

Formiguinhas do Vale



Apostila Teatro

Exercício 1 - Atividades complementares

Um ator inicia um movimento qualquer e outros procuram descobrir qual é essa atividade, para então realizarem as atividades complementares.

Exemplo: os movimentos de um árbitro durante um jogo, complementado pelos jogadores defensores e atacantes; um chofer de táxi complementado pelo passageiro; um professor dando aula, um caipira plantando uma árvore, etc.

O lugar do exagero

Durante os ensaios o exagero pode ser útil para o ator e diretores e às vezes deve ser incentivado, principalmente pelo diretor. O objetivo do exagero nos ensaios é o de servir como um processo de clarificação da verdade. O diretor, às vezes, pode ter uma perspectiva mais clara dos limites dos atores em relação aos seus papéis. Para o ator, é útil quando unido a processos imaginativos de improvisação.

É muito importante saber que freqüentemente em papéis difíceis, uma expressão verdadeira pode ser atingida através do exagero exarcebado. É o diretor que decide: ele poderá sugerir que falem mais alto, façam movimentos floreados e exagerem externamente todas as expressões emocionais. Quando o exagero é levado a este ponto, é natural que várias realidades e relacionamentos do personagem interpretado desapareçam, mas outros resultados úteis poderão ser acrescentados ao produto acabado. Você saberá quanta energia deve usar durante a representação, a dimensão de seus sentimentos, temperamento e imaginação. A força da cena e possivelmente da peça dependerá disto.

É verdade que qualquer coisa é legítima durante os ensaios; no entanto, o diretor não deve cometer o erro de deixar que estes ensaios de representação exagerada passem a fazer parte do ensaio normal. O contraste entre o ensaio normal e o outro, usando o exagero, ajuda a resolver os problemas já existentes. É interessante que atores experientes têm mais tendências a exagerar seus papéis do que principiantes. Eles percebem que a atenção da platéia está freqüentemente centrada nos aspectos mais emocionais de um papel e tentarão obter esta atenção

exagerando, se não conseguirem criar as verdades interiores do seu papel que, por sua vez, produziram emoções verdadeiras.

Exercício 2 - Contar a mímica feita por outro

Um ator vai ao palco e conta, em mímica, uma pequena história. Um segundo ator observa enquanto que os outros três não podem ver. O segundo ator vai ao palco e reproduz o que viu, enquanto os outros dois não vêm: só o terceiro. Vai o terceiro e o quarto o observa, mas não o quinto. Vai o quarto e o quinto o observa. Finalmente vai o quinto ator e reproduz o que viu fazer ao quarto.

Compara-se depois o que fez o primeiro: em geral, o quinto já não tem nada mais a ver com o primeiro. Depois, pede-se a cada um que diga em voz alta o que foi que pretendeu mostrar com a sua mímica. Este exercício é divertidíssimo.

Variante: cada ator que observa tenta corrigir aquilo que viu. Por exemplo: imagina que o ator anterior estava tentando mostrar tal coisa, porém que o fazia mal - dispõe-se então a fazer a mesma coisa, porém bem - eliminando os detalhes inúteis e acentuando os mais importantes.

O Método

Com a chegada do Teatro de Arte de Moscou sob a supervisão direta de Konstantin Stanislavsky, este novo método de interpretação espalhou-se pelo mundo. Uma boa parte dele permaneceu igual a como ele ensinava. Outra foi abandonada, modificada ou ampliada para suprir necessidades de uma sociedade em mudança. Mas, basicamente seu sistema tem sobrevivido intacto a quase todos os abusos feitos. Até sua ênfase na realidade, na beleza da natureza, na dignidade da vida foram criticadas como vulgaridades simplesmente porque a verdade foi levada ao palco. Houve cultos professores universitários de teatro que rejeitaram seus ensinamentos: instrutores, professores de teatro e outros que deturpam e deformaram seus significados para satisfazer suas próprias vontades. Atores também têm rejeitado Stanislavsky ao aderir a uma forma exagerada de interpretação. Mas a verdade é uma adversária terrível porque a natureza está do seu lado.

Muitos atores negam que suas representações sejam exageradas porque tentam evitar seu método. No entanto, não percebem que o esforço para ser eficiente ou agradar facilmente, leva a um comportamento errado no palco. Isto é só um outro exemplo da necessidade de autoconsciência.

Com esta consciência, o ator percebe que o exagero e a grandiosidade são, na maioria dos casos, erros.

Como nós aprendemos com a experiência (e através do processo de eliminação), o próximo problema que temos pela frente é exatamente o oposto, não deixando de ser outro tipo de exagero: representar de forma atenuada, minimizando a realidade.

Os atores do Método também se tornam vítimas deste defeito durante treinamento. Exagerar qualquer coisa no palco tornou-se um pecado tão sério para os seguidores do Método que muitas vezes somos obrigados a "nos contentar em ser natural" ao invés de dar vazão às expressões, mesmo que elas estejam totalmente em harmonia com a realidade da situação. Isto é tão errado quanto exagerar.

Portanto, uma fala lida com naturalidade e simplicidade, está mais de acordo com a realidade do que o risco de forçar uma emoção que pode soar falso. Os méritos da verdade devem ser nossa meta. Nem mais, nem menos.

A forma de representar que acabamos de discutir é chamada atuação exagerada, mas este termo é contraditório em virtude da definição da representação para o ator moderno. Representar é alcançar a realidade no palco, exagerar seria negá-la. Representar de modo exagerado inclui a utilização de gestos e expressões vocais convencionais. Se a vida interior do personagem está ausente, o ator acabará recorrendo a tais clichês. O problema de exagerar é que o ator pode facilmente convencer-se de que está "vivendo mesmo" o seu personagem.

Quando um ator prepara seu papel corretamente, ele transforma-se naquele personagem no palco. Claro que não deve deixar de ser ele mesmo, mas também é necessário que deixe de ser como é para seus amigos e família.

Todo o seu êxito na realização plena da sua caracterização reside na sua confiança, na realidade da sua própria expressão pessoal individual em oposição aos tipos de expressões clichês. O ator que conta com os dons naturais e com sua própria individualidade é um artista criativo. Aquele que não for treinado a usar sua expressão individual e não conseguir utilizar a si mesmo para ser o personagem que está interpretando, está preso e limitado ao convencionalismo. A sua voz raramente recorrerá a tons e modulações, ele vai sacudir os punhos, bater na testa, mover os olhos de forma falsa, apertar os dentes, fazer caretas, esbravejar, colocar a mão no coração, e recitar sem emoção. Imitar este estilo convencional de representação que, infelizmente tornou-se quase uma tradição, é ridículo. É certo que existem atores que freqüentemente exageram com perfeita habilidade. E estes mesmos são os que sempre exclamam que os momentos primorosos de pura criação e satisfação artística no teatro vieram daquelas raras vezes que se sentiram "inspirados" no papel e pareciam "viver" o personagem.

Seria muito mais gratificante para os seus espíritos criativos como artistas se eles pudessem treinar seus mecanismos para criar estes impulsos sempre!

O melhor que um ator pode aprender com uma representação pouco inspirada é a certeza que, quando ocorrem momentos de verdadeira inspiração na peça, todos os outros momentos provavelmente foram falsos! Acredito firmemente que a natureza é uma força insuperável que não pode ser eternamente reprimida, mas, em vez disto, irromperá esporadicamente dando rédeas soltas à verdade, apesar de nossas vulgaridades. Além disso, é um indício, em grande parte, de que nossa sociedade não segue automaticamente as leis naturais, mas, ao contrário, tentamos e quase sempre conseguimos reprimi-las ou mudá-las. O ator que desejar atingir um talento artístico verdadeiro na sua profissão deve literalmente lutar pela verdade de suas convicções por toda sua vida, tanto no palco quanto fora dele. Ele não deve desistir até conseguir trazer ao palco o que todo ser humano produz naturalmente na vida.

Exercício 3 - Ilustrar um tema

Dá-se um tema: prisão, por exemplo. Cada ator avança e sem que outros quatro o vejam faz com o corpo a ilustração desse tema. Depois, cada um dos quatro vem, cada um da sua vez, e faz a sua própria ilustração, diante dos companheiros que observam.

Por exemplo: o primeiro pode ilustrar o tema "prisão" ficando deitado, lendo; outro, olhando por uma janela imaginária; um terceiro jogando cartas; um quarto cozinhando; um quinto olhando com raiva para fora. Outro tema: Igreja. Pode um fazer-se de Pastor, outro de obreiro, outro de noivo, outro de turista, etc.

Imitar ou não imitar?

O problema seguinte é o da imitação e a ênfase de certos hábitos que, por gerações, foram a ruína de talentos criativos.

A imitação pode ser dividida aproximadamente em três grupos: imitar um indivíduo que é um produto da imaginação do ator; imitar uma pessoa real que o ator decide ser o tipo de personagem que o seu papel exige; imitar as características e maneirismos pessoais de outro ator.

A imitação é uma antítese da originalidade e da criatividade. Não pode haver imitação no palco e ao mesmo tempo presença da vida, da verdade, da realidade.

Normalmente, um ator começa sua carreira imitando uma semelhança de um personagem ao invés de tentar viver como uma pessoa real no palco. Isto acontece em virtude de uma falta de compreensão, conhecimento e treinamento da sua parte. O ator que depois se dedica a imitar seu comportamento de forma contrária à sua expressão própria obtém os piores resultados. No entanto, se ele esboçar estas mesmas imagens e passar a adaptá-las ao que é real na sua própria mente e meio, seu personagem será muito mais vivo e expressará a realidade no palco. Isto trará também originalidade e espírito criativo.

Talvez agora o leitor queira saber porque o ator não pode copiar uma pessoa da vida real e depois personificá-la no palco; por exemplo, alguém que ele conhece há anos e que ele decide ser exatamente o tipo de personagem que o texto pede. A resposta é sim, se ele não tentar primeiro obter o resultado final. O resultado final neste caso seria uma imitação direta de uma pessoa que ele conhece na vida real. Primeiro, ele deve dar-se conta de que ele nunca poderá ser realmente aquela pessoa, mas em vez disto, poderá criar as mesmas qualidades da pessoa que se aplicarão diretamente à sua caracterização. Para fazer isto, o ator tem que usar seu próprio corpo e suas próprias emoções para expressar o personagem, desse modo tornando-o real.

O que acontece quando nós tentamos obter primeiro o resultado final, isto é, uma imitação direta da pessoa real que conhecemos sem criar motivações para o seu comportamento? Não é difícil imaginar os resultados, pois nós os vemos freqüentemente. O personagem será uma caricatura mal desenhada, ao contrário de uma bela peça de arte que poderia ser criada. Sua fala será mimética ao invés de natural, seu modo de andar e movimentos, em geral, serão exagerados.

Em uma caracterização biográfica de uma pessoa real cujos maneirismos pessoais todo mundo conhece, muito pode depender da maquiagem. Ele deve deixar que o personagem flua através de suas emoções e movimentos, sem tentar obrigar, seus mecanismos a reagir a uma imagem ou um elemento estranho imposto por um clichê.

O terceiro tipo de imitação que veio até nós através da história do teatro dramático é a cópia ou imitação de outro ator. Este fenômeno singular quer conscientemente ou inconscientemente, deve ser considerada uma negação total do objetivo do ator na vida. Será que o seu objetivo não vai além de apenas "ganhar na vida?" A arte, a criatividade e a expressão pessoal não entram em questão?

Através de uma associação constante no palco com uma personalidade forte e atraente é possível que algumas qualidades típicas de um ator sejam vistas em outro. Algumas das qualidades podem ser boas, outras ruins. No entanto, o perigo está na semelhança que é freqüentemente visível para o público. Alguns atores adotam inconscientemente o estilo de outro, por causa de uma profunda admiração e desejo de ser como ele. Outros copiam de propósito por razões mais mundanas, como por exemplo, a publicidade e outras trivialidades. Muitas atrizes, na década passada, vestiam-se, posavam e comportavam-se como Marilyn Monroe para promover suas carreiras.

Exercício 4 - Inter-relação de personagens

Este exercício pode ou não ser mudo. Um ator inicia uma ação. Um segundo ator aproxima-se e, através de ações físicas visíveis, relaciona-se com o primeiro de acordo com o papel que escolhe: irmão, pai, tio, filho etc... O primeiro ator deve procurar descobrir qual o papel e estabelecer a inter-relação. Seguidamente, entra um terceiro ator que se relaciona com os dois primeiros, depois um quarto e assim sucessivamente.

Representação

Tente representar duas vezes mais depressa. Grande parte das representações peca pelo seu ritmo lento, tornando-se bastante cansativa, apresse as falas que os resultados irão melhorar, torne mais leve a movimentação e, sobretudo, cuide do encadeamento seguro das réplicas.

Ao ensaiar, leve um cronômetro e anote a duração dos quadros, cenas e atos, depois, no próximo ensaio tente ganhar tempo.

Cuidado com o mal de ambulatório, não fique balançando em cena, não mexa demais com os pés, não se mova sem nenhuma razão. Não cubra seus colegas, nem se deixe cobrir.

Não olhe tão freqüentemente para a platéia, que o público se dá conta disso, pode estar certo. Não dirija todas as tiradas ao público, esta não é a melhor forma de se fazer ouvir. Não pilherie no palco, nem nas coxias.

Não chame a atenção quando seu colega está trabalhando. Não sabe o que fazer? Escute! Escute o texto como se você o ouvisse pela primeira vez. Você verá que terá muito que fazer.

Não se deixe absorver por seus erros.

Exercício 5 - Jogo das profissões

Os atores escrevem num papelzinho uma profissão, ofício ou ocupação: operário metalúrgico, dentista, Pastor, sargento, motorista, pugilista etc... Misturam-se os papéis e cada ator tira um. Começam a improvisar a profissão que lhes calhou sem falar dela, apenas mostrando a versão que têm dela. Após uns 15 minutos de improvisação (a cena passa-se na prisão depois de operação policial de rua ou numa fila de ônibus, ou em qualquer outra parte) cada ator procura descobrir a profissão dos demais: se acertar, sai do jogo aquele que foi descoberto e ganham pontos os dois; se não, sai do jogo o que não acertou e perde pontos o que não foi descoberto. Divirtam-se.

Exercício 6 - O navio que parte

Procedimento: Peça a seu parceiro que o observe realizar este exercício de mímica. Use a máscara alternadamente.

Você precisa ir ao porto despedir-se de um amigo ou parente, que está de partida em um transatlântico. Seja específico quanto a sua relação com o viajante. Há uma grande multidão no cais em frente ao navio. Examine o navio e a multidão. Pouco a pouco, mistura-se à multidão, abrindo caminho por entre as pessoas imaginárias. Caminhe para o cais e observe a fila de passageiros no navio acima de você. Procure por seu amigo. Acene vagorosamente enquanto procura. De repente, você o encontra. A presença de seu amigo é confortadora. Acene mais rapidamente.

Tente desesperadamente atrair sua atenção. Continue acenando mesmo ao perceber que você se enganou de pessoa. Continue a acenar, mas mude o ritmo a cada transição. Inclina-se e examine a pessoa para quem você acenava. Em seguida, endireite-se para obter uma distância visual dela. Admita que não se trata da pessoa certa.

Continue acenando, embora esteja envergonhado e com menos esperança de encontrar seu amigo. Perceba que todos ao seu redor continuam acenando. Tente manter as aparências acenando para qualquer um no navio, embora ainda esteja procurando seu amigo.

De repente, o navio entra em movimento. Por um momento, você entra em pânico ao perceber que talvez não mais faça contato com seu amigo. Continue a acenar enquanto o transatlântico zarpa vagorosamente e, por fim, desaparece no horizonte.

Tente usar o corpo inteiro para demonstrar cada transição que fizer.

Decisões: Discuta as perguntas a seguir com seu parceiro.

a) Todo o seu corpo indicou quem era seu amigo?

Era um parente, sua mãe ou um amigo íntimo.

b) Você planejou bem a tarefa principal antes de iniciar o exercício ou seu parceiro ficou frustrado?

c) Você criou as pessoas na multidão com diferentes características de estatura, aparência e personalidade, com qualidades reais humanas? Os seus gestos exprimiram que você estava tentando passar pela multidão à força ou foi como se tivesse apenas passeando? Lembre-se de manter os braços perto de si ou contra o corpo, assim como faria no meio de uma multidão de verdade; não abra muito o braço, mesmo quando estiver acenando. Uma atriz deve lembrar-se de proteger os seios ao irromper-se pela multidão.

d) Você lembrou-se de manter uma distância coerente do convés do navio? Aparentou estar procurando seu amigo? Uma procura é sempre uniforme, nunca flexível ou staccato.

e) Seu parceiro acreditou que você pensou ter visto o amigo?

f) A postura de seu corpo mudou ao perceber que você havia cometido um erro?

g) O que aconteceu à sua linha pélvica ao tentar manter as aparências?

Seu parceiro notou alguma mudança orgânica em sua linha pélvica quando viu o navio desatracar e quando, por fim, você desistiu da chance de despedir-se?

Sugestões: Faça uma experiência com uma multidão de verdade. Vá a um cruzamento cheio de pessoas e tente abrir caminho até a frente da multidão enquanto ela espera o sinal abrir.

No caso de ser mulher, faça a seguinte mudança no exercício: represente uma jovem grávida de seis meses despedindo-se de seu marido marinheiro. Não esqueça de abrir espaço suficiente à medida que andar por entre a multidão.

Exercício 7 - Personagem em trânsito

Um ou mais atores entram em cena e realizam certas ações para mostrar de onde vêm, o que fazem e para onde vão. Os outros devem descobrir tudo isso apenas através das ações físicas.

As ações físicas podem ser: vêm da rua, estão numa sala de espera de um dentista e vão tirar um dente; vêm do bar, estão no hall do hotel e vão subir ao quarto; saem de suas casas pela manhã, estão no elevador e vão começar o seu trabalho num escritório, etc.

Na primeira leitura, a gente...

Conseqüentemente, quando o ator consegue aquela chance para representar um trabalho, que normalmente significa uma "leitura", é fácil compreender porque ele fica mais ansioso ainda, já que normalmente ele só pode ler uma vez. Os exercícios sobre relaxamento e concentração podem ser muito úteis durante testes ou primeiras leituras. Neste caso, é muito importante que o relaxamento dê credibilidade às suas emoções e que a concentração de segurança ao texto.

Durante a primeira leitura, o ator deve buscar a verdade simples nas palavras do autor, sem preocupar em "criar" o personagem. Em primeiro lugar, ele normalmente tem um período de tempo mais curto (às vezes só meia hora, às vezes menos), para

dar uma lida no seu papel. A verdade simples e às vezes, uma pequena faceta da personalidade do papel é o máximo que se pode obter com uma primeira leitura.

É raro que o ator consiga fazer bem a primeira leitura sem uma caracterização completa. No entanto, às vezes um ator recebe um papel por ter feito exatamente isto, só que o diretor descobre que o que viu é tudo que o ator é capaz de fazer (normalmente de competência bastante afetada e artificial). Em outras palavras, sua leitura era sua atuação final.

É fundamental que a fala seja natural durante esta primeira leitura. Quando conversamos com uma pessoa na vida real, nunca sabemos o que ela vai dizer. Portanto, não sabemos como, ou o quê, vamos responder. No palco nós sabemos quais serão as palavras da outra pessoa, e as nossas também. Por isto devemos tentar falar com naturalidade.

Devemos, nestas primeiras leituras, como nas representações ao vivo, assegurar a comunicação com nosso parceiro. Deve-se falar com ele como se fala na vida real. Você deve fazer com que ele o entenda, e com isto, será mais bem compreendido.

Então, se na vida real nosso diálogo não é planejado, não podemos antecipar nossas palavras porque muito depende da fala da outra pessoa. Assim é que tem que ser no palco. Devemos ter cuidado de não antecipar o que o nosso parceiro vai dizer mesmo que saibamos suas falas. Fazer isto dá um verniz de artificialidade no qual a platéia nunca acredita.

A antecipação não é um problema que só existe na fala. Devemos ter cuidado com ela em todas as fases da representação. Qualquer coisa a ver com o palco, ações e movimentos, deve ser trabalhada conscientemente para que pareça nova e espontânea a cada representação. É muito decepcionante ver um ator reagir ao outro mecanicamente, de um modo que claramente foi ensaiado várias vezes, sem a liberdade que temos na vida de ter comportamentos um pouco diferentes.

Exercício 8 - Três tarefas

Faça uma lista de atividades simples de executar, como: subir numa cadeira, deitar-se no chão, bater com o livro no chão etc... Após fazer uma lista, você, ou seu parceiro, deve posicionar-se no centro da área de trabalho. Em seguida, o observador escolhe três atividades para que o ator represente como tarefa inicial, central e final.

Tente encontrar uma forma lógica de realizar as três tarefas. Você pode encadear todos os três segmentos do exercício em uma única seqüência motivada, mas, ainda assim, estará realizando três atividades distintas. Por exemplo, suponha que você receba as três atividades citadas acima, na mesma ordem. Você pode sentir-se atraído pelo objeto (livro) logo no início. Tente ler o livro. Perceba que está muito escuro e acenda a luz. A luz não acende. Suba em uma cadeira para verificar se a lâmpada esta frouxa. Atarraxe a lâmpada. A luz acende! Deite-se no chão, embaixo da lâmpada. Perceba que ainda não esta claro o suficiente e que você está forçando a vista. Fique nervoso e bata com o livro no chão.

Todo o objetivo do exercício passa por cinco etapas bem definidas, que podem ser seu superobjetivo, seu objetivo comum, uma unidade ou um objetivo antigo. As cinco

etapas são: Enfoque; Determinação; Preparação; Ataque e Liberação. No caso de unidades ou batidas, a liberação final geralmente o levará ao próximo enfoque. Um indivíduo é atraído por um estímulo (Enfoque); decide fazer algo a respeito (Determinação); reúne tudo o que precisa, incluindo coragem para lidar com o problema (Preparação); faz aquilo que precisa fazer (Ataque); e relaxa para ver o efeito de suas ações (Liberação), com a descrição dessas cinco etapas, acabamos de resumir a chamada ação gestáltica.

Podemos dizer que o enfoque complementa a Etapa da Atenção, na qual o locutor atrai o público com seu material; a Determinação complementa a Etapa da necessidade, na qual o locutor explica porque as pessoas com que fala devem participar da ação; a Preparação complementa a Etapa dos Critérios, na qual o locutor define possíveis soluções para o problema; o Ataque complementa a Etapa da Solução, onde o locutor demonstra ao público que uma certa resposta conhecida por ele é adequada às exigências de todos os critérios e resolverá o problema com o mínimo de repercussão; e a liberação complementa o Impulso à atividade, no qual o locutor instiga o público o máximo que pode e observa-o a fim de comprovar a eficácia de suas incitações. Este sistema pode ser uma ferramenta útil para o entendimento de uma cena complexa ou de uma atividade mais problemática. Se alguém tentar aplicar este sistema cientificamente, pode acabar destruindo a espontaneidade da ilusão criada pela primeira encenação de uma obra. Contudo, se você utilizar o sistema com discrição, a etapa do enfoque pode ajudá-lo a encontrar descobertas no decorrer do texto.

Agora ?

[Vamos montar um grupo e partir para mostrar o que aprendemos.](#)



