

CAPÍTULO 1.8.

Treinamento de ator e treinamento Zen Budista

Actor training and Zen Buddhist training

Andrea COPELIOVITCH^{96.)}

Resumo

Pretendemos traçar uma comparação entre o treinamento monástico zen budista e o treinamento de ator, observando as especificidades de ambos, em busca de pontos de convergência, mostrando diferentes possibilidades de (re)construção de linguagens, no sentido de buscar um teatro não comercial, fundado no encontro e no contato humano e na qualidade do trabalho do ator. O treinamento monástico Soto Zen é um treino rigoroso, principalmente no que diz respeito à corporeidade, atenção e presença. É baseado nos ensinamentos do mestre Eihei Dogen e envolve aprender desde como arrumar a cozinha e meditar até a realização de rituais elaborados. Em diálogo com Grotowski, Barba e Stanislawski investigamos a linguagem da cena a partir do Sistema Stanislawski e de investigação prática. Partimos do pressuposto de que para fazer teatro de qualidade é preciso que haja uma preparação dos atores envolvidos, que essa preparação envolve um sentido ritual e também a constituição de uma linguagem própria a essa arte.

Palavras-chave: treinamento de atores; Zen Budismo; organicidade.

Abstract

We intend to draw a comparison between the Zen Buddhist monastic training and an actor's training, observing the specificities in both cases, in search converging points, showing different possibilities of (re)construction of languages, in order to seek a non-commercial theater, based on the encounter, human contact and the quality of the performers' work. Soto Zen monastic training is a rigorous training, especially with regard to corporeity, attention and presence. It is based on the teachings of Master Eihei Dogen and involves learning from how to tidy up the kitchen and meditate, to performing elaborate rituals. In dialogue with Grotowski, Barba and Stanislawski, we investigate the language on stage from Stanislawski's System and practical research. We start from the assumption that to make quality theater it is necessary that the actors prepare themselves and that this preparation involves a ritual sense and also the constitution of a language proper to this art.

Keywords: actors training, Zen Buddhism, organicity.

⁹⁶⁾ Universidade Federal Fluminense, Brasil / Universidade do Porto, Portugal. E-mail: copeliovitch(at)gmail(dot)com.



O que pode/ deve treinar um ator? Essa questão motivou as buscas de Konstantin Stanislavski desde o final do século XIX e ainda motiva muitos atores e atrizes em busca de um diferencial em seus trabalhos, em busca de um encontro verdadeiro com a plateia. Encontro preconizado por mestres como Antonin Artaud e Jerzy Grotowski: um encontro profundo, transformador, revelador. Para que isso aconteça, é preciso que haja uma preparação. Stanislavski desenvolveu um método a partir de alguns elementos que considerava fundamentais tais como tempo-ritmo, liberdade muscular, foco, “atenção, vontade, ação interna e externa, percepção, sentimento da verdade, crença nesse sentimento, etc.” (D’Agostini, 2019, p. 100). Esses elementos servem de base para o treinamento de atores ocidentais desde então.

Stanislavski disse a seus atores: ‘quero ensinar-lhes a interpretar papéis e não um papel determinado, quero que pensem sobre isso. Todo ator deve trabalhar ininterruptamente na elevação de sua capacidade’ (Toporkov, 2016, p. 168).

Stanislavski teve e tem muitos seguidores que desenvolveram os elementos de seu chamado “Sistema” de diversas maneiras, sempre em busca do que o mestre chamou de “organicidade”, seguindo as “leis da vida”. Os atores que trabalham a partir do “Método das Ações físicas” de Stanislavski podem ser considerados pertencentes à “linhagem orgânica”, por buscarem essa analogia à vida, nesse sentido, cada ator, cada atriz (por vezes, cada grupo) cria seu próprio treinamento, elabora práticas quotidianas que lhes permitem olhar para si mesmos em profundidade e desenvolver um repertório de ações, reações, mudança de estados de espírito.

O que treina um praticante zen? O treinamento monástico Zen Budista, tal como praticado no templo Tenzui Zenji da linhagem japonesa Soto Shu é um treino rigoroso, principalmente no que diz respeito à corporeidade, atenção e presença. É baseado nos ensinamentos do mestre Eihei Dogen e envolve aprender desde como arrumar a cozinha e meditar até a realização de rituais elaborados. Os praticantes treinam seu “corpomente” como unicidade e em unidade com tudo o que existe. Esse treinamento inicia com a prática da respiração consciente: saber que está inspirando, saber que está expirando. Praticamos a respiração sentados como praticou Shakyamuni Buda há mais de 2500 anos atrás. Treinamos, então, sentar: as possíveis formas de sentar. Mestre Eihei Dogen, fundador da ordem Soto Zen no Japão, explica como sentar-se para meditar, ou melhor dizendo, para praticar Zazen, no texto Fukanzazengi, de 1233:

Geralmente, colocamos um acolchoado quadrado no chão, onde vamos nos sentar, e sobre ele, uma almofada redonda. Podemos nos sentar na posição de lótus ou na de meio-lótus. Na primeira, colocamos o pé direito sobre a coxa esquerda e, em seguida, o pé esquerdo sobre a coxa direita. Na segunda, apenas colocamos o pé esquerdo sobre a coxa direita. As roupas devem ser folgadas, mas bem arrumadas. Em seguida, colocamos o dorso da mão direita sobre o pé esquerdo e o dorso da mão esquerda sobre a palma direita, com a ponta dos polegares se tocando levemente. Devemos nos sentar perfeitamente eretos, nem inclinados à direita, nem à esquerda, nem para a frente, nem para trás. As orelhas devem estar alinhadas com os ombros, e o nariz, alinhado com o umbigo (Dogen, 1233, p. 1).

O mestre zen continua a explicação de como praticar a meditação, e toda essa explicação é sobre os pormenores da posição dos corpos dos praticantes:



A ponta da língua deve ser colocada no palato, e os lábios e os dentes devem se encostar suavemente. Mantendo os olhos entreabertos, respiramos suavemente pelas narinas. Finalmente, tendo regulado o corpo e a mente, fazemos uma respiração profunda, movendo nosso corpo para a esquerda e para a direita, e então devemos ficar imóveis, sentados tão firmes quanto uma rocha (Dogen, 1233, p. 1).

Por que tantos detalhes são tão importantes para essa prática, desde a posição das pernas, passando pelo espaço, roupas e alinhamento do corpo?

Vamos partir da observação da experiência⁹⁷⁾ de praticantes zen budistas no Templo Tenzui Zenji, na cidade de São Paulo, sob orientação de Coen Roshi. Nos anos antecedentes à pandemia de Covid 19, Coen Roshi costumava fazer dois retiros de treinamento monástico por ano. Em janeiro e em julho, os praticantes aprendiam desde como caminhar no templo, a posição das mãos, quando e como curvar a coluna em reverência, como organizar e limpar os espaços; como entrar e sair desses espaços (a entrada em uma sala de *zazen* é diferente da entrada em uma sala de cerimônia); a tocar os instrumentos que orientam tanto as práticas quotidianas como as liturgias, por exemplo o tambor japonês *taiko* avisa com diferentes toques que a refeição está pronta ou que é hora do *Samu* (*trabalho*), também é o *taiko* que avisa as horas no último período de *zazen* do dia; a procissão dos sete sinos convoca os praticantes à liturgia, os diferentes sinos conversam avisando que a sala está pronta, anunciam a chegada do oficiante, o final do *zazen*, o início do *kinhim* (meditação andando) a movimentação do oficiante nas cerimônias e a mudança do ritmo da leitura dos sutras. Os praticantes aprendem também a comer com *orioki* (tigelas japonesas utilizadas pelos monges) e os ritos que acompanham a refeição num templo zen; aprendem a servir e a receber, a esperar, a escovar os dentes, a utilizar a casa de banho, a cortar e preparar os alimentos, a limpar, a cozinhar e a guardar a louça. Reaprendemos a existir nesse espaço sagrado, talvez possamos chamar esse comportamento inicialmente de um comportamento artificial.

No teatro temos aqueles atores e atrizes que buscam um comportamento mais próximo do quotidiano, notadamente no âmbito do teatro ocidental, quando pensamos em um teatro mais psicológico; e temos aqueles que trabalham em cima de códigos específicos, como nas tradições do teatro Nô, Katakhalí, Teatro de Bali, e também no balé clássico. Eugenio Barba se refere a essa polarização como Polo Norte e Polo Sul:

O ator do Pólo Norte é aparentemente menos livre. Modela seu comportamento cênico segundo uma rede bem experimentada de regras que define um estilo ou um gênero codificado. Este código da ação física ou vocal, fixado em uma peculiar e detalhada artificialidade (seja o balé ou um dos teatros clássicos asiáticos, a dança moderna, a ópera ou mimo) é suscetível de evoluções e inovações (Barba, 2009, p. 27).

A experiência do Zen, principalmente no templo, nos ensina sobre essas regras e códigos para os quais faz-se necessária uma adaptação, um treinamento que possibilita com que praticantes incorporem essa nova forma de se apresentar no mundo, ou pelo menos,

⁹⁷⁾ Sou praticante Zen Budista e aluna de Coen Roshi desde 2012, desde então participei assiduamente desses treinamentos.



naquele espaço específico, tornando, de certa forma, orgânico aquilo que era artificial. Esse incorporar dá-se a partir do momento em que a forma deixa de ser uma forma bruta e passa a ter inúmeras nuances, pequenos detalhes que asseguram uma nova forma de liberdade do praticante. Aqui voltamos para o teatro: incorporar a forma de uma estrutura é fundamental, fazer com que aquilo que foi ensaiado se torne presente no momento da cena, onde o detalhe assegura a qualidade da vida, pois é o detalhe que torna aquilo que acontece na cena análogo à vida fora dela. A vida é feita de detalhes, de pausas, de interrupções, de inusitado; para que o espectador se identifique com o acontecimento cênico, buscamos trazer esses elementos para nossa interpretação enquanto intérpretes.

Para que ocorra essa atenção aos detalhes, precisamos desenvolver um olhar específico, sobre o qual Eugenio Barba, a partir da história de Shakiamuni Buda conta:

Quando Sidarta deixou o Palácio do pai e foi à procura da última verdade, passou seis anos estudando filosofia e vivendo uma vida ascética numa gruta perdida nas montanhas, mas nenhuma iluminação surgiu. Conforme passava o tempo, Sidarta começou a se desesperar e a ficar confuso sobre o que deveria fazer. Um dia ele abriu seus olhos e viu a estrela d'Alva, cujos raios penetraram no interior de seu ser e ele então encontrou esclarecimento. Ele deixou a gruta e começou a viajar pelo mundo para tornar sua experiência conhecida e outros pudessem dividir a liberdade que ele agora gozava.

Você pode ter olhado para as estrelas milhares de vezes, mas subitamente você vê uma estrela de uma nova maneira que conduz a esse tipo de entendimento que é uma experiência total. Essa é ação de ver: reagindo a essa ação você se descobre e o outro é revelado a você (Barba and Savaresi, 1995, p. 109).

Esse olhar de Buda a que o grande mestre do teatro, Eugenio Barba, se refere é a liberdade de ser o que é, é uma liberdade parida na disciplina e no rigor. No Sutra do Coração da Grande Sabedoria Completa, Kannon Bodisatva diz ao discípulo de Buda, Shariputra que “forma não é mais que vazio, vazio não é mais que forma” (in Coen, 1996, p. 10) Treinar é superar a dualidade e realizar a experiência total, seja no teatro, seja no Budismo. A disciplina nos mostra a forma além da forma habitual e isso permite que saíamos um pouquinho de nós mesmas, compreendendo assim que não estamos aprisionadas pelo nosso comportamento conhecido, assim o rigor é libertador, e a suposta liberdade é, de fato, a prisão do olhar ensimesmado.



Referências bibliográficas

- Coen, S. (1996) Livro de Sutras. São Paulo: Gera Gráfica.
- Barba, E. & Savarese N. (1995). A Arte Secreta do Ator. São Paulo: Hucitec.
- Barba, E. (2009). A Canoa de Papel. Brasília: Dulcina.
- D` Agostini, N. (2019) Stanislavski e o método de análise ativa: A criação do diretor e do ator. São Paulo: Perspectiva.
- Dogen (1233). Fukanzazengi. Regras Universais de Zazen. https://www.zendobrasil.org.br/wp-content/uploads/2021/03/Fukanzazengi_site.pdf
- Dogen, E. (2007). Sho bo genzo : the true dharma-eye treasury. Berkeley: Center for Buddhist Translation and Research.
- Hann, T. N. (1988) The Heart of Buddha´s Teachings. London: Random House Books.
- Ricard, M. & Thuan, T.X., (2001). O infinito na palma da mão: ciência, budismo e salvação. Lisboa: Editorial Notícias.
- Toporkov, V. (2016) Stanislavski ensaia – memórias. São Paulo: É Realizações.



