

Uma jornada com rasaboxes - Entrevista com Michele Minnick

ANA ACHCAR
ADRIANA BONFATTI
JOANA RIBEIRO DA S. TAVARES
MARCIA MORAES
ANNA WILTGEN
DADÁ MAIA
ADRIANA MAIA

■ 234

Ana Achcar é professora do Departamento de Interpretação Teatral da Escola de Teatro da UNIRIO e integrante da companhia As Dramáticas.

Adriana Bonfatti é professora do Departamento de Interpretação Teatral da Escola de Teatro da UNIRIO e integrante da companhia As Dramáticas.

Joana Ribeiro da Silva Tavares é professora na Área de Movimento e Dança/ Departamento de Interpretação da Escola de Teatro UNIRIO.

Marcia Moraes é integrante do Coletivo The White Rabbit, em Berlim.

Anna Wiltgen é pesquisadora e integrante da companhia As Dramáticas.

Dadá Maia é integrante da Ciranda de 3 Trupe Produções e As Dramáticas.

Adriana Maia é professora da Faculdade da CAL e integrante da companhia As Dramáticas.

■ RESUMO

Michele Minnick aborda sua experiência com o rasaboxes, prática visceral do ator, cuja investigação data dos anos 1960, com o diretor Richard Schechner e The Performance Group – nos Estados Unidos. O contato com o rasaboxes revelou que o mais importante não se trata de sentir as emoções, mas sim de compartilhá-las com o espectador. O conceito de rasa definiria, portanto, o ambiente e o relacionamento entre o performer e o espectador, que pode saborear as rasas junto com o performer. Michele relata, entre outras, sua experiência com o Performance Workshop e o rasaboxes como diretora em um projeto de immersive theatre (teatro imersivo), espaço de relação one-on-one - de troca íntima e direta com a plateia. Através do rasaboxes abre-se um campo de trabalho que propõe limites claros e, dentro desses limites, possibilidades sem limite.

■ PALAVRAS-CHAVE

Richard Schechner, Performance Workshop, rasaboxes, teatro imersivo.

■ ABSTRACT

Michele Minnick began her experience in rasaboxes with the director Richard Schechner, USA. Rasaboxes is a visceral training form for the actor which was developed by Schechner and the Performance Group in the 1960's. The contact with rasaboxes revealed that the most important thing is not to feel emotions, but to be able to share them with the spectator. Thus the concept of rasaboxes defines the environment and the relationship between performer and spectator in such a way that the latter can savor the rasas together with the performer. Michele speaks of her experience with the performance workshops and the rasaboxes in a project of immersive theater: a space of one-on-one relationship and of intense and direct interaction with the audience. Through rasaboxes a new line of work is opened, which proposes clear boundaries and, within these boundaries, limitless possibilities.

235 ■

■ KEYWORDS

Richard Schechner, performance workshop, rasaboxes, immersive theater

Michele Minnick - (PhD, CMA) diretora, performer, professora e pesquisadora. Radicada em Baltimore, Maryland. Ensina e desenvolve The Performance Workshop e rasaboxes nos Estados Unidos desde 1999 e no Brasil desde 2003. Ela é co-autora de um livro sobre The Rasaboxes Sourcebook: Theory, Performer Training, and Practice (Routledge, 2018, no prelo). Defendeu a tese de doutorado Breathing Worlds: Somatic Practice, Performance and the Self in the Life/Art Work of Leeny Sack, sob orientação da PhD Barbara Browing (Performance Studies, New York University, 2016).

Redação: Michele Minnick. Revisão Geral / Preparação de texto: Anna Wiltgen, Adriana Bonfatti e Joana Ribeiro da Silva Tavares. Rio de Janeiro, janeiro de 2016.

Ana Achcar: Qual foi o seu interesse inicial pelo rasaboxes e como esse interesse foi se modificando ao longo dos anos?

Michele: Fui apresentada a este trabalho em 1996. Rasaboxes surgiu num meio de investigação do treinamento para performance que o Richard Schechner desenvolvia desde os anos 60. Pode-se ver os princípios básicos desse trabalho no livro “Environmental Theater” (1974). Percebe-se neste livro o interesse de Schechner numa prática visceral do ator, assim como o pensamento e a experimentação com The Performance Group - antes dele encontrar a teoria de rasa e chegar ao formato de rasaboxes, nos anos 90.

Eu já trabalhava como tradutora na segunda companhia nova-iorquina do Schechner (East Coast Artists/ECA), mas foi como atriz, no terceiro espetáculo, que experimentei pela primeira vez seu trabalho no Performance Workshop. Foi na New York University, que ele começou a explorar o treinamento do ator independentemente de qualquer companhia fixa, adaptando e transformando o que tinha experimentado como diretor com o The Performance Group. Nos anos 80, Schechner continuava a trabalhar como diretor, pesquisador acadêmico e editor do jornal TDR (The Drama Review). Nesta época, ele começou a desenvolver uma presença pedagógica nos workshops, em que se expressava através de uma voz única – diferente de suas outras personas, inclusive da voz que eu conhecia - de encenador e diretor artístico da ECA. Isto é, ele virou o facilitador de um processo – a oficina – foi outro tipo de liderança.

A companhia contava com pessoas que, por suas linhagens artísticas, dirigiam treinamentos baseados em Eugenio Barba, Anne Bogart, Tadashi Suzuki, Philip Zarrilli, etc. Quando eu entrei no processo criativo da ECA, havia como aquecimento, a prática da ioga e de panting¹ introduzidos pelo Schechner. Eu tinha experimentado em oficinas com a Rebecca Ortese e a Ulla Neuerberg, fundadoras da companhia junto com o Schechner, exercícios que tinham como base a expressão física de estados emocionais e que só depois percebi que foram influenciados pelos experimentos com rasa. Mas quando fiz a oficina na NYU com ele em 1996, se abriu o mundo do Performance Workshop e do rasaboxes.

Esse mundo temporário, estruturado para produzir um processo aberto de investigação e criação durante aquelas quatro semanas, me encantou. Performance Workshop é um mergulho em você e na comunidade temporária ali formada, que combina disciplina, risco, jogo e liberdade de criatividade individual e do grupo, propondo o trabalho do ator performer como uma exploração dos limites pessoais e grupais. Uma pesquisa da subjetividade em relação à ficção, do passado histórico em contraposição à mitologia do presente, do cotidiano ao extraordinário, do real à fantasia, das águas do inconsciente à estrutura da sala e às formas criadas no chão com fita crepe. Esse universo aleatório abriu possibilidades de criação que eu não tinha alcançado em outros contextos. E o Schechner, livre para usufruir do que estava acontecendo durante aquelas quatro semanas, podia seguir seus desejos e se colocar como provocador, sem ter que dirigir até o final todos os acontecimentos. É importante entender que a experimentação era influenciada por várias áreas, que afinal o levaram a formular os princípios do campo de estudo de Performance Stu-

¹ Panting - É o que faz um cachorro, com a língua fora da boca, mas neste caso, se refere ao som rítmico que fazemos nos centros de ressonância: - ha hee huh hoo.

dies que estava se constituindo na NYU: ritual, etnografia, teatro de várias culturas, performance art, esporte, performance no contexto do comportamento humano, na vida social, etc. O fato é que rasaboxes é o resultado de diversas etapas de sua trajetória na abordagem do treinamento do ator - baseada em ampla visão filosófica, histórica, ética e estética. Podemos dizer que é a famosa ponta do iceberg. Aquele mundo em que mergulhei durante quatro semanas incluiu uma introdução ao rasaboxes – segundo ele, pela primeira² vez sendo proposto naquele formato – e despertou uma forte sensação de liberdade e um desejo de continuar.

Voltei a fazer esta mesma oficina algumas vezes antes de começar a ministrá-la em parceria com Paula Murray Cole. Quer dizer que a minha formação nesse trabalho foi construída de maneira informal, tive pouca experiência com o Schechner em rasaboxes naquele período, só as horas que ele dedicou à experimentação num nível básico. Foi depois, em nossas próprias salas de aula, oficinas e processos de ensaio que eu, Paula e outras pessoas começamos a desenvolver o trabalho no contexto das faculdades – departamentos de teatro – e das oficinas intensivas. Foi quando começamos a articular princípios e procedimentos não apenas para a nossa condução do trabalho, mas também para poder preparar outras pessoas para ensinar Performance Workshop e o rasaboxes.

Acho que o rasaboxes foi e continua sendo a parte do trabalho mais simples de tirar do contexto e apresentar isoladamente, e por isso ficou o mais conhecido. Tudo no Performance Workshop é acumulativo, exige tempo; tanto no período da jornada de um dia quanto de várias semanas. Rasaboxes, além de abranger uma totalidade do trabalho do ator – corpo, respiração, voz, movimento e relacionamento – é o mais fácil de encaixar dentro de um período curto³. O tempo é um dos valores fundamentais do trabalho.

A experiência mais desafiadora que tive foi dar uma aula de movement for actors – no Brasil se chama “expressão corporal”, ou algo no gênero – baseada em rasaboxes. Nos encontramos duas vezes por semana durante 1h15 (aula/padrão universitária). Durante três anos – (no último tínhamos quase duas horas por encontro) – consegui passar, em um semestre, o bastante que valesse algo para os alunos, mas não foi o ideal. Uma das minhas alunas, muito esperta, falou: “Me parece que esse trabalho funcionaria melhor num formato intensivo”, o que tivemos a oportunidade de experimentar depois nos ensaios de *The Bacchai*, em que fiz o treinamento do elenco e a direção de movimento.

Os princípios de rasaboxes parecem ser mais acessíveis na faculdade, onde os jovens atores precisam ser jogados no trabalho psicofísico. Quando a emoção fica muito mental, é fácil se perderem no abstrato. Ao inserir minha prática em contextos pedagógicos, levei o rasaboxes, por estas razões. Também descobri que ele podia servir como método de ensaio e criação de partitura para performance. Em 1998, desenvolvi com Rebecca Ortese uma pequena performance solo - que ela tinha feito como resposta a uma provocação do Schechner - usando rasaboxes como método principal.

Eu nunca quis separar rasaboxes do resto, foi uma questão de praticidade. Como pessoa e artista, sou muito direcionada para o afetivo. O rasaboxes foi uma maneira de organizar esse caos e trabalhá-lo corporalmente com o ator, torná-lo vi-

² Apesar de que, hoje em dia, encontramos relatos de pessoas que já tinham experimentado antes dos anos 90.

³ De 9 a 12 horas para uma justa introdução.

sível – “vivenciável” –, sem ter que mexer na vida pessoal de ninguém. Nas aulas de interpretação, sempre ouvi que não era possível nem desejável entrar numa cena pela emoção, que ela deveria “acontecer” como se fosse um acidente, um resultado, em vez de um modo de pesquisar e experimentar. E não pode ser forçado; no rasaboxes buscamos uma junção do dentro e do fora que possibilite uma expressão orgânica. Mas o rasaboxes mostra que podemos começar pela emoção, pela rasa. A própria diferença entre emoção como algo mais pessoal, psicológico, e, rasa como sabor, como combinação de elementos da natureza - aos quais todos têm acesso e podem brincar - me inspira. O que me encantou também no rasaboxes foi o elemento de atletismo do jogo, de ter que jogar estas emoções para fora, e a possibilidade de entrar e sair. A experiência que tive nas oficinas com o Schechner, de brincar com as rasas na relação com os outros foi maravilhosa. Além da ideia de que o mais importante não era a minha capacidade de sentir as emoções, mas de compartilhá-las com o espectador, e que por isso eu poderia depender do meu corpo expressivo, não de experiências do passado. Adorei a radicalidade expressiva dos exercícios iniciais, as palavras⁴ misteriosas em sânscrito e o fato de Shanta estar no meio, como uma âncora do trabalho nas outras rasas. Shanta tem virado central na minha prática pessoal.

■ 238

Desde que conheci o rasaboxes, imaginei possibilidades terapêuticas. Tenho experimentado isso em relação ao treinamento espiritual; penso que rasaboxes possa servir como uma “ioga das emoções”, com foco na Shanta. Em 2010, ministrei uma oficina no Instituto Visão Futuro, sede de práticas de ioga e meditação, em São Paulo. Pretendo prosseguir neste trabalho com pessoas que já tenham alguma experiência com ioga ou meditação, mas não necessariamente com teatro ou performance. Não tenho formação de terapeuta, não pretendo fazer terapia. Vários alunos levaram o trabalho para a prática de Dramaterapia.

Outro desdobramento é que, por causa da demanda pelo trabalho e porque todos nós, professores desta abordagem, temos o desejo que ela sobreviva para além de nós, nos últimos anos tenho focado na formação de novas gerações de professores/facilitadores. Isto exige a participação no Performance Workshop, para que as pessoas entendam o contexto e possam usar os princípios e as práticas de uma maneira integrada. Tem uma segunda geração de professores que inclui a carioca Marcia Moraes⁵ atualmente morando em Berlim. Estamos finalizando a formação de uma turma nos Estados Unidos. No Brasil, temos uma turma que vem praticando há muitos anos, mas sem ter a experiência do Performance Workshop - que espero iniciar a partir de 2017.

Nos últimos anos, a minha jornada pessoal como facilitadora do trabalho tem focado muito na Shanta. Em 2006, depois de um difícil transtorno mental/emocional, comecei a praticar meditação, junto com várias práticas somáticas focadas na sensação e respiração. Durante alguns anos experimentei diferentes caminhos e optei pela prática da meditação budista vipassana. Quanto mais praticava diariamente, mais ficava presente, no jogo, a âncora da Shanta.

⁴ Adbhuta (surpresa), Bhayanaka (medo), Bibhatsa (repugnância), Hasya (cômico), Karuna (tristeza), Raudra (raiva), Srīngara (amor), Vīra (coragem) e Shānta (paz). Sobre o rasaboxes ver em: MINNICK, Michele e PCOLE, Paula Murray. “O ator como atleta das emoções: o rasaboxes”. O Percevejoonline, Dossiê O Corpo Cênico: Linguagens e Pedagogias, vol 3, nº 1, 2011. Disponível em <<http://www.seer.unirio.br/index.php/opercevejoonline/article/view/1797/0>>.

⁵ Marcia Moraes: <<http://www.the-white-rabbit.net/artists/marcia-moraes/>>.

Como diretora, uso este trabalho para treinar o elenco, direcionar a criação de personagens e como linguagem para a criação de espetáculos de immersive theatre, em que o ator/dramaturgo cria o material a partir do espaço, de objetos, etc. A ideia de rasa é fundamental para definir o ambiente que existe entre o performer e o espectador, que compartilham uma intimidade. É na criação de projetos de immersive theatre que consigo introduzir o material de Performance Workshop com aplicações diretas e resultados visíveis.

Adriana Bonfatti: Sabemos que você é CMA⁶ formada pelo Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies de Nova York. Como sua formação e trabalho com este sistema tem dialogado com o rasaboxes?

Michele: Desde que iniciei meus estudos no Sistema Laban em 1999, percebi um diálogo entre a linguagem de LMA/BF⁷ e o rasaboxes. No final da minha formação no Laban Institute, fiz minha monografia sobre o trabalho de um ator, investigando como o LMA poderia aumentar a conexão Inner/Outer⁸ - nos exercícios de rasaboxes.

Para escrever a monografia experimentei várias combinações de rasa e elementos isolados das categorias Corpo, Esforço, Forma e Espaço do Sistema. O que mais me ajudou na interação de rasa com o Sistema, foi o uso de Shape Flow⁹/Breath Support¹⁰, utilizando a categoria Espaço como maneira de organizar meu trabalho. No caso específico desse ator, que tinha uma predominância de tensão muscular que às vezes inibia seu fluxo de movimento, foquei na questão da respiração e do Shape Flow.

Posso dizer que desde então os princípios e temas de LMA/BF estão presentes no meu trabalho. Não consigo separar a minha visão de movimento humano do meu entendimento ou uso do Sistema, o meu olhar é feito deste entrelaçamento. LMA/BF está presente a partir do aquecimento “tradicional” com as rasas – que é uma série de asanas de ioga que o Richard aprendeu nos anos 70, na Índia, com o guru de Iyengar, Krishnamacharya.

Embora nem sempre utilize o vocabulário do Sistema Laban/Bartenieff, per-

⁶ Certified Movement Analyst – conhecido no Brasil como Analista Laban de Movimento.

⁷ LMA/BF. Laban Movement Analyse /Bartenieff Fundamentals.

⁸ Inner/Outer: “Interno/Externo” - um dos temas principais que envolvem todo o Sistema Laban/Bartenieff (existem no total quatro temas em contínua dinâmica e transformação). Neste tema é enfatizada a percepção do fluxo constante entre o ambiente e o corpo, em como os impulsos, sensações, emoções, pensamentos e qualquer outra atividade interna tem seu reflexo no movimento externo, na sua expressão. No jogo do rasaboxes, falamos muito da questão de liberar este fluxo e, apesar do jogo começar sempre com a exteriorização através da forma do corpo, a ideia é não favorecer nenhum “lado”. Em um corpo vivo e espontâneo não há muita diferença entre a internalização e a externalização. Temos que procurar ficar conscientes da conexão contínua entre interno e externo.

⁹ Shape Flow - indica mudanças e movimentos do corpo que tiveram origem a partir da relação do corpo com ele mesmo. Por exemplo, as mudanças de volume que vêm naturalmente com a inspiração e a expiração, pequenos movimentos ou ajustes que fazemos para ficarmos mais confortável, ou um jeito de espreguiçar. São movimentos mais relacionados à sensação do que com o fazer/expressão. É importante ressaltar que no contexto do trabalho das emoções do rasaboxes, o movimento da respiração é em si também muito expressivo.

¹⁰ O conceito de Breath Support aborda nossa respiração como algo que está sempre ali. É a base de qualquer movimento do corpo em todos os momentos de nossa vida. Para mim, fala de uma certa entrega do corpo, de uma descoberta da respiração como suporte do movimento e do desejo de escutá-la e seguir “com” e “a partir” dela. Quando imaginamos um corpo forte e ágil, na maioria das vezes pensamos na musculatura desse corpo, nas articulações. Nem sempre pensamos na respiração, mas é ela que cria o fluxo do movimento, possibilitando a comunicação, a dança. Para mim, o conceito e a experiência de Breath Support do Sistema Laban/Bartenieff é o centro de tudo no rasaboxes e é essencial para a transmissão da rasa.

cebo que ele organiza a minha maneira de ver e ensinar rasaboxes e poderia dizer que a categoria Espaço, a questão do fator fluxo (controlado) e princípios como grounding (enraizamento) têm me ajudado.

Se um Analista Laban de Movimento (CMA) vir o meu trabalho, vai reconhecer a linguagem e os princípios. Eu falo para estas pessoas que isso faz parte da minha maneira de facilitar o trabalho, mas não é o foco. Tenho usado o que conheço de Body Mind Centering, entre outras abordagens, exercícios e práticas. O importante é recorrer àquilo que possa ser útil naquele determinado momento.

Integrar o Sistema Laban/Bartenieff com rasaboxes, para que os participantes tenham LMA/BF como ferramenta consciente, tanto quanto as nove rasas, demanda tempo durante as oficinas de movement for actors. Para pesquisar essa relação, seria necessário criar um programa ou escola específicos. Até agora isso não foi o meu principal objetivo, mas adoraria ver isso acontecer.

Adriana Bonfatti: Fale sobre a sua pesquisa do doutorado. De que maneira ela modificou a sua percepção e seu trabalho com o rasaboxes?

Michele: Qualquer artista, escritor ou pesquisador está sempre buscando a mesma coisa, articulando a mesma visão, de maneiras e ângulos diferentes.

No final de anos de pesquisa sobre quatro artistas e suas respectivas práticas somático-artísticas (Anna e Daria Halprin, Lygia Clark e Leeny Sack), abordei na minha tese de doutorado a Leeny Sack, com enfoque na respiração como o centro do trabalho pedagógico e artístico dela.

A prática de cada uma dessas artistas foi uma investigação da experiência corporal, da subjetividade e da potencialidade como chave para a ação e criação. Tive inúmeras experiências de oficinas ou sessões terapêuticas com elas (no caso da Clark, fiz com a Gina Ferreira e o Lula Wanderley, no Rio).

Ao longo dos anos, as práticas e seus princípios proporcionaram informações sobre o meu próprio jeito de pensar o trabalho na performance, nos workshops, nas oficinas de rasaboxes e sobre como ministrá-los, independentemente de processos de ensaio.

Por exemplo, adotei o Aesthetic Witnessing - da Anna Halprin, que integra o Life/Art Process - uma técnica de resposta ao trabalho do outro. É um formato de feedback baseado em três maneiras de vivenciar e comentar sobre uma performance: I saw (eu vi) I felt (eu senti) I imagined (eu imaginei). O elemento do desenho no trabalho das Halprins – que inspirou o Schechner a usar desenho durante o rasaboxes – tem ficado mais presente na minha abordagem e pretendo desenvolvê-lo.

A prática de Estruturação do Self de Lygia Clark me influencia no que diz respeito à questão da relação objeto/sujeito e corpo/espço.

Acho que a finalização desse processo prático-teórico do doutorado, que enfocou o trabalho de Leeny Sack, provocou um impacto em mim enquanto pessoa/artista, facilitadora do trabalho dos outros. Como filha e neta de sobreviventes do Holocausto, Sack tem uma consciência profunda da seriedade em estar/lidar com o corpo e a subjetividade do outro. O meu projeto sobre o trabalho dela fala da respiração como a base deste processo de testemunhar o outro e do processo criativo.

A história de Sack inclui tanto a experiência de ter sido integrante da companhia original do Schechner (The Performance Group) durante alguns anos na segunda metade dos anos 70, como o certificado no Kinesthetic Awareness de Elaine Summers e a prática de meditação vipassana.

Escrever sobre a pedagogia e a produção artística de Sack foi uma maneira de integrar e entender melhor minhas influências pessoais. A questão do testemunho (particularmente em relação à Shanta, mas também em relação a todo o trabalho) é o aspecto do trabalho de Sack que, no momento, mais inspira e influencia o meu trabalho como facilitadora.

Existe este conceito de “testemunhar” na prática do movimento autêntico e em outras práticas somáticas. Porém, o que eu entendi ao escrever a tese sobre a Sack, foi que este lugar do testemunho e suas implicações históricas e sociais (como função político-terapêutica em relação aos traumas vivenciados e herdados) não podem ser ignorados. Eles fazem parte do processo somático/criativo e da nossa procura desse lugar de “paz” que representa a Shanta. Os nossos silêncios também falam das nossas grandes e pequenas histórias.

Não podemos ter medo da complexidade nem do peso que a história tem no performer. Temos que ter a coragem de enfrentar as nossas histórias individuais e compartilhá-las. Como diz a Sack, “tudo é conteúdo”; podemos tentar omitir algumas coisas, mas não vamos escapar.

Para finalizar, eu diria que este processo de pesquisa do doutorado me ajudou a entender que, apesar da complexidade do mundo, temos que voltar ao básico. No meu caso, vai ser a respiração e a capacidade que ela nos dá para abrir o tempo e o espaço, dando a chance de não seguir padrões danosos ou limitadores, mas sim de achar novos caminhos.

Joana R. S. Tavares e Marcia Moraes: Como se dá a relação entre a preparação corporal e o aquecimento para o rasaboxes? O rasaboxes poderia ser considerado como um método de preparação corporal?

Michele: Acho que depende de duas coisas: quem conduz e a duração. A pessoa que ministra a oficina idealmente tem um entendimento do corpo e movimento, além de uma boa concepção dos valores e princípios de rasaboxes. As regras do jogo são fáceis de entender, mas os princípios que guiam a execução dessas regras, e que articulam o como jogar, são mais sutis. Entender é uma coisa. Saber como guiar as pessoas para se entregarem ao trabalho de uma maneira integrada é outra questão.

“Preparação” significa preparar para algo, então a questão deveria ser, para que, especificamente, estamos preparando um grupo de atores num determinado dia. Desde que comecei a ministrar cursos dessa abordagem, uso várias práticas como aquecimento. Entre elas: técnicas dadas por Schechner dentro do Performance Workshop que incluem a prática de ioga (Hatha entre outras); elementos do sistema Laban para melhor perceber o corpo na sua relação com espaço, forma e esforço (a dinâmica das forças de movimento); exercícios e princípios de Irmgard Bartenieff (como o grounding/enraizamento); Body Mind Centering; elementos de Contact Improvisation; massagem ayurvédica; e outros modos de formar grupo,

aquecer o corpo e preparar as pessoas para jogar que aprendi e/ou inventei. Acho importante, no início, propor algo que conecte a respiração com o corpo em movimento. Quando há tempo, dou um aquecimento vocal, mesmo se não vamos trabalhar a voz, porque sua vibração libera a energia total das pessoas e cria uma sensação de grupo. Rasaboxes não é um exercício individual e nem pode ser introduzido assim. É possível se fazer uma sessão particular com alguém que conhece o trabalho, mas no início, tem que ser em grupo, sentir a presença do outro do lado de fora do tabuleiro, a energia de um grupo expressando a mesma rasa. Existem vários benefícios em introduzir alguma forma de ioga. Rasa e ioga têm a mesma raiz, a combinação de um corpo ágil com uma mente calma. Mas às vezes não serve. Por exemplo, num clima mais frio, a ioga pode não aquecer o bastante. Diria que o ideal seria trabalhar esses dois aspectos: a consciência do “eu” (corpo, voz, respiração e sensações pessoais), e “nós”, (o grupo), que possibilita a performance desse “eu.”

Por um lado TUDO PODE; a questão é como conduzir o trabalho e propor uma conexão. Tudo que vem do Schechner – e rasaboxes em particular tem como objetivo final o relacionamento – leva à integração de você com você mesma, com o espaço/ambiente, com o outro, com o grupo. Poderíamos dizer que ele articulou algo que deveria existir em qualquer tipo de preparação. Na minha abordagem não tem nada fixo, mas isso tem a ver, de um lado, com a minha tendência em seguir o fluxo e, do outro, com o fato de eu ter diversas ferramentas oriundas da minha trajetória como aluna e professora. É possível chegar com um plano em mente, mas ao sentir a energia do grupo seguir outro caminho, ou perceber no dia anterior uma necessidade de trabalhar um elemento de movimento específico antes de entrar no tabuleiro. O que as pessoas fazem é uma resposta ao que eu proponho, mas o que eu proponho também é uma resposta a elas. Como regra, é sempre bom usar linguagem e exercícios que ligam o interno com o externo e que integram movimento, voz, relacionamento e etc.

Na minha opinião, rasaboxes sem nenhuma outra prática somática não pode servir como preparação corporal completa. Sem ter alguma perspectiva e linguagem para falar dos detalhes do corpo em movimento, seja de ioga, LMA, BMC ou outro sistema, acho difícil. Ao mesmo tempo, não gosto de impor uma autoridade arbitrária, impor regras rígidas que possam não servir a uma determinada situação. Acho que temos que ser empíricos nesse sentido, alertas e sensíveis aos acontecimentos; isso faz parte do processo de “testemunhar” que mencionei. Então, em princípio, não tenho nada contra a ideia de que rasaboxes pode funcionar como sua própria preparação corporal. Adoraria ver alguém conseguir fazer isso! E para quem está experimentando com uma prática nova, ótimo! Agora, presta atenção aos resultados e aonde existe prazer para você e para os participantes, pois é isso que importa. Onde não tem prazer, não tem rasa!

Anna Wiltgen: No caso de um performer sentir-se confortável e dominar o jogo das rasas, aonde e como o rasaboxes vem desafiá-lo e “puxar-lhe o tapete”?

Michele: Esse é um assunto infinito! Vamos considerar, primeiro, que tem várias coisas que podem criar a necessidade de “puxar o tapete”. Às vezes, são padrões

peçoais, outras, é um vício do grupo ou, uma tendência que surge. Vivi um exemplo disso, enquanto dava uma oficina de dois dias para um grupo de jovens bailarinas de Bharatanatyam. Elas entendem o que é rasa, têm um ótimo controle corporal, mas é muito difícil para elas abrirem mão dos gestos e movimentos estilizados e codificados para, de fato, improvisarem. Acho que para “puxar o tapete”, nesse caso, precisaria de mais tempo. Mas a maneira que eu sugeri para trabalharem, foi deixar de lado esse vocabulário durante a maior parte da oficina, prometendo que iríamos retomar tudo que lhes era familiar no final. Apesar delas não terem se entregado completamente (no meu olhar, que também tem seus vícios e expectativas que talvez não me sirvam em todos os contextos), conseguiram entrar e explorar as nove rasas ao ponto de, no final, quando reintroduzimos uma coreografia de Bharatanatyam para interpretar rasicamente, elas terem atingido níveis de organicidade e expressividade bem mais vivas, interessantes e divertidas do que no início. Nesse caso, o tapete foi puxado o bastante para ter o efeito desejado.

De um lado, exige tempo para chegar nisso, para observar os padrões e etc., do outro, acontece dentro de tudo o tempo inteiro. O próprio trabalho propõe coisas que uma pessoa acha que já dominou, mas ao chegar naquela determinada etapa, terá que voltar ao básico para poder seguir em frente. É comum, por exemplo, no momento em que o texto entra no jogo. Toda aquela construção maravilhosa de um corpo integrado, comunicando com o outro, se perde no instante em que a pessoa começa a falar. Quando duas pessoas dialogam, sempre ocorre aquele conforto de fixar a duração de tempo em cada caixa. As pessoas não percebem que perderam a conexão real, que estão se repetindo – então, eu entro com tempo/ritmo, colocando o desafio de se surpreender e de surpreender o outro, se deslocando mais frequentemente entre as rasas e variando esse ritmo, mas sem perder a conexão. Usamos o que chamamos de side coaching. Tem um side coaching público e um mais íntimo, em que, por exemplo, depois de ter observado o mesmo padrão se repetir várias vezes numa pessoa e, se esse padrão puder impedi-la de conectar o dentro com o fora ou se relacionar com outrem, chego até essa pessoa, peço para sair da caixa onde está trabalhando, converso um pouco sobre o que tenho observado e sugiro alguns ajustes. É importante sentir quando as pessoas estão prontas para receber esse tipo de feedback individual. Geralmente, não costumamos fazê-lo de início. As pessoas têm que descobrir sua própria relação com as rasas, com seus corpos nesse novo contexto. Esse “conforto” é importante, só não pode permanecer por tempo demais. De vez em quando, encontro alguém tão travado com alguma experiência traumática que, quando comento sobre, bloqueia ainda mais. Tem-se que entender que esse trabalho, como outros trabalhos do ator, mas especialmente esse tipo que pega diretamente a respiração e a musculatura das emoções, toca em nós numa totalidade. Certas subjetividades são tão traumatizadas que precisam de um tapete muito forte e seguro, e temos que ter a sensibilidade de aceitar isso e achar outros caminhos, sem a pessoa ficar pensando que está fazendo alguma coisa “errada”.

Retomando o ator da minha monografia em Laban, creio que ele tinha uma tendência em conter muito o fluxo, por causa do treinamento extensivo em Suzuki¹¹. O meu caminho com ele foi de tentar suavizar e derreter essa tensão para ampliar a

¹¹ Suzuki é um tipo de treinamento de ator que usa muito fluxo contido, o que, muitas vezes, atores ocidentais traduzem como um excesso de tensão.

conexão dentro/fora, corpo/emoção e respiração/movimento. Tivemos várias sessões particulares em que deu para trabalhar e sair de um padrão. Normalmente, estou trabalhando com pessoas em grupo e, às vezes, a solução é, depois que os participantes têm um entendimento básico dos princípios do trabalho, dar essa função a eles próprios. Em duplas ou grupos pequenos, possibilitar uma experiência de observar e dar um feedback ao outro. Essa atenção particular pode amplificar ou diminuir certas tendências. Mas, o fato de ter alguém do lado de fora observando, oferece uma interferência importante, porque ajuda a construir a percepção de estar fazendo com a presença, olhar e participação do outro que deve saborear as rasas junto com a própria pessoa, durante o jogo.

Padrões de movimento do dia a dia que têm a ver com personalidade, socialização, história pessoal, e em particular, associações e hábitos em relação às emoções podem para alguns, por exemplo, inibir muito a expressão de raiva ou de tristeza. Eu fico observando tendências não só dos indivíduos, mas do grupo. Justamente no grupo que tivemos na UNIRIO¹², lembra que, num momento durante um exercício de crossings, notamos quanta ansiedade havia para agir? Estávamos explorando a relação entre sensação, pensamento, ação e imaginação num exercício simples, mas desafiador. Tivemos que conversar sobre isso, e esta conversa afetou a qualidade do trabalho posterior. Na turma que tive ano passado na NYU, foi o oposto: muita inibição e energia recuada. Conversamos bastante e tive que inventar maneiras de incentivar a participação – um lado da moeda muito mais difícil!

Mas em geral, não trabalho em companhia, nem com um grupo de alunos por mais que um curso. Estou sempre introduzindo esse trabalho. Quando utilizo, como diretora, em geral se trata de uma, no máximo duas semanas de oficina/treinamento integrado no processo de ensaio, é uma aplicação muito objetiva com determinados fins, sem a meta de transformar o trabalho das pessoas num nível mais individualizado.

Anna Wiltgen: Como diretora e performer, você já passou por algum momento ou situação semelhante?

Michele: Não tenho muita experiência de ser dirigida por alguém que conheça este trabalho. Às vezes, me sinto como a Lygia Clark que falou para alguém sobre seu processo terapêutico com objetos relacionais: “Ninguém faz esse trabalho em mim!”. Estou criando um solo chamado “BATS!” que talvez vá ter um input de alguém que conheça o trabalho, pois há na equipe de produção, pessoas que já foram introduzidas por mim.

Como diretora, tive várias experiências com grupos diferentes, mas nunca temos muito tempo para nos concentrar neste trabalho. Me lembro do último projeto, que foi um projeto autoral dirigido por três pessoas, eu inclusive. Nesse processo, usei rasaboxes e outros exercícios do Performance Workshop, além de sensibilização do corpo através de Body Mind Centering para formar o elenco, inici-

¹² Durante o evento “VII Jornada Internacional Artes do Movimento. O rasaboxes na cena contemporânea: encontro com Michele Minnick (NYU)”, na Escola de Teatro/ Centro de Letras e Artes/ UNIRIO, ocorrido em janeiro de 2016. Organizado pelo Grupo de Pesquisa Artes do Movimento e pelo Núcleo do Ator, compreendeu oficina de rasaboxes com Michele Minnick, palestra-demonstração e mesa redonda. A transcrição da mesa pode ser consultada na publicação “Caderno de Textos sobre Rasaboxes”, Coleção Cadernos, nº 4, 2016. Rio de Janeiro: Núcleo do Ator - Investigação e Documentação Teatral, UNIRIO.

ar o processo dramatúrgico dos atores e criar a atmosfera da performance, que foi baseada em certos aspectos da vida e da visão do Edgar Allan Poe e três mulheres de sua vida. Aconteceu numa casa histórica em Baltimore. Foi o que se chama em inglês *immersive theatre* – teatro imersivo – em que os espectadores ficavam numa relação muito íntima com os performers. A minha sorte foi que três dos seis atores originais tinham treinado rasaboxes comigo no curso que dei na faculdade de Towson University. Algumas pessoas vieram com esse vocabulário, deu para conduzi-las mais longe. O projeto não tinha texto dramático, nem nada linear, tínhamos que “contar a história” de outras formas, corporalmente, na relação com objetos, e usando camadas de rasa para interpretar os textos. O mais difícil para eles, foi reduzir o nível da intensidade. Tivemos que trabalhar sobre o lado mais sutil da expressão, não a projeção, mas convidar, seduzir. A troca com a plateia foi íntima e direta. Havia momentos de one-on-one, em que um espectador tem uma experiência particular com uma personagem, quando acontecia um pouco mais de improvisação –, falávamos da necessidade de lerem e responderem às rasas que estavam percebendo.

Procuo guiar as pessoas para vivenciem as coisas e se deixarem ser observadas ao fazê-lo. Esse treinamento é uma forma de autopesquisa. Tento apontar caminhos para se descobrir, e se desenvolver, a capacidade de perceber o que está acontecendo tanto dentro quanto fora. Se alguém seguir pesquisando e trabalhando, ao longo do tempo, com a ajuda de outrem do lado de fora, acho que é possível transformar muita coisa.

Dadá Maia: Sabemos de sua experiência no treinamento do rasaboxes no Brasil e nos EUA. Você observa alguma diferença na prática em ambos os países? Além desses, já experimentou o rasaboxes em outro país? Algum comentário específico sobre essa experiência?

Michele: Eu acho difícil e perigoso generalizar nesse sentido. Já dei oficinas em vários países, principalmente nos Estados Unidos e no Brasil. Venho para o Brasil desde 2002 e me considero bastante “bicultural”. Sou fundamentalmente carioca, mas recentemente comecei a trabalhar no nordeste. No futuro, imagino passar mais tempo em São Paulo. Com certeza as diferenças regionais vão ficar mais presentes, como nos Estados Unidos que também é um país grande, com diferenças culturais entre norte/sul e leste/oeste.

Dei oficinas curtas na Sérvia, Turquia, Israel, Polônia, Equador, Uruguai e Canadá, mas não tenho experiência em trabalhar um longo tempo numa outra cultura. Poderia observar só o que eu vivi no contexto de um grupo determinado, numa oficina de 2 a 4 dias.

A principal diferença entre os americanos e os brasileiros não vai surpreender ninguém e poderíamos dizer que é uma observação de tendências estereotipadas; tem a ver com uma liberdade de expressão e de intimidade no brasileiro enquanto o americano é mais reservado. É mais fácil no Brasil, por exemplo, com um grupo de atores jovens, de pessoas desconhecidas entre si entrarem na Sringara de uma maneira aberta e disponível. O outro lado da moeda é que, às vezes, o brasileiro vai tanto na ação, expressão e relação com o outro, que não consegue fi-

car quieto e escutar a si mesmo e ao outro. Entre pessoas de um nível de estudo de teatro ou performance mais avançado é mais equilibrado, pois a cultura da preparação do ator costuma quebrar um pouco esses dois padrões.

O mais importante é que eu sou diferente no Brasil; falo outra língua, muda a minha maneira de pensar e sentir. E ao longo dos anos me senti fazendo parte dessa cultura. Não sei se posso identificar exatamente o que é, mas sinto uma liberdade e uma capacidade de seguir o acontecimento, no Brasil. Isso foi um motivo para voltar e percebo que a minha relação com o Brasil abriu coisas em mim. Cresci tendo a troca pessoal e profissional aqui. Isso me dá muito alegria!

Joana R.S. Tavares: Quais são os projetos do rasaboxes no Brasil e no exterior?

Michele: Vamos publicar um livro pela editora Routledge, em 2018. Esse livro é sobre a abordagem do treinamento do performer do Schechner, como temos feito e ensinado desde 1999. Estou escrevendo e editando junto com as minhas colegas Paula Murray Cole e Rachel Bowditch. Recebemos textos de pessoas que trabalham com rasaboxes em vários países. Estou muito feliz com as contribuições do Rio, já que o desenvolvimento do trabalho desde 2003 é inseparável da minha relação com este país, com as pessoas e com tudo que elas têm feito no Brasil. Ao mesmo tempo, preparamos uma formação de professores nos EUA e em outros países em 2018. Aplicações para a formação serão aceitas de candidatos que já fizeram, no mínimo, um treinamento básico com uma pessoa da equipe¹³. Quem normalmente dá as oficinas no Brasil somos eu e a Márcia Moraes. Espero até 2018 já termos mais algumas pessoas formadas no país.

Adriana Maia: Concluindo, qual seria a potência existente no trabalho com rasaboxes que desperta o interesse de tantos artistas de diferentes lugares?

Michele: Acho que é essa abordagem geral à performance, que em vez de oferecer uma técnica para ser dominada, convida o participante a experimentar, jogar. Rasaboxes libera muito a energia vital. Acho que voltamos sempre, quando não existem impedimentos, às coisas que nos fazem sentir vivos. Rasaboxes oferece uma perspectiva muito rica do ponto de vista da emoção no contexto teatral e no cotidiano. E, como todos os exercícios desenvolvidos por Schechner para o ator contemporâneo, abre-se um campo de trabalho que propõe, para o participante, limites claros e, dentro desses limites, possibilidades sem limite.

Recebido em: 17/09/2017 - Aprovado em: 30/10/2017

¹³ No momento, a equipe é formada por seis pessoas que podem ser localizadas no site <www.rasaboxes.org>.