



ilustração: Andrea Drigo



ato!

Universidade Estadual Paulista
"Júlio de Mesquita Filho"
Instituto de Artes - Campus São Paulo

GISELE CRISTINE LAVALLE RODRIGUES

ato!
do vazio à voz, um caminho de criação

São Paulo
2022

GISELE CRISTINE LAVALLE RODRIGUES

ato!
do vazio à voz, um caminho de criação

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Artes com a área de concentração em Artes Cênicas, do Instituto de Artes da Universidade Estadual Paulista (UNESP), como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Artes Cênicas.

Linha de pesquisa: Estética e Poéticas Cênicas
Orientação: Profa. Dra. Wânia Mara Agostini Storolli

São Paulo
2022

Ficha catalográfica desenvolvida pelo Serviço de Biblioteca e Documentação do Instituto de Artes da Unesp. Dados fornecidos pelo autor.

R696a Rodrigues, Gisele Cristine Lavalle, 1979-
Ato! : do vazio à voz, um caminho de criação / Gisele
Cristine Lavalle Rodrigues. - São Paulo, 2022.
123 f. : il. color.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Wânia Mara Agostini Storolli
Dissertação (Mestrado em Artes) – Universidade
Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Instituto de
Artes

1. Performance (Arte). 2. Criação (Literária, artística,
etc.). 3. Voz - Educação. 4. Exercícios respiratórios. 5. Tao.
I. Storolli, Wânia Mara Agostini. II. Universidade Estadual
Paulista, Instituto de Artes. III. Título.

CDD 792.028

Bibliotecária responsável: Laura M. de Andrade - CRB/8 8666

GISELE CRISTINE LAVALLE RODRIGUES

ato!

do vazio à voz, um caminho de criação

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Artes, do Instituto de Artes da Universidade Estadual Paulista (UNESP), como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Artes Cênicas.

Dissertação Aprovada em 30/03/2020

Banca Examinadora:

Orientadora Profa. Dra. Wânia Mara Agostini Storolli
Instituto de Artes - UNESP

Prof. Dr. César Lignelli
Universidade de Brasília - UnB

Profa. Dra. Paula Maria Aristides de Oliveira Molinari
Universidade Federal do Maranhão - UFMA

À Catarina,
por atravessar meu corpo,
abrir tantos espaços
e inspirar uma revolução!

Ao Victor,
por estar ao meu lado em tantos momentos que,
ora me acolheram, ora me provocaram.
Todos importantes! Você, essencial!

**isso de querer
ser exatamente aquilo
que a gente é
ainda vai
nos levar além**

paulo leminski

e, neste propósito, agradeço aos que têm
participado da caminhada.
por agora, por este trabalho, especialmente
aos meus pais e à minha irmã,
à wânia storolli,
ao wagner canalonga,
à andrea drigo,
à paula molinari,
ao césar lignelli,
às parcerias de pesquisa,
às mestras e mestres,
aos artistas-pesquisadores,
a todas as pessoas com quem já cocriei algum ato!

RESUMO

Esta pesquisa investiga a relação entre vazio e voz em um processo de criação artística denominado ato!. Partindo do conceito de vazio, segundo a filosofia taoista, e considerando a natureza relacional e corpórea da voz, o estudo segue por alguns desdobramentos como a noção de espaço, sopro, silêncio e acaso. Compreende também uma experimentação prática, trazendo propostas de ações em um roteiro original, criado ao longo da pesquisa. O trabalho é construído segundo os três ciclos que marcam a prática do ato!: o esvaziamento, a experimentação e a composição; além de guiarem a pesquisa, eles inspiram a divisão dos capítulos. Cada texto prioriza um fundamento e apresenta abordagens e referências artísticas sobre o tema, em diálogo com autores e artistas, tais como Wu Jyh Cherng (1958 - 2004), John Cage (1912-1992), Murray Schafer (1933-2021), Adriana Cavarero (1947), Paul Zumthor (1915-1995), Antonin Artaud (1896-1948) e Meredith Monk (1942). O primeiro ciclo se desenvolve através das temáticas de espaço, respiração, sopro, meditação, *chi kun*, escuta e silêncio. No segundo ciclo são abordados o movimento criativo pelo espaço, a experimentação vocal, o acaso e a pausa como elementos de composição. O terceiro ciclo traz uma proposta para a criação do programa artístico, trata da poética da natureza e do espaço vazio e finaliza com a ação em si, considerando a voz que canta através do vazio, a partir do conceito de *wu-wei*. Entre o vazio, a voz e a criação de uma ação artística, apresentam-se propostas práticas e teóricas que, combinadas, se configuram em um caminho de aberturas para a manifestação da pluralidade vocal.

Palavras-chave: vazio; voz; processo de criação; respiração; performance; taoismo.

ABSTRACT

This research investigates the relationship between emptiness and voice in a process of artistic creation called act!. Starting from the concept of emptiness, according to taoist philosophy, and considering the relational and corporeal nature of the voice, the study follows some developments such as the notion of space, breath, silence and chance. It also comprises a practical experimentation, bringing action proposals in an original script, created during the research. The work is constructed according to the three cycles that mark the practice of the act!: emptying, experimentation and composition; beyond guiding the research, they inspire the division of chapters. Each text prioritizes a principle and presents approaches and artistic references on the subject, in dialogue with authors and artists, such as Wu Jyh Cherng (1958 - 2004), John Cage (1912-1992), Murray Schafer (1933-2021), Adriana Cavarero (1947), Paul Zumthor (1915-1995), Antonin Artaud (1896-1948) and Meredith Monk (1942). The first cycle develops through the themes of space, breathing, breath, meditation, *chi kun*, listening and silence. In the second cycle, creative movement through space, vocal experimentation, chance and pause are approached as elements of composition. The third cycle brings a proposal for the creation of the artistic program, it deals with the poetics of nature and empty space and ends with the action itself, considering the voice that sings through the emptiness, based on the concept of *wu-wei*. Between the emptiness, the voice and the creation of an artistic action, practical and theoretical proposals are presented, which combined configure a path of openings for the manifestation of vocal plurality.

Keywords: emptiness; voice; process of creation; breathing; performance; taoism.

APRESENTAÇÃO

abrindo os trabalhos

Abrir caminhos para a expressão da voz. Proporcionar experiências de silenciamento. Desenhar vivências. Orientar. Cuidar. Criar. Cocriar ações artísticas. Pensar no processo criativo como o próprio ato artístico. Planejar o processo em que a realização de uma ação final seja o registro poético daquele caminho, naquele instante. De forma sucinta, poderia resumir assim minha pesquisa teórico-prática, que eu chamo de ato!. Acredito que essas ideias refletem em parte um propósito que mantenho desde a infância: a liberdade na comunicação. Um desejo de expressar o que me parece verdadeiro em cada momento, seja em ações cotidianas, gestos, danças ou palavras. Liberdade por eliminar o máximo possível de elementos que possam obstruir a fluidez natural da comunicação, entre a fala e a escuta, entre mim e o outro. Liberdade por não tentar me modificar para agradar ou fazer bonito. Tenho me proposto a criar caminhos artísticos que sigam nessa direção. Inicialmente, eu desenho um mapa do processo com uma sequência de diversas ações práticas. É um roteiro, com listas de propostas e indicações que eu registro em fichas e

que guiam minha voz durante a orientação do trabalho. Levo também trechos de teorias e poesias que possam inspirar as movimentações, tanto as minhas quanto as dos participantes. Trabalho com uma escuta atenta ao que se apresenta durante o processo para poder executar eventuais modificações na rota prevista no sentido de provocar novas descobertas e propor diferentes caminhos de experimentação. Assim, tenho elementos para cocriar durante todo o percurso.

Experimentar as ações criativas a partir da vivência do vazio e da respiração com foco na expressão da voz. Investigar a potência do vazio no caminho da manifestação vocal com base em alguns princípios. Há um trabalho criado e desenvolvido há anos. Há algumas entrevistas realizadas. Há diversos livros. Há fichas de processos criativos. Há cadernos que registraram ideias, percepções, sensações e descobertas. Há cadernos de treinamentos e de diversas disciplinas cursadas no Programa de Pós-graduação em Artes Cênicas no Instituto de Artes da UNESP. Em uma combinação de ações recentes com esses outros materiais, acredito possibilitar a abertura de um compartilhamento mais profundo sobre a pesquisa. Estou sozinha em frente ao meu computador, mas, dialogando o tempo todo com meus pares. Converso com possíveis leitores deste texto. Converso com artistas e pesquisadores dos mais diferentes perfis e que possuem, ao mínimo, uma característica comum: o interesse pelo caminho de expressão do eu criativo. Ao falar em eu criativo, trago uma terminologia da filosofia taoista e que se aproxima da ideia da criação relacionada a algo que é essencial e natural em cada um de nós, da potência que pode ser manifestada através do ato criativo.

SUMÁRIO

1	introdução	10
2	primeiro ciclo: esvaziamento	22
2.1	praticando o esvaziamento, da quietude ao movimento	23
2.2	esvaziar os espaços	29
2.3	vivenciar a respiração	35
2.4	tornar-se respiração	42
2.5	movimentar o sopro, caminhar com suavidade	46
2.6	o silêncio positivo, a escuta profunda	52
3	segundo ciclo: experimentação	58
3.1	atravessando espaços	59
3.2	dançando a voz	62
3.3	o acaso e a pausa na composição	72
4	terceiro ciclo: composição	81
4.1	as perguntas e o programa	82
4.2	a poética da natureza e o espaço vazio	86
4.3	cantar através do vazio ou a não-ação na ação	90
5	impressões	100
	bibliografia	106
	ato!	111

INTRODUÇÃO

ato! caminho entre potência e manifestação

Este título é uma possibilidade de máxima ampliação do núcleo que trago neste trabalho. Pensar no ato como a ação que concretiza a manifestação de qualquer potência. "No sentido ontológico, o ato se opõe à potência, assim como o real (o que é feito) se opõe ao possível (o que pode ser feito). 'O ato é, para uma coisa, o fato de existir na realidade', dizia Aristóteles". (COMTE-SPONVILLE, 2011, p. 65). Nesse sentido macro, poderia pensar em estabelecer estratégias que facilitem os caminhos de criação, mas a generalização causaria lacunas em relação ao tipo de criação e de manifestação, sobre quem (ou o quê) estaria executando este movimento, sobre a forma e o meio para que isso ocorra. Trazendo essa ideia fundamental para o processo criativo no qual baseio a pesquisa, faço a reflexão a partir de um trabalho que considera o ato como o caminho artístico que se concretiza na voz em movimento pelo espaço. Ao final de todo processo criativo, uma ação é criada para que as experiências vivenciadas possam ser manifestadas artisticamente. Através de práticas de esvaziamento e da "indissociação do som e do movimento

do corpo na produção da voz", como sugere Ernani Maletta. (LIGNELLI; GUBERFAIN, 2019, VIII).

Processos criativos são efêmeros e estão em constante transformação. O ato! poderia ser chamado de uma aula, de uma prática, de uma brincadeira, mas, eu escolhi chamar de caminho em função dos princípios taoistas que também fundamentam o trabalho.

O Caminho gera o Um,
 O Um gera o dois,
 O dois gera o três,
 O três gera os dez mil seres.
 Os dez mil seres cobrem-se com o obscuro e abraçam o claro
 E se harmonizam através do Esplêndido Sopro (LAO; WU, 2011, p.218)

O Caminho é o Vazio, um espaço em que não há manifestações; o Um é a manifestação desse Vazio, onde há a união das energias opostas e complementares *yin* e *yang*, configuradas na imagem do *Tai Chi*. A partir do Um, inicia-se a multiplicidade das manifestações: o Um se desdobra em dois, céu - terra, representados por *yin* e *yang* separados; do dois nasce o três, céu - homem - terra, que traz a ideia da integração das polaridades, tendo o homem como fruto. E do três, então, surgem os dez mil seres. Dez mil são uma medida simbólica que representa todas as manifestações do Universo. O obscuro e o claro são energias *yin* e *yang* que, quando colocadas em relação uma à outra como no poema acima, transmitem a ideia de equilíbrio e harmonia. O Esplêndido Sopro representa a força do Vazio. (LAO; WU, 2011, p.218). Podemos relacionar esse poema taoista à proposta de processo criativo que trago neste trabalho: a partir de movimentos que transitam entre o zero e o três, entre as práticas de esvaziamento e a manifestação da ação. Experimentando movimentos entre o *yin* e o *yang*, percebendo o sopro, vivenciando a respiração, dançando a voz e percorrendo vazios durante todo o caminho.

o caminho e os vazios

Desde 2007 eu crio e oriento processos de criação. Naturalmente, meus estudos e processos individuais influenciam esse trabalho e vice-versa e, mesmo quando eu não conhecia nada da cultura taoista, eu já aplicava alguns conceitos relacionados a seus fundamentos filosóficos. Acredito que essa identificação com os princípios foi o que motivou minha aproximação com a cultura através de estudos teóricos e práticos. Conheci a Sociedade Taoista em 2015, quando comecei um curso de introdução à filosofia taoista, ministrado pelo Sacerdote Wagner Canalonga, Mestre Regente da Sociedade Taoista do Brasil, e realizei minha iniciação espiritual. Continuo participando de palestras, cursos, práticas de meditação, *chi kung* e cantos tradicionais, em modo virtual desde o início da pandemia.

O Taoismo é uma tradição ancestral e, como tal, tem a contribuição de diversas pessoas na criação de seus ensinamentos, elaborados ao longo dos tempos. A filosofia, a ciência, a cultura e a religião caminham juntas. A transmissão dos ensinamentos é muito viva, algo entre a solidez característica dos antigos textos sagrados e a diversidade de materiais mais atuais, construídos a partir das relações entre variados mestres e discípulos. A tradução literal de *Tao*, em chinês, é algo como caminho, estrada. Nessa perspectiva, podemos considerar a vivência prática dos ensinamentos, pensando simultaneamente no próprio caminho, no ato de caminhar e em quem está caminhando. O *Tao* é a união desses três elementos. Na língua japonesa, o *Tao* chinês é o *Do*, que também indica caminho. Como em *Judô*, caminho da suavidade, *Shodo*, caminho da escrita e *Kendo*, caminho da espada. Os mestres indicam que os caminhos, bem como seus aprendizados espirituais, sejam aplicados na vida cotidiana, buscando a simplicidade nos mais diversos aspectos, sem complexidade, com paz no coração e liberdade no mundo.

O *Tao Te Ching*, considerado um dos livros fundamentais do Taoismo, traz poemas escritos por Lao Tse. A edição que utilizo foi traduzida diretamente do chinês e é comentada pelo mestre Wu Jyh Cherng, que dedica seu olhar filosófico (e também poético) às interpretações citadas neste trabalho. O conceito de vazio para o Taoismo se desdobra nos textos do *Tao Te Ching*, em estudos, artes e práticas taoistas. De forma bem sintética, podemos refletir sobre este conceito a partir de duas ideias que tanto se relacionam como também contêm suas próprias especificidades. Enquanto o Vazio Primordial é a grande fonte, potência, a origem de tudo e que acolhe todas as manifestações, o vazio é a oposição do cheio, do preenchido, e também pode ser pensado como as aberturas possíveis no caminho e que proporcionam a geração das manifestações. Nos próximos textos e práticas, há reflexões sobre ambos, Vazio e vazio, mas, é principalmente com esse último que se relaciona este processo criativo.

caminhos das vozes

Alguns anos antes de conhecer o Taoismo, vivenciei mais uma iniciação em um outro caminho. Como eu danço desde a infância, a movimentação do corpo na dança sempre me pareceu muito natural, o mesmo não acontecia com a voz; pra mim, o corpo e a voz eram duas expressões completamente dissociadas e minha relação com o canto, algo distante e complexo. Eu achava que cantar era um dom para poucos. De qualquer forma, de vez em quando eu tinha uns rompantes e buscava algum tipo de aula de canto. Em 2002, pouco tempo depois de ter finalizado minha graduação em Comunicação Social, estava folheando um folder de cursos de expansão cultural do Instituto Sedes *Sapientiae* e encontrei uma proposta que se chamava *Movimento, Respiração e Canto*. Só o fato de relacionar o movimento (que eu associei à dança) com o canto, já me interessou. Fiz o curso e conheci, na prática, um pouco da

pesquisa de Wânia Storolli. Em 2010, retomei essa busca, mas, naquele momento, queria participar de um trabalho continuado. Cheguei ao Estúdio Nova Dança e à pesquisa *O Caminho do Canto*, de Andrea Drigo. Participei semanalmente do treinamento e concluí uma formação de dois anos sobre os princípios d'*O Caminho*. Talvez seja interessante pontuar que fui apresentada à filosofia taoista durante as práticas n'*O Caminho*, portanto, as temáticas da voz e do vazio já estavam relacionadas desde o começo da trajetória desta pesquisa, embora eu não tivesse essa consciência na época.

Aquela voz certamente vem de uma pessoa única, inimitável como qualquer pessoa, porém uma voz não é uma pessoa, é algo suspenso no ar, destacado da solidez das coisas [...] a voz poderia ser o equivalente daquilo que a pessoa tem de mais oculto e de mais verdadeiro. (CALVINO, 1995, p.46)

No conto *Um rei à escuta*, Italo Calvino conta a história de um rei que representa a audição e, como um líder controlador, julga, permite ou interrompe os sons que se apresentam no reino. Entre os diversos sons que ouve, há a presença de vozes. E aí se encontra o ponto central do conto: como essas vozes se apresentam e como são percebidas pela audição do rei. Com um alto grau de percepção auditiva, o rei ouve todos os sons. Quando as palavras são proferidas, os significados não são levados em consideração pela avaliação do rei, seu foco está no som, na "substância fônica", no "timbre vocal" (CAVARERO, 2011, p.16). Vozes repletas de intenções e desejos reverberam pelo palácio. Vozes que se distanciam da naturalidade, da verdade de quem as emite. Talvez desejando agradar? O que importa é que o rei nota a superficialidade e o esforço contidos nessas vozes. Mas, algo diferente é percebido pelo rei quando ele escuta a voz de uma mulher cantando uma canção já conhecida. O que a destaca das demais vozes está relacionado ao "prazer que esta voz põe na existência [...] O prazer de dar uma forma própria às ondas sonoras". (CALVINO, 1995, p.47). A percepção de que aquela voz tinha algo único, a unicidade do humano expressa na qualidade singular

de cada voz. A experiência de escutar essa voz potente, cheia de vida, transformou o rei, que abriu mão de sua postura sempre rígida e reativa. O rei abre sua escuta e se coloca inteiro, de corpo presente, apenas para ouvir aquela voz. Potência, vida e prazer expressos na voz do emissor; uma voz capaz de causar transformações no estado de um receptor com a escuta atenta. Voz e escuta em relação. Corpos em relação. Vozes em relação.

Esse conto de Calvino destaca pontos fundamentais que são desenvolvidos no trabalho de Adriana Cavarero, e com os quais traço alguns diálogos ao longo da pesquisa. Ao investigar a voz, Cavarero extrapola as relações com a respiração, o ar e a palavra, trata do aspecto da unicidade e do seu caráter relacional. Cada voz é única, expressa a singularidade de cada ser humano, está sempre associada a uma escuta e manifesta a relação indissociável, como já citada, entre o som e o movimento do corpo. Ela comunica algo além do que as palavras podem dizer, não se limitando aos seus significados. Representa uma unicidade capaz de revelar aos ouvidos sensíveis o mais sutil em cada um. E sendo a voz uma manifestação da natureza, segue também ciclos dinâmicos de transformação, pulsando entre o *yin* e o *yang*, entre o repouso e o movimento, entre o silêncio e o som.

sobre esta pesquisa

Investigar a relação entre vazio e voz, que se desenvolve durante o ato!, é a experiência de estudo desta pesquisa. Não falo em objeto de estudo por tratar aqui de um processo, que possui características do efêmero, do impermanente, mais próximas da ideia de experiência. O ato! é um processo criativo que se conforma pela vivência de três ciclos: o esvaziamento, a experimentação e a composição; sendo, assim, um

trabalho em constante transformação, mas que contém princípios que têm se apresentado ao longo dos anos. Alguns foram inseridos ao trabalho de forma mais consciente e outros surgiram naturalmente em função de experimentos e necessidades das próprias ações. O ato!, portanto, é o recorte escolhido para aprofundar a pesquisa entre seus dois principais fundamentos, o vazio e a voz. E, a partir de uma certa divisão entre os ciclos do trabalho, será possível discorrer sobre os desdobramentos dessa relação. Falo em certa divisão porque cada ciclo tem seu próprio objetivo, mas, todos acabam se mesclando e se fundem, de alguma forma, durante a trajetória.

Com o núcleo e a estrutura básica definidos, as reflexões da pesquisa são pautadas entre as referências, nas quais se baseiam a definição dos conceitos de vazio e voz, e o diálogo com outros artistas e pesquisadores que tratam desses assuntos em suas próprias experiências, sejam práticas ou teóricas, a partir de perspectivas similares. A partir de quais olhares falar sobre o vazio e a voz? Com quais trabalhos traçar relações? Responder essas perguntas levou a certas escolhas, que colaboraram para se chegar à forma final desta pesquisa. Escolhas, em sua maioria, baseadas na identificação. Aquele tipo de trabalho, texto, aula, prática ou experiência que causou algum impacto; nem sempre suave e, por diversas vezes, incômodo. De qualquer forma, foram acontecimentos que influenciaram um modo de pensar e agir e têm transformado minha forma de trabalhar neste processo criativo. Ao pesquisar mais sobre alguns deles, foram surgindo outras tantas referências. Em um repertório de novas e antigas propostas, escolhi aquelas que possibilitam maior aprofundamento da reflexão seja por confirmar e ampliar a percepção de certas ideias ou por apresentar alguns sentidos diferentes. Entre afirmações e negações, abrem-se também possibilidades de novas aplicações práticas no próprio processo.

Mesmo a partir dessas diretrizes apresentadas, ao pensar sobre uma pergunta primordial que guia esta pesquisa, imagino algo assim: como proporcionar maior liberdade à expressão da voz? Acho que os outros questionamentos e desejos circundam esta busca primária. Penso na liberdade da expressão da voz na cena, mas, expandindo este estado para a vida cotidiana; acredito que as transformações e revelações da manifestação da voz caminhem em uma via de mão dupla, o que foi vivenciado em um âmbito pessoal reverbera no artístico e vice-versa. Talvez, mais uma vez por identificação, trago nesta pesquisa artistas que se dedicam a certos treinamentos que podem ser considerados como práticas de cuidados de si, como a meditação, e também a algumas linhas filosófico-religiosas como o taoísmo e o budismo. As análises são pautadas em função de seus trabalhos artísticos, mas não considero suas escolhas pessoais uma coincidência.

Expandindo a pergunta original, e tendo como base minha própria experiência prática, sigo algumas pistas: como a vivência e a busca por vazios podem facilitar a manifestação da voz em diversas camadas expressivas? Seria melhor, talvez, uma reformulação dessa questão: como as experiências de esvaziamento podem potencializar a manifestação das vozes? Não me pergunto se isso é ou não possível, pois já parto do princípio de que existe, sim, uma potência a ser investigada nesta relação vazio-voz. Isso me baseando nos trabalhos e estudos que envolvem a pesquisa em momentos anteriores e que têm refletido no desenvolvimento do ato! desde o início. Penso que me abro, principalmente, a refletir sobre o "como", sobre as estratégias e possibilidades que podem proporcionar um campo de maior liberdade para a manifestação da voz através da vivência do vazio. Hoje me interessam as vozes que podem surgir de forma mais orgânica, natural, a partir do corpo em livre movimentação, em suas performances autorais, em suas próprias composições e improvisos. Certamente, há trabalhos que também miram no desenvolvimento (e exploração?) da vocalidade na cena e, provavelmente,

consigam atingir esse objetivo mais rapidamente ou com resultados até mais nítidos se olhados a partir da lente técnica do canto, por exemplo. Mas, como isso acontece? O processo me importa, as revelações ao longo do processo me interessam e, por isso, eu considero o ato! como um caminho de criação. O que este processo pode gerar, independente do rigor técnico? Talvez, em fases futuras da pesquisa, valha investigar outros tantos conceitos e estratégias que podem potencializar o trabalho, além dos que são aqui apresentados. Por ora, um olhar para o vazio e suas implicações práticas tem gerado embasamento e descobertas suficientes para as principais questões do trabalho, sendo que elas se desdobram ao longo de todo o texto.

Mesmo com o repertório de diversos processos criados, achei fundamental trabalhar com atos específicos para esta pesquisa. Assim, transitei entre o desenvolvimento do texto e a prática, possibilitando inspiração e transformação de ambos entre si. Desde a primeira vez que orientei um processo de criação, muito se (e me) transformou, mas, optei para este momento não trazer referências diretas aos trabalhos passados por acreditar que os exemplos poderiam direcionar a conversa com o leitor para outros caminhos e questões, sendo que o foco são os fundamentos e como eles se relacionam. No início da pesquisa, havia previsto orientar processos a um determinado grupo e refletir sobre as questões com os participantes do trabalho, porém, o contexto da pandemia mais o desejo de me colocar em criação artística me levaram à outra decisão. Planejei alguns roteiros e depois os vivenciei na prática, seguindo a programação de fichas e a orientação da minha voz gravada.

Em relação aos ciclos do processo artístico, além de pontuarem as fases do ato!, eles inspiram a divisão da pesquisa em capítulos que seguiram as mesmas nomenclaturas. Desta forma, tanto a investigação quanto a leitura podem tomar rumos mais fluidos e coerentes com a ação prática. Em cada capítulo, os textos também seguem uma sequência de assuntos

baseada nas ações de cada ciclo. Por mais que os processos sejam únicos, os ciclos praticamente mantêm seus objetivos dentro das diversas propostas. Tomei como base o roteiro de um desses novos processos criativos para colaborar com a ordenação dos textos, sendo que os próprios assuntos também sugerem certos movimentos. Em relação à escrita, por diversas vezes, entro em certa divagação, com frases curtíssimas e algumas repetições de palavras e verbos de ação. Esvaziar meu pensamento nessa dinâmica também me transportou para o ritmo das próprias ações do processo, me movimentando em direção a algumas descobertas, como se, pela repetição, fosse possível chegar ao núcleo da ideia, da prática. Após o desenvolvimento dos três capítulos, compartilho minhas principais impressões da pesquisa, com algumas conclusões e possíveis novos rumos do trabalho. Ainda como parte do estudo, há um espaço destinado a quem quiser se relacionar com este conteúdo de uma forma mais prática; é um material independente e complementar ao texto.

sobre os capítulos

Esvaziamento - o primeiro ciclo do processo e também o momento em que teço reflexões sobre o vazio na prática criativa, seja enquanto abertura de caminhos, espaço, respiração ou treinamentos. Priorizo aqui levantar princípios e fundamentos dos trabalhos citados em relação às ações desenvolvidas no ato!. Trato da ideia de esvaziamento dos espaços (do corpo e do ambiente de trabalho) a partir de artistas como Yoshi Oida e José Gil. Sobre respiração, trago algumas referências da pesquisa de Wânia Storolli e Antonin Artaud. Enquanto treinamentos, falo de técnicas que eu pratico: a Meditação e o *Chi Kun*, duas artes taoistas que aplicam o conceito de vazio em repouso e em movimento. Trabalho com os

conceitos de Silêncio Positivo e Limpeza de Ouvidos, desenvolvidos por Murray Schafer, relacionando com propostas artísticas de John Cage.

Experimentação - neste ciclo, os conceitos filosóficos entram em movimento criativo a partir da manifestação das vozes. Início com a ideia de atravessar espaços a partir da percepção do corpo e do ambiente. No próximo passo, falo sobre experimentação vocal a partir de Paul Zumthor e Adriana Cavarero, e apresento alguns fundamentos e exercícios d'*O Caminho do Canto*. No último texto deste capítulo, retomo Schafer e Cage, mas, com foco na relação entre o acaso, a pausa e a composição, a partir da obra *4'33"* de Cage.

Composição - no último capítulo, desmembro o ciclo em três momentos principais: a criação do programa da ação, inspirada pelo conceito de programa performativo de Eleonora Fabião; a poética da Natureza e do espaço vazio na cena; e, por fim, trato da ação em si. Sobre a ação, optei por, diferentemente dos outros textos, não compartilhar tanto minhas experiências atuando nos processos criativos. Preferi deixar mais espaço para que o leitor pudesse criar suas próprias imagens e foquei no desenvolvimento da proposta de uma voz que canta através do vazio, a partir do conceito taoista *wu-wei* e em relação a trabalhos de artistas como Meredith Monk e Sara Belo.

Impressões - faço aqui referência ao nome de uma das últimas ações que apresento no ato!. Esvazio em palavras a experiência vivida no trabalho, colocando, portanto, algumas conclusões, percepções, novos questionamentos, ideias e próximos passos em um texto mais fluido.

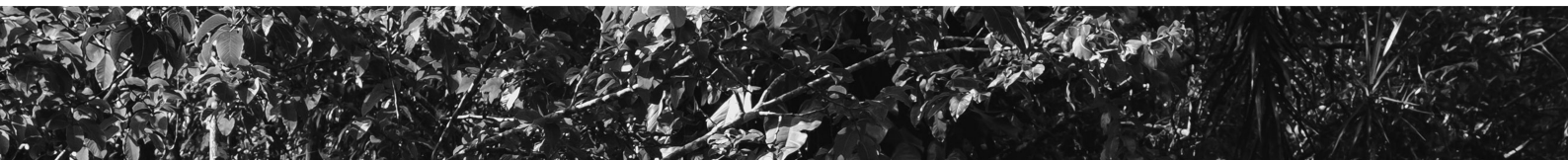
ato! - ao final do texto, apresento um roteiro completo com indicação de ações descritas em fichas específicas para cada ciclo do trabalho. Para tornar esta experiência mais próxima de um processo presencial, incluí um áudio com a minha voz como guia. É uma forma de complementar a

pesquisa e também inspirar novos processos por outras vias. A voz, em palavras escritas e vocalizadas, atuando na orientação deste processo criativo.

Entre referências teóricas e práticas, apresento muitas questões e algumas expressões que fazem parte da filosofia taoista. Convido você a se entregar à leitura como uma experiência prática, de corpo inteiro, sem perder o fluxo do texto. Ao invés de se esforçar para tentar compreender algo desconhecido logo no primeiro momento, sugiro que silencie, respire, abra sua escuta para os sons ao redor, para o espaço e, então, continue lendo; que você se esvazie, se deixe levar. Se preferir, leia depois novamente, mas sem forçar a busca por significados ou respostas rápidas. Faz parte do processo um certo estranhamento. Vamos seguir juntos. Permita-se entrar no contexto do trabalho e deixe que as conexões e a elaboração surjam ao longo do caminho, do ato!, proporcionando à leitura uma verdadeira vivência. Afinal, "[...] um texto só existe, verdadeiramente, na medida em que há leitores (pelo menos potenciais) aos quais tende a deixar alguma iniciativa interpretativa". (ZUMTHOR, 2018, 24).

Assim, em um curto período de tempo, que envolveu a participação em diversas disciplinas no Instituto de Artes, leituras, seminários, produção de textos e, entre uma pandemia, mortes, duas gestações e uma nova vida, este ciclo da pesquisa foi finalizado, conformado em um estado de emergência para nascer, como mais uma cesárea de urgência, como um ato de resistência!

Boa leitura! Boas práticas!



esvaziamento



ESVAZIAMENTO

praticando o esvaziamento, da quietude ao movimento

eu, esta sala, um pouco de silêncio. janelas abertas, o ar que circula. inspiro esse ar, movimento meu corpo, relaxo. expiro suavemente. inspiro, expiro. sento, acendo o incenso. enquanto ele queima, seu aroma ocupa o espaço. inspiro. expiro. tomo um gole de chá. devagar. o calor e o gosto da erva percorrem minha boca, minha língua, lábios, garganta, o meu corpo. fecho os olhos e parece que sinto mais o sabor do chá, o perfume do incenso. que ouço mais o silêncio. fumaça, cinzas. entrego-me ao chão. sinto seu apoio, acolhimento. aos poucos, o movimento do corpo parece cessar e sinto apenas minha respiração. no escuro, repouso. no escuro, respiro.

Eu poderia sintetizar o primeiro ciclo desta proposta de criação como uma combinação de práticas e ações que podem favorecer a vivência de estados de quietude. Quietude que pode se configurar em repouso, no silêncio, na pausa, na escuta e também em alguns movimentos, em fluxo consciente com a respiração. Quietude para proporcionar mais presença,

para gerar mais espaço no corpo, para aprofundar a escuta e enxergar frestas por onde compor os movimentos. Este é um momento de chegada a este processo criativo. Desligando-se de informações externas para iniciar uma experiência com foco e disponibilidade, experimentando o momento presente. Se o início da proposta costuma acontecer mais em repouso, aos poucos, exercícios próprios do *Chi Kun* e do *Tai Chi Chuan* são apresentados para ativar energeticamente o corpo, retomando a movimentação e trazendo maior consciência na relação da respiração com gestos e deslocamentos. A percepção do espaço, com seus elementos sonoros e visuais, é um convite para aproveitar o instante, abrindo-se para os ciclos seguintes.

"O turvo, através da quietude, torna-se gradualmente límpido/ O quieto, através do movimento, torna-se gradualmente criativo". (LAO; WU, 2011, p.90). Quietude e movimento são como dois lados de uma mesma moeda e, como tal, ambos seguem um fluxo de constante transformação, ocupando ora um espaço, ora outro. E é nesta dinâmica entre as forças *yin* e *yang* que as criações acontecem. Práticas de silenciamento podem facilitar a transformação do turvo em transparente para que, a partir de um estado esvaziado, se inicie um novo movimento. Treinamentos de artes corporais taoistas, como o *Chi Kun* e o *Tai Chi Chuan*, possibilitam a compreensão desse contexto em experiência, na ação. Talvez o que mais diferencie um treinamento continuado de uma outra prática seja o tempo e a dedicação disponibilizados para a atividade. Nem sempre um processo criativo é capaz de priorizar essas demandas. Nem sempre os participantes do processo seguem os mesmos (ou algum) treinamentos entre si. Independente das causas ou situações que rondam esse cenário, aqui se estabelece uma questão.

Como propor um caminho, normalmente curto, mas que parte de um estado que pede um tempo, normalmente longo, para ser conquistado?

Mais do que considerar uma determinada preparação prévia do participante, acredito que a experiência com alguma prática de silenciamento pode facilitar a vivência em um processo criativo como o ato!, por exemplo. Parece que, de alguma forma, o tempo das coisas pontua essa problemática de forma geral. Já orientei workshops de um dia e até de poucas horas a pessoas com pouca ou nenhuma intimidade com quaisquer práticas de silenciamento. Percebi algumas vezes que o nível de disponibilidade para as propostas criativas que viriam na sequência era proporcional à entrega no momento inicial de esvaziamento. Mais do que uma simples sensação, havia relatos ao final do trabalho sobre a dificuldade de permanecer em silêncio, o medo da exposição, do julgamento, a vontade excessiva de acertar (o que, às vezes, direcionava as escolhas criativas por propostas ou movimentos já conhecidos). E, normalmente, as pessoas que conseguiam experimentar mais livremente as ações, aproveitando as experiências em tempo presente, eram as que estavam menos conectadas com essas outras preocupações, que estavam mais presentes, mais esvaziadas. Voltando ao problema: como orientar, então, este caminho criativo mantendo seu princípio de vivenciar o esvaziamento antes da criação? Levando em consideração que pretendo manter este caminho aberto a qualquer pessoa, independente de sua formação pessoal ou técnica, uma pista que me parece fazer sentido é focar nos fundamentos de práticas de esvaziamento, adaptando o formato e as estratégias das propostas para cada processo. Por aqui, que sigo a pesquisa.

Em relação ao conceito do vazio, que fundamenta este ciclo, proponho principalmente ações que levam em consideração o vazio como sendo o oposto do cheio, enquanto um caminho, enquanto espaços esvaziados, repouso, silêncio e pausas que podem proporcionar maior disponibilidade, fluidez e presença. Mas também, aproximo o trabalho o máximo possível do Vazio Primordial que, segundo o taoísmo, é a fonte da potência e de todas as criações. Atuando com essas duas ideias, oriento um caminho de

aberturas para a posterior manifestação de vozes em movimento criativo. Entre as diversas artes taoistas, tanto a Meditação como o *Chi Kun* trabalham os conceitos filosóficos do vazio na prática. São dois caminhos complementares, de revelação e transformação. Enquanto a Meditação atua com o conceito de vazio no repouso (no caso da principal técnica com a qual relaciono este trabalho), o *Chi Kun* atua com o vazio através do corpo em movimento (mesmo com um repertório que inclui posturas fixas, a grande maioria se desenvolve na ação). Aquietar-se para esvaziar e, a partir de então, movimentar-se para criar. Mesmo sendo dois vetores com sentidos diferentes, ambos se fundamentam na experimentação de vazios. Esvaziar-se das múltiplas intencionalidades, desejos, expectativas, conectando-se com o sopro e vivenciando a respiração conscientemente. A respiração é uma chave importante deste trabalho. Tenho percebido que todas as ações, referências e estratégias levam em consideração a atenção aos fluxos da respiração. Continuando o caminho deste processo criativo: mergulhar na potência do vazio, do silêncio, energizar e ativar o corpo para deixar a manifestação criativa emergir com naturalidade. Naturalidade é outro ponto fundamental.

O que é agir naturalmente em uma proposta de criação artística?

Desenvolvo mais essa questão ao longo do trabalho, mas a principal indicação é de que a naturalidade está relacionada ao conceito taoista de *wu-wei*, a não-ação, a ação que ocorre com o mínimo possível de expectativas ou intenções previamente estabelecidas; a ação que flui pelas frestas, a partir de espaços vazios, como o fluxo livre da água na natureza; uma ação criada entre dinâmicas *yin* e *yang*, desenvolvida em gestos, movimentos e em relação ao espaço e ao outro. Tantos conceitos teóricos que se complementam e, provavelmente, façam mais sentido na prática e ao final deste trabalho.

[...] Essa noção de vazio e de pleno nos leva ao intra-sensorial de que falávamos no início da entrevista, à capacidade de ir além da percepção, isto é, de alcançar uma zona de silêncio que teria parentesco com um vazio. E esse vazio é meu trampolim. É porque sou capaz de fazer essa operação, de ir rumo ao vazio que vou poder criar a dinâmica do pleno - em suma trata-se de encher de vazio. Se estou completamente pleno, não posso mais me mexer. (GODARD, 2006, p.77)

É preciso esvaziar o sentido de seu demasiado-pleno de pré-visão ou "vomitar a fantasmática do corpo", como diz Lygia Clark, para, a partir daí, atingir um estado de vazio que abre um novo potencial. O estado de silenciamento está mais relacionado ao cultivo do que a uma possível meta a ser alcançada; plantamos a semente, cuidamos e, em seu próprio tempo, ela floresce. Nossa intenção está na decisão de trilhar esse caminho e de se manter presente na prática. "Toda a investigação sobre o corpo requer este silêncio meditativo e concentrado, em que o sujeito do corpo parte à procura de si - do outro em si ou de si no outro". (LOUPPE, 2012, p.70).

O interesse de performers por essas práticas pode ser compreendido, em primeiro lugar, a partir de certo entendimento contemporâneo da arte, como evento em que se desencadeiam e se exercitam modos mais sutis de percepção e de comunicação. [...] não são necessárias formas espetaculares, mas situações concebidas a partir de uma grande liberdade em relação às convenções da cena. (QUILICI, 2015, p. 48)

As reflexões que desenvolvo sobre as práticas de silenciamento e as possíveis relações com o conhecimento de si e com o processo criativo nascem a partir da minha aproximação com a filosofia e com algumas práticas taoistas, e são fundamentadas pelas pesquisas de mestres e por outros artistas-pesquisadores. Tem algo nesse universo que extrapola o campo do treinamento técnico e se aproxima do treinamento como "técnica de si e como exercício transformador do sujeito" (QUILICI, 2015 p. 191) e o trabalho, de alguma forma, permeia esse ambiente. Dar mais

ênfase à vivência do que aos resultados diretamente relacionados à criação cênica e abrir espaços no processo para a experiência de estados profundos de percepção e consciência são decisões que podem influenciar o tipo de ação artística que será criada.

esvaziar os espaços

abro os olhos. uma sala vazia, poucos elementos. a chaleira, uma garrafa de água, a caixinha de som, ainda desligada. o celular com a playlist, ainda pausada. fichas de trabalho em um canto. respiro. toco meu corpo, meu rosto. sinto minha pele. respiro. a fumaça pelo espaço.

"O espaço entre o céu e a terra assemelha-se a um fole/ É um Vazio que não se distorce/ Seu movimento é a contínua criação". (LAO; WU, 2011, p.47). Podemos considerar o espaço a partir de diversos significados e sentidos. Olhando para o externo e para o interno, de forma macro ou micro. O que proponho, de início, é um processo de limpeza do espaço de trabalho e, então, diversas outras limpezas e aberturas dos vários espaços ao longo de todo o percurso criativo. Para começar esta reflexão, podemos pensar no grande espaço entre o céu e a terra; permeia ali uma energia sutil, invisível, algo que ainda não foi manifestado. Ao sofrer as compressões e dilatações provenientes dos constantes movimentos da terra e do céu, essa energia libera sua força vital e permite a criação e a transformação de todas as manifestações possíveis. Em comparação com o fole, podemos pensar na relação de

força e resistência que o objeto sofre, demonstrando que em um mesmo espaço vazio há uma potência capaz de expulsar o ar que se manifesta como vento, como som. Há um sopro capaz de ativar o fogo da lenha, por exemplo, e que, sem a movimentação do fole, não poderia ser manifestado. Sem o vazio neste espaço não haveria possibilidade da vida manifestada. Toda movimentação tanto do céu como da terra ocorre naturalmente, é o *wu-wei*. "E o ser humano é aquele que vive no espaço entre o céu e a terra [...]. Nada mais adequado para ele, portanto, que se orientar também pelas leis que regem a conduta do céu e da terra [...]". (LAO; WU, 2011, p.50).

Experimentar a criação no espaço a partir desse contexto traz uma perspectiva de grande liberdade. Um espaço, que é vazio e, portanto, potencial para qualquer manifestação, criações e movimentações. Uma pessoa atuando entre céu e terra, conectando seus movimentos com os ciclos naturais de expansão e recolhimento, e "[...] se usarmos as imagens dos fios e nos movermos entre céu e terra, a ação se tornará mais fácil e conseguiremos foco para nossa concentração interior". (OIDA, 2001, p.44). Ao mesmo tempo em que nos conectamos com o espaço externo, temos a possibilidade de observar os movimentos internos, de criação e transformação. Talvez, para facilitar este caminho, seja interessante se enxergar sempre em relação, pulsando entre as diversas manifestações das polaridades *yin* e *yang*. Como a respiração, por essência, é este pulso *yin* e *yang*, é a dinâmica entre inspiração e expiração, de entradas e saídas do ar, talvez abrir a percepção para a sua movimentação possa colaborar para permanecermos conscientes e presentes em todo o processo.

O homem pode experimentar tanto estados pesados e densos como estados de intensa luminosidade. Como filho do 'Céu' e da 'Terra' (imagem recorrente na alquimia) o ser humano contém em si possibilidades descendentes e ascendentes [...] a alquimia pretendia operar transformações na 'alma', partindo de seus aspectos mais

'grosseiros' e brutos para conquistar a qualidade 'nobre', de uma abertura para o 'espírito'. (QUILICI, 2015, p.93)

A limpeza do ateliê (como eu gosto de chamar o espaço de trabalho) também pode se tornar a primeira ação prática de esvaziamento se nos colocarmos com a intenção de eliminar os excessos e organizar o material de trabalho necessário com atenção e foco, com o corpo disponível e presente na execução desta ação exclusivamente. Oida abre *O ator invisível* falando exatamente sobre a importância de limpar e esvaziar o espaço com concentração. Ele fornece indicações precisas e fala da influência desta ação com o treinamento da concentração do ator. Relaciona essa prática a um conceito da filosofia budista indiana, o *samadhi*, que basicamente se refere a um profundo estado de concentração em qualquer atividade. Além da importância do exercício para o desenvolvimento da concentração do ator, Oida traz a limpeza do espaço como uma atividade útil por si mesma e não apenas como preparação para algo que vem depois. "Essa abordagem de limpeza não está limitada ao ambiente onde se irá trabalhar. Temos igualmente de nos assegurar de que nossos corpos estão no mesmo estado de prontidão". (OIDA, 2001, p.26). A limpeza vai além da proposta de tirar a sujeira e outros tipos de excesso, ela está relacionada ao cuidado, em relação ao espaço físico externo e ao nosso próprio corpo.

O espaço também "é o lugar das presenças, ou o presente como lugar [...]". (COMTE-SPONVILLE, 2011, p.203). Dificilmente há um repertório comum, seja de técnicas ou de referências artísticas, entre os participantes de um mesmo processo criativo, por isso, se torna importante a criação de um ambiente propício para que todas as pessoas tenham a oportunidade de experimentar e se beneficiar daquele espaço-tempo. "Como a área vazia não conta uma história, a imaginação, a atenção e os processos mentais de cada espectador ficam livres e desimpedidos". (BROOK, 2002, p.22). Por mais que Peter Brook esteja associando a ausência de elementos na cena como um potencial para a

livre imaginação do espectador, creio que seja inspirador considerarmos a poética de espaço vazio desenvolvida em seu teatro já neste início do processo de criação em relação à livre imaginação do artista.

Oida oferece, como parte dos "toques finais", outras orientações como ter roupa e espaço específicos para o treinamento pessoal. Nesse caso, podemos também considerá-las como as primeiras ações para iniciar o momento de trabalho e separá-lo da vida cotidiana:

[...] devemos estar num lugar especial - que devemos ter limpo antes - purificamos nosso corpo, imergindo-o na água fria, e vestimos um traje diferente. Feito isso, estaremos prontos para iniciar o trabalho. (OIDA, 2001, p.38)

percebo o espaço que está à minha volta. possivelmente, este espaço, assim, só eu consigo vê-lo. um espaço construído a partir da minha visão, das minhas sensações, do meu corpo. corpo esse que está apoiado pelo chão, entre céu e terra, que ocupa o espaço, que é o próprio espaço.

As palavras pouco falam ao espírito; a extensão e os objetos falam; as imagens novas falam, mesmo que feitas com palavras. Mas o espaço atoador de imagens, repleto de sons, também fala, se soubermos de vez em quando arrumar extensões suficientes de espaço mobiliadas de silêncio e imobilidade. (ARTAUD, 1999, p.98)

"O espaço do corpo é o corpo tornado espaço". (GIL, 2001, p.19). Através da percepção do próprio corpo, pelo toque, pelo cheiro, pelo som, pelos deslocamentos, um novo espaço vai sendo construído. Ao sentir os apoios do corpo em relação ao chão e experimentar expansões e recolhimentos entre os planos baixo, médio e alto, abrem-se novos espaços internos. O corpo se alonga, algumas obstruções podem ser melhor percebidas, talvez dissolvidas. Espaços vazios podem ser criados. A respiração pode guiar

certos movimentos. Os gestos podem ser criados entre os vazios do ambiente e orientar os movimentos da respiração. Com calma, com atenção ao que está acontecendo a cada instante, uma nova noção pode se instaurar: um espaço-corpo. Então, "[...] cria-se um espaço interior 'paradoxal'. Que está e não está no espaço". (ibidem, p.75).

Porque é mais por toda a superfície da pele do que através da boca, do ânus ou da vagina que o corpo se abre ao exterior. Esses orifícios estão a serviço de funções orgânicas de trocas entre o interior e o exterior. Mas raramente operam a abertura global do espaço interno (exceto no prazer sexual e na fala). A 'abertura' do corpo não é nem uma metonímia nem uma metáfora. Trata-se realmente do espaço interior que se revela ao reverter-se para o exterior, transformando este último em espaço do corpo. (GIL, 2001, p.69)

toco minha pele, esticando, apertando e acariciando. abrem-se os poros. fluxos de energia se dirigem à pele. extravasam. vazam. sinto esta superfície contínua de espaço-pele, pele porosa, corpo poroso, corpo em espiral. neste momento, estou sozinha aqui. em tantos outros processos, havia o outro. outros. suas presenças físicas podiam ser percebidas, mesmo antes de tocar seus corpos. e, a partir da construção da noção de um espaço-corpo individual, essa presença de diferentes espaços-corpos iam compondo um espaço expandido, um espaço-entre. mesmo sozinha, só de pensar no outro, parece que meu corpo sente sua presença e começa a se movimentar e se manifestar entre as fricções e os vazios presentes e imaginados.

Este novo espaço construído não está à parte do espaço externo. A sugestão é colocar-se conscientemente em relação ao ambiente, percebendo-se em relação aos seus elementos, em um processo de composição constante. Mesmo o elemento mais sutil como o ar, que está dentro e fora do nosso corpo, é capaz de ganhar diversas qualidades,

densidades, texturas e participa, em um fluxo dinâmico de transformações, da criação deste espaço-corpo que pode ser percebido pela própria pele que se estende pelo entorno. "O espaço move-se através de nós, mas também em nós, seguindo 'direções' internas, móveis e imóveis, com o auxílio das 'viagens interiores', talvez as mais importantes experiências humanas de espaço". (LOUPPE, 2012, p.189).

vivenciar a respiração

assim, no chão, sinto meu corpo se esparramar. algo vai se despedindo. vou repousando. não apenas repousando. meu corpo vai sendo derramado, derretido pelo chão. vai buscando novas formas. vai buscando uma não-forma. cedendo. dando passagem aos fluxos de ar. fecho novamente meus olhos. fecho pra fora. abro pra dentro. inspiro suavemente pelo nariz. solto o ar pela boca, como um sopro. assopro. inspiro, contração. expiro, expansão. e neste vai e vem, inspiro, inspiro-me. o ar percorre meu corpo, passa pelos seus contornos e retorna, para fora, renovado. abro os olhos, mantenho o fluxo. olho as cinzas do incenso, para o efêmero do presente. impermanência. tempo que passa. eu passo. mas, agora, estou.

A respiração, o primeiro movimento e também o último. Diante de tantas particularidades, esta constatação vale para todas as pessoas: o sopro marca o início e o fim das nossas vidas. A dinâmica entrada-saída existe para todos. A forma, não. São fluxos dinâmicos de inspiração e expiração; é o próprio movimento da nossa energia sutil no espaço. O ar

se dirige para dentro do corpo e retorna ao espaço, transformado, às vezes, como voz.

Quando estamos dormindo, inspiramos e expiramos continuamente. Quando morremos, a respiração pára. Esses três padrões básicos de respiração (inspirar, expirar e parar de respirar) são o que temos na vida diária, e uma vez que o propósito do teatro é evocar uma experiência genuína da vida real, esses são os padrões que empregamos no palco. (OIDA, 2001, p. 128)

De fora pra dentro, iniciamos, aos poucos, um processo de esvaziamento mais diretamente ligado ao nosso corpo. Ao fecharmos nossos olhos, trazemos atenção ao sutil, ao sensível, ao interno. Para trazer à reflexão os conceitos taoistas, podemos pensar que nos desconectamos um pouco dos elementos *yang*, do visível, do claro para aproximarmos nossa percepção do *yin*, do sensível, do escuro. Antes de falar sobre a respiração como elemento no processo de composição da ação artística, acho interessante pensar em como as práticas que se propõem a trazer mais atenção aos movimentos respiratórios também colaboram para a geração de um estado de presença, com maior consciência e disponibilidade corporal. E talvez aqui, a relação *yin-yang* para este trabalho comece a ficar mais clara. Os movimentos do corpo e do ar são exemplos da dinâmica entre o *yin* e o *yang* em nosso próprio corpo a partir de uma ação tão cotidiana quanto vital e comum a qualquer pessoa: a respiração. Essa percepção traz uma luz à pesquisa: o quanto a atenção à respiração ao longo do caminho é fundamental para um processo criativo que se baseia no vazio e na voz e, também, como a experimentação de oposições em nosso próprio corpo pode facilitar uma proposta mais conectada com a naturalidade. Ao inspirarmos, ao mesmo tempo que nosso corpo se contrai (*yin*), ele se enche (*yang*) de ar. Na expiração, o corpo se expande (*yang*), enquanto se esvazia (*yin*) de ar. "A plenitude de *yin* transforma-se na realização de *yang* - da força da inspiração surge a criação da expiração". (MIDDENDORF *apud* STOROLLI, 2004, p.62). Entre a inspiração e a expiração há a pausa, o instante vazio que está entre os

dois movimentos. E onde se encontra a respiração? Nem dentro nem fora do corpo. Ela está neste espaço entre, dentro-fora, entre mim e o outro, entre mim e o espaço externo. Este entre é o próprio vazio; e talvez aí tenha um espaço que valha mergulhar para experimentarmos a fonte de uma grande potência criativa, tão essencial ao trabalho do artista. Podemos pensar a cada pausa, a cada vazio presente nesta dinâmica da respiração, em mais uma abertura, mais uma possibilidade de gerar algo novo, seja para dentro ou para fora do nosso corpo. Mais do que manter a atenção nessa movimentação durante as práticas, é interessante apenas pensar nessa relação entre as oposições, entre a respiração e os movimentos do corpo, nesse "entre", durante as experimentações e ensaios para que, na hora da cena, na ação artística, seja possível se libertar do racional e apenas vivenciar a experiência.

Mais meditativa é a experiência dos intervalos entre a dilatação e a contração do diafragma, com as suas apneias mais ou menos prolongadas (de pulmões cheios ou vazios, consoante o tipo do estado desejado). É neste lugar intermédio, no cruzamento das correntes opostas, que o *mâ* do pensamento *zen* japonês desperta. A respiração é abolida ou libertada, mais do que controlada. [...] O ato respiratório é, sem dúvida, uma das raras situações em que é possível abordar experimentalmente a dualidade da plenitude e do vazio e convertê-la numa escolha do corpo na dança. (LOUPPE, 2012, p.97)

Quando eu inspiro, o que eu trago para dentro do meu corpo? Como meu corpo se mobiliza ao receber o ar? O que me inspira? Quando eu expiro, o que eu devolvo ao espaço? O que retorna ao ambiente? Quem eu inspiro? Como minha expiração se manifesta?

São algumas questões que podem provocar reflexões e ações para o trabalho com a respiração em um processo de criação artística. Entre as práticas que evidenciam a importância da respiração, há diversas perspectivas diferentes sobre sua relação com movimento e ação. Enquanto umas priorizam trabalhar com alterações do ritmo espontâneo

da respiração a partir de certas orientações específicas de controle, outras seguem uma abordagem mais conectada ao fluxo e às suas características naturais.

Artaud considera a respiração um dos principais elementos do trabalho do ator. "Na relação entre o gesto e a palavra [...] ela é responsável pelo resgate e pela manutenção da vida do que é executado pelo ator em cena". (BONFITTO, 2011, p.59). Assumindo-a como uma ponte entre os processos internos e as ações externas, associa uma respiração mais adequada a cada momento, a cada sentimento. "O ator desejado por Artaud não pode se deixar governar por suas emoções; pretende-o com tal domínio técnico do corpo e da voz, que se torne capaz de emitir o signo exato, no momento oportuno". (AZEVEDO, 2017, p.20). Propõe um trabalho voluntário da respiração para proporcionar a criação de gestos e ações determinadas. Sugere que, a partir de certas alterações intencionais da respiração, diferentes estados podem ser revelados para, então, serem controlados pelo ator. "O que a respiração voluntária provoca é uma reaparição espontânea da vida". (ARTAUD, 1999, p.155).

Seguindo por um caminho que permite a livre movimentação da respiração, abrindo mão de controlar seu trânsito entre os espaços internos e externos do corpo, a alemã Ilse Middendorf desenvolve a *Respiração Vivenciada*.

A chave para vivenciar a respiração, conforme pretendido por Ilse Middendorf, está na palavra alemã *lassen*, que significa 'deixar, ceder, deixar de fazer, permitir'. Segundo Middendorf, o processo de vivência da respiração não pode ser realizado pelo 'fazer'. Deve-se antes 'deixar que ele ocorra', uma diferença sutil e, muitas vezes, difícil até mesmo de perceber. (STOROLLI, 2019, p.58)

Trata-se de ceder espaço à experiência, de permitir a movimentação natural da respiração de forma consciente, testemunhando o próprio processo. Outro fundamento que possibilita a prática deste trabalho é a

vivência da tríade "concentração - percepção - respiração". Desenvolve-se o conhecimento do corpo a partir dele mesmo e uma vez vivenciada a experiência, essa se torna uma "experiência incorporada", pois ela passa a fazer parte do corpo. "Sem certo ou errado, o movimento respiratório é percebido diversamente por cada um, já que a percepção é um processo individual, assim como o processo de respiração". (STOROLLI, 2019, p.67).

Durante o ato! eu apresento caminhos possíveis para vivenciar a respiração em relação aos movimentos de forma mais natural, abrindo espaços para a manifestação vocal, sem direcionamentos específicos de controle da inspiração ou da expiração, mas, sim, priorizando o jogo e a exploração. Não há esforço ou intenção para controlar qualquer movimento da respiração; apenas a disponibilidade para que ela se manifeste em seu próprio fluxo. Esse estado requer tranquilidade tanto para não alterar o tempo da ação como para perceber entradas e saídas do ar e tudo que isso pode movimentar no corpo de cada um.

Os trabalhos que tratam a respiração como uma ferramenta para se atingir determinados objetivos criativos podem diminuir sua importância por si só. Diante dessas situações, o próprio corpo também tende a ser um meio para expressar ou alcançar certos estados. Nesse contexto há uma visão fragmentada do corpo e que também minimiza a relação da respiração enquanto energia e movimento vital capaz de guiar um caminho sensível e profundo de percepção de si. Particularmente, me interessa menos esse contexto e pesquisa caminhos que consideram uma visão mais integrativa entre corpo-respiração.

Mesmo em um trabalho de livre experimentação, como a respiração se relaciona diretamente com o movimento e a vibração do corpo, e esses, com os gestos, os deslocamentos e a voz, pode ser muito potente explorarmos as diversas possibilidades de combinações entre os

elementos. Às vezes, a sutileza da respiração só pode ser percebida em função do movimento. Outras vezes, ela é tão intensa que chama mais atenção do que o movimento do corpo. Dissonâncias e consonâncias. Equilíbrios e desequilíbrios. Experimentos variados, mas que sempre refletem algo além do visível. Ao vivenciar a respiração, nos permitimos vivenciar também o momento presente. Tal estado de atenção e percepção pode proporcionar experiências de extrema potência tanto durante o processo como na cena. Azevedo diz que um ator em estado de concentração e presença tem seu corpo iluminado. "Toda sua energia está voltada, todo o tempo, para seus afetos e sua mente manifesta-se num tipo especial de brilho [...] algo pulsa nele enquanto representa". (AZEVEDO, 2014, p.180).

Nos processos que desenvolvi para esta pesquisa, neste momento, nesta experiência, estou sozinha experimentando situações e práticas de esvaziamento. Porém, em outros processos de criação, quando há a possibilidade, gosto de sugerir a formação de duplas para que os participantes fiquem um em frente ao outro, sentados de forma confortável (corpo relaxado e com tônus) e se mantenham em silêncio, atentos apenas à respiração e ao olhar do outro. Nessa experiência de silenciamento é possível também iniciar um processo de esvaziamento, para aquietar a mente e os movimentos do corpo. A presença do outro, ali, à minha frente, permite maior atenção à minha própria respiração e uma potente experimentação, constatando que estamos sempre pulsando entre manifestações. Marina Abramóvic, com sua performance *The artist is present* (2010), extrapolou as fronteiras da sala de ensaio para vivenciar esta comunhão silenciosa com desconhecidos e em um contexto performático. Colocou-se sentada, em silêncio, disponível, presente, diante do outro. E a cada entre "duas pessoas", "dois estados de presença e silêncio", um espaço-tempo único foi gerado. "Não tenho a menor ideia de quanto tempo se passou. Mesmo depois, quando me informam,

percebo que não importa absolutamente sabê-lo". (BONFITTO, 2013, p.91).

Cada referência aqui citada tem seus próprios fundamentos e objetivos. Além de refletir sobre possíveis afinidades e diferenças que possam contribuir para esta pesquisa, considero também construir outras relações nas aplicações práticas. De alguma forma, trago novas camadas ao dar ênfase a pontos específicos, como as dinâmicas *yin-yang* e a não-ação, agregando conceitos como a potência do vazio em todo o processo e expandindo as possibilidades de implementação da pesquisa a trabalhos que envolvem linguagens artísticas diversas e a participantes que não são artistas. Neste momento, vou me atentar ao fato da naturalidade da respiração ser fundamental para o ciclo de esvaziamento mais do que pensar sobre sua relação com o processo de composição. Inspirar suavemente pelo nariz, cedendo espaço para que o ar entre e percorra os espaços internos, sentindo os caminhos e se movimentando em relação a essa percepção. Expirar, deixar o ar sair naturalmente pela boca, como um sopro. E com a realização desta dança, entre o ar que é inspirado e inspira os movimentos do corpo e o ar que se mistura e transforma em (o) nosso corpo para retornar, já renovado, ao ambiente, podemos perceber as dinâmicas entre o *yin* e o *yang*, o dentro e o fora, a respiração e o movimento, além da energia física gerada neste fluxo. Um sopro vital que pode ser chamado de "substância" (MIDDENDORF *apud* STOROLLI, 2004, p.61), de energia, de *Chi*.

tornar-se respiração

ruídos. repouso. ruídos. relaxo. ruídos.
escuridão. ruídos. silêncio. sons. silêncio.
apenas sons. inspiro. expiro. o vazio,
mergulho. o máximo que eu consigo. mais. e
mais e mais. e...

Trago aqui a Meditação não pela necessidade de ser praticada como um treinamento para se atingir um certo objetivo. Apresento apenas uma técnica com a qual tenho experiência prática para relacioná-la ao trabalho criativo. Acredito que ela pode abrir um caminho de maior concentração e presença e é através de seus fundamentos que desenvolvo algumas das ações neste ciclo de esvaziamento.

Na Sociedade Taoista em São Paulo, o principal método de meditação praticado é o *Xīn Zhāi Fa*, o método de purificação do coração. Para colocá-lo em prática, é preciso basicamente se sentar em quietude, buscar o silêncio interior e unir mente e respiração. Purificar o coração é se tornar a própria respiração. O ouvido e o coração têm uma clara limitação quanto às suas atuações: conseguem ouvir e contemplar. Mas o sopro, por ser o

vazio, é receptivo a tudo, tem o próprio caminho, o *Tao*, a ele relacionado. O sopro é o purificador do coração. (WU, 2008, p. 24).

A Meditação é uma das práticas que pode auxiliar a recuperar nossa capacidade de escuta e de contemplação. Ela propõe um caminho em que, mesmo escutando os sons externos e internos, continuamos mantendo o "centro", em um estado de silêncio. Não se trata de estar alienado às coisas mas, sim, mais consciente. Não há aumento da sensibilidade aos sons mas, maior tolerância. Os pensamentos, emoções, ações, gestos e movimentos nascem do silêncio, de um estado de quietude interior, sofrendo menos interferência dos estímulos externos.

Sentar no silêncio, sentar na quietude. Esta é a tradução literal, em chinês, da palavra meditação. "Sentar no silêncio é como levar o corpo e a mente a experimentarem um profundo descanso". (WU, 2008, p. 19). Encontrar o silêncio interior, mas antes, começar a desapegar de quaisquer informações externas e internas que se manifestem durante a prática. Mesmo entrando em um estado de profundo silêncio, o praticante mantém a consciência. Normalmente, os praticantes da meditação não têm tanta dificuldade com a postura em si. O ponto mais delicado é se permitir entrar no estado de quietude. E para colaborar nesta fase, algumas ferramentas e um método específico podem ser interessantes. Há várias técnicas e propostas diferentes aos que se interessam por este caminho. Quando a respiração se torna quase imperceptível, ela passa da respiração física para o sutil do Sopro Puro. Neste momento, é possível se alcançar a quietude. Sentado e imóvel, o praticante não mais percebe o corpo físico ou sua mente. Ele se percebe como uma respiração sutil, que vibra e pulsa em um espaço imenso, no próprio vazio, esse estado em que a energia não tem forma. É um Sopro, anterior à manifestação. E quem alcança esse estado, deixa também de se perceber como forma. (WU, 2008, p.28).

Em chinês, o ideograma coração significa também mente ou consciência. Assim, *Xīn Zhāi Fa* pode também ser traduzido como Método de Purificação da Mente. A purificação acontece a partir do esvaziamento dos excessos da mente. É chamado de excesso o acúmulo de sentimentos e pensamentos negativos, o acúmulo de intenções ao longo da vida. A meditação propõe que a energia, aliada à consciência, possa adentrar na mente do praticante. Não será adicionada qualquer informação. Inicia-se o processo de purificação e limpeza, como se tirássemos as camadas de uma cebola, desapegando das formas, liberando os excessos para se chegar ao núcleo. Ali, no núcleo, está o Vazio, que conecta todos os seres. Quando ouvimos com os ouvidos, estamos conectados com os cinco sentidos. Ouvindo com o coração, ouvimos nosso interior. Ouvir com o sopro é tornar-se a própria respiração. Estas são as três etapas do método *Xīn Zhāi Fa*: a concentração, a contemplação e a fusão. É imprescindível que se mantenha a naturalidade, o relaxamento e o conforto. Com os músculos relaxados, concentrar-se na entrada e saída do ar. Esse é o principal ponto de atenção na meditação. Com a respiração mais consciente e fluida, é possível liberar focos concentrados de energia, permitindo sua movimentação. (WU, 2008, p.22-23).

Assim que o praticante vai se desenvolvendo neste caminho, as dificuldades e os desconfortos vão diminuindo até que ele possa ultrapassar a forma, a imagem e possa entrar na quietude e no vazio, respeitando seus limites físico e mental. É um trabalho sutil, tranquilo, sem qualquer intervenção mais brusca. A ideia é que o praticante se sinta confortável no processo de esvaziamento. Suave e sempre, com disciplina. A disciplina é uma qualidade bastante comum na cultura oriental. Uma relação com a meditação de forma disciplinada, com frequência e cuidado, traz benefícios ao corpo, facilitando a possibilidade de vivenciar o vazio.

[ditado popular chinês] 'Pessoas comuns respiram pelo peito, pessoas sábias, pelo hara, e pessoas treinadas pelos pés.'
[...] As pessoas sábias são aquelas que praticam meditação;

para fazer isso, concentremos a respiração no hara, ou seja, na área bem abaixo do umbigo. As pessoas treinadas são aquelas que utilizam o corpo de um jeito altamente desenvolvido, como os atores ou os praticantes de artes marciais. As pessoas nessa esfera de atividade usam a imagem de tomar energia da terra para ajudá-las. (OIDA, 2001, p.130)

Por mais que a respiração seja uma ação natural e involuntária, costumo perceber em algumas pessoas a interrupção de seu fluxo ao longo do processo criativo, principalmente nas fases de experimentação criativa. É como se, ao dar ênfase a uma proposta fora do cotidiano, o corpo reagisse com tensão e toda a atenção fosse dirigida ao novo movimento. Acho interessante que a primeira coisa que nitidamente se modifica é a respiração. Em função disso, em diversos momentos do trabalho, me vejo "chamando" por ela, como se lembrando o participante de respirar. Como nem sempre é possível investir muito tempo para sentar e meditar, noto a importância da minha voz durante a orientação ao levar pílulas dos fundamentos durante todo o caminho. Faço uso também do incenso e do chá logo no início dos encontros como elementos para auxiliar o estado de concentração e presença, seja pelo olfato, pelo paladar ou pela visão.

movimentar o sopro, caminhar com suavidade

corpo pulsando entre. pés bem apoiados. joelhos levemente flexionados, base forte, corpo flexível. movimento yin. movimento yang. inspiração. expiração. equilíbrio. desequilíbrio. busco reequilíbrio através dos desequilíbrios. o micro e o macro. círculos, espirais. fluir com o sopro.

Círculos no céu, abraçando a árvore, vôo do ganso, nadando no ar, acariciando nuvens, suaves mãos de Buda e tantas outras imagens poéticas que nomeiam e inspiram posturas fixas e exercícios em movimento do *Chi Kun*; esse é o nome dado aos exercícios respiratórios e energéticos nas artes taoistas, que têm por finalidade captar, canalizar e circular as energias do corpo. *Chi* pode ser traduzido como sopro, ar, energia. Sopro é tanto o ar como o Sopro Vital. *Kun* é exercício ou treinamento. Retomo a imagem da água na natureza para pensar no *Chi* em nosso corpo: a água circula naturalmente pelos espaços vazios que encontra e, se houver qualquer obstrução de seu movimento, ela empoça, pode ficar turva ou transbordar. Qualquer obstrução que limite o movimento natural de renovação do *Chi* pode causar desequilíbrios variados. Um dos objetivos do *Chi Kun* é a restauração da naturalidade do

corpo, em oposição a quaisquer construções artificiais. Através do movimento e da respiração, são desenvolvidos os centros, os canais e o campo energético.

Canalunga apresenta o *Tai Chi Chuan* como um tipo específico de *Chi Kun*, que trabalha a energia através da concentração, da respiração e do movimento consciente. Esses elementos precisam atuar simultaneamente para manter a harmonia psicofísica-energética. Tudo está em permanente mutação e transformação no mundo. Os ciclos de movimento e repouso presentes na natureza são contínuos e permanentes. A principal referência simbólica do *Tai Chi Chuan* é o próprio *Tai Chi*: um círculo formado por duas partes em formato de peixe, uma branca e outra preta, separadas por uma linha sinuosa; as duas partes possuem uma pequena esfera em seu interior com a cor oposta, simbolizando que cada uma também contém a semente da energia da outra. O *Tai Chi* representa a união e o equilíbrio das forças *yin* e *yang* e contém a essência das leis e ensinamentos que fundamentam o *I Ching*, o Tratado das Mutações que, por sua vez, embasa filosoficamente a técnica do *Tai Chi Chuan*. Podemos dizer que o *Tai Chi Chuan* é constituído de movimentos corporais e respiratórios e que, além dos benefícios de saúde e longevidade, podem promover a expansão da consciência. (CANALONGA, 2011, p.21-22). No *Tai Chi Chuan*, há a indicação de respirações abdominais suaves e profundas, mantendo um ritmo espontâneo e natural. O foco na respiração abdominal favorece o processo de captação, formação e circulação do *Chi* no corpo. Podemos partir da respiração abdominal para promover o trabalho do *Chi* no corpo, e depois, avançar para outros pontos de atenção até a sensação de que o corpo todo está respirando. Como as posturas e os exercícios possuem orientações específicas em relação ao posicionamento dos ombros, braços, cintura, quadril, pés e coluna, a consciência corporal adquirida na prática pode, aos poucos, também favorecer a exploração e a criação de gestos e movimentos.

movimentar e equilibrar o yin e yang. da forma para a não-forma. para o sutil, para o chi. pausar. nutrir o chi. o espírito. esvaziar, sentir, perceber.

"O retorno é o movimento do Caminho/ A suavidade é a atuação do Caminho". (LAO; WU, 2011, p.210). Retorno é a tradução de *FAN*, em chinês, e também traz o significado de oposto. Assim, podemos pensar em algo como "os movimentos do caminho se realizam através dos opostos." A atuação suave na caminhada traz uma qualidade de delicadeza e brandura na criação de gestos e palavras. O simbolismo do retorno também tem correspondência com os movimentos do *Tai Chi Chuan*. Canalonga (2011) apresenta alguns princípios relacionados à prática, dos quais destaco, resumidamente:

- A não-intenção, o *wu-wei*. Realização de ações, movimentos, gestos sem demasiada vontade de fazê-los, sem excesso de desejos ou pensamentos;
- Movimentos macios, com vitalidade e sem tensão;
- Movimentos circulares e contínuos, desenhos que não têm início ou fim, com as articulações descontraídas;
- Músculos acionados, porém sem contração excessiva;
- Pés em conexão com o chão, como raízes profundas;
- A suavidade, aspecto levado em consideração tanto nos movimentos externos como internos;
- A harmonia. Atuando a partir da naturalidade e da fluidez do movimento, o trabalho ocorre de forma equilibrada, sem excessos ou demasiados conflitos;
- O eixo. Podemos pensar no eixo como aquilo que mantém nosso equilíbrio e também relacioná-lo com o ponto que fica entre as formas manifestadas e o vazio do espaço, como a tênue linha que separa as formas do Vazio, sendo o real equilíbrio entre ambos. Esse

vazio que é espaço absoluto, que possibilita a manifestação de qualquer coisa, existindo antes, durante e depois de toda existência. Precisamos agir de forma intuitiva e transparente para localizar o eixo em nosso corpo. Nem totalmente no vazio, nem totalmente conectados às formas.

Nesta fase de esvaziamento, enquanto estou orientando, apresento algumas posturas e exercícios e, ao longo do processo, mantenho os fundamentos como um guia para as ações e para o próprio caminho criativo, atenta para que essas diretrizes atuem mais na expansão do que na limitação da expressividade do participante.

O símbolo Yin/Yang o entrosamento, a união-dissolução do movimento dentro de um círculo. As energias semelhantes, e, ao mesmo tempo, contrastantes, movem-se juntas [...] quando o aprendizado se torna você, então ele aparece conforme a necessidade, quando você está sendo você. É isso que chamamos de *wu-wei* - fazer não fazendo, fazer permitindo que aconteça. (CHUNG-LIANG *apud* AZEVEDO, 2017, p.96)

O *Tai Chi Chuan* também é uma forma de meditação. Ele leva em consideração o equilíbrio dinâmico, em movimento, e não apenas em repouso. Como tudo muda o tempo todo, e também há as características individuais de cada praticante, ele desenvolve a vitalidade e a criação de formas, considerando potenciais e aspectos criativos individuais. Inicialmente, os movimentos são fragmentados mas, com a prática, eles começam a se combinar e se fundem em um fluxo, como uma grande unidade. A movimentação ocorre lentamente para que a pessoa possa perceber melhor seu corpo e seus movimentos. Poderia ser mais difícil adquirir consciência corporal se os exercícios fossem muito rápidos e, provavelmente, se perderiam os detalhes. Detalhes, sutileza: podemos encontrar aí preciosidades a serem trabalhadas em um caminho artístico. Os movimentos circulares e contínuos são baseados no conceito do *yin* e do *yang* dentro do *Tai Chi*. Ao avançarmos, chegando quase ao limite de

um gesto, não nos mantemos nele nem vamos além. Ao contrário, recuamos e já o transformamos em algo novo. Este vai e vem contínuo, com abertura e reclusão, alto e baixo, para frente e para trás, nos leva a experimentar o *yin* e o *yang* na prática. (CANALONGA, 2011, p.35).

Em momentos de dificuldade no processo de criação, quando sentimos bloqueio no fluxo criativo, por exemplo, é comum sugerir que o participante pare de focar na ação, que relaxe um pouco e simplesmente respire. A proposta pode favorecer o trabalho, mas, talvez, não exatamente em função do desvio do foco. Talvez haja outros assuntos envolvidos. A Meditação, bem como o *Tai Chi Chuan*, são práticas que promovem a consciência do corpo e a experiência do vazio. Ambas trazem a atenção à respiração durante o processo. Ao trazer a atenção para nosso próprio corpo, podemos desviar não do trabalho criativo apenas, mas também das questões do nosso dia-a-dia, aliviando a mente do excesso de pensamentos e problemas e facilitando a entrada em um estado de quietude. Podemos ir além da percepção do corpo e pensar no favorecimento da escuta, de si, do outro e do entorno. E, possivelmente, por nos permitirmos abrir espaços, trazendo o vazio para a prática, também nos permitimos experimentar nosso corpo, nossa expressão em formas surpreendentes, no tempo presente. Caminhamos na direção do foco e não em sentido oposto, mas é um caminhar sem rigidez.

Durante a prática do *Tai Chi Chuan*, só é necessário realizar corretamente os movimentos, sincronizando-os com a respiração e mantendo-se relaxado. Esse é o único objetivo concreto; não há competição entre adversários. É mais simples. É mais uma forma de exercitar o conceito de não-intencionalidade, tão importante na filosofia taoista. Como todo treinamento, depois da fase inicial em que estudamos os detalhes e cada movimento ainda é um pouco fragmentado, podemos iniciar uma dança, fluindo na sequência de posturas, sem se apegar aos detalhes técnicos. Na prática do *Tai Chi Chuan*, "[...] a respiração, aos poucos, vai se

tornando mais e mais profunda e ritmada, a percepção do próprio corpo e do espaço em torno se amplia e a sensação de um tempo presente solidifica-se". (AZEVEDO, 2017, p.95).

o silêncio positivo, a escuta profunda

abro as janelas. do espaço. de fora. de dentro. faço silêncio. escuto o silêncio. escuto o som. silêncio. mais silêncio, mais sons. silencio.

Em trabalhos que envolvem a voz, talvez as duas manifestações mais citadas na relação *yin* e *yang* sejam o silêncio e o som. Como trabalhar com a voz sem considerar o silêncio e a pausa? Como pensar o silêncio sem considerar o som?

[...] O círculo do Tao, por exemplo, que contém o ímpeto yang e o repouso yin, é um recorte da mesma onda que costumamos tomar, analogicamente, como representação do som. [...] podemos dizer que a onda sonora é formada de um sinal que se apresenta e de uma ausência que pontua desde dentro, ou desde sempre, a apresentação do sinal. [...] Sem este lapso, o som não pode durar, nem sequer começar. Não há som sem pausa. (WISNIK, 1989, p.18)

Diversos artistas investigam relações entre som e silêncio, mas trago aqui dois compositores e escritores que aprofundaram suas pesquisas teóricas e práticas na exploração da temática do silêncio. A partir de fundamentos

da música, de experimentos criativos e com um olhar claramente alinhado com a filosofia oriental, John Cage e Murray Schafer produziram importantes trabalhos que podem inspirar a reflexão para o processo de criação. Levando em consideração as peças silenciosas de Cage, a proposta de limpeza de ouvidos de Schafer e relatos de ambos, podemos também pensar em outras relações, situações e até conceitos envolvendo o som e o silêncio, como o acaso, a escuta e o silêncio positivo.

Som/Silêncio. Não há som sem silêncio antes ou depois. Som/Silêncio é uma relação simbiótica. Som e silêncio estão em relação um ao outro....Escutar os sons significa escutar os silêncios, e vice-versa. (OLIVEROS, 2005, p. 14, tradução nossa)

Talvez o silêncio possa ser considerado como um alto grau de disponibilidade para a escuta. Assim, torna-se imprescindível incluir a importância da nossa atitude para vivenciar a experiência do silêncio: escuta atenta, mente esvaziada, corpo relaxado. E estar ou não disponível para essa vivência diz muito de cada um de nós em dado momento. Talvez, então, o silêncio também seja um estado de presença, um estado criado.

A vivência do instante isenta de expectativas de um porvir pode ser estimulada, por exemplo, pela experiência prolongada de um tempo esvaziado de peripécias e distrações, que esgota nossos desejos de acontecimento. [...] O uso da longa duração como modo de esgotar o desejo por narrativas pode também apoiar o surgimento de outras qualidades de percepção, sensíveis às pequenas mudanças e diferenças. (QUILICI, 2015, p.40)

Pensando o silêncio para além das questões acústicas, produzindo trabalhos na música, na literatura e na pintura, desenvolvendo parcerias com a dança, o teatro e a performance, Cage faz uso de técnicas, elementos e estratégias similares em suas criações. Percebemos suas obras como experimentações contínuas e que, mesmo com as devidas

diferenças entre si, apresentam coerência em relação à abordagem do silêncio.

Em seu percurso artístico, é possível notar que a inquietação com o silêncio não se limita à área musical, literária, cênica ou filosófica. São campos que se encontram em estado de fusão e interligação, como pontua Heller em seu livro *John Cage e a poética do silêncio*. Heller (2011) estabelece uma conversa entre a temática do silêncio a partir e na própria obra de Cage com outros autores, incluindo pensadores do Zen. Reflete como o silêncio nessa abordagem cageana faz referência a tantas outras questões como liberdade, vida, natureza e cultura, por exemplo. Considerando noções variadas relacionadas ao silêncio, à ideia de pausa, repouso, falta, ausência, não-fala, vazio e quietude, Cage aborda o tema em seus trabalhos de maneira dinâmica, percebendo os movimentos e se deixando transformar com as descobertas.

O artista pensou no silêncio como a ausência de som, a princípio. Depois, disse que o silêncio não existe. E mais tarde, abriu mão de tomar o campo acústico como referência para o conceito de silêncio, passando a compreendê-lo como uma forma de pensar a ação. Assim, ele começa a se envolver mais com o processo artístico do que com a obra em si. (HELLER, 2011, p.13). O silêncio se tornou o ponto fundamental de seu trabalho, tanto artístico quanto teórico. Esse é um dos motivos que inspirou Heller a falar, então, de uma "poética do silêncio".

Alguém já disse, o silêncio é de ouro. [...] Silêncio é um recipiente dentro do qual é colocado um evento musical. [...] Silêncio é uma caixa de possibilidades. Tudo pode acontecer para quebrá-lo. O silêncio é a característica mais cheia de possibilidades da música. (SCHAFER, 2011, p.59)

Schafer defende que em um possível movimento de reconquista da quietude perdida, haverá espaço suficiente para que menos sons se manifestem em toda sua potência e luz. Ao produzirmos sons,

independente de significados, manifestamos nossa existência, nos colocamos em um processo de comunicação, nos relacionamos com o outro, nos mostramos vivos, presentes. Em contraposição, podemos relacionar o silêncio com a não-existência, a não-vida. Um silêncio que cala, que nos apaga da sociedade de alguma forma. O homem contemporâneo ocidental produz som, produz palavra, informação, ação. "O homem gosta de produzir sons para se lembrar de que não está só". (SCHAFER, 2011, p.354).

Considerando o silêncio como algo negativo, estabelecemos uma relação com a pausa, com o vácuo, como situações capazes de interromper o fluxo de comunicação, portanto, a própria relação entre as pessoas. Por outro lado, esse mesmo aspecto negativo torna o silêncio um tema de muita investigação no campo artístico. Talvez enquanto um conceito já amplamente aceito que relaciona o silêncio a partir dessa ótica negativa (pessimista?), o artista pode explorar seus movimentos e sonoridades em cena a partir de possíveis relações com o silêncio, através da ideia de nada, ausência, pausa, repouso ou vazio, por exemplo. O silêncio pode inspirar o artista em seu processo criativo quando se deseja levar sentimentos como solidão, melancolia, tristeza para a cena. Um longo período de silêncio, antes de determinado som, pode dar mais destaque ou dramaticidade à manifestação sonora. Uma inesperada interrupção no meio de uma fala; o repouso do corpo em contraste com a música em alta velocidade; alguém emudecido no meio de uma discussão. Como diz Schafer, "embora obscuramente, o silêncio soa". (SCHAFER, 2011, p.355). Mesmo levando em consideração o lado negativo da palavra silêncio, é interessante vivenciar no processo criativo também o lado positivo do silêncio, associado à potência criativa do vazio, às aberturas que o silêncio pode proporcionar, à escuta atenta.

[...] procurei sempre levar os alunos a notar sons que na verdade nunca haviam percebido, ouvir avidamente os sons de seu ambiente e ainda os que eles próprios injetavam

nesse ambiente. [...] Antes do treinamento auditivo é preciso reconhecer a necessidade de limpá-los. (SCHAFER, 2011, p.55)

Além de seu trabalho no processo de limpeza dos ouvidos, Schafer identifica a importância do ato de contemplar para se adquirir uma visão positiva do silêncio, algo mais presente na cultura oriental, e aponta a filosofia taoista como um caminho de abertura para essa transformação. (SCHAFER, 2011, p.358). É a partir das experiências de contemplação, no silêncio, na quietude, na experiência do Vazio que a escuta pode se tornar mais clara, transparente, alerta. Ressignificar o silêncio, com um olhar positivo, diminuindo os diálogos internos, ampliando a escuta. Nessa nova relação com o silêncio talvez também seja possível uma nova relação com a vida cotidiana, uma nova relação com a criação artística.

O símbolo dos ouvidos é a concha que também simboliza o órgão sexual feminino - símbolo da receptividade e do aconchego. [...] os ouvidos têm sua percepção e até mais acurada que os olhos e o tato - como se comprovou fisiológica, física e matematicamente. Os antigos chineses consideravam os olhos um órgão *Yang* dos sentidos, ou seja, masculino, agressivo, dominador e orientado para a razão, para a superficialidade e para a análise, ao passo que o ouvido é um órgão *Yin* feminino, receptivo, prestativo, intuitivo e espiritual, que perscruta o interior e que encara o todo como Um. (BERENDT, 1983, p.20)

pauso. respiro. ouço. respiro. sons. olhos
fechados. toco a concha. com a concha, o
silêncio, o mar, meu mar. escuto. eu.

O que é que ouço na concha? O eco dos barulhos do meu corpo. [...] Sim, ouço o mar de meu corpo, ouço as minhas pulsações sanguíneas, ouço todos os marulhos que podem intervir no meu próprio corpo. E, justamente, a escuta permite escutar por e através do próprio corpo. (GODARD, 2006, p.74)

Entre propostas que envolvem o toque, a escuta, a visão, novas percepções dos espaços externo e interno são apreendidas. E é neste ambiente, com o material possível de ser percebido e produzido por cada um, que finalizamos a etapa de esvaziamento para entrarmos em um novo ciclo criativo.



experimentação

EXPERIMENTAÇÃO

atravessando espaços

um novo espaço. visualizo os elementos. o mesmo espaço, novos vazios. um novo espaço. sinto. respiro. toco meu corpo, meu rosto. massagem. arrepios.

"Curvar-se permite a plenitude/ Submeter-se permite a retidão/ Esvaziar-se permite o preenchimento/ Romper permite a renovação". (LAO; WU, 2011, p.127). Curvar o corpo, a própria curva, o movimento espiralado, a suavidade, a tolerância. Significados diversos podem ser atribuídos a esta mesma expressão "curvar-se" na língua chinesa. Esse trecho do poema faz referência a uma possível qualidade do indivíduo de se manter flexível diante das circunstâncias e, mesmo assim, preservar a sua essência. Wu aprofunda essa interpretação ao relacionar a curva à naturalidade, já que todos os movimentos naturais do Universo são circulares ou em espiral. (LAO; WU, 2011, p.128) Compreender esse fato e trazê-lo em relação aos movimentos e dinâmicas da própria vida pode proporcionar uma sintonia mais fina com a natureza e com o corpo,

desenvolvendo maior harmonia e equilíbrio em níveis micro e macro, individual e coletivo.

Submeter-se, permitindo a retidão, aborda o sentido de aceitarmos que não temos total controle das ações. Há outras forças que também atuam concomitantemente aos nossos movimentos. Há algo de invisível, de sutil pulsando junto. A gente se coloca em ação, fazendo nossas escolhas da forma mais consciente possível, mas, sabendo que outras interferências também coexistem. A retidão trabalha com a noção de equilíbrio e harmonia.

O preenchimento só é possível a partir de um esvaziamento anterior. Com o rompimento dos laços, em um exercício contínuo de desapego, podemos nos relacionar de forma mais harmoniosa com as mudanças e transformações. Tudo passa, finda e abre espaços vazios para que a renovação se manifeste. A partir do vazio, criamos atravessamentos pelos espaços.

respiro. danço pelo chão, escuto meu corpo.
silêncio. escuto. o espaço. aos poucos,
caminho. explorando. ocupando. compondo.
pelo corpo-espaço. impressões. percepções.

"É preciso aprender a ouvir o que o corpo quer fazer", diz Oida. (2001, p. 65). Para inspirar e provocar novos movimentos pelo espaço, para que o corpo tenha mais opções de escolha durante seus deslocamentos e gestos, o ateliê começa a tomar uma nova forma e, mantendo ainda o aspecto mais esvaziado, vai recebendo alguns elementos e materiais, de texturas, tamanhos, pesos e qualidades diferentes. Proponho toques sutis e contatos mais profundos com essa nova paisagem. Às vezes de olhos fechados, às vezes de olhos abertos. Com os materiais expostos, criam-se relações com, sob ou sobre eles. Caminhando ou correndo. Testando

equilíbrio. E desequilíbrio. Aos poucos, novas percepções são criadas. "Não posso mudar o meu gesto se não mudar a relação que mantenho com o meu corpo e com o espaço através da percepção". (GODARD, 2006, p.75).

uma bola. folhas. almofadas. outra bola.
menor. uma pedra. sinto. desvio. volto.
imagino. toco. crio.

Michel Bernard fala muitas vezes do fato de que não há diferença entre o imaginário e a percepção, que se um pára, o outro pára. Portanto, a questão de Lygia [Clark] é realmente estar sempre colocando em movimento as modalidades que permitem fazer isso. A mesma coisa existe, pois, para o tato [...]. (GODARD, 2006, p.74)

Em um convite para que o corpo todo possa se expressar, imprimindo seus gestos pelo espaço, proponho ações entre a percepção e o movimento. Danças e cantos que vão atravessando o espaço em poesia, em performance.

dançando a voz

pés pelo chão. tocam. caminham. correm, pulam. respiração oscila. movimento muda. pausa. só sinto o movimento da respiração. fico assim um tempo. o corpo quer dançar. primeiro em terra. base forte. os sons ficaram graves. fiquei pesada. passo para o fogo. outro ritmo. outra velocidade. outro peso. vento. furacão. água. correnteza. deságua.

"Os dez mil seres cobrem-se com o obscuro e abraçam o claro/ E se harmonizam através do esplêndido sopro". (LAO; WU, 2011, p.218) A partir da cosmovisão taoista, temos o Sol, como energia *yang*, à frente dos outros planetas, que simbolizam a energia *yin*, e no centro de gravidade de toda energia *yin* há um núcleo *yang* e vice-versa. A manutenção do equilíbrio entre essas duas forças permite a harmonia do Sistema Solar, com os planetas abraçando o claro e se cobrindo com a escuridão. Os dez mil seres representam, na filosofia taoista, toda a humanidade e o poema apresenta essa dinâmica *yin-yang* dos movimentos da Natureza como inspiração para nossos próprios movimentos, abraçando a energia *yang*, de iluminação da consciência, e se cobrindo com o obscuro, *yin*. (LAO; WU, 2011, p.218). E, através do

Esplêndido Sopros, da respiração, entrar em harmonia com a gente e com o mundo, no mesmo equilíbrio do cosmo. O Esplêndido Sopros representa a energia do Vazio, presente em todas as manifestações.

Compreender a harmonia a partir do movimento dinâmico entre as forças opostas indica uma possível diretriz em relação a exercícios e propostas criativas que envolvem o corpo e suas manifestações. Para eu me manter em equilíbrio, se uma força me puxa para baixo, outra força, de igual intensidade, precisa me levar para cima. Isso vale para o gesto vocal, para o gesto corporal. Vou compartilhar um exercício que experimentei (ou o que eu registrei da experiência vivida) no trabalho de pesquisa vocal *O Caminho do Canto*, que pode ilustrar essa ideia. Cante uma nota bem aguda e sinta onde esse som está ressoando mais em seu corpo. Cante novamente e sinta o peso desse som. Repita algumas vezes até ter noção da vibração da nota no corpo e noção de seu peso. Agora leve uma força de igual intensidade para o lado oposto ao local onde você sentiu a vibração. Com esta percepção corporal, execute novamente o som. Depois, tente o inverso: leve a força do seu corpo exatamente para a mesma área onde você sentiu a vibração. Outra possibilidade: trabalhe com vetores de pesos muito diferentes: emita uma nota muito "pesada" em relação a uma força corporal oposta muito leve. Provavelmente, você sentirá alterações no corpo e nos sons produzidos. Vale experimentar as diversas relações de força e peso entre movimentos corporais e vocalizações para conhecermos melhor como nosso corpo se organiza e se manifesta, no equilíbrio e no desequilíbrio.

Como criar artisticamente estados de desarmonia e harmonia? Como meu corpo se organiza e se reorganiza a cada nova proposta?

Dança é representação do movimento humano, expressão em movimento do que ele é. A respiração que adquire espaço no corpo, gerando energia, tende a expandir-se para

o espaço externo através do movimento. (STOROLLI, 2004, p.67)

"Eu vos digo: é preciso ter ainda caos dentro de si, para poder dar à luz uma estrela dançante. Eu vos digo: tendes ainda caos dentro de vós". (NIETZSCHE, 2011, p.18). Como é este corpo que brinca com o caos e com a harmonia e atravessa espaços vazios? Acredito que a dança seja um caminho, dentro do processo criativo, que pode ajudar a responder esses questionamentos.

sons apenas da respiração. curta. comprida.
rápida. devagaaaaaaarr. a dança da
respiração. mantenho a dança. sem som.
com sons. novos sons. e outros...

Drigo relaciona o corpo humano ao diapasão e traz a origem grega da palavra para explicar a comparação: "Diapasão: "dia" é "através" e "pação", do Deus Pã – "todo". Através de tudo!" (DRIGO *apud* LAVALLE, 2019, p.1061). O diapasão é um instrumento metálico em forma de U que, ao vibrar, emite um som de determinada altura e é utilizado para afinar instrumentos e vozes. Cada diapasão tem um tamanho e vibra certa quantidade de frequências por segundo, chegando a uma certa altura. Para que o diapasão passe do seu estado de potência para um estado manifestado, em som, é necessário que ele seja tocado, que ele seja movimentado. No caso de um corpo-diapasão, os toques capazes de fazê-lo vibrar, segundo Drigo, podem ser associados a lampejos de consciência: física, emocional, espiritual. Em relação a si e ao outro. Com esta imagem em mente, o participante se coloca nos exercícios propostos percebendo como seu corpo é afetado em relação ao tempo e ao espaço, aos sons e movimentos, que partem de si ou do outro, ampliando o campo de percepção e a consciência sobre sua própria

expressão-frequência e o entorno, em uma jornada de descoberta de seu próprio corpo-diapásio, alinhada à pergunta que mobiliza o trabalho d'*O Caminho do Canto*: "Quem canta em mim?".

A voz criadora surge como um som que vem do nada, que aflora do vazio: 'O abismo primordial, a garganta aberta, a caverna cantante [...] a fenda na rocha dos Upanichades ou o Tao dos antigos chineses, de onde o mundo emana como uma árvore, são as imagens do espaço vazio ou do não-ser, donde se eleva o sopro apenas perceptível do criador. Esse som saído do Vazio é o produto de um pensamento que faz vibrar o Nada e, ao se propagar, cria o espaço. É um monólogo em que o corpo sonoro constitui a primeira manifestação perceptível do Invisível'. (SCHNEIDER *apud* WISNIK, 1989, p.38)

Esvaziar, escutar, ceder espaço aos vazios em mim, entre mim e o outro, e deixar que a respiração flua e se manifeste em voz, através do movimento do corpo, da poesia da dança. Mais do que pensar em uma Voz essencial, pensar nas vozes de cada corpo-diapásio manifestadas em movimento criativo e em relação umas às outras. E como o outro atua neste caminho de descobertas? A capacidade de afetar e ser afetado, de perder-se no outro para alimentá-lo e ser alimentado de volta, se apresenta como um critério possível para tecer revelações de si a partir da disponibilidade de se abrir ao encontro e às experiências.

Outro exercício realizado n'*O Caminho do Canto* que ilustra esse processo de autoconhecimento do corpo-diapásio: duas pessoas, uma de frente para a outra, e alguém da dupla propõe uma música. Sem avisar, sem combinar, um dos dois começa a cantar. O objetivo é que esta canção seja executada pelas duas pessoas, ao mesmo tempo, sem momentos solo. A dinâmica costuma chegar com um direcionamento bem mais simples, algo como: cantem juntos e escutem esta terceira voz criada por vocês. Enquanto cada um coloca seus 50% de participação na execução da música, percebem também como a dupla participa da ação.

Narciso se vê na fonte. Se ele ouve sua voz, isso não é absolutamente um reflexo, mas a própria realidade. [...] escutar um outro é ouvir, no silêncio de si mesmo, sua voz que vem de outra parte. Essa voz, dirigindo-se a mim, exige de mim uma atenção que se torna meu lugar, pelo tempo dessa escuta. (ZUMTHOR, 2018, p.77)

Quando uma das pessoas se manifesta com muita força, perceptivelmente ultrapassando o que seria sua "metade" no espaço, como soa a música resultante da dupla? Como isso interfere no corpo e na participação vocal do companheiro? Como é possível perceber o que está acontecendo e realizar um ajuste em tempo real para equilibrar estas forças vislumbrando algo mais harmônico? Eu costumo me adiantar ou aguardo tempo demais em silêncio e espero até que alguém tome a iniciativa de começar a cantar? E, principalmente, como dar espaço para que minha voz se manifeste na composição coletiva respeitando os espaços: o meu e o do outro?

Todos esses questionamentos permeiam esse espaço-entre: esse espaço entre duas pessoas, entre duas vozes que cantam, que se relacionam. "[...] no registro da voz, ecoa a condição humana da unicidade. A voz mostra, além do mais, que tal condição é essencialmente relacional". (CAVARERO, 2011, p.22-23).

Parece um simples exercício de cantar em dupla, com a consciência de uma harmonia coletiva natural. Acredito que também seja isso, mas, não só. Além da percepção dos movimentos para tornar o canto tão agradável quanto potente, questionamentos sobre a própria individualidade são trazidos à tona. "A voz, sempre encarnada nas vozes plurais, coloca sempre em primeiro plano o quem do Dizer". (CAVARERO, 2011, p. 47.)

Zumthor diz que "a voz repousa no silêncio do corpo. Ela emana dele, depois volta. [...] Nesse lugar em que a voz se dobra nela mesma, identifica-se com o sopro [...]". (ZUMTHOR, 2018, p.78). Uma imagem

poética do movimento da voz em relação ao silêncio e à respiração. Para manter a poesia, podemos pensar em toda essa movimentação como uma grande dança entre esses elementos. Uma dança da voz.

escuto a sala. meu peso pelo chão. minha respiração. risadinhas da minha filha. lá longe. sorrio. acalmo. canto com ela. eu aqui, ela lá. cantamos.

Ainda nessa imagem do diapasão, podemos imaginar uma outra situação que exemplifica o espaço justo que cada diapasão ocupa em relação aos outros. Em um de nossos encontros, Drigo montou a escala cromática com todos os diapasões dispostos lado a lado em um grande círculo, formando uma mandala de diapasões, e tentou encaixar um certo diapasão em um local que não era o seu de fato, naquela ordem, naquele contexto. De alguma forma, ele até conseguia se encaixar e ocupar um outro espaço, que não o dele, dentro da escala cromática. Podemos forçar, em uma ação intencional, os outros diapasões podem também ceder um pouco de seus próprios espaços para que esse outro possa entrar. Todos os outros diapasões estão um pouco desconfortáveis, mas ele consegue ocupar aquele espaço. Com esta imagem, podemos refletir mais sobre o exercício: quando a gente está de frente para uma outra pessoa, naquela situação em que cada um tem que dar 50%, uma das duas pessoas pode dar muito pouco ou quase nada. E pode ser que a outra resolva dar um pouco mais de 50% só pra que aquele encontro reverbere, ressoe mais. Será que é interessante ceder espaços próprios para que o outro possa entrar, mesmo com uma situação de desconforto entre as duas partes, ou é melhor que a gente se mantenha nos nossos 50%? Diante desses questionamentos, Drigo reforça a importância da consciência, de escutar nossa voz, a do outro e também a voz coletiva que se forma pelo encontro, para a tomada de decisão diante do exercício (da vida): "[...] o quanto eu tenho consciência de que estou saindo do meu espaço para que

outro diapasão caiba [...] Agora, o que a gente trabalha? Ter consciência para enxergar". (DRIGO *apud* LAVALLE, 2019, p.1064).

Voz implica ouvido. [...] O ouvido, com efeito, capta diretamente o espaço ao redor, o que vem de trás quanto o que está na frente. [...] É por isso que o corpo, pela audição, está presente em si mesmo, uma presença não somente espacial, mas íntima. Ouvindo-me, eu me *autocomunico*. Minha voz ouvida revela-me a mim mesmo, não menos - embora de uma maneira diferente - que ao outro. (ZUMTHOR, 2018, p.79-80, grifo do autor)

Toda voz emana de um corpo, e este, numa civilização que ignora nossos procedimentos de registro e de reprodução, permanece visível e palpável enquanto ela é audível. É por isso que, talvez, um valor central permaneça ligado a ela, durante esses séculos, no imaginário, na prática e na ética comuns. (ZUMTHOR, 1993, p. 241)

A composição do corpo físico influencia na qualidade da voz que se apresenta, mas há outras camadas importantes que também se revelam em voz: os sentimentos, os desejos, os medos, os pensamentos, o estado de espírito, entre tantos outros. E talvez seja aí, nessa grande composição, que integra os corpos físicos e sutis, que a unicidade das vozes se manifeste. Uma unicidade capaz de revelar aos ouvidos mais sensíveis o único em cada um, a altura do seu diapasão. Como as demais manifestações da Natureza, nós também seguimos o ciclo dinâmico de transformações, mantendo algo que é essencial (e até imutável) em nossa composição, mas também combinando tantas outras informações que estão em constantes mutações, em relação ao tempo e ao espaço. Assim, "a voz é o lugar simbólico por excelência; mas um lugar que não pode ser definido de outra forma que por uma relação, uma distância, uma articulação entre o sujeito". (ZUMTHOR, 2018, p.76). O mutável e o imutável, o físico e o sutil em nós, revelados nas vozes e em movimento.

aperto minhas mãos. meus ombros. estico
minha perna. giro meus pés. estalos.

massageio meu rosto, minha boca. língua.
dentes. lábios. meu corpo. diversos pincéis.
corpo-pincel no espaço. texturas, pesos,
volumes, traços diferentes. pinto no espaço.
deixo impressões. rastros.

"O que é da compreensão não é a palavra/ O que é da palavra não é a compreensão". (LAO; WU, 2011, p.267). O que chega à consciência através de seus reais sentimentos pode ser denominado como compreensão. Já a palavra é o elemento manifestado para transmitir determinadas mensagens e representa a camada mais superficial da compreensão. Então, quando a palavra é exteriorizada, seja pela voz, seja pela escrita, ela tem o objetivo de levar a compreensão ao outro, mas, há algo da mensagem que ainda permanece no interior do emissor. E há também uma essência, além da palavra em si, que chega e permanece no interior do receptor. Os códigos transformados em palavras são meios de expressar ao outro a compreensão presente no seu interior. Quando a palavra é manifestada, a mensagem se transforma em um significado acabado, definido, certo, sendo que há diversas outras camadas de compreensão que permanecem submersas. Camadas essas que podem ter aspectos de questionamentos, revelações e podem ainda sofrer outras tantas modificações antes de serem (e se realmente forem) vocalizadas.

Ao considerarmos a voz, independente das palavras, podemos perceber o quanto ela por si só, durante o ato de vocalizar, já comunica tanto, pela sua própria presença. Os exercícios e ensaios podem até ter como objetivo chegar às palavras mais adequadas para determinada cena ou trabalho, no caso de uma dramaturgia, por exemplo. Mas, o artista pode caminhar rumo a experimentos vocais que não consideram a palavra, o que pode, inclusive, aprofundar sua relação com uma possível interpretação posterior da própria palavra na cena. "A voz é convocada devido a sua destinação à palavra, mas de tal modo que a palavra não seja jamais autorizada a apagar o comunicar-se da unicidade na relação

que a voz anuncia e lhe destina". (CAVARERO, 2011, p.243). Ao apagarmos a existência da voz em uma análise sobre a palavra, apagamos também a existência dos indivíduos envolvidos na comunicação. Analisamos apenas o significado, o sentido das frases, o contexto do diálogo sem levarmos em conta as vozes das pessoas que estão se relacionando naquele processo de emissão e recepção, de fala e escuta. Ao deixarmos de lado os corpos, suas constituições, sutilezas, as relações entre si e a complexidade que tudo isso envolve, também deixamos de considerar o mais profundo elemento da linguagem (e talvez o que mais importe): o ser humano. "Desvinculada das gargantas de carne daqueles que a emitem, a palavra sofre uma desvocalização primária que lhe deixa apenas o som despersonalizado de uma voz geral". (CAVARERO, 2011, p.29).

Respira Respirar ar ar re re
 repete REPETE AR ar respira pira pira ES ES
 ESSSSSS expira ar ar in inspira inspiro ins
 yin in in yang fora FORA dentro dentro
 mergulho mergulha a ar interno dentro
 fundo profundo percorre abre vai mais... e
 mais...

"Não se trata de suprimir a palavra no teatro, mas de fazê-la mudar sua destinação, e sobretudo de reduzir seu lugar [...]". (ARTAUD, 1999, p.80). Se houver disponibilidade para perceber a palavra no momento em que ela está sendo verbalizada, talvez seja possível transferir o foco de análise de seu significado para sua manifestação vocal de forma ampliada. Mais do que pensar na voz enquanto som, considerar a importância da relação entre as unicidades, de quem emite e de quem recebe as palavras. Considerar não apenas o som, mas também o corpo em movimento, e que juntos produzem a voz. "A voz é som, não palavra; mas a palavra é sua destinação essencial [...] A palavra carrega consigo aquilo que a voz lhe destinou. A unicidade encarnada e o ritmo musical da relação fazem parte desse destino". (CAVARERO, 2011, p. 242). De alguma forma, os estudos

sobre vocalidade já abriram um caminho para se pensar a voz como voz, independente da palavra, mas, não trazia esse olhar sobre a unicidade.

"Onde a palavra cessa, começa a canção, exultação da mente explodindo adiante, na voz". (AQUINO *apud* SCHAFER, 2011, p.216). Se levarmos em conta que, mesmo diferenciando voz e palavra, essa seja colocada como o objetivo natural de criação daquela, classificamos cada voz como sendo apenas um meio e não um fim em si própria, e, de alguma forma, diminuímos sua importância. Como diz Cavarero, não é o caso de superar, reprimir ou apagar a palavra, "[...] mas sim de deter seu sentido primário na pluralidade relacional das vozes que a originam e a materializam, fazendo-a cantar, por assim dizer". (CAVARERO, 2011, p.243).

o acaso e a pausa na composição

só escuto.....

silencio o canto. silencio a dança. respiro. eu

silencio. o espaço canta. o espaço dança.

meu corpo vibra.

A pausa é a representação gráfica do silêncio na música. Nesse caso, silêncio como a não execução do som. Nas partituras, cada pausa equivale a um certo tempo, uma duração em silêncio. E, mesmo durante as pausas, a música continua. No caso de uma apresentação ao vivo, talvez isso seja ainda mais claro. Mesmo no momento da pausa, o músico está exercendo sua interpretação, com sua presença, seu corpo, seus gestos, sua respiração. "[...] o que observamos na prática não é a ausência de uma presença, mas a presença de uma ausência: uma ausência que se faz ouvir, que faz diferença, que produz". (HELLER, 2011, p.20).

Talvez seja principalmente nesses momentos de silêncio na música, durante as pausas, que a presença do artista seja mais notável. Falo da

música especificamente por trazer o trabalho de Cage, mas, as reflexões podem ser aplicadas a qualquer processo criativo. Quando um artista cênico está no palco ele sempre está comunicando algo à plateia. Ele sempre está jogando com os outros artistas da cena, sejam atores, bailarinos, performers. Quando há um texto, um gesto ou uma ação já coreografada e que estão descritos na dramaturgia, o trabalho de interpretação é mais claro e objetivo. Mas, e quando não há palavras, não há movimentos, não há som a serem produzidos e, ainda assim, se está em cena? Nestes momentos de pausa, de repouso, a presença física em um nível mais sutil é realmente convocada. O jogo continua acontecendo e uma interpretação rasa, superficial pode se tornar mais visível. A escuta precisa estar mais aberta e disponível. Manter-se disponível, deixar a ação e o instante fluírem, deixar as presenças fluírem.

aqui escuto pássaro. vários deles. nada de carro. nada de trânsito. nada de nada. chove. minha filha chora. minha respiração acelera. páro. mais chuva. o choro cessa. coração desacelera. respiro profundamente. sonorizo minha respiração. novo fôlego. novos sopros.

Quando Cage vivenciou a experiência de entrar em uma câmara anecóica no início da década de 50 com o intuito de, enfim, vivenciar o completo silêncio, ele identificou dois sons diferentes, pelo menos. Um som grave e outro, agudo. Depois, junto com o engenheiro responsável pela câmara, descobriu que o som agudo era produzido pelo seu sistema nervoso e o grave, por seus batimentos cardíacos. Mais do que concluir que o silêncio, enquanto ausência de som, não existe, vale ressaltar a percepção de qualidades diversas relacionadas ao silêncio. Parâmetros de altura, intensidade, duração e timbre não são exclusivos do som; eles podem ser percebidos quando estamos em estado de silêncio, seja em função dos

nossos sons internos como dos sons ao redor. (HELLER, 2011). A presença sonoriza.

Interpretar ou compor considerando o silêncio como um estado tão cheio de possibilidades (além dos aspectos da duração de uma pausa ou da ausência da produção de som), convida o artista a uma interação muito mais ampla com esse elemento. Mais do que à falta, o silêncio se relaciona à presença, à abertura para diversas manifestações sonoras nem sempre pré-concebidas.

Agora faço nada além de escutar..
Eu ouço todos os sons que correm juntos, combinados, que se fundem ou se sucedem,
Sons da cidade e de fora da cidade, sons do dia e da noite
(WHITMAN *apud* SCHAFFER, 2011, p.17, tradução nossa)

O palco, um piano, um pianista, a plateia. O artista entra no palco, posiciona-se diante do instrumento, pronto para tocá-lo. E ao longo de quatro minutos e trinta e três segundos se mantém assim: presente e disponível para o ato, porém, sem executá-lo de fato. Ele se levanta, agradece e deixa o palco. Talvez esse evento não seja música, tão pouco teatro ou uma exposição de artes visuais. Ele acontece em um entre-linguagens e, de certa forma, provoca o público, que se vê em um papel diferente do que provavelmente esperava assumir. Ele não está ali apenas assistindo algo "pronto" para ser apreciado. O susto por não se assistir a algo esperado pode possibilitar a abertura de outros níveis de percepção.

O artista não criou música com o instrumento presente no palco. Nem por isso houve a ausência de som. Houve, sim, uma maior abertura a sons não previstos. Sons do acaso? Se não existiu música, o que houve? De que se trata a cena em questão? Esse evento foi um dos trabalhos mais representativos de Cage, uma de suas peças silenciosas: *4'33"*, que teve sua estreia em 1952. Cage, inclusive declarou ter sido sua obra mais

importante, sendo que a levava sempre em consideração nas suas futuras criações. Em *4'33"*, a noção de silêncio realmente se afasta do fenômeno acústico. O artista não almeja a ausência de som e a relação com o silêncio é vivenciada no processo do ato artístico. A forma como a ação se desenvolve interessa. A estética não é o foco, mas, sim, as provocações e percepções que esse estado de presença cênica provocou.

Quando John Cage abre a porta da sala de concerto e encoraja os ruídos da rua a atravessar suas composições, ele ventila a arte da música com conceitos novos e aparentemente sem forma.[...] No *4'33" Silence*, de Cage, ouvimos apenas os sons externos à composição em si, a qual é meramente uma cesura prolongada. (SCHAFER, 2011, p. 108-109)

Há um programa artístico definido. Porém, o acontecimento só será determinado no momento presente da ação. Quem é este artista? Quem são as pessoas que estão na plateia? Onde ocorre a ação? O que toda a combinação envolvida no momento é capaz de produzir sonoramente a partir das várias existências em relação umas às outras? E pensando na própria produção manifestada a partir dessa não-ação do artista, fica também o questionamento em relação ao que é percebido pelo público. Ou melhor, por cada pessoa. Do que depende o nível de percepção, o olhar, a escuta de cada um?

busco com o olhar por novas frestas. abro outra janela. as duas estão abertas. muito ar. frio. arrepiado. frio. chuva. um ambiente silencioso. muitos sons. me aproximo da lateral da janela. fico um tempo parada, escuto. canto pra ela. mais chuva. canto pra ela. dançamos juntas.

E a cada apresentação de *4'33"*, com um intérprete diferente, fica clara a influência fundamental da presença do artista na ação realizada. O acaso

se faz presente na composição da obra. Heller declara que Cage demonstra seu interesse pelo efêmero da peça, no que não permanece. Talvez, até por isso, olhe com mais atenção para o processo do que para a obra em si. O silêncio de Cage abre possibilidades, não se contrapõe ao som; som e silêncio convivem mutuamente. (HELLER, 2011). São manifestações *yin* e *yang*. Mas, se não é a presença de som que os diferencia, como podemos identificar um e outro?

Ao aprofundar um olhar sobre o silêncio, podemos perceber que não se trata de buscar um único significado para o termo. Qualquer tentativa de uma definição precisa certamente irá excluir importantes reflexões. Cage escolheu colocar sua atenção às possibilidades geradas pelo (ou com o) silêncio, explorando interações com o ato, o tempo, o corpo, entre outros. Aborda conceitos como a intenção e o propósito em sua pesquisa. Falo em pesquisa porque, além de produzir os trabalhos artísticos, ele compartilha seus questionamentos e processos com o público, em um generoso ato, digno de um grande pesquisador artístico.

e esta dança com a janela se repete. fico nela. a mesma dança vai gerando canções cada vez mais diferentes. silencio. danço. silencio. canto. escuto. danço. escuto. canto. looping.

Em um caminho onde o artista abre mão do controle da ação e permite que os sons possam ser quem eles realmente são, sem uma intenção forçada, Cage toma como grande propósito exatamente a falta de propósito: relacionar-se apenas com os sons e não com possíveis metas. Fazendo um paralelo com a filosofia taoista, podemos relacionar esse posicionamento com o conceito de *wu-wei*. O artista está presente e desenvolve sua ação, sua interpretação, naturalmente, fluindo dentro de uma programação prévia mais simples. Essa postura solicita um estado

profundo de presença do artista. A não-intenção não se opõe à ação em si. O artista está em cena, executando suas ações, mas seus desejos não estão à frente do acontecimento em si. É um deixar fluir, agindo em parceria com o silêncio, com o acaso, com as pausas, sem se sobrepor a eles. Respeitar o acontecimento e compor com ele. No jogo de cena em que as ações e as palavras principais já estão escritas e ensaiadas é como se o artista não se adiantasse apenas porque já sabe a sequência de acontecimentos. Ele está ali, sabendo da sua partitura gestual, verbal, e isso não está acima de um estado silencioso em que ele permite que os acontecimentos próprios do momento se façam presentes. Ele dá espaço ao acaso e joga com ele, sabendo de si, de seu texto. Desta forma, o grau de disponibilidade para a ação pode estar diretamente relacionado com a disponibilidade para entrar em estado de silêncio.

escolho uma canção e mantenho a dança.
repito. de novo. e de novo. ela vai se transformando. tudo se transforma. chego a um pequeno núcleo. diminuo sua intensidade. mais. mais. quase invisível. ouço minha respiração. sinto meu coração. busco uma finalização. e agora somos só nós: minha presença, a paisagem e tudo que isso significa.

Tendo ainda como exemplo a experiência da câmara anecóica, obrigatoriamente entramos em um estado silencioso porque o local impõe, não há esforço algum a ser feito. E só porque estamos neste estado, de muita escuta em que a percepção corporal se encontra aguçada, é que podemos escutar os sons que já existiam o tempo todo, mas que antes não eram ouvidos. Há sons que têm parâmetros que nos permitem registrá-los com maior facilidade e outros que pedem muita atenção e silêncio para serem percebidos.

Quando Cage compõe 4'33", ele convida a plateia para, além de compor com o artista, ouvir os sons que normalmente não são percebidos. E mesmo abrindo a mesma situação a diversas pessoas, cada uma irá ouvir uma música diferente e isso depende da disponibilidade de escuta, de percepção de cada um, da subjetividade própria do humano.

Ao permitir que os sons se manifestem, apenas dando abertura para a sua escuta, para o acaso, John Cage está criando a partir de uma certa não-composição. Enquanto compositor, ele desenha uma ação, em um ato intencional, já que claramente deseja criar algo. Porém, em seu processo de composição, no seu modo de criar a ação, ele joga com o acaso, dá a liberdade para que os sons se expressem e componham uma obra efêmera e, portanto, impermanente, e ainda proporciona à plateia a possibilidade de entrar em um estado silencioso participando do processo criativo *in loco*.

vou para o canto. sento. olho ao redor. o canto continua em mim em silêncio. pego o papel. pequenos registros e impressões. assino: um respiro! gisele lavallo. cantareira, 25/01/22.

Cage coloca em prática diversos conceitos fundamentais da filosofia taoista, sendo que a maioria dialoga com a filosofia Zen, com a qual se relaciona diretamente. Ao privilegiar as perguntas ao invés das respostas, ele se inspira na arte oracular taoista do *I Ching* como estratégia em seu processo criativo. Ao partirmos de uma afirmação, em um processo criativo, já temos alguns limites claramente impostos. Transferir esse lugar de partida à pergunta gera um campo infinitamente maior de possíveis manifestações ou respostas. Na arte do *I Ching* há uma atenção à formulação da pergunta. Esse já é um exercício inicial para se encontrar as respostas. O que exatamente se deseja saber? Qual orientação

especificamente se quer receber? Mesmo falando tanto em não-intenção, na formulação de uma pergunta já há algo intencional, um desejo, que reverbera. Eu quero, eu espero algo. Porém, se tomo como posicionamento a não-intenção, eu me abro mais para o acaso, para o invisível, para o sutil na interpretação das respostas. Essa atenção ao desenho da pergunta colabora para que a pessoa possa já iniciar um processo em direção ao núcleo de sua inquietação. O que realmente está provocando um movimento interno tão intenso que faz com que a pessoa busque uma orientação oracular?

Ao partirmos de perguntas em um processo de criação também podemos começar a acessar algo mais sutil em nós. Os artistas têm total liberdade de criação e expressão dentro daqueles questionamentos. Isso demonstra também clareza e disciplina em relação à própria comunicação e ao processo. Permite-se o acaso, mas, não de qualquer jeito, sem base, sem alguma estrutura.

Quando Cage apresenta ao público os processos de criação antes das apresentações de suas composições, ele também apresenta os contornos dados à obra em questão. E, também por compartilhar esses limites, abre um convite que permite que o público não só vivencie o evento, como também seja cocriador do trabalho: os princípios estão postos, a experiência a acontecer.

Hoje, todos os sons fazem parte de um campo contínuo de possibilidades, que pertence ao domínio compreensivo da música. Eis a nova orquestra: o universo sonoro! E os músicos: qualquer um e qualquer coisa que soe! (SCHAFER, 2011, p.20)

Seguindo também esse princípio do *I Ching*, que nos faz pensar melhor nas perguntas e nos transmite orientações que pedem uma interpretação atenta, uma escuta silenciosa, podemos abrir mão de uma pergunta direta como "o que é o silêncio?" e partir para questionamentos que

proporcionem a multiplicidade de experiências. Não se trata de não ter resposta, mas de como obter respostas que contemplem a diversidade, a variedade de caminhos possíveis. Trata-se de desenhar um caminho que permita certo esvaziamento para que as manifestações surjam. Algo mais conectado à vivência, às vias de experimento, talvez: "como proporcionar a experiência do silêncio?", "como lidar com a pausa?" ou "como compor com o acaso?".

composição



COMPOSIÇÃO

as perguntas e o programa

percorro os registros. alguns movimentos, imagens, sons, palavras, surpresas, desejos. e agora? neste momento, estou com a experiência do que foi vivido e com minhas questões.

Após ter colocado as principais sensações, percepções e desejos no papel, em palavras e imagens, é possível começar a pensar em algumas relações e a planejar estratégias para o desenvolvimento da ação. Refletir sobre algumas questões pode facilitar a criação deste caminho de criação.

'Poderia, por gentileza, me dizer para onde devo ir?'
'Isso depende de aonde quer chegar", respondeu o Gato.
'Tanto faz...!', disse Alice.
'Então, qualquer caminho serve.' (CARROLL, 2019, p. 89)

Ao fazer uma pergunta, algo em nós se mobiliza. "Eu desisti de fazer escolhas. Em seu lugar, coloquei o fazer perguntas. As respostas vêm do

mecanismo, não da sabedoria". (CAGE, 1997). Se não tivermos a necessidade ou a intenção de responder no mesmo instante, talvez nosso corpo, nossa mente comecem a se movimentar naturalmente e respondam através de ações, durante os processos, ao longo dos caminhos. Às vezes, as perguntas podem atuar mais como dispositivos de provocação e inspiração para gerar movimentos.

Em um processo de criação de algumas performances coletivas, orientado pela artista-pesquisadora Paula Molinari em 2019, e do qual participei como performer, foram lançadas quatro perguntas aos participantes:

1. Qual sua busca?
2. Qual sua busca original neste momento?
3. Qual ação pode ser a primeira para concretizar isso em uma obra de arte?
4. Que materiais você usaria?

Primeiro, todos registraram suas respostas individualmente e depois, compartilharam em voz alta. A congruência de desejos guiou a formação dos grupos. Resumidamente, foi um exercício intenso de escuta, de propor, ceder, transformar. O desafio era criar uma performance mantendo espaço para os desejos iniciais. Desejos esses que se realizariam na ação, através dos processos e estratégias criadas. No meu grupo, em que eu era a única não profissional da área da música, tive a maravilhosa oportunidade de acompanhar propostas de criação através de um pensamento musical, planejando a ação como uma partitura. Desenhamos o roteiro da performance, pontuando certos timbres, ritmos, durações, velocidades, alturas e os principais "momentos de virada". E entre essas "viradas", havia espaço para que a ação fosse criada em tempo presente, entre artistas e público. Neste espaço-vazio-entre havia a possibilidade de gerar novos movimentos. Como normalmente eu trabalho com roteiros para o desenvolvimento de processos criativos, consegui cocriar em

sintonia com o grupo recebendo este olhar especial da música. Achei esse direcionamento muito delicado e interessante exatamente por possibilitar ampliar o conhecimento de processos criativos na prática, na realização da ação em grupo e também por dar espaço às vozes individuais e coletivas em uma mesma ação. Bom, retomando o contexto das perguntas, trouxe o exemplo desse roteiro porque ele foi mais uma experiência que inspirou meus processos de formulação das questões para o ato!. Penso que o fato de lançá-las depois dos ciclos de esvaziamento e de experimentação, facilite as mobilizações, respostas e estratégias, que podem ser geradas de forma menos racional, mais conectadas aos desejos, aos sentimentos, a aspectos mais sutis dos participantes. Como todo este caminho é criado para que a ação criativa possa fluir com o máximo possível de naturalidade e sem muitas intenções prévias, a ordem de certas propostas pode influenciar no envolvimento e disponibilidade do artista tanto no processo como durante a cena.

No caso dos atos que desenhei para esta pesquisa, em que me coloquei em um processo sem tema ou texto definidos previamente, eu tinha um campo maior de possibilidades a serem exploradas. E foi a partir das minhas respostas que o programa da ação foi criado.

Entre a experimentação e a composição, o que se mantém e o que pode brotar? Em que momento a experimentação se transforma em composição e essa, em ação? O que diferencia esses momentos neste processo?

Talvez, seja o caso de assumir que há algum nível de intenção em cada fase do processo. O interessante é pensar que, ao mesmo tempo em que ela pode colaborar inicialmente na produção ou planejamento da prática, já na ação final, a proposta é abrir mão dela. Neste caso, me parece que a chave da questão é saber como e quando utilizar a potência da intenção.

brincar livremente. cantar. dançar. silenciar.
me surpreender. ir pra natureza. compor
com o acaso. entre lalações e silêncios,
brincar de compor com a natureza!

O performer não improvisa uma ideia: ele cria um programa e programa-se para realizá-lo [...] Um programa é um ativador de experiência. Longe de um exercício, prática preparatória para uma futura ação, a experiência é a ação em si mesma. (FABIÃO, 2008, p.237)

[...] o programa é o enunciado da performance: um conjunto de ações previamente estipuladas, claramente articuladas e conceitualmente polidas a ser realizado pelo artista, pelo público ou por ambos sem ensaio prévio. [...] Proponho que quanto mais claro e conciso for o enunciado - sem adjetivos e com verbos no infinitivo - mais fluida será a experimentação. Enunciados rocambolescos turvam e restringem, enquanto enunciados claros e sucintos garantem precisão e flexibilidade. (idem, 2013, p.4)

O conceito de programa performativo, desenvolvido por Eleonora Fabião, é mais uma inspiração para colaborar com o desenho da ação. Para que, através desse contorno, a voz possa se manifestar através dos vazios do espaço, do instante, do acaso, do silêncio, da pausa. A ação criada neste trabalho nasce do esvaziamento e da experimentação, então, ela vem percorrendo uma trajetória, sendo o ato final deste caminho de criação. Ela não é considerada o ápice do trabalho e sim, a ação que pontua poeticamente o final de um ciclo. Ela é o acontecimento que abre espaço para que os experimentos vivenciados sejam transformados e manifestados em uma ação criativa.

a poética da natureza e o espaço vazio

novo dia. novo espaço. outro passo do mesmo caminho. chá. incenso. silêncio. tudo novo de novo. percorro o jardim. estou descalça. galhos. folhas. formigueiros. estendo uma manta. deito. hoje faz sol.

"Um redemoinho não dura uma manhã/ Uma rajada de chuva não dura um dia". (LAO; WU, 2011, p.133). Tanto o redemoinho como a rajada de chuva são imagens de claros excessos, mas, que são findáveis de qualquer forma. São manifestações poderosas e que, mesmo acontecendo em um curto período, deixam fortes rastros por onde passam. Mesmo essas forças da natureza, capazes de causar inclusive a destruição, não são permanentes. Elas são criadas, se transformam, promovem alterações no meio e passam. Tendo como base esses exemplos, podemos perceber a inviabilidade de se gerar qualquer tipo de manifestação durável e aceitar fluir com as forças mais brandas e com as mais fortes, ambas impermanentes. E, talvez, ao nos colocarmos em estado de presença artística, compor com a impermanência e com o efêmero. Cada vez mais conscientes do nosso corpo, da nossa natureza,

da nossa voz, com escuta de si e do outro e pulsando com a transitoriedade do Universo.

Mesmo fazendo parte da natureza, há uma tendência em nos colocarmos à parte do todo: o Homem e a Natureza. O Taoísmo orienta que o homem alinhe seus movimentos aos das manifestações da natureza para se reconectar com sua própria naturalidade, lembrando que todos fazemos parte de uma mesma grande Natureza. Seguindo esse pensamento, é fundamental desenvolvermos nossa capacidade de observação e escuta, nossa percepção e relação com os movimentos mais sutis. A natureza gera e lida com fenômenos de energias contrastantes como a brisa e o tornado. Eu gero e tenho que lidar com forças em mim tão opostas quanto, que também surgem, se transformam, repercutem e findam, se recriando em outras coisas. Um mesmo corpo, em constante transformação, lidando com energias tão diversas, lidando com a impermanência.

uma aranha. delicadamente a retiro da
manta. vento. volto a deitar, me espreguiço.
respiro. vento. sopro. ar. assopro. ar. sinto
os contornos da terra pelos contornos do
meu corpo. através do tecido da manta. do
meu tapete sobre o jardim.

Desde o início o nosso tapete era o desconhecido. Ele tornou-se a expressão mais simples e direta da diferença entre o teatro e a vida cotidiana. Uma vez sobre o tapete, eram instantaneamente necessárias uma nova intensidade, uma nova concentração, uma nova liberdade. (BROOK, 2000, p.252)

A poética do espaço vazio é investigada por Peter Brook e sua companhia desde a década de 60, a partir da montagem de *Rei Lear*, e uma década depois, eles assumem o tapete como o principal elemento dessa proposta, que se tornou um dos conceitos fundamentais do teatro de Brook, e era

utilizada em seus *carpet shows*. "Neste caso o próprio processo é exposto, e por isso os *carpet* são uma radicalização do vazio. Nas improvisações sobre o tapete o ponto de partida é o 'zero' [...] partir de um ponto infinito de possibilidades". (ELIAS, 2005, p.7).

meu tapete estava ali, montado. comecei
minha ação nele. a natureza me convidou
para sair. aceitei.

"Silenciar o barulho da mente: tal é a primeira tarefa - depois, tudo o mais virá a seu tempo". (SCHAFER, 2011, p.358). Mesmo que sempre haja elementos pelo espaço, de objetos a sonoridades, há uma intenção em se relacionar com os espaços de forma mais esvaziada possível (espaço de trabalho e espaços do corpo) para que a imaginação e a criatividade possam fluir com maior liberdade, considerando o acaso na própria narrativa da ação, na própria paisagem sonora. "Uma paisagem sonora consiste em eventos *ouvidos* e não em objetos *vistos*". (SCHAFER, 2011, p.24, grifo do autor).

Ao lado do desenvolvimento técnico que ampara, que sustenta o processo de criação, deve haver sempre um espaço vazio, um lugar aberto para o inesperado. Acaso e necessidade se confundem. A fronteira entre os dois é indefinível. A necessidade pode fazer surgir uma imprevisível e nova forma. Mas essa nova forma surge por acaso, mesmo quando a necessidade é objetivamente provocada. (ELIAS, 2005, p.11)

"O esforço final é aprender como os sons podem ser reorganizados, de maneira que todos os tipos possíveis possam ser ouvidos favoravelmente - uma arte chamada *orquestração*". (SCHAFER, 2011, p. 330). Talvez, através da contemplação da natureza, da relação positiva com o silêncio, de estados de escuta profunda e abrindo espaço para a manifestação da voz consigamos nos colocar em cocriação com a paisagem sonora e criar

movimentos e ações sempre em relação ao que se apresenta, em processos de afinação com o todo. "É preciso reencontrar o segredo dessa afinação". (ibidem, p.22).

cantar através do vazio ou a não-ação na ação

as impressões já foram colocadas no papel. as perguntas, respondidas. o programa definido. com um certo contorno, com um certo repertório, agora é fluir com a respiração, com a paisagem. pelos espaços. criando. compondo. cocriando em instante real. não se concentrar no objetivo de se concentrar. apenas estar.

Neste momento do texto, que marca o final do ato!, não vou mais descrever passagens da minha experiência, como tenho feito até agora, porque a ação em si ficou no instante vivido e qualquer palavra seria apenas ilustrativa, podendo, talvez, cristalizar algo que é efêmero, por natureza. Acredito que, para complementar as reflexões escritas e, talvez, inspirar novos processos criativos, o mais interessante já foi compartilhado nas etapas desenvolvidas até aqui, principalmente nos ciclos de esvaziamento e experimentação. Agora, é sobre o caminho que a voz percorre no momento final deste processo, através do vazio.

Trinta raios convergem ao vazio do centro da roda:
Através dessa não-existência
Existe a utilidade do veículo;

A argila é trabalhada na forma de vasos:
Através da não-existência
Existe a utilidade do objeto;
Portas e janelas são abertas na construção da casa:
Através da não-existência
Existe a utilidade da casa

Assim, da existência vem o valor
E da não-existência, a utilidade.
(LAO; WU, 2011, p.75)

Esse poema me inspira desde a primeira vez que o li e, a cada leitura, ganha novas interpretações. Durante muito tempo, associei o contorno dos objetos ao nosso corpo físico e o vazio, do interior do objeto, à voz em estado potencial, antes de ser manifestada. Sem negar totalmente essa relação, hoje, considero que há camadas mais profundas que envolvem a voz, em estado potencial e já manifestada, não sendo possível uma interpretação tão simplista quanto objetiva. Um ponto básico é que a voz é linguagem por si mesma, não apenas o veículo de alguma coisa, e enquanto uma manifestação, ela precisa de espaço vazio para passar de seu estado de potência, de um estado ainda sutil, *yin*, em direção à concretude, audível, *yang*, e para isso, ela irá, necessariamente, realizar atravessamentos diversos, alguns que fazem parte do corpo físico, mas, também do emocional, do espiritual, e outros que fazem parte do ambiente externo, do jogo cênico. Assim, penso que para este momento da pesquisa, seja mais interessante, levantar alguns pontos que participam da composição da cena e podem colaborar com o desenho dos contornos no espaço para que o sopro possa ser manifestado em voz, possa ser vocalizado. O fato de tratar a respiração como sopro já traz um contexto específico, e fundamental, para este trabalho: a proposta de aproximar o artista de um estado de esvaziamento para que, entre outras coisas, sua respiração possa fluir mais naturalmente entre o *yin* e o *yang*, entre dentro e fora, aproximando-se do Sopro Vital; e, ao se manifestar como voz, ela possa percorrer um caminho com menos "entraves". Esses obstáculos podem ser relacionados ao nosso corpo integral, físico-mental-espiritual, e ao espaço externo. Todo o processo até aqui

visou a diminuição e a liberação de excessos para possibilitar a criação ou a percepção das aberturas, através do esvaziamento e da experimentação pelos espaços, inclusive, no processo de criação do programa da ação. Como seguir a partir de agora, ainda neste mesmo intuito?

Considero que a ação que se desenvolve ao fim do ciclo deste processo criativo é uma nova oportunidade de esvaziamento, porém, diferentemente das outras, ela parte de um caminho já percorrido, em que experimentos criativos já surgiram e, junto com eles, ideias e desejos a serem vivenciados em um ato criativo. Então, durante a ação, tanto o repertório desenvolvido como as vontades que nasceram (ou retornaram) através do processo, têm um novo espaço de se manifestarem e se transformarem em cena. É interessante que o artista crie estratégias para poder "esvaziar-se" artisticamente através da sua voz em movimento. São escolhas que fazem sentido para a trajetória percorrida, para que o artista flua naturalmente, com liberdade pela ação. E, para possibilitar a vivência artística não-intencional, o *wu-wei*, é importante que as intenções já tenham sido devidamente exploradas anteriormente. Minha proposta, então, é que se abra espaços antes da cena para esvaziar, experimentar e planejar o programa. Mesmo que eu esteja considerando uma ação improvisada, parto de alguns direcionamentos, certas estruturas, que acredito possam favorecer este atravessamento do canto pelo espaço para, talvez, manifestar a pluralidade das vozes de quem canta.

Todo o processo de criação compartilhado até aqui, levantou os principais fundamentos do trabalho, mas, gostaria de pontuar alguns princípios que levo em consideração principalmente no desenvolvimento desta ação final e, para isso, trago um pouco mais da filosofia taoista e o trabalho de alguns artistas para tecermos novas relações.

O Caminho é uma constante não-ação
Que nada deixa por realizar.
Se reis e príncipes pudessem resguardá-lo,

Os dez mil seres se transformariam por si.
 Porém, se na transformação despertassem desejos,
 Eu iria estabilizá-los através da simplicidade do Sem-Nome.
 (LAO; WU, 2011, p.195)

A não-ação é a tradução literal de *wu-wei*, mas seu sentido não é o oposto da ação, e sim, o oposto do ato intencional, extremamente complexo, ou até forçado. A ação intencional normalmente traz uma bagagem de expectativas e isso a impede de se desenvolver seguindo um fluxo natural. Quando não damos espaço para o acontecimento presente, mesmo que consigamos atingir objetivos traçados, há grande possibilidade de sempre buscarmos os mesmos caminhos trilhados para se chegar nos mesmos pontos já conquistados e, talvez, até adquirindo alguns vícios de repetição. Apesar de existir o aspecto positivo da conquista, também há um desperdício envolvido: o artista pode deixar de explorar, investigar, se divertir, se colocar em risco, perdendo a oportunidade de descobrir algo mais alinhado ao que é verdadeiro para ele naquele instante. Como apontou Grotowski, talvez "[...] o verdadeiro segredo era sair do lugar do medo, da recusa de si mesmo, sair dali, para entrar num grande espaço livre onde não se pode ter medo nenhum e nem esconder nada [...]". (RICHARDS, 2012, p. 17).

O Caminho é o Vazio
 E seu uso jamais o esgota.
 É imensuravelmente profundo e amplo,
 como a raiz dos dez mil seres
 (LAO; WU, 2011, p. 43)

Considerar que o caminho é o vazio sugere que o silêncio, a pausa, o acaso, o efêmero, a impermanência e tantas outras camadas dessa poética do vazio, fazem parte do instante, independente da nossa escolha, e, portanto, estarão também presentes na cena. Diante disso, eu posso ou não considerá-los na minha ação, mas, eles estarão lá, fazendo parte da composição do ato. Assumir a existência desses elementos é, além de uma proposta artística (estética? formal?), uma decisão de colocar-se em

fluxo criativo, em estado de presença, cocriando com o espaço e improvisando a todo instante.

Quem respira apressado não dura,
Quem alarga os passos não caminha;
Quem vê por si não se ilumina,
Quem aprova por si não resplandece
(LAO; WU, 2011, p. 137)

De maneira geral, o poema sugere que se respeite o tempo natural das coisas, mantendo-se em equilíbrio e harmonia. Tanto a respiração como a caminhada são atividades vitais e que representam externamente nossa movimentação interna. A forma como eu inspiro e expiro, como eu me desloco e interajo nas atividades corriqueiras dizem muito a respeito do meu estado interior. A cada ciclo de respiração, a cada deslocamento, uma nova oportunidade de se perceber, de atualizar-se em relação ao instante, ao espaço. Revelar a respiração em cena é dar ênfase ao primeiro e último movimentos do ser humano; é trazer esse movimento vital para a cena. Partindo das experiências de esvaziamento, com presença e disponibilidade para compor com o espaço, improvisar e deixar a respiração livre para poder brincar com as possibilidades que se apresentam entre o vazio e a voz na cena.

Sara Belo desenvolve o conceito de *Pré-Voz*, apresentando ideias que instigam novas reflexões relacionadas à voz e ao vazio. Belo relaciona a pré-voz com a noção de Nada, o *ma* japonês, já que ambos abordam ideias fundamentais como a "de despojamento, a de depuração, a de silêncio, a de vazio (com os pulmões, paradoxalmente, cheios de ar)". (BELO, 2021, p.18). No momento da inspiração, segundo Belo, já pontuamos o início daquele gesto vocal. Inspiramos o ar, cedemos espaço para que ele entre no nosso corpo, e depois o manifestamos em forma de voz. Esse ar já traz em parte algo do som no qual vai se transformar. Belo defende que a pré-voz não existe em materialidade sonora, mas, se revela em parte na voz, sendo, então, a potência e o sentido do gesto vocal.

(ibidem, p.27). Ao trazer o prefixo pré, Belo destaca o momento anterior à vocalização, podendo facilitar a visualização do processo da manifestação vocal como um todo e assim, abrir oportunidade para se pensar em possíveis estratégias e procedimentos para fases distintas do trabalho vocal. Dependendo do tipo de trabalho e técnica aplicada, essa perspectiva pode fazer mais ou menos sentido. Independente da questão prática, ao falar em pré, pode-se também gerar a compreensão de que há categorizações, cisões da própria voz e não apenas do processo de vocalização. Mesmo existindo um caminho entre o que está em estado potencial e o que se manifesta, talvez essa classificação possa colocar em questão o fato de a voz ser um fenômeno integral. A vocalidade é uma das possibilidades da expressão vocal, sendo que o próprio pensamento e a escrita também podem ser considerados voz, independente da presença do som. "O pensamento está exatamente nos pulmões, não na cabeça. Pensar é falar, e falar é respirar. Se na psyche não há respiro, então não há voz e, portanto, não há pensamento". (CAVARERO, 2011, p.87).

Outro aspecto interessante é que Belo traz a importância de considerar não só o quê, mas, tudo mais que envolve quem vai vocalizar. E que eu completaria com a importância de considerar o que se imagina e o que, de fato, manifestamos, a importância de se ter recursos para poder escolher e executar o que se deseja, além da importância de abrirmos, portanto, espaço para o acontecimento, o improviso, as surpresas pelo caminho antes e durante a manifestação artística. "O que se vocaliza é uma parte do todo que potencialmente poderia vocalizar [...]". (BELO, 2021, p.23).

Algo interessante a se considerar é o conceito de improviso para esta proposta de ação. Em um primeiro momento, podemos pensar que a movimentação e a criação mais livres, mais espontâneas aconteçam completamente à parte de qualquer formalidade. Certamente, há propostas que consideram mais convenções do que outras, mas acredito

que sempre há algum nível de planejamento para que a ação se desenvolva.

[...] Grotowski enfatizou muitíssimo a necessidade de uma estrutura quando alguém improvisa. Muitas vezes, quando falava da improvisação, ele dava o exemplo do "primeiro Jazz". Dizia que os músicos do primeiro jazz tinham entendido que as improvisações só podiam existir dentro de uma estrutura definida: eles dominavam seus instrumentos e partiam de uma melodia de base. Suas improvisações começavam a ser elaboradas a partir dessa melodia de base, que era a estrutura que eles possuíam, e com a qual se mantinham em relação. (RICHARDS, 2012, p.19)

Thomas Richards também apresenta um olhar que coloca a improvisação entre a forma e o fluxo da vida, como duas margens de um rio, trazendo a potência dessas oposições para a cena no intuito de que o espetáculo possa fluir naturalmente. "[...] Sem essas margens só haveria inundação, pântano. Esse é o paradoxo do ofício do ator: o equilíbrio da vida cênica só pode aparecer a partir da luta entre essas duas *forças opostas*". (RICHARDS, 2012, p.22, grifo do autor).

Fátima Miranda afirma a importância do treinamento (da voz, do ouvido e de todo o corpo) em um trabalho de criação. Seu repertório inclui processos de pesquisa da voz, diversas técnicas vocais e um "catálogo dos próprios recursos vocais", resultado de suas experiências artísticas. E defende que a liberdade da improvisação surge exatamente pelo fato de o artista poder escolher o que quer fazer. "Improvisar não significa para Fátima Miranda fazer 'qualquer coisa que surja no momento', mas algo que resulte deste constante e árduo preparo de seu corpo". (STOROLLI, 2014, p.116).

Meredith Monk traz a impermanência não só em seus processos criativos como também para a própria narrativa na obra *Impermanence*. Refletindo sobre a morte, Monk traz a canção Last Chance, iniciando suavemente sua execução ao piano. Entre os primeiros acordes, sua voz começa a cantar

poucas expressões, poucas palavras relacionadas ao fim da vida. "Quando é forçada a tratar do posicionamento corpóreo da palavra, a metafísica propende a colocá-la na boca, a pouca distância do cérebro, sem se ater a detalhes relativos à respiração". (CAVARERO, 2011, p.83).

Cada palavra é esticada explorando a possibilidade sonora de sua terminação, deixando uma energia residual que teima em permanecer. *Last, last, last* ecoa a constatação da impermanência, sua inexorabilidade, reiteração que paradoxalmente indica a impossibilidade de repetir. E ao mesmo tempo permanece como resíduo sonoro de todas as últimas ações possíveis. (STOROLLI, 2010, p.1088)

Ainda sobre o efêmero, Zeami, mestre japonês de nô, compara o desenvolvimento de qualquer ação no teatro aos ciclos circadianos da natureza. E acho válido relacionarmos este conceito às ações previstas e não previstas em cena: todas elas se desenvolvem respeitando um ciclo de nascimento - vida - morte. Ter consciência desses momentos, traz um pulso de vida aos gestos e à cena. "Todo fenômeno no universo se desenvolve através de uma certa progressão. Mesmo o canto de um pássaro ou o zunido de um inseto seguem essa progressão. Isso se chama *jo-ha-kyu*". (OIDA, 2001, p. 60).

O trabalho da respiração não se encontra apenas no canto. Ele torna-se visível. Tece a própria dramaturgia da presença do corpo. Para [Meredith] Monk, a voz constrói-se no interior e através do cheio-vazio do corpo, de todo o ser, por mais simples ou descontraído que seja, sem que um abandone o outro. Considera que a voz faz parte do movimento e nasce, em primeira instância, na consciência corporal do bailarino: 'uma voz dançante, flexível como a coluna vertebral'. (LOUPPE, 2012, p. 98-99)

Considero que a respiração, de forma geral, seja a grande oportunidade de nos esvaziarmos, aproveitando tanto a inspiração como a expiração para abrir novos espaços às vocalizações. Outra possibilidade de trazer a respiração para a cena é dar espaço para que seus movimentos de inspiração e expiração possam se manifestar em gestos vocais e

corporais, participando da própria narrativa da ação, ou então, que exercícios trabalhados nos processos de ensaio façam parte da composição musical. "Sendo a voz uma extensão da respiração, esta também é fundamental no processo criativo de Meredith Monk. Um exemplo é a ópera *Quarry* (1976), onde muitas canções surgiram de exercícios respiratórios criados por ela própria". (JOWITT *apud* STOROLLI, 2010, p.1087).

Temos a tendência de perceber as formas antes do vazio; é mais fácil identificar algo apenas pelo seu contorno em uma compreensão mais imediata, e talvez rasa. O vazio do interior, e que também circunda todas as manifestações, permite as transformações e movimentações nos mundos interno e externo de cada um. O poema introdutório deste texto trata do valor presente em toda manifestação (humana ou não) como existência e sua utilidade, através da não-existência. Podemos pensar no valor contido na existência de dada manifestação como uma emoção, algum conhecimento, um vaso, uma residência, um pensamento, uma voz. Já a utilidade está na não-existência, que dá apoio à essa existência. Compreendemos a não-existência como o espaço vazio, e que está presente no interior e no exterior de toda manifestação. Torna-se imprescindível a presença de espaço tanto no interior como no exterior para possibilitar que as existências possam se expressar e se relacionar com o mundo, sendo que "[...] o espaço vazio que circunda as existências reafirma o valor que elas têm porque é necessário haver espaço entre as formas para que elas possam se movimentar e se revelar para o mundo". (LAO; WU, 2011, p.76).

O poema inicial, de Lao Tse, também traz a necessidade de desenvolvermos uma consciência mais transparente para percebermos a existência do Vazio infinito do Universo, "(...) em lugar de enxergar a forma que está dentro de um vazio, a pessoa começa a enxergar o mundo

como um vazio infinito e receptivo, que possui dentro de si as múltiplas formas que habitam o Universo". (LAO; WU, 2011, p.78).

[...] todos os seres humanos são únicos, mas apenas *quando* e *enquanto* interagem com atos e palavras podem comunicar entre si essa unicidade. Sem essa comunicação, sem a ação sobre um espaço compartilhado de exibição recíproca, a unicidade permanece um mero dado ontológico, isto é, o dado de uma ontologia que não chega a se *fazer* política. (CAVARERO, 2011, p.228, grifo do autor)

Depois desta trajetória percorrida, já não sei se escrevo uma conclusão, sugestão ou um quase manifesto. De toda forma, compartilho a perspectiva (intenção?) de que possamos experimentar caminhos de esvaziamentos, com a escuta atenta e inspirados pela Natureza, tecendo constantes composições poéticas pelos espaços, para que nosso potencial encontre cada vez mais frestas e possa ser revelado através da manifestação das vozes plurais que nos habitam.



impressões

IMPRESSÕES

diante desta folha em branco, fica até difícil imaginar por onde começar este registro. esta conclusão. uma tela em branco não está completamente vazia. estão aqui comigo tantos momentos deste processo. desejos, frustrações. ao mesmo tempo, um sentimento gostoso de realização. vejo que lá no início, quando escrevi o primeiro esboço do projeto de pesquisa, de alguma forma, estava querendo dar conta dos trabalhos de artistas que eu já admirava. admirava pelos trabalhos. admirava pela coragem de se jogarem por tantas experimentações e acreditarem nos seus próprios caminhos. admirava também pelas trajetórias pessoais, conectadas com uma busca de si, um conhecimento mais sutil. e admirava também pela generosidade. se já não é tão fácil encarar um caminho de pesquisa artística, de pesquisa pessoal, organizar os pensamentos e ações para compartilhar com o outro então...isso tudo ainda é verdade e continua pulsando em mim. mas, hoje, aqui, diante desta tela, depois de ter percorrido mais um ciclo que está prestes a se encerrar, vejo que, desde o começo, meu desejo era pesquisar meu trabalho autoral. o espaço onde, há tanto tempo, eu já tenho, sim, dado aberturas, estabelecido diálogos, com esses artistas e tantos outros pesquisadores. não saber disso desde o início tomou tempo. gerou

desgaste. confusão. mas também, sinto que foi um rito de passagem. a cada ciclo concluído, ficam as experiências, as reflexões, as impressões, os novos desejos. as novas perguntas. as mesmas perguntas com outras camadas. mantém-se o desejo de se expressar livremente, naturalmente com a voz. amplia-se o campo de expressão, o espaço de troca. em um novo ciclo, quero dar mais espaço para a ação artística dentro do ato!. ainda levando em consideração a importância, fundamental, do caminho que se percorre. mas, talvez, agora, explodindo o afeto gerado na sala de ensaio, no jardim da minha casa, para espaços públicos, para a rua. afetar-se, afetar. em uma fricção de presenças, vozes, abrir espaço para uma política de afetos. vira e mexe me vem hannah arendt. eu achava, tinha certeza, na verdade, que ela já entraria nesta pesquisa. bom, entrou nas entrelinhas, na camada do invisível. mas, talvez, em um próximo momento, conversar mais abertamente com ela. a linguagem nos torna seres políticos. penso, então, em como, através da linguagem artística, eu possa realizar este tipo de política. através de um trabalho que prioriza o caminho sensível da escuta, do silêncio. através de um trabalho que dê voz às vozes. lá no começo, beeeeeem no começo, era sobre o silêncio e a voz do performer, um caminho de afeto e política. mas, tornou-se necessário dar uns passinhos pra trás e fortalecer meu próprio caminho. para depois expandir. para depois poder incluir com mais consistência o campo da política. toda atitude é política. claro. mas, penso hoje em que tipo de política eu quero atuar. hoje, eu tenho mais estrutura. mais base. vazio, voz. ação. afeto. escuta. liberdade. espaço público. rua. internet. internet! a pandemia. nossa, uma pandemia! a pandemia fez com que a gente criasse outra relação com a internet. repensando linguagens, formatos, elementos. como manter viva a presença mesmo com tantos dispositivos entre? entre. descobrimos coisas neste entre. perdemos outras. tantas mortes! milhares. uma gestação. minha avó. o que ainda permanece? a pandemia não acabou. vivemos um momento diferente desde a descoberta deste vírus. mas não acredito em voltar ao mesmo lugar. aliás, que horror! depois de tanta tragédia, o mínimo que poderia

(pode) acontecer é uma revolução. talvez, uma revolução de afetos como diz tânia alice. uma revolução em que as unicidades tenham espaço para se manifestar. com liberdade, com naturalidade, com alegria. pode parecer algo no campo da utopia. me deixa! sou mãe de uma bebê. passei pelo puerpério no meio de uma pandemia. logo depois de ter sofrido um aborto. o mínimo que eu posso fazer para me manter vibrando, em movimento, é ter esperança por caminhos mais coloridos. da minha parte, farei o possível para ter estrutura e base para criar, para cuidar, para brincar. farei o possível para manter a força e a delicadeza nas minhas ações. finalizar este ciclo foi muito difícil. havia imaginado tantos outros percursos. ah, essa distância, às vezes tão gigante, entre a imaginação e a realidade. ainda não acabou. como diz clarice, o que te escrevo, continua. e estou enfeitada. mas, agora, respiro um pouco mais aliviada. alívio por ter conseguido dar contorno aos meus desejos. fiz o melhor possível dentro do possível. ensinamento taoista. obrigada, wagner, por tanto. sem grandes expectativas, mas com carinho e, de coração, deixo este material, que reflete, em parte, minha pesquisa para quem quiser se inspirar. acredito mais em inspiração. acho que tudo que está a nossa volta pode ser elemento de inspiração. entre o que se inspira e o que se expira, nos cabe escolher (quando isso for possível) o quê e como se relacionar com o movimento. compartilho aqui algumas práticas, algumas reflexões, muitas questões. acho que me excedi um pouco neste ponto, inclusive. mas, fazia parte do meu processo de elaboração poder esvaziar os pensamentos em tantas questões. deixo também um breve áudio para que você conheça a minha voz e ouça um pouco do caminho que tenho percorrido. deixo as fichas de um dos processos que desenhei para inspirar esta pesquisa. e deixo uma imagem especial que tanto me inspira. catarina. inspira minha vida, meu trabalho e inspirou o tema dos atos que realizei por aqui. ao final dos encontros, depois da realização das ações, distribuo papeis, lápis e canetas para que as pessoas possam esvaziar seus processos através do registro, através de impressões, através de palavras. palavras e pensamentos em harmonia. vozes. sugiro que, ao

terminarem, dêem um nome para aquele ato!. um nome para aquela ação. para aquele instante. assinem. e coloquem a data. depois disso, cada um fica com seu papel. e, aí, é o momento de comemorar. de ritualizar a finalização do ciclo. normalmente, em roda, comemos e bebemos algumas gostosuras e celebramos o caminho que percorremos juntos. eu aqui, com você aí, estou comemorando este momento. tenho chocolate. tenho chá. pra agora, gostaria de um vinho, mas, eu amamento. te agradeço pela companhia! se você quiser, pode ser legal também ter um tempinho para celebrar. acho que, no meio de tantas outras coisas, passei este tempo tentando descobrir o que é o ato!. uma descoberta para além dos processos que oriento profissionalmente. as respostas se revelam pelos caminhos. estou atenta. é sobre arte. autoconhecimento. cuidado. comunicação. escuta. empatia. política. é sobre vida. vida-arte. deixo como últimas palavras, o título que dei para um dos meus encontros. e liv ullmann volta, revisitada por outras experiências. as palavras que liv traz em seu livro, voltam para mim, através da catarina, através da minha menina.

"existe uma menina em mim que se recusa a morrer.."



ato!

Giúlia Lavalle.
Contadora, mãe de duas

BIBLIOGRAFIA

- ALICE, Tania. **Manual para performers e não-performers: 21 ações artísticas para produzir felicidade.** Rio de Janeiro: Multifoco, 2020.
- ALICE, Tania. **Performance como revolução de afetos.** São Paulo: Annablume, 2016.
- ARENDT, Hannah. **A Condição Humana.** 10^o ed. Rio de Janeiro: Ed. Forense Universitária, 2000.
- ARTAUD, Antonin. **O Teatro e seu Duplo.** São Paulo: Martins Fontes, 1999.
- AZEVEDO, Sônia Machado de. **O papel do corpo no corpo do ator.** São Paulo: Perspectiva, 2017.
- BARTHES, Roland. **O grão da voz.** In: BARTHES, Roland. O óbvio e o obtuso: ensaios críticos III. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.
- BATAILLE, George. **A Experiência Interior.** São Paulo: Ática, 1992.
- BELO, Sara. **Pré-Voz - silêncio pleno de potência e sentido.** In: Revista de Investigação Artística, Criação e Tecnologia. A Investigação Artística face ao Nada. n.2, Maio, 2021.
- BERENDT, Joachim-Ernst. **Nada Brahma. A Música e o Universo da Consciência.** São Paulo: Editora Cultrix, 1983.
- BONFITTO, Matteo. **O ator-compositor: as ações físicas como eixo: de Stanislávski a Barba.** São Paulo: Perspectiva, 2011.
- BONFITTO, Matteo. **The Artist is Present: as artimanhas do visível.** Revista Brasileira de Estudos da Presença, Porto Alegre, v. 4, n. 1, p. 83-96, jan./abr. 2014.
- BROOK, Peter. **Fios do tempo.** Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2000.
- BROOK, Peter. **A porta aberta: reflexões sobre a interpretação e o teatro.** Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2002.
- CAGE, John. **I - VI. The Charles Eliot Norton Lectures.** Wesleyan University Press of New England, Hannover, 1997.
- CAGE, John. **Empty Words.** Wesleyan University Press of New England, Connecticut, 1997.

- CAGE, John. **De segunda a um ano**. Rio de Janeiro: Cobogó, 2013.
- CAGE, John. **Silence: Lectures and writings**. Wesleyan University Press of New England, Hannover, 1995.
- CALVINO, Italo. **Sob o sol-jaguar**. São Paulo: Cia das Letras, 1995.
- CANALONGA, Wagner. **Cultivando a vida: benefícios da prática regular do Tai Ji Quan e do Qi Gong**. Rio de Janeiro: Mauad X, 2011.
- CARROLL, Lewis. **Alice no país das maravilhas**. Rio de Janeiro: DarkSide Books, 2019.
- CAVARERO, Adriana. **Vozes Plurais: Filosofia da Expressão Vocal**. Belo Horizonte: UFMG, 2011.
- CHENG, Stephen Chun-Tao. **O Tao da voz: uma abordagem das técnicas do canto e da voz falada combinando as tradições oriental e ocidental**. Rio de Janeiro: Rocco, 1999.
- COHEN, Renato. **Performance como Linguagem**. São Paulo: Perspectiva, 2013.
- COHEN, Bonnie Bainbridge. **Sentir, perceber e agir: educação somática pelo método Body-Mind Centering**. São Paulo: Edições SESC São Paulo, 2015.
- COMTE-SPONVILLE, André. **Dicionário filosófico**; tradução Eduardo Brandão - São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2011.
- DELEUZE, Gilles & GUATTARI, Félix. **Mil Platôs, volume 3**. São Paulo: Editora 34, 1999.
- DOCZI, Gyorgy. **O poder dos limites: harmonias e proporções na natureza, arte e arquitetura**. São Paulo: Publicações Mercuryo Novo Tempo, 2012.
- DRIGO, Andrea. **Entrevistas** concedidas a Gisele Lavallo em 11 de Abril e 05 de Junho de 2019. São Paulo. Registro em áudio.
- DRIGO, Andrea. **Livro aberto**. Entrevista concedida a Gisele Lavallo e Nathalia Leter em 2013. São Paulo.
- ELIAS, Larissa Cardoso Feres. **O tapete na poética de Peter Brook: suporte material do conceito de espaço vazio**. v. 9, n. 1 - V Congresso da ABRACE, 2008.

- ELIAS, Larissa. **Os esvaziamentos do ator e da cena no teatro de Peter Brook**. Revista Urdimento. Dezembro de 2005.
- FABIÃO, Eleonora. **Corpo-em-Experiência**. Campinas: ILINX Revista Lume, v. 1, n.04, p. 1-11, 2013.
- FABIÃO, Eleonora. **Performance e teatro: poéticas e políticas da cena contemporânea**. São Paulo: Revista Sala Preta, 8, 2008.
- FERNANDES, Ciane. **Pina Bausch e o Wuppertal dança-teatro: repetição e transformação**. São Paulo: Annablume, 2007.
- GIL, José. **Movimento Total - O Corpo e a Dança**. Lisboa: Relógio D'Água, 2001.
- GROTOWSKI, Jerzy. **O Teatro Laboratório de Jerzy Grotowski**. São Paulo: Perspectiva, 2007.
- GROTOWSKI, Jerzy. **Performer**. eRevista Performatus, Inhumas, ano 3, n.14, 2015.
- GODARD, Hubert. Entrevista para Suely Rolnik. In: ROLNIK, Suely (ORG.) **Lygia Clark, da obra ao acontecimento. Somos o molde. A você cabe o sopro**. São Paulo: Pinacoteca do Estado, 2006. P 72-80.
- HELLER, Alberto Andrés. **John Cage e a poética do silêncio**. Santa Catarina: Letras Contemporâneas, 2011.
- LAVALLE, Gisele. **Quem canta em mim: revelações de unicidades através do canto**. São Paulo: UNESP, 2019. Artigo publicado nos anais da Jornada de Pesquisa em Arte UNESP PPG IA 2019 - 3a Edição Internacional
- LAO, Tse; WU, Jyh Cherng. **Tao Te Ching: o livro do caminho e da virtude**; tradução e comentários de Wu Jyh Cherng. Rio de Janeiro: Mauad, 2011.
- LEHMANN, Hans-Thiess. **O Teatro pós-dramático**. São Paulo: Cosac & Naify, 2007.
- LEMINSKI, Paulo. **Toda poesia**. São Paulo: Companhia das Letras, 2013.
- LIGNELLI, César; GUBERFAIN, Jane Celeste. **Práticas, poéticas e devaneios vocais**. Rio de Janeiro: Synergia, 2019.
- LOUPPE, Laurence. **Poética da Dança Contemporânea**. Lisboa: Orfeu

Negro, 2012.

NIETZCHE, Friederich. **Considerações Extemporâneas.** São Paulo: Abril, 1974

NIETZCHE, Friederich. **Assim falou Zaratustra: um livro para todos e para ninguém.** São Paulo: Companhia das Letras, 2011.

OIDA, Yoshi. **O ator invisível.** São Paulo: Beca Produções Culturais, 2001.

OIDA, Yoshi. **Um ator errante.** São Paulo: Beca Produções Culturais, 1999.

OLIVEROS, Pauline. **Deep Listening: A Composer's Sound Practice.** Lincoln, NE: IUUniverse, 2005

QUILICI, Cassiano Sidow. **O ator-performer e as poéticas da transformação de si.** São Paulo: Annablume, 2015.

QUILICI, Cassiano Sidow. **Proposições para um diálogo entre artes performativas e o budismo (e um exemplo da ciência).** Anais do VI Congresso da ABRACE, 2010.

RICHARDS, Thomas. **Trabalhar com Grotowski sobre as ações físicas.** São Paulo: Perspectiva, 2012.

SCHAFER, R. Murray. **A afinação do mundo.** São Paulo: Editora da Unesp, 2011.

SCHAFER, R. Murray. **O ouvido pensante.** São Paulo, SP: Editora da Unesp, 2011.

Storolli, Wânia Mara Agostini. **A Arte como prática espiritual.** In: Anais do XX Congresso ANPPOM. Florianópolis: ANPPOM, 2010. pp. 1085-1089.

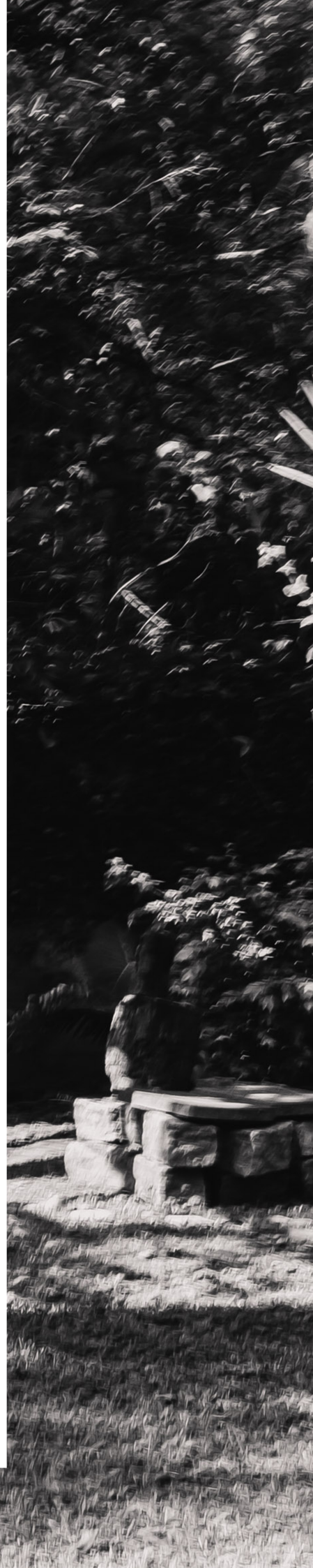
STOROLLI, Wânia Mara Agostini. **A Respiração Vivenciada: do aquecimento vocal ao ato criativo.** p. 53-68 IN LIGNELLI, César; GUBERFAIN, Jane Celeste. Práticas, poéticas e devaneios vocais. Rio de Janeiro: Synergia, 2019.

STOROLLI, Wânia Mara Agostini. **Movimento e Respiração: A Prática da Respiração Vivenciada de Ilse Middendorf no ensino de canto.** São Paulo: ECA, 2004. Dissertação apresentada à ECA/USP. Mestrado. 2004.

- STOROLLI, Wânia Mara Agostini. **Movimento, Respiração e Canto: a performance do corpo na criação musical.** Tese de Doutorado (Processos de Criação Musical) apresentada à ECA/USP, 2009.
- ULLMANN, Liv. **Mutações.** São Paulo: Cosac Naify, 2008.
- WISNIK, José Miguel. **O Som e o Sentido.** São Paulo: Companhia das Letras, 1989.
- WU, Jyh Cherng. **Iniciação ao taoismo,** volume I. Rio de Janeiro: Mauad, 2000.
- WU, Jyh Cherng. **Iniciação ao taoismo,** volume II. Rio de Janeiro: Mauad, 2000.
- WU, Jyh Cherng.. **Meditação Taoista.** Rio de Janeiro: Mauad, 2008
- WU, Jyh Cherng. **Tai Chi Chuan: a alquimia do movimento.** Rio de Janeiro: Mauad, 2010.
- ZUMTHOR, Paul. **A letra e a voz: A "literatura" medieval.** São Paulo: Companhia das Letras: 1993.
- ZUMTHOR, Paul. **Performance, Recepção, Leitura.** São Paulo: Ubu Editora: 2018.



ato!



ATO!

Aqui, eu compartilho meu trabalho com você, leitor e companheiro desta experiência, por outras vias. Reforço que você sempre esteve ao meu lado, questionando, respondendo, criando durante todo o processo. Nunca estive sozinha. Portanto, neste momento, nossa parceria se manifesta por diferentes meios de ação.

Há um roteiro com ações divididas pelos ciclos do ato!. Nele minha voz está impressa em palavras. Não há a intenção de que esse texto seja seguido à risca e, por isso, deixei apenas algumas indicações de movimentos em uma sequência previamente planejada. Sugiro uma leitura de todas as fichas para que você sinta em seu corpo a orientação.

Ao ato de ler integra-se um desejo de restabelecer a unidade da performance, essa unidade perdida para nós, de restituir a plenitude por um exercício pessoal, a postura, o ritmo respiratório, pela imaginação. (ZUMTHOR, 2018, p.62)

E deixo também minha voz registrada em áudio, acessível pelo *QR Code* e pelo link disponíveis abaixo. Realizei essa gravação a partir desse mesmo roteiro. Enquanto eu gravava, também estava em movimento criativo,

como faço nos atos que oriento; é uma forma de poder participar junto do processo de criação.

Se houver interesse, te convido a acessar esses materiais e experimentar participar deste ato! "A performance é ato de presença no mundo e em si mesma. Nela o mundo está presente". (ZUMTHOR, 2018, p.62). Acredito que para ter uma experiência mais próxima de um encontro presencial (ah, a presença!), seja interessante não ficar tão preso às fichas e se deixar levar pelas vozes (minhas, suas e do espaço ao redor) e pelo momento presente. Novamente: sinta-se à vontade... são apenas sugestões.

Sinta o vazio. Dê espaço para que suas vozes se manifestem. Aproveite o momento! Este é um convite meu ao seu ato!



<https://bit.ly/3MPcDtj>

esvaziamento

pré-produção: providenciar espaço e materiais

preparar o ateliê: limpar o espaço - organizar materiais

escuro: incenso - água/chá - acordar o corpo

respiração profunda: percepção atual - ciclos - aberturas

chão: acolhimento - apoio - massagens - esparramar

percurso de aberturas e apoios: planos baixo, médio e alto

plano alto: pulsar entre céu e terra - espirais - caminhar

ciclos de respiração/movimentos: chi kun e tai chi chuan

silêncio - limpeza ouvidos - escuta profunda

percepção atual corpo - espaço





experimentação

reorganizar ateliê: materiais sinestesia e outros

toques e deslocamentos: corpo - rosto - boca

atravessamentos: explorar movimentos pelos planos

perfurar e pintar: impressões pelo espaço

a natureza na composição: trazer os elementos para as ações

sonorizar a respiração: espaços para os variados sons

brincar entre sons respiração e outros possíveis

destaques de sons e/ou gestos nas ações

escuta: dar espaço para silêncio, pausa, acaso

entre yin e yang: espaços percepção e composição

busca frestas: abre janela - cocriação com o espaço

ciclos de criação: contornar - finalizar

brincar entre registros e espaço

repetição - transformação

esvaziar a experiência no papel: título - assinatura - data

percepção corpo - respiração





composição

responder perguntas

desenhar o programa

produção ação final: espaço e materiais

breve esvaziamento no espaço, antes da ação

wu-wei: fluir pelos contornos - desaguar

esvaziar a experiência no papel: título - assinatura - data

silenciar: percepção atual respiração

celebração - agradecimento







oho!