

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
INSTITUTO DE ARTES
DEPARTAMENTO DE ARTE DRAMÁTICA**

**TRABALHO CORPORAL DO ATOR E DO BAILARINO
Um ponto de confluência metodológica**

José Miguel Ramos Sisto Júnior

Trabalho de conclusão do curso de teatro realizado no segundo semestre sob orientação da professora doutora Mirna Spritzer.

**Porto Alegre
2009**

AGRADECIMENTOS

Ao meu irmão Daniel Abs da Cruz que sempre incentivou e acompanhou meu percurso acadêmico. Aos intérpretes Cassiano Pellenz e Lara Sosa Dias que foram fundamentais no experimento realizado neste estudo e a professora orientadora Mirna Spritzer, não somente pela sua orientação acadêmica, mas também pelo exemplo de dedicação, sabedoria e entrega ao teatro.

SUMÁRIO

Lista de figuras	4
Resumo	5
1. Introdução	6
2. Objetivos	8
3. Referencial teórico.....	9
4. Metodologia	11
5. Conclusões	17
6. Referências bibliográficas	20
7. Anexo I Depoimentos dos colaboradores.....	21
8. Anexo II Imagens do experimento.....	23

LISTA DE FIGURAS E TABELAS

Tabela do exercício proposto.....	10
Sujeitos.....	13
Primeiros estudos, fotografia tirada como teste.....	14
Imagem de modificação na ação.....	16

RESUMO

O presente trabalho tem como objetivo principal investigar um ponto em comum entre teatro e dança ao experimentar uma aproximação de teorias sobre o trabalho de treinamento físico de atores e bailarinos. Este estudo se refere às sutilezas de estar em cena, algo que remete a um estado diferente do cotidiano. Pretende assim, averiguar possibilidades de aproximação de procedimentos que viabilizem a qualificação de movimento na cena.

1. Introdução

Em meu processo de desenvolvimento artístico tenho realizado estudos e práticas na dança e no teatro. Tanto como bailarino do Ballet Vera Bublitz e pesquisador autônomo de dança contemporânea, como enquanto estudante do curso superior de teatro da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, venho equilibrando as atividades e os estudos, estando disponível para pesquisar características que sejam comuns entre essas duas áreas das artes cênicas.

No espetáculo BU – Um Olhar do Adulto Sobre a Criança que Há em Nós, produzido pelo Grupo Meme de Pesquisa do Movimento, Porto Alegre, 2005, onde atuei com intérprete, percebi que na dança contemporânea pode existir características comuns ao teatro. Nessa montagem, em determinadas sequências, usávamos a música e coreografias, em outras tínhamos diálogos e não mais a necessidade de composições coreográficas, outras formas de movimentar-se e de verbalizar eram inseridas no espetáculo trazendo uma natural reflexão sobre o teatro inserido na dança.

Essa constatação levou-me a observar mais atentamente a tendência denominada dança-teatro, sobretudo, o *Tanztheatre* de Pina Bausch, que assisti em 2006, durante o 13º Porto Alegre em Cena. Nesse espetáculo, *Para as Crianças de Ontem, Hoje e Amanhã*, pude perceber que os intérpretes dançavam em alguns momentos e em outros, atuavam. Na condição de espectador interessado pela encenação deparei-me com a dificuldade de determinar onde terminava a dança e onde começava o teatro, e vice-versa. Em um determinado trecho do espetáculo o intérprete Lutz Förster dialoga verbalmente com Nazareth Panadero. Se um espectador desavisado entrasse no teatro nesse momento ele concordaria que estava diante de uma peça teatral. No entanto, em seguida a esse diálogo, Lutz ficava desiludido e avançava para o procênio executando um solo de dança contemporânea ao som de Caetano Veloso. O espectador desavisado mudaria de idéia quanto a área de atuação predominante do espetáculo.

Nesse caso específico há uma transição entre teatro e dança, no entanto, é difícil determinar e apontar os limites de um e de outro.

Um hibridismo, uma mistura onde dança e teatro se fundem é um assunto ainda a ser debatido e pesquisado, que sofre de carência de material e, todavia, não é objetivo desse trabalho de conclusão de curso.

Partindo do pressuposto que tanto a dança quanto o teatro estão muito bem constituídos enquanto artes autônomas, conceituadas e firmadas em seus gêneros e estilos com as qualidades e credibilidades calcadas ao longo dos séculos, parece razoável entender que o teatro como teatro e a dança como dança.

Porém, há algo evidentemente em comum. Em ambos os casos, se desconsiderarmos a discussão sobre segmentos como vídeo-dança, teatro de marionetes e outras manifestações de manipulação da matéria inanimada, o intérprete estará exposto e seu corpo se constituirá como elemento indispensável.

Estudos como as Ações Físicas de Stanislávski, Gesto Psicológico de Michael Chekhov, e o Laboratório de Jerzy Grotowski, sugerem que o movimento ou gesto do ator em cena carrega uma complexidade que deve ser previamente trabalhada e elaborada. Confluindo com a teorização sobre as complexidades e importâncias do corpo em cena Klaus Vianna, teórico da dança, fala em preenchimento do movimento, encontrando ao menos um ponto em comum com estudos desse tema no teatro: a necessidade de desenvolver algo que motive ou complete o movimento em cena, pois não basta mover-se por mover-se.

Reconhecendo a necessidade de trabalho específico do corpo apresenta-se a questão: como um professor em processo de formação em teatro e com alguma experiência em dança pode proporcionar um aprendizado sobre trabalho corporal do intérprete? Como potencializar a movimentação do corpo que causará interesse ao espectador por transmitir algo através da movimentação ou do gesto?

Ao buscar referências de trabalhos focados no corpo dos intérpretes encontra-se desde um sistema que se ocupa com o gestual proposto por Delsarte, passando pela movimentação biomecânica de Merce Cunningham e seguindo entre diversas teorizações até a tendência atual de performance abordada por Schechner resultando numa grande variedade de estudos sobre o corpo.

Esse trabalho busca relacionar informações de maneira que seja elaborado um experimento simples. Partindo de alguns dos exemplos que Stanislavski deixou registrado, e recorrendo também a outros autores, esta pesquisa constituirá em uma reflexão que pode vir a gerar alguma construção de conhecimento acerca do trabalho corporal nas artes cênicas.

2. Objetivos

Teóricos alertam para a necessidade de um corpo preparado para ocupar a cena. Como exemplo Stanislavski.

O gesto e a postura requerem muitíssimo trabalho, e lhes recordo, portanto, que em arte tudo depende do trabalho e as capacidades de representar o que é difícil de maneira rotineira, o rotineiro torna a ser algo fácil, e o fácil agradável. (STANISLAVSKI, 1994, p. 214)

Ao reconhecer que as artes cênicas necessitam de dedicação propõe-se uma reflexão sobre as questões de um treinamento físico do intérprete através de um experimento simples e específico. No decorrer desse trabalho de conclusão de curso explanarei a partir de um processo de experimentação e da análise de resultados que compreendam o trabalho físico útil tanto ao ator como ao bailarino, considerando uma possível confluência de propostas comuns às duas áreas das artes cênicas. Desejo refletir sobre a aproximação de preceitos teóricos que permitem uma experimentação no corpo do intérprete, seja ele bailarino ou ator.

Também tenho a intenção de desenvolver, analisar e refletir um meio de trabalho que desenvolva a qualidade na movimentação com fins cênicos.

3. Referencial teórico

Dois autores são tomados como referências principais para este trabalho: Constantin Stanislavski do teatro e Klauss Vianna da dança.

A aproximação de teorias que tratam de áreas diferentes encontra um sentido que parece categórico e simples, em uma primeira análise. Um exemplo está relatado na autobiografia de Stanislavski, onde o autor comenta que do balé clássico “precisamos apenas assimilar dali a admirável capacidade de aplicar-se e trabalhar o corpo.” (STANISLAVSKI, 1989, p. 128).

No entanto, a dança contemporânea surge no século vinte com outros argumentos. Já não é mais a dança que Stanislavski conheceu, já não é mais somente o balé clássico.

Klauss Vianna, que nasceu no mesmo ano em que faleceu Stanislavski, em seu livro, A Dança, reflete sobre o movimento.

Mas, como em qualquer outro processo de trabalho, não adianta apenas saber que o corpo age dessa ou daquela maneira. É preciso educar e tornar fluente a naturalidade do gesto, até o momento em que o aprendizado se converte num hábito, como parte de uma dinâmica corporal que assimila e ao mesmo tempo transcende os limites do próprio aprendizado. (VIANNA, 1990, p.85)

Diante dessa constatação é aceitável entender que um ator pode levar em conta, em seu trabalho com o gestual, as considerações de Vianna.

Para Stanislavski:

O gesto e a postura requerem muitíssimo trabalho, e lhes recordo, portanto, que em arte tudo depende do trabalho, assim, as capacidades de representar o que é difícil de maneira rotineira torna o rotineiro a ser algo fácil, e o fácil agradável. (STANISLAVSKI, 1994, p. 214)

Nessa outra constatação, feita pelo teórico do teatro, é aceitável, que o bailarino, por sua vez, leve em conta essa afirmação para o seu trabalho com os movimentos que devem ser representativos em algumas composições contemporâneas, por exemplo.

Em outra análise os autores concordam sobre a necessidade de trabalho, para tornar a representação “rotineira” ou “converter num habito” a naturalidade do gesto. Os termos não são os mesmos, e os fins, de igual forma, não correspondem, necessariamente, a um ponto de confluência e concordância entre as áreas. No entanto, existem outros argumentos que reforçam o indício da idéia em comum de Vianna e Stanislavski, à exemplo das declarações sobre a disciplina necessária para o trabalho com o corpo.

...é preciso que eu vivencie muitas e muitas vezes um movimento. Não adianta entendê-lo, racionalizar cada gesto – é preciso repetir e repetir, porque é nessa repetição, consciente e sensível, que o gesto amadurece e passa a ser meu. A partir daí temos a capacidade de criar movimentos próprios e cheios de individualidade e beleza. (VIANNA, 1990 p. 58)

Independentemente da possível confluência, ou não, de alguns dos preceitos teóricos desses autores, também, cabe na proposta desse trabalho relacionar as questões sobre treinamento do ator e do bailarino, aliando ou abstraindo, de uma fonte e de outra, para compor um quadro que permita a reflexão sobre constatações que podem ser utilizadas no ensino metodológico e na preparação para criação cênica, tanto dos atores e atores-estudantes quanto dos bailarinos e bailarinos-estudantes.

4. Metodologia

As questões desta pesquisa são refletidas e experimentadas em um exercício que compreende a repetição de uma ação simples, especialmente formulado para este estudo.

Como ponto de partida é proposto um início de exercício registrado por Stanislavski:

Peço a um de vocês que passem à frente e tome uma cadeira; agora sente-se e relaxe todos os músculos; controle que não esteja tensos seus nervos e assegure-se de pensar somente no feito que vá executar uma improvisação e que os estamos observando. (STANISLÁVSKI, 1994, p.136)

Stanislavski parte dessa primeira proposta para depois desdobrar o exercício até conduzir o estudante-ator à noção de Ações Físicas. Metodologicamente aproveita-se, neste trabalho, o princípio desse exercício, não para abordar as Ações Físicas, mas para seguir o exemplo de partir da neutralidade e buscar a clareza na observação da evolução da prática a ser realizada. Esse procedimento, de iniciar o exercício com neutralidade, também oferece a possibilidade de concentração e maior consciência corporal permitindo o bom andamento do experimento.

O início do exercício é, portanto, estabelecido da seguinte forma: os intérpretes devem destensionar os músculos, procurar neutralidade e tranquilidade, evitando, com isso, interferências causadas por tensões ou excessos de relaxamentos. Grotowski alerta para a importância desse cuidado.

Naturalmente existem certas tensões em excesso que devem ser eliminadas. Como também o relaxamento. O relaxamento em excesso, que bloqueia a expressão, é somente um sintoma de uma disposição para a atuação histérica ou astênica ou, mais simplesmente, um sintoma de nervosismo. (GROTOWSKI, 2006, P.168)

Inclusive, é Grotowski, que ao escrever sobre a prática de Stanislavski, em relação aos seus exercícios propostos, estimulou a elaboração de um experimento que atendesse as necessidades específicas de deste Trabalho de Conclusão de Curso.

Por toda a parte há sempre essa necessidade e essa falsa esperança em receitas que possam resolver todos os nossos problemas criativos. Essas receitas não existem. Há somente o caminho que requer consciência, coragem e numerosas ações simples – não quero usar a palavra “esforço” – mas ações simples aplicadas a nós mesmos. Bem. Mas sabendo que não existe outro caminho para superar nós mesmos, podemos cair em um outro perigo: o perfeccionismo. (GROTOWSKI, 2006, P.168)

4.1 Composição do exercício

O passo seguinte é propor uma ação simples. Neste estudo não importa a função ou especificidade do movimento a ser realizado, mas sim o “como age” o intérprete. A ação é proposta em acordo com a disponibilidade do colaborador, tomando o cuidado de não estipular movimentos cansativos que causem fadiga excessiva ou risco de lesão.

Depois de escolhida a ação são propostas dez repetições da movimentação que compõe a ação escolhida. O número de repetições, neste caso, é arbitrário. Por se tratar de um exercício experimental foi necessário experimentar uma quantidade que parecesse ideal. Dez repetições parece ser razoável para esta proposta,

A ação simples escolhida é repetida, então, dez vezes de maneira livre e descompromissada. A liberdade de realização da ação é a primeira provocação - termo que, para fins deste estudo, designa o elemento argumentativo que dá condução ao exercício, que sugere ao intérprete procedimentos que qualificam a ação. São nove provocações ao todo.

Cada provocação é escolhida com um determinado objetivo de forma que o conjunto delas resultem em uma diferença significativa que possa ser observada no final do exercício.

As provocações são acomodadas da maneira que é possível conforme o reconhecimento e suspeita de possibilidades de consciência física que possam qualificar o movimento.

Tabela do exercício proposto			
Conjunto de provocações		Repetições	Objetivos
1°	Livre composição	10	Compor a ação a ser estudada sem massificar o intérprete
2°	Reconhecimento de linguagem	10	Reconhecer o gestual através da fixação de gestos
3°	Noção de estar sendo observado	10	Experimentar a particularidade correspondente a estar em cena
4°	Consciência dos pés	10	Primeiro indício de um corpo total, consciência da postura
5°	Consciência das mãos	10	Primeiro indício de um corpo total, consciência da postura
6°	Noção de tempo	10	Experimentar uma das funções do movimento
7°	Atenção a determinados músculos	10	Conscientizar e dar intensidade e tônus à musculatura envolvida
8°	Conexão das partes	10	Envolvimento do corpo na ação, estabelecendo continuidade
9°	Conexão total	10	Experimentar o envolvimento de todo o corpo na ação

4.2 Relação das provocações

Primeira: Estímulo livre. Parte da criação simples e pessoal da ação. O objetivo é estabelecer a ação, seja ela qual for.

Segunda: Reconhecimento de linguagem: procedimento observado no processo pesquisado por Grotowski, onde no treinamento do Teatro Laboratório é estabelecido o reconhecimento de linguagem, onde atores aprendem determinados signos. O intérprete-colaborador, deve tomar consciência do que está fazendo, reconhecendo a linguagem de sua ação.

Terceira: Noção de estar sendo observado. Provocação experimental que tem o objetivo de averiguar o efeito do exercício descrito por Stanislavski onde o ator-aprendiz é convidado a pegar uma cadeira, sentar, relaxar e ter consciência de estar sendo observado – não há explicações nas fontes estudadas sobre esse procedimento. Neste Trabalho de Conclusão de Curso o caráter dessa provocação segue como experimental.

Quarta: Consciência dos pés. Baseada na observação que atores-estudantes e bailarinos-estudantes de escolas e estúdios de Porto Alegre dão pouca atenção para as extremidades do corpo, sobretudo, aos pés. Portanto, é chamada a atenção

do intérprete para que tome consciência da posição exata dos seus pés, com o objetivo de organizar o corpo para a qualificação da ação.

Quinta: Consciência das mãos. Propõe a mesma preocupação com a extremidade oposta da quarta provocação; as mãos. Uma composição e um cuidado especial nas mãos dos atores pode ser observado em “Quartett”, montado por Bob Wilson, e apresentado em Porto Alegre, durante o 16º Porto Alegre em Cena, em 2009.

Sexta: Noção de tempo. Condiz com a consciência de tempo, o intérprete deve prestar atenção à duração do exercício, tendo a liberdade de experimentar a lentidão ou a rapidez. Essa provocação é baseada no preceito de Stanislavski: “Por que coisa está limitado nosso movimento? Pelo espaço e pelo tempo.” (STANISLAVSKI, 1994, p.205)

Sétima: Atenção a determinados músculos. O intérprete é convidado a precisar sua atenção ao determinado conjunto de músculos que são requisitados para a ação escolhida. Esse procedimento encontra fundamento em Stanislavski:

A primeira coisa que o estudante-ator tem de aprender são os movimentos absolutamente livres sobre a cena. Concentrando um pensamento sobre um problema exato, dirigindo a atenção sobre um grupo preciso de músculos, é necessário aprender a mover-se como se toda a energia estivesse concentrada precisamente sobre aqueles músculos.
(STANISLAVSKI, 1994, p. 208)

Oitava: Conexão das partes. Compreende o apanhado dos estímulos propostos. Associar as provocações de forma que entrem em conexão.

Nona: Conexão total. Procurar tomar a plena consciência de toda a musculatura envolvida no movimento necessário à ação. É proposto como momento de totalidade em que todo o corpo do intérprete esteja envolvido na ação, buscando dar conta de todas as provocações propostas, compondo um momento de máxima atenção e concentração na ação.

4.3 Campo de trabalho

O fato de o experimento compreender um conjunto de ações simples, realizadas com um intérprete por vez, permite que seja utilizado um espaço mínimo qualquer que compreenda uma pequena área suficiente para a movimentação do ator ou bailarino.

4.4 Sujeitos

Três intérpretes colaboraram com na condição de voluntários.

Cassiano Pellenz, ator e bailarino, estudou dança na Universidade de Cruz Alta e possui formação no Teatro Escola de Porto Alegre.

Lara Sosa Dias, bailarina e performer, formada pelo Departamento de Artes Visuais, com ênfase em performance, da Universidade Federal do Rio Grande do Sul e possui formação em dança no Grupo de Dança Experimental de Porto Alegre.

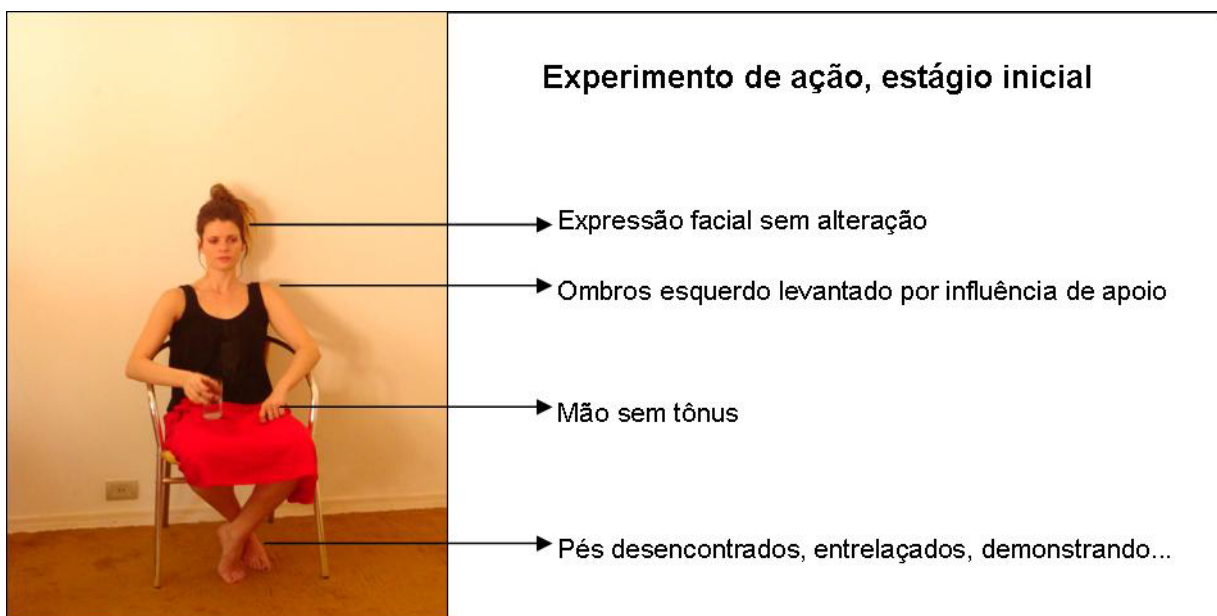
O próprio autor desse trabalho de conclusão de curso que possui formação de dança clássica e contemporânea em estúdios de dança e escolas de Porto Alegre.



4.5 Plano de análise e amostragem

O experimento é registrado através de fotografias que são analisadas como dados de registro do exercício. As imagens são comparadas, cada ação registrada é analisada em função de mudanças que podem ser observadas no corpo dos intérpretes.

Após os experimentos o intérprete é entrevistado para que suas impressões sejam consideradas.



Primeiros estudos, fotografia tirada como teste

5. Conclusão

O material de registro, as fotografias, não deixa dúvidas que o experimento proporcionou uma diferença significativa que pode ser observada no corpo dos intérpretes. A diferença na postura dos colaboradores, entre a primeira ação simples realizada e a última, depois de todas as repetições e provocações, aponta para uma dilatação corporal, melhor disposição das mãos e pés, recolocação dos ombros e diferença no olhar.

Ao comparar a foto da primeira repetição com a da última, também, é notável uma presença e uma disponibilidade maior dos corpos.

O conjunto de provocações seguiu uma determinada coerência que facilitou o progresso do exercício, resultando em um momento de culminância no fim do experimento, onde a maior qualificação da ação foi observada.

Um fator que surpreendeu as expectativas foi a rapidez com que os resultados surgiram. Em menos de uma hora de experimentações foi possível concluir o exercício com alguns resultados visíveis.

Ao observar a atividade ao vivo constatou-se uma crescente fluência na movimentação. Sobre essa melhoria no movimento Klauss Vianna afirma que “para que se consiga tornar fluente o movimento é indispensável trabalhar de maneira disciplinada e organizada”. (VIANNA, 1990, p.85)

Repetir a ação diversas vezes não se constitui por si só em uma ferramenta de qualificação. Ao notar a postura e a disposição inicial dos intérpretes fica evidente que um processo de repetição, dos mesmos movimentos e gestos, poderiam vir a se constituir como uma apropriação e conhecimento da ação, sem contudo, tornar o movimento e os gestos expressivos, à exemplo de um operário que repete sempre a mesma função numa fábrica. Para o ator ou o bailarino “a forma... é consequência: são os espaços internos que devem criar o movimento de cada um. (VIANNA, 1990, p.27)

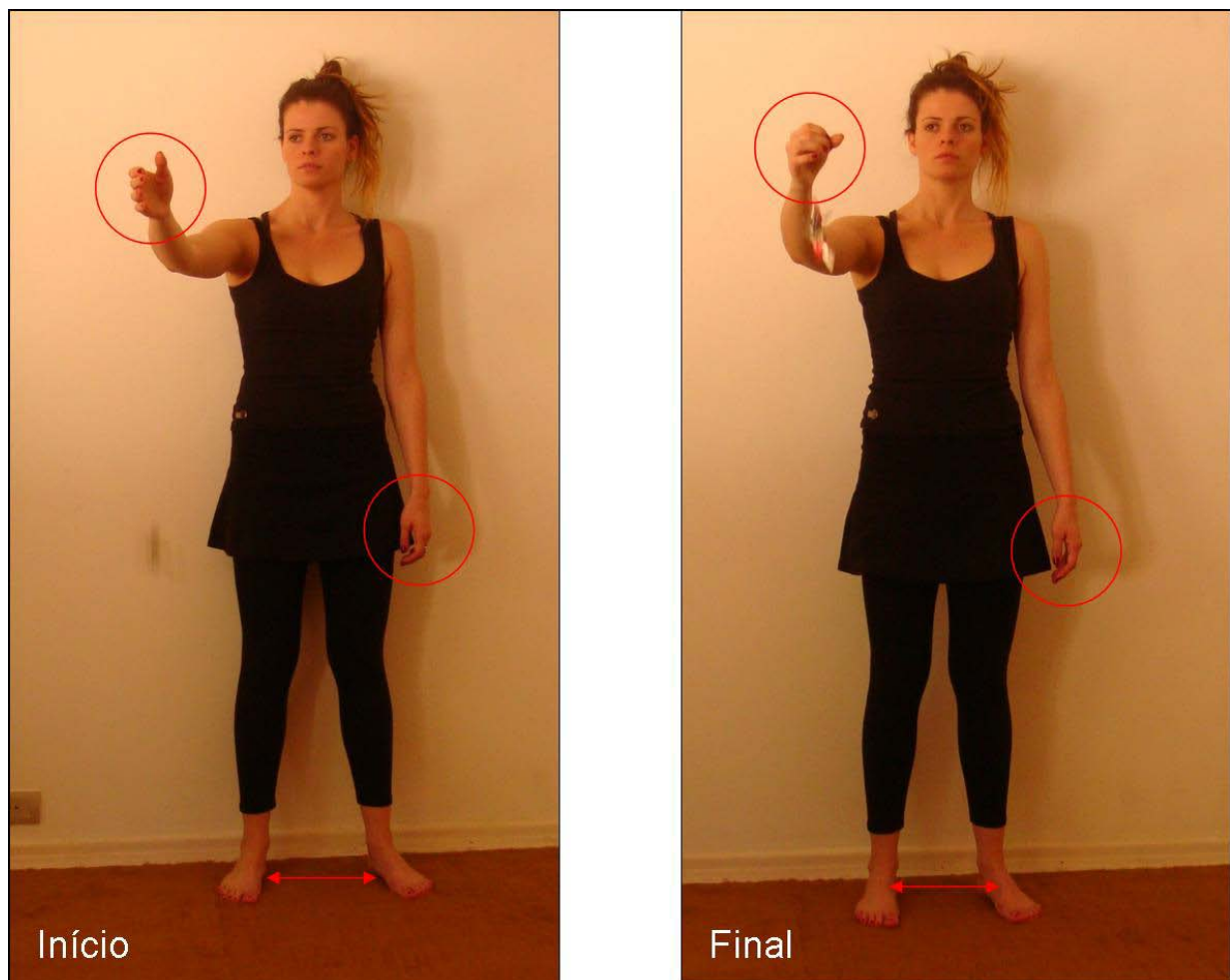
Essas primeiras constatações dão credibilidade ao experimento que resulta na formulação de um exercício que pode ser usado no ensino do teatro e na criação cênica, sobretudo, para ativar o corpo que pretende estar presente em cena.

Não foram introduzidos estímulos ou referências externas. Os intérpretes foram induzidos apenas a tomar consciência de como se manifesta seu corpo. As provocações não passaram de sugestões verbais que se referiam aonde e no quê

deveriam prestar mais atenção, buscando, em algumas provocações, mais recursos físicos.

Toda a reação autêntica tem início no interior do corpo. O exterior (os detalhes ou os “gestos”) é somente o fim desse processo. Se a reação exterior não nasce no interior do corpo, será sempre enganadora – falsa, morta, artificial, rígida. (GROTOWSKI, 2006, p.172)

A citação de Grotowski enfatiza uma última conclusão acerca do experimento: houve a revelação de reações próprias dos intérpretes. O maior exemplo é constatado na forma própria de ativar o corpo que uma das intérpretes encontrou.



Na foto temos um primeiro momento em que a ação, onde a intérprete deveria apenas deixar cair uma chave, é executada pela primeira vez, o resultado observado é falta de tônus e um notável abandono corporal. Porém, surpreendentemente, nas últimas execuções da ação, registradas na segunda foto, ela apresentou, além de mudança na postura e na tonicidade do gesto, um jeito diferente de deixar cair a chave.

A ação de deixar cair a chave foi alterada e nisso há um resultado efetivo. No primeiro momento a intérprete abria a mão num gesto falso para deixar cair a chave, no final do experimento a chave caía sem “falsidade”. Existe um outro tônus, uma outra cultura corporal que de maneira inteligente percebe que não é necessário abrir a mão, a chave cai sem gesto falso.

Os exercícios consolidam além do mais valores que, ao mesmo tempo, consolidam nossa fé e a nossa confiança. Não se trata de slogan, mas de algo vivo que é preciso reconfirmar a cada vez. (GROTOWSKI, 2006, p.179)

O trabalho constituído neste estudo deve ser experimentado e avaliado, dando continuidade à pesquisa realizada. Os próximos passos são o aprofundamento do referencial teórico, buscando pontos de confluência entre o trabalho da dança e do teatro em outros autores.

De fato, o exercício elaborado, aqui, será aplicado, na composição cênica do espetáculo de dança-teatro Copelia.ponto.com, com estreia prevista para o segundo semestre de 2010, indicando que a pesquisa pode ter utilidade prática.

6. Bibliografia

BONFITTO, Matteo. **O ator-compositor : as ações físicas como eixo : de Stanislávski a Barba.** São Paulo: Perspectiva, 2002.

CHEKHOV, Michael. **Para o ator.** 2.ed. Sao Paulo: Martins Fontes, 1996

PICON-VALIIN, Béatrice. **A arte do teatro: entre tradição e vanguarda: Meyerhold e a cena contemporânea.** Rio de Janeiro: Teatro do Pequeno Gesto, 2006.

FLASZEN, Ludwik e POLLASTRELLI, Carla, curadoria. **O teatro Laboratório de Jerzy Grotowski 1959-1969.** São Paulo: Perspectiva, 2007.

SPOLIN, Viola. **Improvisação para o teatro.** São Paulo: Perspectiva, 1979.

STANISLAVSKI, Constantin. **A construção da personagem.** Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2004.

_____. **Minha vida na arte.** Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1989.

_____. **Ética y disciplina : metodo de acciones físicas: propedéutica del actor.** México: Escenologia, c1994.

_____. **A preparação do ator.** Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1982.

VIANNA, Klauss. **A dança.** São Paulo: Siciliano, 1990.

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
INSTITUTO DE ARTES
DEPARTAMENTO DE ARTE DRAMÁTICA**

ANEXO I
Depoimento dos Intérpretes-colaboradores

José Miguel Ramos Sisto Júnior

**Porto Alegre
2009**

Entrevista no dia 10/11/2009

Quais são as suas impressões sobre o experimento que acabou de realizar?

Cassiano Pellenz - Quando eu estava na parte de concentrar na musculatura eu tive mais sensação daquilo que eu tava fazendo. Eu estava sentido o que estava fazendo fisiologicamente, mais do que conscientemente. Acho que é uma mistura, são as duas partes; quando meu corpo está se entendendo sensorialmente e está sensível ao músculo. As vezes, no movimento, eu esqueço e não lembro dessa coisa interna e interno para mim é profundo.

Você recebeu alguma influências externas durante o exercício, alguma informação ou sugestão que te levasse a reparar nessa sensibilização ao movimento?

Cassiano Pellenz - Não. A sensação partiu do movimento, de tanto repetir o movimento, de tanto fazer, chegou num momento em que eu tive mais entendimento do meu corpo, consegui fazer um movimento com mais sensação com mais sensibilidade.

Entrevista no dia 14/12/2009

Você sentiu alguma diferença em relação a primeira e a última vez que fez a ação?

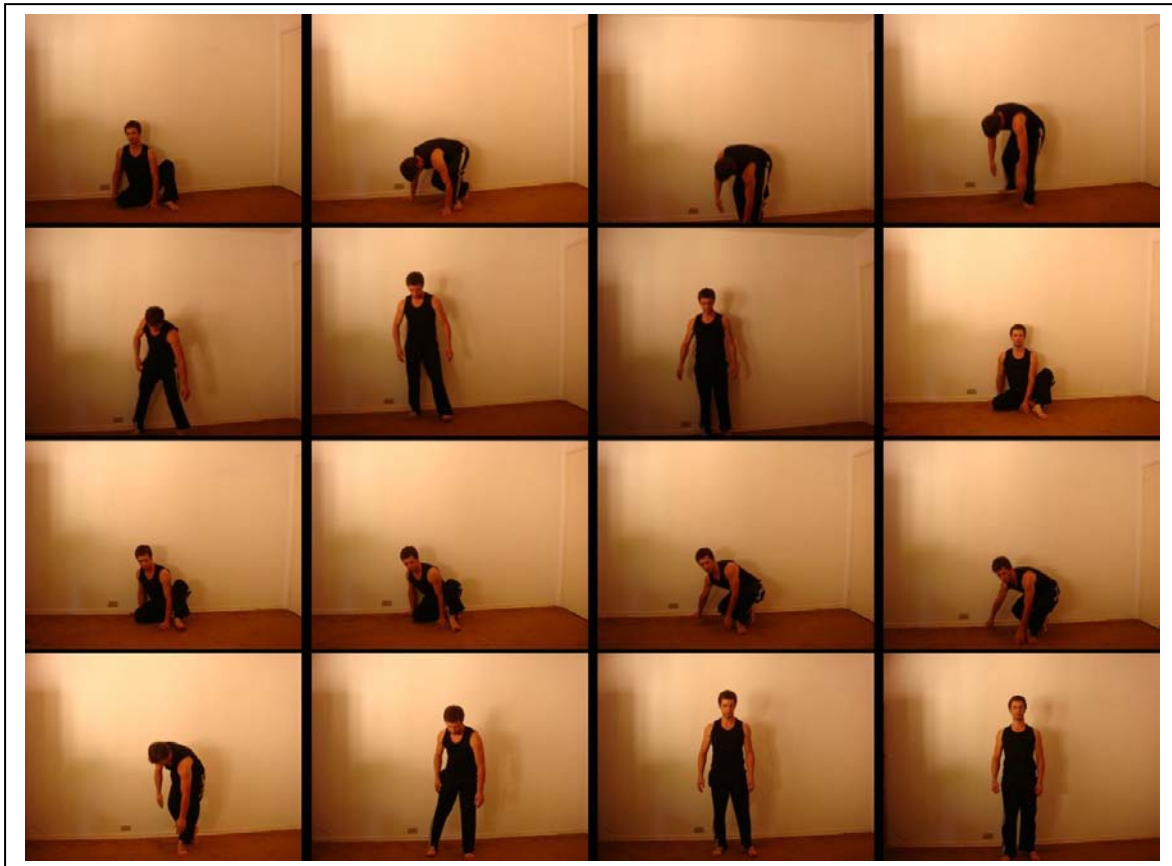
Lara Sosa Dias - Sim, é diferente porque a última é um movimento mais preciso, mais consciente e mais atento.

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
INSTITUTO DE ARTES
DEPARTAMENTO DE ARTE DRAMÁTICA**

**ANEXO II
Imagens do experimento**

José Miguel Ramos Sisto Júnior

**Porto Alegre
2009**



Parte da seqüências de fotos da ação de levanta-se



Parte da seqüências de fotos da ação de deixar cair a chave