

BATISTA. Renata Mazzei. O *aikido* e a capoeira como fontes de inspiração para o trabalho do ator. São Paulo: ECA-USP. USP; doutorado; Armando Sérgio da Silva. Bolsista Demanda Social; CAPES. Ator; diretor.

RESUMO

Esta pesquisa tem como objetivo a elaboração de procedimentos a partir de elementos extraídos do *aikido* e da capoeira, artes marciais japonesa e brasileira respectivamente, que auxiliem o ator em seu processo de criação cênica, preparando-o psicofisicamente, ampliando seu repertório técnico e artístico, potencializando suas ações e estimulando sua criatividade. Todo o processo prático visa à construção de uma dramaturgia concebida pelo ator composta por ações, objetos, relações, textos, músicas, dentre outros elementos que integram a cena. Como apoio para o estudo teórico-prático recorreremos aos pesquisadores: Rudolf Laban e seu trabalho sobre os fatores do movimento, Alva Noe e sua teoria sobre percepção como ação e Martin Buber que apresenta a relação direta, imediata e recíproca por meio das palavras princípio Eu-Tu. Esta pesquisa, portanto, se alimenta do diálogo entre o *aikido* e a capoeira para a criação de estratégias que apontem caminhos para a ampliação do potencial expressivo e criativo do ator de modo que ele se sinta mais amparado e potente em seu trabalho.

PALAVRAS-CHAVE: AIKIDO.CAPOEIRA.ATOR.CORPO.PREPARAÇÃO

ABSTRACT

This research aims at the development of procedures based on elements extracted from aikido and capoeira, Japanese and Brazilian martial arts respectively, which help the actor in his scenic creation process, preparing him psychophysically, expanding its technical and artistic repertoire, enhancing their actions and stimulating their creativity. All the practical process aims at a dramaturgy construction conceived by the actor, composed of actions, objects, relations, text, music and other elements that make up the scene. As support for the theoretical and practical study we used the researchers: Rudolf Laban and his work on the movement's factors, Alva Noe and his theory about perception and action and Martin Buber who presents the idea of a direct, immediate and reciprocal relationship through the words I and Thou. This research, therefore, is fed with the dialogue between *aikido* and capoeira in order to create strategies that indicate ways to expand the expressive and creative potential of the actor so that he feels more powerful and supported in the work.

KEY-WORDS: AIKIDO.CAPOEIRA.BODY.PREPARATION

Esta pesquisa tem como objetivo a elaboração de procedimentos a partir de elementos técnicos, filosóficos e culturais extraídos do *aikido* e da capoeira, artes marciais japonesa e brasileira respectivamente, que auxiliem o ator em seu processo de criação cênica, preparando-o corporalmente,

ampliando seu repertório técnico e artístico e potencializando sua criatividade. Elementos técnicos para esta pesquisa são todos os movimentos definidos e praticados por estas artes marciais como golpes e esquivas e nomeados especificamente. Os demais elementos mencionados dizem respeito ao contexto social e cultural que embasou o surgimento destas artes dando a estrutura que elas têm hoje. Dessa forma, pretendemos desenvolver um trabalho com foco no ator que envolva o corpo em várias dimensões, visando não apenas os processos físicos, mas também os psíquicos, sem divisões ou fragmentações.

Convém neste ponto esclarecer que o corpo nesta pesquisa é entendido como uma unidade onde as partes mental e física estão atuando em conjunto e se afetando mutuamente. Por esta razão, quando dizemos corpo nos referimos aos processos físicos e psíquicos como partes integrantes de um todo que trabalha em conexão. Merleau-Ponty explica que “estou em meu corpo, ou antes *sou meu corpo* [grifo nosso] (...)” (MERLEAU- PONTY, 1999, p. 208). O ser humano, a partir dessa concepção, é portanto, um todo indivisível que pensa, age e sente simultaneamente. Para explicar esse fenômeno este filósofo utiliza o termo ‘corpo-vivo’ que é o corpo-subjetivo, que experencia, que vivencia o que acontece a seu redor, e que torna possível a percepção do mundo e a ação sobre ele por meio de suas funções sensório-motoras. Temos, portanto, que o ser deve ser compreendido em toda a sua complexidade psicofísica e pelas inter-relações entre si e o mundo externo com o qual interage. Essas interações podem ser de natureza biológica, afetiva, histórica, cultural, estética, linguística, dentre outras que compõem o ambiente que é freqüentado por este ser. Merleau-Ponty ainda explica que “o homem está no mundo, é no mundo que ele se conhece (...) é sujeito consagrado ao mundo (...) O mundo é não aquilo que eu penso, mas aquilo que eu vivo; eu estou aberto ao mundo, comunico-me indubitavelmente com ele (...)” (p. 6,14) Temos, portanto, que, para que a compreensão do corpo seja mais completa, faz-se necessário entendermos também o entorno com o qual ele se relaciona.

Contemporaneamente, diversos outros filósofos aproveitaram alguns aspectos da obra de Merleau-Ponty e desenvolveram suas teorias no que diz respeito ao conceito de corpo. Um destes filósofos é Alva Noe (2009) que explica que “o corpo dá estrutura e forma para os tipos de relação que nós podemos ter com o mundo a nossa volta; o mundo surge para nós graças a nossa habilidade corporal de coordenar nossa relação com ele.” (p. 65, tradução nossa).

Noe (2009) argumenta que o homem não pode ser entendido destacado do mundo em que vive, mas que ao contrário, o mundo que é percebido pelo homem está conectado a sua estrutura corporal como um todo. Vemos, portanto, um paralelo entre Noe e Merleau-ponty, pois, para ambos o homem é seu corpo e é por meio dele que se dão as relações, as sensações, as ações, os pensamentos, enfim, tudo o que constrói sua identidade psicofísica.

Em virtude, portanto, da conexão entre corpo e mundo apresentados por estes filósofos, decidimos abarcar nessa pesquisa as questões culturais e sociais que originaram estas artes, pois, entendemos que, apenas dessa

maneira, os elementos técnicos seriam devidamente compreendidos e aproveitados como fontes de inspiração para o trabalho do ator. Partindo, portanto, deste corpo que está no mundo, que vive, experiencia, aprende, interage e se comunica, direcionamos a pesquisa prática de modo a potencializar e ampliar estas interações e estas experiências, tornando mais ricas as possibilidades criativas e expressivas dos atores.

A escolha destas duas artes marciais como objeto desta pesquisa deveu-se ao fato de terem ambas qualidades técnicas e artísticas muito diversas uma da outra, o que permitia uma ampliação no repertório de trabalho com os atores, mas ao mesmo tempo, de possuírem um ponto forte que as aproxima que é a relação estabelecida entre os praticantes, conforme segue abaixo exposto.

O termo *aikido* significa literalmente o caminho (*do*) para harmonizar (*ai*) o *ki*. O *ki* pode ser explicado como a energia vital que anima o corpo e que parte do nosso centro de gravidade e se expande para as extremidades. Por esta razão todas as técnicas do *aikido*, arte marcial fundada por Sensei Morihei Ueshiba, envolvem um centro forte e estável que ajuda não apenas no bem estar do corpo, mas também em seu estado de prontidão e de percepção do entorno. Esta é uma arte marcial de contragolpe que tem como fundamento o aproveitamento do impulso gerado pelo movimento do parceiro. É uma arte, portanto, que pressupõe duas pessoas em relação onde, para uma agir, a outra deve propor um ataque inicial. É na interação entre o que ataca (*uke*) e o que se defende/contragolpeia (*nage*) que o *aikido* se revela. Partindo desses pressupostos, para a elaboração do trabalho com os atores, foram utilizados os seguintes princípios: relação *uke-nage*, esfericidade, movimento do corpo como um todo e uso da respiração. Embora estes princípios tenham sido separados para efeito didático em alguns momentos da prática, eles atuam em conjunto em todas as técnicas todo o tempo. Se analisarmos os movimentos do *nage* sobre o *uke*, por exemplo, percebemos que são espiralados ou esféricos, como se fosse um pião girando em torno do próprio eixo. Para que esse giro aconteça, o *nage* precisa estar com uma base estável e com bom nível de relaxamento. Relaxamento neste caso significa o uso de tensão muscular necessária para a realização com eficiência de determinado movimento. Este estado, por consequência, só é atingido com o corpo todo atuando como uma unidade e auxiliado por uma respiração adequada. O *uke*, por sua vez, em consequência do contragolpe do *nage*, sofre torções nas extremidades, imobilizações e lançamentosⁱⁱ. Vários dos princípios que encontramos no *aikido*, por sua vez, estão historicamente presentes em diversas artes japonesas desde a arte dos samurais até das *geishas*, elementos estes que também foram em alguma medida aproveitados nesta pesquisa, tendo em vista o entendimento exposto inicialmente.

Já a capoeira é uma luta-dança criada pelos escravos no Brasil colônia com o fim de defesa e de entretenimento. Esta arte tem como principal elemento o jogo que se configura pela presença de dois capoeiristas no centro de uma roda composta por outros capoeiristas, ao som de instrumentos como berimbau, caxixi, atabaque e pandeiro. O que se estabelece entre os parceiros no momento do jogo é um “diálogo corporal”, impulsionado por cantos e toques. Dizemos “diálogo corporal” porque os dois jogadores se conectam no

jogo como se estivessem perguntando e respondendo por meio de seus corpos. O andamento da roda é definido por uma sequência de cantigas que ajudam a instaurar a atmosfera e dar o ritmo do jogo. Diversos aspectos que compõem a roda como a música, o jogo e características corporais de algumas técnicas serviram como estímulo para a elaboração de exercícios para o trabalho com os atores.

Percebe-se pelo exposto que tanto a capoeira quanto o *aikido* possuem uma diversidade grande de elementos que podem afetar os praticantes em muitos aspectos, tendo em vista suas origens históricas e culturais. Procuramos, portanto, nesta pesquisa aproveitar os princípios que fundamentam cada uma destas artes a fim de aprimorar o trabalho corporal individual de cada ator e criar procedimentos que potencializem a conexão entre eles.

A respeito da potencialização da conexão entre os atores, recorreremos como suporte teórico ao filósofo e teólogo alemão Martin Buber (1996), que dedicou vários de seus trabalhos às discussões sobre as relações. Este filósofo explica que o mundo das relações existe em três esferas:

Primeira: a vida com a natureza: aqui a vida vibra no escuro e permanece abaixo da linguagem (...) Segunda: vida com homens: aqui a relação se manifesta e entra a linguagem. Nós podemos dar e receber o *Tu*. Terceira: a vida com os seres espirituais. Aqui a relação está envolvida em uma nuvem e se revela por si só. (p.56, 57, tradução da autora)ⁱⁱⁱ

Percebe-se, assim, que quando Buber (1996) trata da relação, ele não aborda só o aspecto pessoa-pessoa, mas inclui o mundo à volta, seja visível ou invisível, seguindo uma concepção semelhante à defendida por Noe (2009) e Merleau-Ponty (1999). Estabelecendo um paralelo entre este pensamento e as artes marciais aqui estudadas, percebemos que em ambas existe a concepção de que o mundo que nos cerca não é apenas aquele que podemos ver e tocar, mas é também aquele que pode ser percebido no fluído vital que me conecta com o universo (*ki*), na energia que pulsa em uma roda de capoeira, na evocação da ancestralidade e em tantas outras formas de manifestação, invisíveis aos olhos, mas percebidas pelo corpo, que acabam por ampliar o conceito de relação do ser no mundo.

Buber, para melhor explicar o mundo da relação, criou as palavras princípio Eu-Tu e Eu-Isso. Para este teólogo o Eu-tu se refere ao mundo da relação recíproca, imediata e direta, onde a totalidade do ser está envolvida. Em contraste ao Eu-Tu, está a palavra princípio Eu-Isso que se refere ao mundo da utilização, do conhecimento, da observação. Para ele, quando o homem vê o outro apenas como um objeto para ser utilizado e experimentado, ele perde a relação. Seguindo esse raciocínio Buber argumenta que o:

Eu da palavra-princípio Eu- Tu é diferente do Eu da palavra-princípio Eu-Isso. O Eu da palavra-princípio Eu-Isso aparece como egótico e toma consciência de si como sujeito (de experiência e de utilização)

O Eu da palavra-princípio Eu-Tu aparece como pessoa e se conscientiza como subjetividade. (BUBER, 1974, p. 73)

Podemos entender, assim, que na relação Eu-Tu acontece uma verdadeira comunicação onde os dois envolvidos vivenciam e compartilham determinado momento em sintonia. Quando o Eu se entrega a esta relação, o faz com o corpo todo, deixando de existir separado do Tu. A respeito disso Buber (1996) segue expondo que “o propósito da relação é a relação em si - no contato com o Tu. Assim que entramos em contato com o Tu, nós somos tocados por um sopro da vida eterna.”¹ (1996, p. 112 tradução nossa)

Este tipo de relação exaltada por este filósofo alemão pode ser identificada em uma prática correta de *aikido* ou de capoeira, onde a interação entre os praticantes tem como foco o desejo de compartilhar experiências e dialogar com todo seu ser, havendo entre eles uma conexão efetiva, onde ambos se escutam de forma plena e agem a partir do que experenciam nesse encontro.

Buber esclarece, entretanto, que ninguém consegue se manter em um tipo de relação o tempo todo. Ora nos aproximamos do Eu-Tu, ora do Eu-Isso. Estamos, portanto, transitando entre estes estados constantemente. O que ocorre é que algumas pessoas estão mais focadas na pessoalidade e outras mais no ego, o que faz com as primeiras sejam identificadas como seres de relação e as outras como ser egóicos. “E é nessa transição de um para outro que a verdadeira história acontece”² (1996, p. 115, tradução nossa).

Estabelecendo um paralelo entre esta noção e o trabalho com os atores, percebemos que é constante a oscilação na qualidade de relação estabelecida por eles durante um ensaio, uma vez que há dias em que se estabelece uma comunicação melhor que em outros. Assim, partir de duas artes marciais que têm como foco o exercício da relação direta, imediata e recíproca como defende Buber, faz-se importante a fim de exercitar e intensificar uma comunicação eficiente durante o desenvolvimento do trabalho com os atores.

Como resultado de todo o processo aqui exposto objetiva-se a criação de uma dramaturgia do ator concebida durante o trabalho prático. Para este projeto, entendemos como dramaturgia a concepção exposta por Eugênio Barba que a explica como o ato de “tecer junto”. Segundo este pesquisador, a dramaturgia não está ligada unicamente a literatura dramática, nem se refere somente às palavras ou a trama narrativa. Existe também uma dramaturgia orgânica ou dinâmica, que orquestra os ritmos e os dinamismos que afetam o espectador a um nível nervoso, sensorial e sensual. Cada cena, cada ação,

¹ “The purpose of relation is the relation itself – touching the You. For as soon as we touch a You, we are touched by a breath of eternal life. Whoever stands in relation, participates in an actuality; that is, in a being that is neither merely a part of him nor merely outside him. All actuality is an actuality in which I participate without being able to appropriate it. Where there is no participation, there is no actuality.... The more directly the You is touched, the more perfect is the participation.” (BUBER, 1996, p. 112, 113)

² “ (...) Between these and those true history takes place.”

cada sequência, cada fragmento do espetáculo possui uma dramaturgia própria. A dramaturgia é uma maneira de pensar. É uma técnica que nos permite organizar os materiais para poder construir, desvelar e entrelaçar relações. É o processo que nos permite transformar um conjunto de fragmentos em um único organismo no qual os diferentes elementos não se podem distinguir como objetos ou indivíduos separados. (BARBA, E. 1995) Nesta pesquisa, portanto, tudo o que foi elaborado durante o trabalho prático, visando à elaboração de uma cena, é considerado dramaturgia criada pelo ator, desde uso de objetos como *jo* (arma utilizada pelo *aikido*) e berimbau (instrumento musical da capoeira) até ações físicas e composições relacionais.

A fim de se chegar a essa dramaturgia do ator, foi realizado um trabalho prático dividido em três partes que foram se interseccionando durante toda a pesquisa.

A primeira parte da prática visava à preparação corporal dos atores com foco na autoconscientização, na coordenação motora, na flexibilidade das articulações, na ampliação de repertório técnico-artístico e na instauração de relações. Nesta etapa, a fim de ajudar os atores a terem mais consciência acerca do que estavam realizando em termos de movimento, recorreremos aos fatores de movimento identificados por Rudolf Laban (1978), utilizando-os sempre a partir das necessidades surgidas durante a prática. Dessa forma, foram escolhidos alguns movimentos do *aikido* e da capoeira que foram analisados tendo em vista sua fluência, seu peso e a forma como se desenvolviam no espaço. Esta análise nos ajudou a extrair princípios que nortearam as improvisações corporais desta etapa em diante. Os conceitos adotados por Laban, por consequência, foram importantes para que os atores pudessem se apropriar de um material técnico e expressivo até então desconhecido por eles, de modo que conseguissem desenvolver uma autonomia criativa. A seguir apresentamos de forma sucinta os fatores de movimento utilizados nas investigações práticas:

a) A fluência refere-se à integração do movimento trazendo uma sensação de unidade para as partes do corpo. Este conceito traz duas formas diversas de qualidades básicas que são livre ou liberada e controlada ou contida (RENGEL, p. 64)

b) O fator espaço diz respeito à forma do agente se relacionar com o mundo que o circunda. As formas qualitativas básicas percebidas no agente são direta e flexível. O movimento direto é aquele que se mantém em uma trajetória ou em direção a um ponto. Já o flexível é o movimento definido por curvas, ondas e linhas indiretas, onde a atenção do agente é multifocada. (RENGEL, p. 65 e 66).

c) Em relação ao peso podemos dizer que “o elemento firme do esforço consiste de uma resistência forte ao peso e de uma sensação de movimento pesada. Já o elemento “leve do esforço consiste de uma resistência fraca ao peso e de uma sensação de movimento leve ou de ausência de peso.” (LABAN, 1978, p. 120)

A segunda parte foi voltada para experimentações criativas que tiveram como estímulos os elementos extraídos das duas artes marciais aqui

estudadas. Neste momento foram utilizados diversos exercícios e jogos a fim de que os atores fossem estimulados de forma total, partindo da ideia de que o movimento corporal e o contato com o parceiro disparam impulsos tanto de ordem física quanto psíquica. No que diz respeito à relação, tendo como suporte a teoria de Buber, ao elaborarmos os procedimentos a serem aplicados na sala de ensaio, focamos em jogos e exercícios de improvisação onde o momento presente era o mais importante e toda a criação deveria se desenvolver pelo contato com o parceiro. Buscava-se, assim, que todas as antecipações e preparações fossem descartadas pelos atores que deveriam focar toda a sua atenção na relação com o outro.

Utilizando a capoeira como referências para esta etapa foram concebidos procedimentos que tiveram como provocadores as músicas tocadas nas rodas e alguns movimentos básicos. Como exemplo deste processo, podemos citar a ginga que é uma forma de se deslocar pelo espaço com prontidão e agilidade. Esta técnica trouxe para a prática dos atores elementos como molejo, impulsão, sinuosidade, dinâmica dos braços, relação com o espaço e com o parceiro. Outros aspectos da capoeira também foram aproveitados para fomentar as improvisações como a `compra de jogo` que é uma estratégia utilizada na roda para trocar os jogadores e a `volta ao mundo` que é uma caminhada pela dupla de jogadores no centro da roda a fim de descansar, recomeçar o jogo, aliviar a pressão de um dos lados, dentre outros fatores. Destas duas estratégias criamos a `roda de improvisação` que tinha como foco tornar esta etapa de experimentação mais dinâmica e diversificada, mantendo os atores em estado de atenção e prontidão o máximo de tempo possível. Neste momento todos os elementos selecionados ao longo do processo, seja de natureza técnica, histórica ou cultural foram utilizados como inspiração. Personagens que povoam o universo da capoeira e figuram em diversas músicas, por exemplo, serviram como estímulo para a criação dos atores. Assim, na medida em que estas figuras históricas e míticas permeavam as experimentações criativas e estimulavam o imaginário dos atores, novas propostas cênicas iam tomando forma.

Processo semelhante se deu com o *aikido*. Princípios como a espiralidade do movimento trazida pelas técnicas realizadas pelo *nage*, a tridimensão proposta pelas torções infligidas sobre o *uke* e a respiração impulsionando o movimento serviram como estimuladores das improvisações individuais e em relação com o parceiro. Elementos da cultura japonesa também presentes no universo do *aikido* como o *kotodama* foram utilizados como recurso para o trabalho dos atores. O *kotodama* se refere à crença de que vibrações sonoras podem nos conectar com a energia cósmica, afetando todo nosso corpo. Costuma ser traduzido como a “a língua da alma”. A semelhança do que ocorreu na etapa de trabalho com a capoeira, figuras históricas como os samurais serviram de inspiração para o trabalho de criação dos atores. O *jo*, arma em forma de bastão de madeira, foi também utilizado tanto como preparação visando a reorganização postural, como nas experimentações visando a criação cênica.

E finalmente, de tudo o que foi experimentado nesse processo improvisacional estimulado pela relação entre os atores, esboçavam-se cenas

que seriam lapidadas visando à criação de uma dramaturgia composta de todos os elementos pesquisados e praticados durante as etapas anteriores.

Esta pesquisa, portanto, não trata apenas de um aprofundamento teórico sobre o *aikido* e a capoeira, mas tem como característica principal a abordagem prática alimentada por propostas fundamentadas nestas artes marciais, visando à criação de estratégias que apontem caminhos para a ampliação do potencial expressivo e criativo do ator de modo que ele se sinta mais amparado e estimulado em seu trabalho artístico.

Referências Bibliográficas

BARBA, Eugenio e SAVARESE, Nicola. *A Arte Secreta do Ator: Dicionário de Antropologia teatral*. Campinas: Editora da Unicamp, 1995

BUBER, Martin. *I and Thou*. Trad. Walter Kaufmann. New Tork: Touchstone, 1996.

_____. *Eu e Tu*. Trad. do Alemão por Newton Von Zuben. 8 ed. São Paulo: Ed. Moraes.1974

LABAN, Rudolf. *Domínio do Movimento*. Tradução de Anna Maria Barros de Vecchi e Maria Silvia Mourão Netto. 4ª ed. São Paulo: Summus, 1978.

MERLEAU-PONTY, Maurice. *Fenomenologia da Percepção*. Trad. Carlos Alberto Ribeiro de Moura. 2ª ed., São Paulo: Martins Fontes, 1999.

NOE, Alva. *Out of Our Heads. Why You Are Not Your Brain, and Other Lessons from the Biology of Consciousness*. NY. Farrar, Straus and Giroux Inc. 2009.

REGO, Waldeloir. *Capoeira Angola: Ensaio Sócio Etnográfico*. Salvador: Ed. Itapuã. 1968.

RENGEL, Lenira. *Dicionário Laban*. 2ª ed. São Paulo: Annablume, 2005

SILVA, Eusébio Lôbo da. *O Corpo em Ação na Capoeira*, Campinas: UNICAMP, 2008. Vol. 4.

UESHIBA, Kisshomaru. *O Espírito do Aikido*. Tradução de Euclides Luiz Calloni. 6ª ed. São Paulo: Cultrix, 2006.

UESHIBA, Moriteru. *The Aikido Máster Course. Best Aikido 2*. Tradução para o inglês de John Stevens. Tokyo: Kodansha International, 2003.

ⁱ “the body gives structure and shape to the kinds of relations we can have to the world around us; the world shows up for us thanks to our bodily ability to coordinate our relation to it.” (NOE, 2009, p.65)

ⁱⁱ Lançamentos são as projeções do corpo do *uke* pelo *nage* a fim de afastá-lo de si.

ⁱⁱⁱ “Three are the spheres in which the world of relation arises. The first: life with nature. Here the relation vibrates in the dark and remains below language. ...The second: life with men. Here the relation is manifest and enters language. We can give and receive the You. The third: life with spiritual beings. Here the relation is wrapped in a cloud but reveals itself.” (p. 56,57)