

# Treinamento Pré-Expressivo, Biomecânica e Ações Físicas – Labor e Arte do Atuante<sup>1</sup>

*Murilo Freire // Diretor-Orientador // Labô-Espetáculo*

Quando em julho de 1999 o ator Murilo Freire, então estudante do curso de Educação Artística – Artes Cênicas da Universidade Federal de Pernambuco – UFPE, emigrou à França, saiu disposto a encontrar-se num grupo, companhia, ou centro de estudo, onde pudesse desenvolver sua técnica de ator. Tendo adquirido o contato, em teoria, com os trabalhos de grandes mestres contemporâneos como Stanislavski, Meyerhold, Brecht, Artaud, Grotowski, Brook, Barba, Boal (os velhos conhecidos...), sabia intuitivamente que deveria buscar um trabalho como o proposto pela Antropologia Teatral, que possibilitasse treinar seu principal instrumento de atuação, o corpo, adestrar o gesto, a voz, aprender a se comunicar através de sua arte: o Teatro.

Dois anos de peregrinação por trabalhos diversos, foi finalmente em 2001, quando licenciando em Artes do Espetáculo na Universidade de Paris-8 Vincennes/Saint-Denis, que Freire encontrou o “El Dorado”, ou ao menos descobriu o início do caminho.

---

1. Termo utilizado pelo polonês Jerzy Grotowski na fase final de seu trabalho, para definir o artista, seja ele ator, ator-bailarino, dançarino, comediante, mímico, circense e outros, cuja arte é a da representação em vida, diante do público e que tem o corpo como instrumento primeiro de seu trabalho, aquele que atua: o atuante.

Como ator-pesquisador do grupo A.R.T – Vivant, sob a direção do Mestre espanhol Jorge Lapeña, foi de fato iniciado num método sistemático de treinamento e pesquisa sobre o campo da Pré-Expressividade, entrando pela primeira vez em contato prático com o trabalho sobre as Ações Físicas. No ano seguinte, de passagem em sua “terrinha” e autorizado por seu Mestre a trabalhar com atores, sob os aspectos dos quais já tivesse compreensão acerca do método desenvolvido em seu grupo, conhece a atriz, dançarina e produtora Virginia Brasil, iniciando-se, então, uma parceria única, dentro e fora da sala de trabalho, tendo como resultado na época, um experimento cênico que, dada a sua natureza, ao mesmo tempo espetacular e didática, foi batizada de Laboratório-Espetáculo. No mesmo ano, os dois juntam-se ao camaronês Bob James Eboumbou e se inicia, ainda na Universidade de Paris-8, um trabalho no intuito de formar um grupo internacional de teatro, chegando a trabalhar com uma dezena de pessoas de nacionalidades diversas. Nasce então o Labô-Espetáculo, com o objetivo principal de desenvolver uma pesquisa prática biomecânica da arte do ator, sob orientação da Antropologia Teatral e da Etnocologia, tendo como eixos de trabalho a formação e preparação do atuante, a criação artística e a produção intelectual documentada.

No “estudo do comportamento do ser humano quando ele usa sua presença física e mental numa organizada de representação e de acordo com princípios que são diferentes dos usados na vida cotidiana” (Barba, 1995), sendo essa “utilização extra-cotidiana do corpo o que chamamos de técnica” (Ibid.), somos levados ao estudo do próprio Homem. Pensamos darwinianamente o ser humano como o resultado natural do corpo humano, espécie de mamífero que adestrou sua coordenação motora, pôs-se de pé e passou a olhar o mundo de frente, desenvolvendo assim consideravelmente seu cérebro e uma extraordinária capacidade de observação, compreensão e adaptação à natureza, da qual é apenas parte integrante. Partimos de um incipiente, porém concreto entendimento do funcionamento do corpo em situação de representação organizada, cotidiana e extra-cotidiana, que nos fez compreender a dicotomia entre o que chamamos de corpo material – carne e ossos – e o corpo imaterial – espírito, alma, consciência. Acreditamos, porém, não ser esta a única ‘divisão’ do corpo humano. O corpo imaterial – consciência – constitui, certo, um corpo em si, independente, capaz de abandonar os limites do corpo material e viajar por outros espaços, ver e vivenciar outras situações, concretizando-se na suspensão do ar – matéria invisível, mas perceptível, composta por átomos livres. Já o corpo material, este não constitui uma unidade, mas uma tríade de funções orgânicas fundamentais: física, racional e sensorial. Esse entendimento, no entanto, é meramente teórico e especulativo, pois, na prática, as coisas não

acontecem exatamente assim, uma após a outra, mas tudo ao mesmo tempo, num só corpo orientado pela consciência. Eis aí outro ponto: o corpo material, em suas três funções, é coordenado pela consciência (não pela razão, como se costuma pensar); e é esta consciência, que nos faz sermos Humanos, diferente das demais espécies de animais. Atenção! Apenas diferentes das demais espécies, nem mais fortes, nem superiores, ou mais inteligentes. Nem mesmo nascemos prontos para a vida, mas inteiramente dependentes até cerca de um ano após virmos ao mundo – tal qual os pássaros, mas estes, ainda assim, ganham asas mais rápido que nós. Possuímos a penas uma capacidade além: a consciência. Esta consciência por sua vez só pode existir num corpo vivo. Buscamos, pois, o desenvolvimento técnico de uma musculatura sensível e racionalmente organizada dirigida pela consciência, ou o “Duplo” como diria Artaud. “Somos dois: um pássaro que bica e outro que observa” (Grotowski, 1995). Buscamos estudar e desenvolver esta esquizofrenia necessária ao atuante, no sentido de se adquirir, por mais paradoxal que possa parecer, um *corpo passivo*, ou seja, sempre pronto e disposto a agir, quando requisitado por um *espírito ativo*.

Faz-se então necessário que este corpo seja preparado para realizar tal ato. É grande a sua responsabilidade. Em todas as culturas desenvolveram-se métodos de transmissão, orais ou escritos, aculturados e inculturados, visando o aprimoramento técnico do atuante, todas ressaltando a importância de se ter um corpo capaz de comunicar formal e precisamente, todo o universo interior e simbólico do personagem, em gesto e voz. Na busca por métodos de preparação do seu instrumento de trabalho (corpo), o atuante recorre muitas vezes a técnicas não necessariamente teatrais de treinamento físico e vocal – yoga, tai-chi, tenchi, artes-marciais, esportes, dança, circo, canto (lírico ou popular), música, etc. Mas o que o ator está procurando nestas disciplinas? Que vantagens para sua arte serão propiciadas por tais técnicas? Seguramente benéficas para o corpo humano, em que elas são úteis para o desenvolvimento de um corpo dilatado, necessário em cena? Como deve o atuante aborda-las? Certamente, qualquer atuante que siga com profundidade, por exemplo, uma formação em yoga, terá habilidades corporais outras que as de uso cotidiano. No entanto, se não estiver consciente do que está buscando na yoga, estabelecendo uma relação direta com sua atividade artística, poderá tornar-se um excelente Yogui, mas saberá ele aplicar tais conhecimentos no palco?

---

2. Treinamentos existem vários e de variados métodos, com nomenclaturas diferentes segundo o grupo que os aplica – “Treinamento Energético” ou “Treinamento Técnico”, como os aplicados pelo LUME, por exemplo. Chamamos o nosso apenas de “Treinamento Pré-Expressivo”, sendo este técnico ou energético, segundo a necessidade de trabalho a ser feito pelo atuante.

Desenvolvemos e aplicamos um *Treinamento Pré-Expressivo*<sup>2</sup>, físico, plástico e vocal, baseado em técnicas corporais diversas como hata-yoga, acrobacia, artes-marciais, capoeira, dança, reconhecimento e controle do funcionamento da coluna de ar, pesquisa dos campos vibratórios, dicção, articulação e busca da organicidade da voz. É através deste treinamento que o atuante é conduzido à *Pesquisa Biomecânica*. Entendemos a Biomecânica de Meyrehold como sendo mais do que simplesmente exercícios ou uma forma de treinamento proposta pela Mestre russo. Para nós, significa o estudo da Bio (vida) Mecânica (funcionamento, movimento), sendo então, o funcionamento-da-vida-em-movimento, ou ainda o movimento-da-vida-em-funcionameto. Assim sendo, o Treinamento Pré-Expressivo é, antes de tudo, uma via de auto-conhecimento, onde, através da aplicação consciente e do estudo da ação dos *Princípios Pré-Expressivos*, o atuante poderá desenvolver-se em sua “técnica pessoal” (Burnier, 2001), “aprendendo a aprender” (Barba, 1995) e compreendendo sua biomecânica; dinamizando suas energias potencias, articulando sua sensibilidade no espaço e no tempo por meio de suas ações físicas e vocais, no espaço-tempo de um momento, de maneira a expressar-se, comunicar-se, a um público presente e vivo, tendo como resultado “a eliminação do lapso [espaço] de tempo entre impulso interior e reação exterior, de modo que o impulso se torna já uma reação exterior” (Grotowski, 1976).

Estudamos, pois, a cena, mas não simplesmente da forma como a palavra é comumente entendida. Nosso conceito, refere-se ao próprio sentido da palavra ‘cena’, que, como lembra Pradier, é oriunda do grego, ‘skenos’ [‘skênê’], em seu sentido arcaico, definindo tanto o espaço cênico, quanto o corpo humano, evocando, pois, a “dimensão orgânica da atividade simbólica, numa perspectiva universal que transcende às particularidades culturais” (Pradier, 1999). “Pradier Lembra-nos que a palavra skênê significa tanto corpo quanto o lugar por ele ocupado” (Vasconcelos, 2002). Neste sentido podemos falar tanto no espaço onde a cena se desenvolve e suas divisões (espaço cênico x espaço do público, ator x espectador), quanto no próprio corpo como espaço definido, delimitado por si mesmo. Nessa lógica, um espaço (corpo) que ocupa o próprio espaço (cênico) – um espaço dentro do outro. Assim sendo, se a cena é o espaço onde ela mesma se desenvolve, podemos falar de uma cena desenvolvida dentro do próprio corpo (cena), o que nos remete também a uma dupla noção do tempo: o que é percebido de dentro da cena (corpo humano) e o que existe além dela (tempo cronológico real), no qual a própria cena (em ambos os sentidos) se inscreve. Estamos, então, falando de consciência, já que a percepção do tempo e da ação deste no que compõe o espaço, é característica dos seres dotados daquela. “Skenos é tomado aqui no seu sentido arcaico para evocar o corpo

humano e sua relação dinâmica com a alma” (Pradier, *Ibid.*). Existe também, a noção de cena tal como se é entendida atualmente, como sendo o que se mostra no palco, nas cerimônias religiosas, de magia ou xamânicas, situações cotidianas, ou na tela: as estórias, ações, diálogos, os gestos, as posturas, os ritmos, luzes, música, cenário, indumentária, etc. – matéria poética e/ou resultado estético. “Na contemporaneidade, este sentido tornou-se dominante” (Vasconcelos. *Ibid.*). Esta noção amplia ainda mais o sentido epistemológico de cena (*skenos*), compondo um corpo em si um corpo poético/estético, com um espaço-tempo próprio. A cena é, então, um espaço (cênico), que mostra um espaço (poético/estético), composto por um espaço (corpo); os três transitando entre os tempos, poético e real.

Nossa pesquisa sobre a cena, como dito, segue certas leis, chamadas de Princípios Pré-Expressivos, nos dedicando, pois, ao estudo dos efeitos cênicos (no corpo do atuante e deste no espaço) de sua aplicação consciente. A palavra “princípio” é definida por: “s.m. Começo, origem, fonte / fis. Lei de caráter geral que rege um conjunto de fenômenos verificados pela exatidão de suas conseqüências: princípio de equivalência. / – s.m.pl. Regra de conduta, maneira de ver./ Regras fundamentais admitidas como base de uma ciência, de uma arte, etc.” (Koogan-Larousse) Em nosso trabalho no Labô-Espetáculo, todas essas definições podem ser aplicadas: servem de base para a nossa ciência, que é nossa arte; regem o fenômeno teatral com conseqüências comprovadas; são a base de uma conduta, que acreditamos ser a ideal para o fazer teatral, mas é apenas um ponto de vista – o nosso; são o ponto de partida para o nosso entendimento do que fazemos – teatro.

Os princípios, todos emprestados à natureza, ao servirem à ciência do teatro, podem ser distribuídos em dois grupos: os aculturáveis e os inculturantes. O primeiro grupo, os aculturáveis, é composto por aqueles que são aplicados artificialmente ao treinamento, de modo a serem absorvidos pelo ator e reproduzidos em cena (compreendida em seu amplo senso epistemológico, referindo-se ao que se passa dentro do corpo do ator, do corpo poético/estético, e do corpo do espaço cênico), que é uma representação artificial e conscientemente elaborada, por artistas, da vida. São assim chamados porque sua aplicação se dá por um processo de aculturação. Neste grupo, dentre os princípios que já nos foram revelados, estão a precisão, a fluidez, o desequilíbrio, o risco, a mudança de direção, a variação dinamorítmica, a decisão, o silêncio, a escuta afetiva, a imobilidade-móvel (*sat*), a oposição, a condensação (*tamerul raccourssi*), a omissão, a respiração, o olhar, o alongamento, a tensão e a equivalência.

O segundo grupo, os inculturantes, são aqueles princípios que, independentemente de nossa vontade, agem sobre a vida, a natureza e sobre a arte. Esse segundo grupo não é tanto aplicado artificialmente ao treinamento, mas a consciência de sua existência e influência é que pode ser aplicada, permitindo que se aja sobre eles, interrompendo ou potencializando a ação de tais princípios. Estes são assim chamados porque sua influência encontra-se na epigênese de toda a criação, fundamentando toda a ordem e fenômenos naturais, todos os seres que pertencem à natureza, bem como a organização destes em seus respectivos grupos – bandos, cardumes, famílias, sociedades... Promovem o próprio processo de inculturação. Deste grupo, enquanto ainda não descobrimos outros, temos investigado o espaço-tempo, o *jo-ha-kyu* (que pode ser usado, como exercício, de maneira aculturada, apesar de permanecer inculturante), a circularidade, a linearidade, a expansão-retração, o detalhe e a equivalência.

Percebemos que há, pois, um caso particular de princípio: a equivalência. Segundo o pensamento de Eugenio Barba, aplicar a equivalência está ligado a encontrar modos de fazer próprios da cena, para ações realizadas diferentemente no cotidiano. Encontramos, também, a equivalência sob o ponto de vista físico-químico, ligada à lei de ação e reação, ou ainda o “efeito borboleta”, segundo o qual uma borboleta que bate as asas em Tóquio faz chover em Nova York. Neste sentido, de maneira inculturante, para cada ato físico desempenhado pelo Homem, há sempre uma resposta racional (pensamento, lembrança, imagem) e também sensorial como resultante, bem como para ato racional uma relação sensorial e física, ou para cada sensação um ato racional e outro físico. Assim sendo, em nosso trabalho, o estudo da *equivalência inculturante* mostra-se fundamental para que o atuante possa, assim, reconhecer o processo que leva até a expressão pretendida com maior clareza de detalhes, possibilitando, então, que seja reproduzido.

Outro ponto, que não chaga a ser uma discordância, mas uma particularidade em nossa abordagem aos princípios, refere-se à questão da *dilatação*. Concordamos inteiramente que a dilatação corporal seja, não apenas um resultado almejavável de um bom desempenho do atuante, mas, sobretudo, fator determinante para que se ateste a qualidade de sua presença em cena. No entanto, não entendemos a dilatação como um princípio em si, nem aculturável nem inculturante, mas o resultado obtido pela aplicação e ação destes sobre o atuante. Acreditamos que, num sentido etnocenológico, sendo o corpo e o espaço (*skenos*) um único Todo, estar presente em cena (palco) implica primeiramente em estar presente em si mesmo, donde, através da aplicação dos princípios, consciente ou inconscientemente, atinge-se então, não apenas um corpo, mas uma consciência dilatada.

Tais teorias permanecem, no entanto, meras abstrações se não forem postas à prova e comprovadas na prática, por meio de um trabalho realizado cotidianamente, dado que “compreender algo significa entender o seu funcionamento na prática” (Richards, 1995).

Tão pouco, pretendemos que sejam verdades absolutas, pois não existe um único caminho correto a ser seguido, muito menos sermos originais naquilo que propomos. Cada um deve ser capaz de desenvolver sua própria técnica, posto que, “como disse Sartre, cada técnica conduz a uma metafísica” (Grotowski, 1976). “Estamos apenas começando, a partir do ponto donde outros já chegaram. Não há nada de original no que fazemos, meros ladrões que somos” (Freire, 2004).

*Recife, 16 de agosto de 2006.*

