9lbQTZicCYG3tgfJ7viqAw&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=1&ved=0CC4Q6AEwAA.

Repetir o que foi comprovado por meio das experiências práticas aqui descritas parece-me redundante. Mais valioso seria, neste momento, analisar os problemas e as frustrações em busca de propostas para as soluções, já pensando na continuação e aprofundamento da pesquisa.

Refletindo sobre as conclusões da pesquisa, percebi, por exemplo, que apesar do *Gong Fu* nos fornecer indubitáveis possibilidades de reflexão sobre o fazer artístico, ainda não tivemos condições de avaliar sua eficiência numa montagem realista de peças do repertório realista. Nestes processos, a construção do personagem parte do texto e é fiel a ele, este fator pode, muitas vezes, restringir a utilização de uma gestualidade diferente da usual. Seria ainda mais difícil recriar elementos da gestualidade do *Gong Fu* ao ponto de que se tornem coerentes e verossímeis com uma atuação realista da personagem Olga da peça *As três irmãs*, de Tchekov, por exemplo. Não era nossa intenção verificar esta possibilidade ao longo da pesquisa, contudo ela se coloca como mais um caminho a ser percorrido.

Outra de minhas conclusões se refere ao processo de aprendizado do *Gong Fu*. Acredito que ele pode ser facilitado por meio de ensino das bases dentro da sequência de movimentos e das formas. Nos treinos de *Gong Fu*, aprendemos as bases praticando-as nas formas, o que possibilita a percepção da aplicação e da fluência dos golpes marciais. Inicialmente considerei as formas muito complexas e acreditei que os estudantes teriam dificuldade em aprendê-las. Minha premissa se mostrou verdadeira. Contudo, após a experiência com os atores, percebi que o processo iniciado através do ensino das formas é proveitoso, pois permite a utilização da estrutura destas na criação de cenas, facilitando o processo criativo dos atores. Ao encontrar uma estrutura pronta os artistas se preocupam “apenas” com sua recriação, e não na sua construção.

Os estudantes de teatro tiveram dificuldades para conseguir realizar o gesto-golpe, contracenar com os colegas e ainda escolher o momento em que este gesto-golpe seria inserido na cena. Os atores, entretanto, aprenderam a sequência e a forma, utilizando sua estrutura para criar cenas individuais. Posteriormente, após a desconstrução da forma original, momento em que os atores já haviam incorporado minimamente aquela gestualidade, inserimos os improvisos coletivos. Mesmo que a cena coletiva não tenha sido aprimorada devido à falta de tempo para mais ensaios, ninguém expressou grandes dificuldades neste processo, pois já havíamos nos

familiarizado com os movimentos durante a criação individual. Desta forma, posso estabelecer duas regras que devem ser levadas em consideração no momento da sistematização do treinamento com o *Gong Fu*: 1) O trabalho individual de apreensão e desconstrução da gestualidade marcial deve preceder o trabalho de improvisação coletiva, a fim de permitir um melhor aproveitamento e otimização do processo. 2) O aprendizado das bases deve ocorrer dentro das sequências ou forma, pois assim o ator já encontra uma estrutura pronta para ser recriada, o que facilita também a percepção da fluência dos movimentos.

Um desejo deu origem a esta pesquisa, o de unir duas artes: teatro e *Gong Fu*. O estabelecimento dessas duas regras demonstra o anseio de perpetuar a pesquisa, e o início de uma sistematização que harmonize o diálogo entre as artes. Como um desejo profundo e sincero, rendeu frutos, mostrados ao longo destas páginas e vídeos, cujos formatos, às vezes, me parecem ainda insuficientes para expressar tantas intensidades. O desejo continua a reverberar... seu eco produz novas aspirações, vontades... de continuar, percorrer novos caminhos, experimentar, mergulhar a fundo e dialogar... Compartilhar com outras pessoas.

Foi isso que me moveu. É isso que me mantém em movimento.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ACEVEDO, William; GUTIÉRREZ, Carlos.; CHEUNG, Mei. *Breve Historia del kung fu*. Madrid: Nowtilus, 2010.

ALENCAR, Eunice.; FLEITH, Denise. *Criatividade: múltiplas perspectivas*. Brasília: Editora da UnB, 2003.

ALENCAR, Cesário. *Artes marciais utilizadas no treinamento para o começo da partida do(a) atuante*. Em Revista Digital Art& - ano II, número 02. Outubro, 2004. Disponível em: <http://www.revista.art.br/site-numero-02/apresentacao.htm>. Acessado em Novembro de 2010.

ANDRAUS, Mariana B. *Kungfu Wushu: Luta e Arte*. São Paulo: Annablume, 2010.

ANDRAUS, Mariana B. *A poesia da luta: um olhar voltado para a gestualidade do estilo de Gong Fu louva-a-deus como estímulo para uma criação coreográfica*. Dissertação (Mestrado) – Universidade de Campinas, Campinas: 2004.

APOLLONI, Rodrigo W. “*Shaolin à brasileira*” – *Estudo sobre a presença e a transformação de elementos religiosos orientais no king fu praticado no Brasil*. Pontífica Universidade de São Paulo, São Paulo: 2004.

BARBA, Eugenio. *A canoa de papel: Tratado de Antropologia Teatral*. Trad. Patrícia Alves. 2º Edição. Brasília: Teatro Caleidoscópio, 2009.

_____. *Terra de cinzas e diamantes: a minha aprendizagem na Polônia*. Trad. Patrícia Furtado de Mendonça. São Paulo: Perspectiva, 2006.

_____; SAVARESE, N. *A arte secreta do ator: Dicionário de Antropologia Teatral*. Trad. Luís Otávio Burnier (supervisão). São Paulo: Hucitec, 1995.

BARUCHA, Rustom. *Theatre and the world: Performance and the politics of culture*. London: Routledge, 1993.

BENEDETTI, Robert. Prefácio. In ZARRILI, Phillip (org.). *As artes marciais asiáticas no treinamento do ator*. Trad. (em andamento) de Cesário Augusto. Centro Publicação Seriada de Estudos Sul Asiáticos Universidade de Wisconsin-Madison: s/l, 1993.

BENEDETTI, Jean. *The Ritual Actor. In The art of actor – The essential history of acting, from classical times to present day*. Routledge, NY, 2007 (p. 221 a p. 232).

BERTHOLD, Margot. *História Mundial do Teatro*. Trad. Clóvis Garcia, J. Guinsburg, Maria Paula V. Zurawski. São Paulo: Perspectiva, 2006.

BOGART, Anne. *The Viewpoints Book*. Theatre Communications Groups, 2005.

BONFITTO, Matteo. *O ator-compositor: as ações físicas como eixo: de Stanislávski a Barba*. São Paulo: Perspectiva, 2009.

- BRAUN, Edward (trad. e org.). *Meyerhold on Theatre*. Londres: Methnen, 1991.
- BROOK, Peter. *A porta Aberta: reflexões sobre a interpretação e o teatro*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2008.
- BURNIER, Luís. O. *A arte de ator da técnica à representação: elaboração, codificação e sistematização de técnicas corpóreas e vocais de representação para o ator*. Campinas: Editora da Unicamp, 2001.
- CANCLINI, Nestor. G. *Culturas híbridas: estratégias para entrar e sair da modernidade*. Trad. Heloísa Pezza Cintrão e Ana Regina Lessa. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 2008.
- CHIA, Mantak. *Chi Kung da camisa de ferro*. Tad. Henrique Amat Rêgo Monteiro. Org. Judith Stein. São Paulo: Editora Cultrix, 2005.
- CONAWAY, Linda. Image, Idea, and Expression: T'ai Chi and Actor Training. In: RUBIN, L. (Org.) *Movement for the actor*. New York: Drama Book Specialists, 1980. p. 51 p. 69.
- CROUCHER, Michael; REID, Howard. *O Caminho do Guerreiro : o paradoxo das artes marciais*. Trad. Marcelo Brandão Cipolta. São Paulo: Editora Cultrix, 2009.
- CURI, Alice S. *Por uma tao expressividade: processos criativos em trânsito com matrizes taoístas*. Tese (Doutorado em Artes Cênicas) – Poética e processos de encenação, Universidade Federal da Bahia, Salvador. 2007.
- DAVINI, Silvia. *Cartografias de la voz em el teatro contemporâneo*. Bernal: Universidad nacional de Quilmes, 2007.
- DAMASIO, Antônio. *O erro de Descartes: emoção, razão e o cérebro humano*. Trad. Dora Vicente e Georgina Segurado. Companhia das Letras: São Paulo, 2007.
- DELEUZE, Gilles; GUATARRI, Félix. *Mil Platôs: capitalismo e esquizofrenia - volume 1*. Trad. de Aurélio Guerra Neto e Celia Pinto Costa. São Paulo: Ed. 34, 4ª reimpressão – 2006.
- ELIADE, M. *O sagrado e o profano*. Trad. Rogério Fernandes. São Paulo: Martins Fontes, 1992.
- FAN, Won.Hon. *História do estilo louva a deus: a invenção e o desenvolvimento do louva-a-deus-do-norte – Escola de boxe chinês*. Trad. Compl. para o inglês: Mestre Tony Chuy. Trad. para o português: Alex Victor de Lima. Jornal da Associação dos Estudantes de Artes Marciais Tony Chuy, Nova Iorque, 2ª ed., 2001. Disponível também em: www.brendanlai.com.
- FARRETER MORA, José. *Dicionário de Filosofia*. V.1. Buenos Aires: Sudamericana, 1975.
- FERRACINI, Renato. *A arte de não interpretar como poesia corpórea do ator*. Campinas: Ed. Unicamp, 2001.

_____ *O corpo cotidiano e o corpo-subjétil: relações*. Anais do III Congresso Brasileiro de Pesquisa e Pós-Graduação em Artes Cênicas (ABRACE). Florianópolis, 2003. Memória ABRACE VII. Disponível em: <http://www.renatoferracini.com/home/pos/artigos>. Acessado em Setembro de 2010.

FLASZEN, Ludwik.; POLLASTRELLI, Carla. (Org.) *O Teatro Laboratório de Jerzy Grotowski 1959- 1969*. Trad. Berenice Raulino. São Paulo: Perspectiva; SESC SP; Fondazione Pontedera Teatro, 2007.

FOUCAULT, Michel. *Vigiar e punir: nascimento da prisão*. Trad. De Ligia M. P.Vassalo. 3ª ed. Petrópolis: Editora Vozes, 1984.

GRAÇA, Eduardo. *Dançando com os girassóis*. Revista *Bravo*. Ed. 158 (Outubro de 2010).

GWIN, Peter. *Batalha pela alma do kung fu*. Revista *National Geographic*. Edição. Outubro de 2010. Disponível em: <http://viajeaquia.abril.com.br/national-geographic/edicao-127/edicao-127-kung-fu-templo-shaolin-mudancas-artes-marciais-599401.shtml>. Acessado em Outubro de 2010.

GRANET, Marcel. *O Pensamento chinês*. Trad. Vera Ribeiro. 3ª reimpressão. Rio de Janeiro: Contraponto, 2008.

GROTOWSKI, Jerzy. *Em busca de um teatro pobre*. Trad. Aldomar Conrado. 3ª ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1987.

HSUAN-NA, Tai. *Ideogramas e a cultura chinesa*. São Paulo: Realizações, 2006.

HERRIGEL, Eugen. *A arte cavalheiresca do arqueiro zen*. Trad. J.C. Imael. São Paulo: Pensamento, 2006.

LAI, Brendan. *Entrevista a revista Inside kung fu magazine*. Trad. de Marcelo Gabriel e Lara Saraiva. Disponível em: <http://www.brendanlai.com/site/?q=node/19>. Acessado em Outubro de 2010.

LAURENTIZ, Paulo. *A Holarquia do pensamento artístico*. Campinas: Editora da Unicamp, 1991.

LEE, Bruce. *The tao of gung fu: A study in the way of Chinese Martial Art*. Edited by John Little. Rutland, Vermont: Tuttle Publishing, 1997.

LE BRETON, Davi. *Antropologia del corpo y modernidad*. Buenos Aires: Nueva Vision, 2002.

LIPOVETSKY, Gilles; CHARLES, Sébastien. *Os tempos hipermodernos*. Tad. Mario Vilela. São Paulo: Barcarolla, 2004.

MATSUMOTO, Roberta K. *Imagens e corpos em movimento*. In COSTA, Cléria B. da et alli. (org.). *Contar história, fazer História - História, cultura e memória*. Brasília: Paralelo 15, 2003 (p. 221 a p. 234).

MENDONÇA, Maria B. *Improvisação performativa e a arte de Étienne Decroux*. VI Congresso de pesquisa e pós graduação em Artes Cênicas (ABRACE). São Paulo, 2010. Disponível em: <http://www.portalabrace.org/vicongresso/territorios/Bya%20Braga%20-%20Improvisa%20e%20a%20arte%20de%20%C9tienne%20Decroux.pdf>. Acessado em Fevereiro de 2010.

NAZARIO, Luís. Quadro Histórico do pós-modernismo. In: GUINSBURG, J; *O pós-modernismo*. São Paulo: Perspectiva, 2005 (p. 23 a p. 70).

NICHOLS, Richard. *Empty-Handed Combat in the actor Training Program*. In: RUBIN, L. (Org.) *Movement for the actor*. New York: Drama Book Specialists, 1980 (p. 87 a p. 98).

_____. As artes marciais asiáticas como um “caminho” para atores. In ZARRILI, P. (org.). *As artes marciais asiáticas no treinamento do ator*. Trad. (em andamento) de Cesário Augusto. Centro Publicação Seriada de Estudos Sul Asiáticos Universidade de Wisconsin-Madison: s/l, 1993.

NUNES, Sandra M. *O corpo que pensa: o treinamento corporal na formação do ator*. Dissertação (Mestrado) - Comunicação e Semiótica, Pontífca Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 1998.

OLIVEIRA, Joana A. *Catirina, o Boi e sua vizinhaça* – elementos da performance dos folguedos populares como referência para os processos de formação de ator. Dissertação (Mestrado) – Processos Compositivos para a cena, Universidade de Brasília: Brasília, 2006.

PAVIS, Pavis. *Dicionário de Teatro*. Trad. J.Guinsburg e Maria Lúcia Pereira. São Paulo: Perspectiva, 2007.

PINHO, Márcia. D. *Quando a Dança é Jogo e Intérprete é Jogador: do corpo ao jogo do jogo à dança*. Tese de Doutorado em Artes Cênicas, Universidade Federal de Salvador-UFBA, Salvador, 2009.

PRONKO, Leonard C. *Teatro: leste e oeste*. São Paulo: Perspectiva, 1986.

OSTROWER, Fayga. *Criatividade e processos de criação*. 12^a ed. Petrópolis: Vozes, 1997.

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

RENGEL, Lenira. *Dicionário Laban*. São Paulo: Annablume, 2003.

ROLNIK, Sueli. *Cartografia Sentimental: transformações contemporâneas do sujeito*. Porto Alegre: Editora da UFRGS; Sulina, 2006.

ROUBINNE, Jean Jacques. *A arte do ator*. Trad. Yan Michalski e Rosyane Trotta. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, (19--).

SAID, Edward. *O Oriente como invenção do Ocidente*. São Paulo: Companhia das Letras, 2007.

SAVIANI, D. Educação: do senso comum à consciência filosófica. 8ª Ed. São Paulo: Cortez; Autores Associados, 1986.

SCECHNER, Richard. *A new paradigm for theatre in academy*. TDR (The Drama Review). New York: New York University.

SILVA, D.; CARRERA, A. Processos criativos do teatro de grupo: investigando diálogos e papéis do ator. Projeto de Pesquisa do CEART/UEDESC. (200-?). Disponível em: <http://www.ceart.udesc.br/pesquisa/Cenicas/daniel%20-%20AC.pdf>. Acessado em Setembro de 2010

STANISLAVISKI, Constantin. *A criação de um papel*. Trad. de Pontes de Paula Lima. 9ª ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2007.

_____. *A preparação do ator*. Trad. de Pontes de Paula Lima. 18ª ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2008.

TSE, Lao. *Tao Te King*. Tradução e notas: Huberto Rohden. São Paulo: Martin Claret, 1984.

WATTS, Allan. *O espírito do zen: um caminho para a vida, trabalho e a arte no Extremo Oriente*. Trad. Murillo Nunes Azevedo. Porto Alegre: L&PM Pocket, 2008.

Sites consultados:

www.brendanlai.com

www.espacolaikungfu.com.br

www.faced.ufba.br

<http://viajeaqui.abril.com.br/national-geographic/>

www.lumeteatro.com.br

www.wikipedia.com.br

www.pierreweil.pro.br

www.youtube.com

Material audiovisual:

LEE, Ang. *Eat Drink Man Woman* (“Comer, Beber, Viver”). Direção de Ang Lee. Taiwan. 1994. VHS, 123min.

LEE, Ang. *Pushing Hands* (“A arte da Vida”). Direção de Ang Lee. Taiwan/China. 1992. DVD, 105min.

LEE, Bruce. Entrevista concedida a Pierre Breton no programa *The Pierre Breton Show*. 1971. Hong Kong. Disponível em: http://www.youtube.com/results?search_query=Bruce+Lee+The+lost+interview&aq=f. Acessado em Agosto de 2010.

MINKOFF, Robert. *Forbidden Kingdom* (“O reino proibido”). Direção de Rob Minkoff. Estados Unidos. 2008. DVD, 113 min.

ROY, N. *Les Deux Voyages de Jacques Lecoq*. Produção de Online Productions. Paris. (19--?) DVD, 45 min.

LUME Teatro. *Shi zen 7 cuias* Grupo LUME Teatro. Brasil. 200-. DVD, 81 min.

TAKITA, Yojiro. *Okubirito* (“A partida”). Direção de Yojiro Takita. Japão. 2009. DVD, 130 min.

YIMOU, Zhang. *Ying Xiong* (“Herói”). Direção de Zhang Yimou. China. 2002. DVD, 96min.

ZHANG, Yimou Z. *Da hong deng long gau gau gua* (“Lanternas Vermelhas”). Direção de Yimou Zhang. China/ Hong Kong/ Taiwan. 1991. DVD, 125min.

ZWART, Harold *The Karate Kid* (Karate Kid). Direção de Harold Zwart. E.U.A/China. 2010. DVD, 140min.

