

KEISERMAN, Nara. **Conexões entre pedagogia do ator e caminho espiritual**. Rio de Janeiro: Departamento de Interpretação Teatral – Unirio. Professora Associada.

## **RESUMO**

O artigo apresenta questões relativas à conexões e analogias entre princípios de uma prática pedagógica para o ator e ensinamentos metafísicos de mestres ligados a diferentes espiritualidades orientais. A autora parte de suas experiências em sala de aula e também como pesquisadora no projeto “Ator rapsodo: pesquisa de procedimentos para uma linguagem gestual - etapa: Teatro e Espiritualidade”.

**Palavras-chave:** Pedagogia do ator. Teatro e espiritualidade. Teatro e ritual.

## **ABSTRACT**

The article presents issues related to connections and analogies between principles of a pedagogical practice for the actor and metaphysical teachings of masters linked to different spiritualities. The author considers her classroom-teaching practice and the experience as researcher in institutional project “Rhapsode-actor: procedure research for a gestural language - Theatre and Spirituality”.

**Keywords:** Actor pedagogy. Theater and spirituality. Theatre and ritual.

## **Introdução**

Vou tratar aqui de pessoalidades. Assumo, portanto, uma escrita na primeira pessoa endereçada a um leitor que visualizo como um interlocutor, companheiro de viagem, inquiridor e atento. A pessoalidade assumida é resultado de uma visão pedagógica fundada na prática relacional e des-hierarquizada entre a pessoa que é um professor e a pessoa que é um aluno, valendo-se da velha questão: afinal, quem está ensinando e quem está aprendendo?

Ouvi recentemente um jovem professor de teatro dizer que seu objetivo é ajudar o outro a encontrar o seu caminho; que olhar para si mesmo só faz sentido se servir para o outro também olhar para si mesmo; que buscar a si mesmo é uma tarefa artística e política. Ouvi dois jovens alunos em seus

Trabalhos de Conclusão de Curso em Escola de Teatro defendendo planos de aula que se modificam de acordo com as circunstâncias, na necessidade inarredável da flexibilidade das propostas, da escuta afinada do professor em relação aos seus alunos, o que revela a compreensão de uma parceria estreita entre os dois polos complementares do ato pedagógico, num mesmo grau que se dá entre ator e espectador, narrador e ouvinte, palco e plateia para que se estabeleça o ato teatral primordial.

As questões ligadas à espiritualidade se tornaram presentes e foram tematizadas na pesquisa institucional que desenvolvo na universidade, e também em sala de aula, em que se modificaram os modos de propor, conduzir e avaliar o trabalho dos alunos. Minha atitude tornou-se permeada pela busca de coerência com os princípios do Shivaísmo de Caxemira, base filosófica da Siddha Yoga<sup>1</sup>, de que me tornei praticante. No momento em que a pessoa que eu sou foi se modificando, minha relação com a pessoa de cada aluno também. Sempre achei estranha a saudação Namastê, até aprender que significa que a divindade que habita dentro de mim saúda a divindade que habita no outro. Não é este o respeito que se quer entre professor e aluno? Acredito que meu interlocutor concorda comigo.

Há muitos e muitos textos de natureza mística e espiritual que apontam conexões e oferecem analogias diretas com o trabalho do ator. Os ensinamentos que seguem são apenas alguns exemplos.

## 1

Todos os anos, no dia primeiro, Gurumayi Chidvilasanada, a Guru viva da linhagem de Siddha Yoga, oferece a mensagem que vai guiar as práticas espirituais e contemplativas dos devotos naquele ano. E a cada mês é publicada no site<sup>2</sup> uma carta, cujos conteúdos têm como objetivo apoiar os estudos sobre as várias camadas de significados contidas na mensagem daquele ano. Entre os vários ensinamentos contidos na carta de abril, por

---

<sup>1</sup>“O termo ‘Siddha’ indica o reconhecimento comum daquele que realiza o Ser, daquele que alcança o nível mais alto possível de consciência e desenvolvimento” (Joseph Chilton Pearce, 1981, p.17). Siddha Yoga é o caminho para se alcançar tal estado.

<sup>2</sup><https://www.siddhayoga.org>

exemplo, chama logo minha atenção o título: “Fazer o esforço e depois, fazê-lo outra vez”<sup>3</sup>.

Participando com uma fala em evento acadêmico<sup>4</sup>, afirmei que o trabalho do ator inclui esforço, dedicação e disciplina. Não há aí nada de novo. No entanto, precisamos repetir diariamente para os alunos e com eles, como um mantra: esforço, dedicação, disciplina; esforço, dedicação, disciplina; esforço, dedicação, disciplina.

Entendo que o esforço realizado com dedicação e disciplina aproxima o exercício do ator do ato devocional, praticado como necessidade interior, como impulso vital, como ritual oferecido à Arte e colocado à serviço de um bem maior: a sociedade ou o cosmos. É uma atitude de livre escolha e exige um comprometimento que pode ser exercido no dia a dia, em sala de aula, em ensaio, na cena.

Neste momento, meu principal esforço tem sido principalmente no sentido da escuta e me levou a pensar a expressão “dar aula”, que implica em generosidades. Nós, professores de teatro, somos generosos? Compreendemos a aula, as propostas, as discussões, como um presente que oferecemos aos alunos? O professor “dá” uma nota, o aluno “tira” uma nota – que relação é essa? Ainda temos a velha<sup>5</sup> discussão e desafio de traduzir em número a criação artística, o aprimoramento pessoal, e demais atributos que o trabalho (aquele que exige esforço, dedicação, disciplina) proporciona.

A escuta a que me refiro, objeto do meu esforço, se dá através de diferentes canais e níveis de percepção, envolvendo visão, audição e intuição<sup>6</sup>, nos níveis que sou capaz de exercer, de acordo com diferentes fatores entre os quais não se pode ignorar as afinidades ou des-afinidades com o aluno. Sim, trata-se sempre de personalidades.

---

<sup>3</sup><https://www.siddhayoga.org/2018/april/letter>. Acesso em 1/04/2018.

<sup>4</sup>O espaço *sônico e a escuta profunda*. Realização do Laboratório e Grupo de Pesquisa Artes do Movimento e The Vox MundiSchool, Escola de Teatro da Unirio, em 2017.

<sup>5</sup> Noto que essa é a segunda vez, em duas páginas, que uso o adjetivo “velha”. Há questões que estamos discutindo há muito tempo e que, provavelmente, seguirão na ordem do dia, porque não carecem de respostas. São exatamente isso: perguntas, questões mobilizadoras.

<sup>6</sup>Segundo o Sistema de Chacras, a intuição se dá num nível mental. O 6ª Chakra, localizado na testa entre as sobrancelhas, é o que processa tanto a intuição quanto os pensamentos.

2

Ainda na carta de abril, encontra-se citado o poema de Swami Muktananda, o Guru de Gurumayi Chidvilasananda:

Foque sua visão na Consciência Interior. Repouse alegremente na Testemunha interior. Intensifique seus esforços;desenvolva o discernimento.Com ardor e coragem,escale mais e mais alto.<sup>7</sup> (<https://www.siddhayoga.org/2018/april/letter>. Acesso em 01/04/2018.)

Essa noção de testemunha é também abordada por Osho<sup>8</sup>num texto chamado *O milagre de estar atento*,aqui resumido:

A pessoa pode começar observando o corpo: caminhando, sentando, indo para a cama, comendo. A pessoa pode começar pelo mais sólido, que é mais fácil, e então se mover para experiências mais sutis.A pessoa pode então observar seus pensamentos, e quando ficar especialista em observar pensamentos, começar a observar sentimentos.Depois que sentir que pode observar sentimentos, então pode começar a observar estados de ânimo ainda mais sutis e vagos do que os sentimentos.O milagre de estar atento é que enquanto se observa o corpo, o observador se torna forte.Enquanto se observa os pensamentos, o observador se torna mais forte.Enquanto se observa os sentimentos, o observador se torna mais forte ainda.E quando se observa os estados de ânimo, o observador é tão forte que pode permanecer ele mesmo. (<http://www.oshobrasil.com.br/conexaotoque65.htm>. Acesso em outubro de 2013)

Encontro no meu diário uma anotação realizada após uma sessão de meditação Siddha Yoga. Não anotei a fonte, no entanto não gostaria de abrir mão de transcrevê-la aqui: “Quem é a pessoa que você chama de ‘eu’? ”

Eu costumava dizer aos meus alunos que via três instâncias em ação em cada pessoa: o eu cidadão, o eu artista e o personagem, criação do artista. Esta percepção vem se modificando. O que eu chamava de eu cidadão, agora compreendo como Pessoa e Personalidade (Vilela, 2010), o artista não está separado de sua criação e há ainda, e principalmente,o eu verdadeiro, ou eu superior.

---

<sup>7</sup> O poema de SwamiMuktananda encontra-se em *Reflectionsofthe Self*, 1993, p. 64. <https://www.siddhayoga.org/2018/april/letter>. Acesso em 01/04/2018.

<sup>8</sup>BagawanShreeRajneesh, ,místico indiano e mestre espiritual de grande influência no Ocidente especialmente nos anos 70-80, inclusive no Brasil.

Aprendi com a Dra. Sandra Regina De Souza<sup>9</sup> que o eu verdadeiro, eu superior, ou eu de cura, que ela identifica como sendo o ator, reside na 7ª dimensão, e o eu que vivemos a cada encarnação, em diferentes dimensões (atualmente na 3ª, numa fase de transição para a 4ª) ela chama de personagens. Estas pessoas que encarnamos não são “eu”. EU observa, EU é testemunha.

Mais uma vez, não sou capaz de citar a fonte precisa, apenas indicar que o que segue é parte dos ensinamentos da Siddha Yoga:

O grandioso e luminoso Ser é de natureza indescritível. Ele é mais sutil que o mais sutil, mais distante que o mais distante e os sábios videntes o encontram residindo na caverna do coração.

O Ser é a testemunha? Meu interlocutor inquieto e atento pergunta: e o que o artista ator tem a ver com isso? Quando o artista ator pessoa que vive na 3ª dimensão tem a consciência do ator que habita a 7ª, ou a caverna do coração, é capaz de se tornar testemunha de sua criação, de criar sem obstáculos, de compreender a natureza do deixar acontecer, de reconhecer, aceitar e incrementar o fluxo que o preenche por inteiro e vaza com alegria para o espaço afora. Sua pele deixa de ser o limite do corpo físico e sua presença transcende o espaço, ocupando-o totalmente e para além, para o Cosmos.

O professor testemunha escuta/vê o aluno com isenção, não se mistura com ele em seus sucessos ou fracassos. (Não estou conseguindo evitar – conto com a paciência da minha interlocutora - um certo tom de quem dá conselhos). Considero importante o entendimento de que o professor não é responsável pelos méritos ou deméritos do aluno. “Cada um é 100% responsável”, dizia meu mestre Alex Fausti<sup>10</sup> (anotação no diário da autora). Meu comprometimento com os alunos segue este ensinamento. Sou 100% responsável pelo que proponho, no entanto, o que cada um faz com o que eu ofereço, que se dá na medida exata das minhas possibilidades, não depende de mim. A minha testemunha escuta o que eu mesma, 100% responsável,

---

<sup>9</sup>Médica, terapeuta, coach. Criou a Metodologia Vínculos da Alma e o Programa Metamorfose Quântica.

<sup>10</sup> Alex Fausti (1957-2013) - psicoterapeuta com especialização em Terapia Sistêmica Familiar, Cinesiologia Aplicada, Orgonoterapia/Psicoterapia Reichiana, Alinhamento Energético, CranioSacralTherapy, Leitura Corporal, com Extensão em Homeopatia e Neurolinguística.

digo: na declaração dos princípios do trabalho (àquele mantra acrescento agora a palavra “fé”: esforço, dedicação, disciplina e fé); na formulação das propostas de exercícios; nas instruções que acompanham a sua realização; nos comentários avaliativos – momento tão precioso, quando todos estão com a sensibilidade à flor da pele.

### 3

*Nada* é o primeiro som audível, o fluxo sonoro a partir do qual se irradiam energia e matéria. [...] Em física, quando um objeto vibra a uma velocidade inconcebível, parece aos olhos que não está se movendo. O eterno *Nada* vibra ao ritmo mais elevado de frequência, e o ponto mais alto da vibração é a quietude. *Nada* é o padrão vibratório do silêncio. (Nakkach, 2014, p.119-20)

O propósito para contemplação na meditação Siddha Yoga no mês de dezembro de 2017 foi: “O som da sua respiração é música para sua alma”. (Anotação no diário da autora). Bagawan Nityananda, Guru da linhagem Siddha ensina: “O coração é o centro de todos os lugares sagrados. Vá e passeie por lá”. (Nityananda apud Muktananda, 1996, p.78)

Nos três ensinamentos, o convite precioso para se voltar a atenção para o espaço interno; para perceber e usufruir do silêncio, quando se instala “o ponto mais alto da vibração”; para se conectar com a respiração, aprendendo a observá-la com atenção passiva (testemunha), compreendendo que este é o ritmo da organicidade; o convite para compreender que é pela amorosidade que reside no 4º Chakra, o cardíaco, onde a inspiração se funde com a expiração justamente no momento de quietude interior, de pausa entre os dois movimentos, é que seus gestos e ações tornam-se Arte.

Ao se voltar para a interioridade com a intenção de conexão e escuta, o tempo se dilata e o silêncio tem oportunidade de se instalar. No silêncio, na suspensão, na pausa alguma coisa de sublime acontece. O ator não faz acontecer, ele permite que aconteça.

### 4

Nessa seção e nas próximas, caio na tentação das analogias diretas.

Em *Refinar a percepção*, a carta de março, a autora narra a experiência de ver sua mãe fazendo *chapati*, o pão indiano:

Fazer era *chapati* natural para ela, algo que fazia praticamente sem pensar. Ainda assim, ao observá-la, observar a destreza de suas mãos e como ela continuamente detectava o que acontecia diante de si e reagia de acordo com as necessidades de cada momento, eu aprendi algo sobre esforço. Percebi quanto valor, quanta eficácia havia no esforço realizado com atenção cuidadosa, com sensibilidade e uma certa dose de inteligência intuitiva. (<https://www.siddhayoga.org/2018/march/letter>. Acesso em 01/03/2018)

Podemos substituir “Fazer *chapati*” por “atuar” e ler assim:

Atuar era natural para ela, algo que fazia praticamente sem pensar. Ainda assim, ao observá-la, observar a destreza de suas mãos e como ela continuamente detectava o que acontecia diante de si e reagia de acordo com as necessidades de cada momento, eu aprendi algo sobre esforço. Percebi quanto valor, quanta eficácia havia no esforço realizado com atenção cuidadosa, com sensibilidade e uma certa dose de inteligência intuitiva.

A imagem que se tem é a de uma atriz oriental, não? Realizando gestos sofisticados e delicados com as mãos, lidando com mestria com os eventos da cena, usufruindo dos resultados artísticos do seu esforço para o qual se dedicou com “atenção cuidadosa, com sensibilidade e uma certa dose de inteligência intuitiva”. Encanta-me especialmente a inteligência intuitiva, porque temos esquecido que a intuição é uma atividade mental.

5

Isha Lerner, em *O tarô da deusa tríplice*, ao apontar um caminho para o conhecimento espiritual, parece estar falando conosco, artistas. “Um caminho que leve a uma consciência superior tem de incluir discernimento, concentração, observação inteligente, uma percepção aguçada do mundo e o despertar de forças espirituais que abrem caminho para a intuição e o autoconhecimento” (2005, p.51). Pode-se substituir “uma consciência superior” por “um teatro espiritual”. Para o meu interlocutor confesso que não me atrevo ainda a dizer “um teatro superior”.

6

Encontro em *Ki e o caminho das Artes Marciais*, de Kenji Tokitsu:

*Budo* é uma prática física particular que conduz com certeza ao desenvolvimento espiritual. [...] Quem inicia o *Budo* encontra uma prática em que corpo e mente formam uma unidade. [...] No *Budo*, a procura pela qualidade da técnica está diretamente relacionada com a busca pelo significado da vida. (2012, 14 e 42)

Sugiro substituir “Budo” por “Teatro” e peço ao meu amigo interlocutor que releia a citação acima. Interessa, aqui, especialmente a compreensão de que como o Budo, o Teatro só faz sentido quando a procura pela qualidade técnica é a busca pelo significado da vida.

Um dos livros que mais me esclareceu vários aspectos da mente e da consciência é *Mistério da Mente*, em que Swami Muktananda ensina que “quando a Consciência universal se transforma na mente, mesmo na sua forma contraída, conserva sua natureza como Consciência” (2005, p. 27-8). E ainda: “O Universo está contido na mente cósmica, e a mente do indivíduo é uma parte dela” (2005, p. 6).

Estas palavras me fazem acreditar que cada um de nós é muitos, que somos todos um. E que, sim, o Teatro pode ser Budo. Almejo, humildemente, que meu parceiro interlocutor concorde comigo.

### Referências Bibliográficas

LERNER, Isha. **O tarô da deusa tríplice**. Trad. Carmen Fisher. São Paulo: Pensamento, 2005.

MUKTANADA, Swami. **Reflections of the self**. South Fallsburg, NY: Syda Foundation, 1993.

MUKTANADA, Swami. **Baghawan Nityananda of Ganeshpuri**. South Fallsburg, NY: Syda Foudation, 1996.

MUKTANADA, Swami. **Mistério da mente**. Trad. Teresa Bulhões Carvalho da Fonseca. 2 ed. Rio de Janeiro: Siddha Yoga Dham Brasil, 2005.



NAKKACH, Silvia; CARPENTER, Valerie. **Solte a Voz**. Trad. Alba Lírio. Rio de Janeiro: Lirioê, 2014.

PEARCE, Joseph Chilton. In: MUKTANADA, Swami. **Medita**. Trad Centro de Meditação Siddha Yoga. São Paulo: Pensamento, 1993. p. 17-26.

TOKITSU, Kenji. **Ki e o caminho das artes marciais**. Trad. Luiz Carlos Cintra. São Paulo: Cultrix, 2012.

VILELA, Nereida Fontes; SANTOS, João Celso dos. **Leitura corporal: a linguagem da emoção inscrita no corpo**. Belo Horizonte: Núcleo de Leitura Corporal, 2010.

Sites:

<http://www.oshobrasil.com.br/conexaotoque65.htm>

<https://www.siddhayoga.org>