



KALARIPPAYATT E RASABOXES:
ONDE ÁGUAS DO TREINAMENTO PSICOFÍSICO SE ENCONTRAM

KALARIPPAYATT Y RASABOXES:
DONDE LAS AGUAS DEL ENTRENAMIENTO PSICOFÍSICO SE ENCUENTRAN

KALARIPPAYATT AND RASABOXES:
WHERE WATERS OF PSYCHOPHYSICAL TRAINING MEET

Ana Paula Ibañez¹

<https://orcid.org/0000-0002-2836-8910>

RESUMO:

Este artigo explora as possibilidades de imbricamento entre as práticas da Arte Marcial *Kalaripayatt* e o tabuleiro de *Rasaboxes*. Para tal, são levantados dois questionamentos que nos servirão de guia: se a prática do *Kalaripayatt* propõe o contato com energias primordiais (*bhavas*) e, a partir deste encontro, o desvelamento de novas possibilidades corpóreo expressivas, é possível que o tabuleiro de *Rasaboxes* auxilie nesse processo? Por outro lado, seria possível explorar as formas determinadas pelos *cuvattus* (sequências corporais estruturadas com as formas da luta) dentro do tabuleiro de *Rasaboxes*, experienciando assim outras e novas energias para a mesma forma? A escrita deste artigo está baseada na prática da autora como pesquisadora e diretora dentro da Cia. Amálgama Teatral e dentro da CETA (Companhia Estável de Teatro Amador de Piracicaba).

Palavras-chave: *Kalaripayatt*, *Rasaboxes*, Treinamento Psicofísico, Processos

¹Ana Paula Ibañez é Doutora e Mestre em Artes da Cena e Bacharel em Artes Cênicas pela UNICAMP, sendo também Licenciada em Artes Visuais e em Pedagogia, com especialização em Educação Especial. Possui vasta experiência na área de atuação e formação do artista da cena. É autora do livro *Kalaripayatt, uma via para a expressividade* pela Editora Prismas, em 2017, e do livro *O sagrado manifesto na cena: composição de espaços internos e externos propícios à hierofania no processo criativo*, pela editora CRV, em 2020. Como pesquisadora, se interessa pelo campo das poéticas da cena e a construção de espaços expressivos internos e externos, buscando criar pontes entre as artes do Oriente, tradições populares e o fazer cênico contemporâneo, navegando interdisciplinarmente entre diversas linguagens e potencializando estes encontros. Atualmente desenvolve a pesquisa *O canto como elemento do treinamento psicofísico: criação de elementos criativos e simbólicos* junto ao grupo de pesquisa Estudos Interculturais em Artes Presenciais (<dgp.cnpq.br/dgp/espelhogrupo/8109586799557407>). Pesquisa também o *Kalaripayatt* (arte marcial indiana) desde 2007 e suas possibilidades como treinamento pré-expressivo para o intérprete.

Criativos.

RESUMEN:

Este artículo pretende mirar hacia las posibilidades de superposición entre las prácticas del arte marcial *Kalaripayatt* y el tablero de *Rasaboxes*. Para ello, se plantean dos preguntas que servirán de guía: si la práctica de *Kalaripayatt* propone el contacto con energías primordiales (*bhavas*) y, a partir de este encuentro, el desvelamiento de nuevas posibilidades expresivas corporales, ¿es posible que el tablero de *Rasaboxes* pueda ayudar en este proceso? Por otro lado, ¿sería posible explorar las formas determinadas por los *cuvattus* (secuencias corporales estructuradas con las formas de la lucha) dentro del tablero de *Rasaboxes*, experimentando así otras y nuevas energías para la misma forma? La escritura de este artículo se basa en la práctica de la autora como investigadora y directora de la Cia. Amálgama Teatral y de la CETA (Companhia Estável de Teatro Amador de Piracicaba).

Palabras clave: *Kalaripayatt*, *Rasaboxes*, Entrenamiento Psicofísico, Procesos Creativos.

ABSTRACT:

This article explores the possibilities of intertwining the practices of the *Kalaripayatt* Martial Art and the *Rasaboxes* board. For it, two questions are raised to guide us: if the practice of *Kalaripayatt* proposes contact with primordial energies (*bhavas*) and, from this encounter, the unveiling of new expressive bodily possibilities, is it possible for the *Rasaboxes* board to assist in this process? On the other hand, would it be possible to explore the forms determined by the *chuvattus* (body sequences structured with the forms of the fight) within the *Rasaboxes* board, thus experiencing other and new energies for the same form? The writing of this article is based on the author's practice as a researcher and director within the Amálgama Teatral Company and within the CETA (Stable Company of Amateur Theater of Piracicaba).

Keywords: *Kalaripayatt*, *Rasaboxes*, Psychophysics Training, Creative Process.

Toda a prática da arte marcial *Kalaripayatt* visa o despertar de um “corpo que seja todo olhos”. Este termo, cunhado por Phillip Zarrilli² (1998), refere-se à expressão em *malayalam*³, *meyyu kannakuka*, que define que o corpo do praticante deve mover/estar no espaço como o do deus *Brahma*, aquele de mil olhos, capaz de responder a qualquer estímulo, vindo de qualquer lugar.

Para alcançar este estado de presença e prontidão é importante, primeiramente, compreender que, nesta prática, o corpo humano é entendido como se fosse composto por três diferentes qualidades de corpos, interligados e inter-relacionados entre si, que devem ser trabalhados e compreendidos.

São eles: i) o “corpo líquido”, composto dos humores e seivas segundo a definição

² Phillip Zarrilli, falecido em 2020, professor emérito de práticas performativas na University of Exeter, no Reino Unido, foi propulsor da prática de *Kalaripayatt* no ocidente e o primeiro investigador a relacionar esta arte marcial ao fazer da cena no ocidente.

³ *Malayalam*: idioma oficial do estado de Kerala.

ayurvédica⁴; **ii**) o “corpo físico” dos ossos, músculos e pontos de vulnerabilidade chamados *marmmam*, e **iii**) o “corpo sutil” ou o corpo interno.

Os dois primeiros são chamados de *sthula-sarira* e são trabalhados a partir de exercícios físicos e massagens.

O terceiro corpo, denominado *suksma-sarira*, está vinculado ao primeiro e está relacionado com o despertar e a corporificação da força cósmica — *shakti* — que será usada tanto para o combate quanto para a cura.

Refere-se à articulação de uma experiência psicoespiritual que é alcançada através da *yoga*, da arte marcial e da experiência mística. Apesar de extremamente ligado à prática corporal, o conceito relativo a este terceiro corpo desenvolve-se dentro da prática *yogui* e Phillip Zarrilli indica que os elementos que compõem este corpo encontram-se amplamente desenvolvidos em textos relacionados às práticas de *yoga* e Místicas:

[...] o conceito e a força alquímica inerente ao corpo sutil se desenvolveu historicamente separado da Ayurveda, como parte da prática *yogui* e mística e aparece completamente desenvolvida depois do séc. VII d.C. no *Yoga Upanishad* e *Tantra*. Os elementos essenciais do corpo sutil normalmente identificado nestes textos, bem como nas versões de *Kalaripayatt* do corpo sutil, incluem elementos estruturais, *nadi* e rodas ou centros (*cakra*), e energia vital ou vento (*prana*, *vayu*, ou *prana-vayu*) e a energia cósmica (*Kundalini* ou *Shakti*) adormecida em forma de espiral junto ao centro mais baixo (ZARRILLI, 1998, p. 124, tradução nossa).⁵

Figura 1 - Treino de *Kalaripayatt* com alunos de Artes Cênicas - Unicamp.



⁴ *Ayurveda*: tipo de medicina tradicional Indiana desenvolvida no estado de Kerala, intimamente ligada à prática do *Kalaripayatt*.

⁵ No original: “[...] the concept and specific inner alchemy of the subtle body historically developed separately from Ayurveda as part of astetic and yogic practice and appears fully developed after about the eighth century AD in the *Yoga Upanishad* and *Tantra*. The essential elements os the subtle body usually identified in these texts, as well as in *Kalaripayattu* versions of the subtle body, include structural elements, *nadi* and wheels or centres (*cakra*), and vital energy or wind (*prana*, *vayu*, or *prana-vayu*) and the cosmic energy (*kundalini* or *Shakti*) sleeping coiled within the lowest centre” (ZARRILLI, 1998, p. 124).

Este corpo sutil será alcançado depois de muito trabalho e anos de prática. Primeiramente, o praticante deve se concentrar sobre o foco externo, direcionando o seu olhar a um determinado ponto durante o treinamento: um ponto na parede, uma parte do corpo, os olhos do oponente. Desta forma, amplia-se também o foco interno e o praticante é conduzido para o aqui e agora. Junto a isto, a prática sobre a forma correta conduz à busca por uma execução atenta aos detalhes: joelhos, mãos, braços, apoios dos pés no chão, olhar, respiração. Segundo Zarrilli (2009, p. 21, tradução nossa), trata-se de:

[...] uma aproximação que explora o “físico” e o “psíquico”, ou o “dentro” e o “fora”. O princípio não é psicológico, mas sim transformando a respiração do ator em energia (*prana vayu, qi/ki*) [...] Aqui, o ator percebe e experimenta tanto o sentimento como o sutil movimento da energia despertada como se esta tivesse sido modelada tanto pela dramaturgia como por formas ancestrais no momento da *performance*).⁶

Nessas culturas, a arte da interpretação nasce do aprimoramento e verticalização em um repertório expressivo sistematizado, conduzido através de um treinamento diário e preciso. É muito comum encontrar pessoas que vão ao teatro para assistir não a um espetáculo de histórias representadas que são conhecidas de longa data pelo público, mas sim para deleitar-se com determinado intérprete realizando determinado personagem. O leme condutor da viagem proposta pelo ato teatral, neste caso, é o “como” e não “o que” se conta.

Nas práticas corporais do Oriente o treinamento sistemático e codificado é a base para o desenvolvimento expressivo. O intérprete passará anos condicionando-se e apreendendo um novo repertório de movimentos, ações, posturas e suas respectivas respirações, ritmos, repercussões internas e externas. É a partir dessa exigência meticulosa que as portas para outro nível de expressividade se abrem. O trabalho criativo não se dá na superficialidade de “inventar” uma nova movimentação para determinada ação dramática, mas sim em fazê-la viva a partir da verticalização, do mergulho em um código preestabelecido que repercute e vibra em todo o ser do intérprete, transformando-o e, também, ao observador.

⁶ No original: “[...] *A psychophysical approach to acting explores the ‘physical’ and the ‘psychic’ or the ‘outer’ and ‘inner’.* The beginning point is not psychology, but the enlivening of the actor’s breath as energy (*prana-vayu, qi/ki*). [...] Here the actor senses and experiences both the feel and the subtle movement of activating energy within as it is shaped by the dramaturgy and aesthetic form in the moment of performance” (ZARRILLI, 2009, p. 21).

Figura 2 - Treinamento de *Kalaripayatt* com alunos de graduação em Artes Cênicas/Unicamp.



Fonte: Acervo pessoal da autora.

No caso das artes corporais da Índia, esta instrumentalização acontece através do estudo profundo dos *bhavas* e *rasas*, que oferecem ao intérprete recursos precisos para a expressão de emoções. Este estudo inclui não somente as consideradas emoções básicas (amor, humor, medo, repugnância, compaixão, surpresa, raiva, triunfo e serenidade), mas também as possíveis transições e intersecções entre elas, atentando para cada detalhe: a maneira como a cabeça deve se mover, a gestualidade das mãos, o caminho que os olhos devem percorrer.

Esta preocupação em estudar e vivenciar através da prática os *bhavas* também está presente no estudo do *Kalaripayatt*. Considera-se que cada forma desta luta possui uma força interna detentora de um *bhava*, e que quando o praticante se torna **um** com esta forma, corporifica esse *bhava*. Ele é, então, capaz de fluir como um rio e ter um “corpo todo olhos”.

Uma vez que a forma correta é assumida pelo corpo, a respiração é naturalmente desenvolvida e pode transitar através do corpo: “Quando o chute reto é realizado em sua totalidade e de maneira correta e o pé chega e toca as mãos acima da cabeça, ali está a respiração correta” (ZARRILI, 1998, p. 129, tradução nossa)⁷.

A respiração, energia vital, *prana vayu*, é a conexão entre a forma e o corpo sutil. Somente depois de fazê-la circular pode-se despertar a força cósmica (*shakti*) e manifestar a alma interna da

⁷ No original: “When the straight kick is done fully and correctly and the foot touches the hand above the head, there is correct breathing” (ZARRILI, 1998, p. 129).

forma realizada (*rasa*), transformando a mesma em corpo em vida. “*Shakti e balam se manifestam na qualidade dinâmica das oposições na forma*” (ZARRILLI, 1998, p. 137, tradução nossa)⁸. Desta forma, o intérprete desenvolve uma base sólida sobre a qual se apoiar quando for concretizar emoções em cena.

Richard Schechner⁹, também estudou meios para que o intérprete pudesse desenvolver processos criativos com bases sólidas e, para isto, aprofunda-se no estudo do *Natyashastra*, trazendo à luz para o ocidente, a complexa teia exploratória de *bhavas e rasas* através de um tabuleiro montado no chão que ele denominará *Rasaboxes*. O *Natyashastra* evidencia a importância do público ser instruído para ter a capacidade de desfrutar de um ato cênico. Não acredito que a instrução citada no *Natyashastra* seja simplesmente aquela adquirida por livros e estudos; penso que pode referir-se também, e talvez até principalmente, àquela que é obtida pela experiência.

Andrea Albergaria (2024, p. 92-93), estudiosa da clássica dança indiana *Odissi* e dos movimentos diaspóricos que ela realizou e realiza, define assim a proposta de Schechner:

Schechner entende que para entrar nesta encruzilhada, ele deveria ser um participante efetivo no jogo. Ainda que ocidental, ele deveria buscar nos esconderijos, e por isso sua conversão, as sutilezas dos fatores determinantes das artes da Índia: a produção de *rasa* a partir da *bhava* [...]. Entrando no jogo, na *lila* indiana de construção de pensamento, Schechner avança nos conceitos de tais estados determinantes, *bhavas*, e procura traduzir a receita do sabor estético produzidos por elas, o que posteriormente ele transforma na teoria do *Rasaboxes*.

A autora ainda diz:

Como uma experiência prática cênica, os *performers* com os quais trabalha percorrem as nove casas do tabuleiro, andando por suas linhas traçadas. A princípio, escolhem uma casa, que pode ser *shringara* (amoroso/erótico), *hasya* (cômico), *vira* (heróico), *raudra* (raivoso), *bhayanaka* (amedrontado), *adbhuta* (maravilhado), *karuna* (compaixão), *bibhata* (enojado), sendo a casa *shanta* (pacificado) a casa vazia, que somente deverá ser preenchida quando se atinge o estado sublime de liberdade (das emoções). Esta casa nunca é ocupada, ou raramente é, porque segundo Schechner, o *shanta rasa* não é produzido por um *bhava*, ele foi adicionado posteriormente na Índia (ALBERGARIA, 2024, p. 103).

Ou seja, *rasa* eclode na receptividade da ação. Portanto, é naquele que desfruta da obra artística e, por isso, o espectador torna-se fundamental na arte hindu, onde *rasa* pode, potencialmente, manifestar-se. A utilização da palavra *rasa* em um contexto estético tem sido traduzida como “humor”, “tom emocional” ou mais literalmente como “sabor”, “gosto” ou “sumo”. O caráter degustativo do termo, no contexto estético ocidental, se aproxima a “saborear”. Contudo, *rasa* não é uma faculdade, como para o ocidente o é “saborear”, é literalmente a atividade de saborear todos os temperos de uma emoção. O que Schechner apresenta como proposta exploratório-criativa no tabuleiro de *Rasaboxes*, aproxima-se da prática do *Kalarippayatt* na medida em que possibilita a instauração de uma via para a

⁸ No original: “*Shakti as well balam are manifest in the dynamic quality of oppositional energy in the pose*” (ZARRILLI, 1998, p. 137).

⁹ Diretor de teatro e teórico da Performance, criador da teoria e prática conhecida como *Rasaboxes*.

corporificação de *bhavas*.

É importante ressaltar que alcançar *bhavas* não diz respeito a sentir, mas sim construir em gestos, voz e respiração um corpo poroso por onde as águas da criatividade fluem e proporcionam *rasa*. Sem embargo, esta potencialidade, além de vinculada ao *bhava*¹⁰, à qualidade do encontro entre atuante e as energias primordiais por ele acessadas na ação, necessitará principalmente do desejo e abertura para o encantamento por parte do espectador: “[...] *Rasa* surge através da capacidade de *rasika* de encantar-se e não de um personagem que imita um herói, ou porque o trabalho busca produzir emoções estéticas” (DASAPURA *apud* IBAÑEZ, 2020, p. 94). Percebemos que *rasa*, então, poderia ser entendida em termos do ocidente como experiência estética, ou seja, como algo que nos transpassa, transcende e transforma em um momento único de interação entre o ser e o mundo.

Existem, neste momento, as oposições presentes e vivas no corpo do intérprete em seu auge: a força e a leveza, a ação e a não ação, a calma e a prontidão, o guerreiro e a gueixa. Ele é pleno e ao mesmo tempo vazio, em um fluxo contínuo de ações e energia, que preenche os espaços de dentro, de fora, chegando, também, ao âmago daquele que o observa: o espectador. Neste momento as “almas” são tocadas e transformadas. Conquistam-se os *bhavas*, instaura-se a *rasa*. O sabor, então, é deleitado pelo intérprete e pelo público, tornando-se via para uma experiência estética. É neste afluyente que este artigo deseja navegar: a prática do *Kalarippayatt* como trampolim para a exploração físico-vocal no tabuleiro de *Rasaboxes*.

Durante o ano de 2023, no mês de outubro, enquanto eu estava na direção da CETA¹¹, oportunizamos este encontro de águas. Organizamos cinco encontros para que o *Rasaboxes* fosse explorado pelos artistas da CETA (Companhia Estável de Teatro Amador de Piracicaba) e por público externo através da delicada e precisa condução da atriz e diretora Juliana Calligaris.

¹⁰ Conforme Ibañez (2020, p 94): “*Bhava*: termo utilizado nas artes da cena indiana que faz referência às energias primordiais de um determinado elemento que proporcionam que aquilo que é realizado pelo atuante penetre o coração do espectador”. Ainda segundo a autora (2020, p 98): “*Rasika*: aquele que desfruta da *rasa*. No universo das artes da cena é o espectador”.

¹¹ CETA: Companhia Estável de Teatro Amador de Piracicaba é uma ação de política pública mantida pela Secretaria de Cultura e protegida pela Lei Municipal nº 5.194, de 25 de setembro de 2002, que visa a formação de artistas da cena e grupos teatrais na cidade de Piracicaba e região.

Figura 3 - Oficina de *Rasaboxes* ministrada por Juliana Calligaris com integrantes da CETA.



Fonte: Acervo pessoal da autora.

É importante dizer que os membros da CETA possuíam alguma experiência com o *Kalaripayatt*, uma vez que esta era uma prática presente e constante no treinamento semanal da companhia.

Durante os cinco encontros que seguiram, 42 jovens foram apresentados ao tabuleiro e às suas regras. Destes, 25 eram parte do elenco da CETA. Exploraram, com desenhos, frases, corpos, vozes e caminhos gestuais a corporificação das energias primordiais de cada uma das casas do tabuleiro. Alguns foram atravessados e transformados pela prática. Outros, não. Contudo, foi notória a percepção de que os corpos que haviam sido também atravessados pela prática do *Kalaripayatt* tornavam-se mais facilmente porosos e, conseqüentemente, mais possibilitados de experimentar *rasas*.

Durante os encontros, os artistas da CETA produziram diferentes materiais criativos que, naquele momento, não estavam vinculados a nenhum processo de construção cênica específico.

Contudo, foi no último dia desses encontros que Juliana Calligaris, sem saber, presenteou-nos com o que seria o nosso leito de rio para o encontro das águas: relatou-nos como havia construído uma cena a partir dos desvelamentos encontrados no tabuleiro de *Rasaboxes* a partir do livro *Holocausto Brasileiro* (2013), de Daniela Arbex.

Os encontros com Juliana finalizaram, mas os corpos continuaram reverberando e a Arbex

também. O elenco da CETA escolheu contar algumas das histórias que Arbex, com tanta primazia e verdade, relatou.

O que Arbex trazia (2013), em sua narração sobre os sobreviventes do Sanatório de Barbacena, era terreno fértil para que pudéssemos nos reencontrar com as experiências vividas com a oficina de *Rasaboxes* e com as práticas de *Kalaripayatt*.

Para que o público pudesse ser transpassado, era necessário que aqueles corpos e vozes fossem meios para a construção real do que foi contado com tanta maestria pela autora do livro.

Nesse momento, foram retomados os treinos com *Kalaripayatt* para que aqueles corpos pudessem se tornar rio, ao mesmo tempo que foram recuperadas sequências, imagens, mapas gestuais e vocais que haviam surgido durante o trabalho com Juliana Calligaris. Iniciamos a construção de uma grande quebra-cabeças, com muitas possibilidades de narrativas, as águas começavam a se encontrar, iniciava-se o nosso macaréu, nosso *Rasabhinaya*.

Foram meses de busca, nos quais nem sempre as descobertas aconteciam em calmaria... Em muitos momentos, as águas rápidas do rio se chocavam com força nas águas do mar. Em outros, um horizonte sem fim, plácido e de calmaria inundava a sala de ensaio, conduzindo o navegar daqueles criadores da cena.

Após alguns meses de trabalho, experimentamos, dentro do tabuleiro introduzido por Juliana, as formas dos *cuvattus*. Os *cuvattus* possuem uma estrutura determinada e rígida, composta por movimentos precisos de luta. Cada *cuvattu* possui o seu próprio *bhava*, sua própria energia vital e essencial contida na forma.

Ao propormos a inserção dos *cuvattus* dentro dos quadrados do tabuleiro de *Rasaboxes*, percebemos que, apesar da estrutura formal, ao permitirmos a porosidade inerente aos corpos rios que se constituíam, descobriam-se, a partir de diferentes tamanhos e intensidades das formas, os desdobramentos de tantos outros *bhavas*.

Penso ser importante esclarecer aqui que, em momento algum, houve o desejo de infringir as regras do jogo, há tanto tempo estabelecidas, tanto da prática do *Kalaripayatt* como do tabuleiro **rásico** proposto por Schechner, mas permitir que, de fato, dentro da própria experiência criativa, os processos se tornem reverberatórios e trilhem caminhos para que as águas naveguem e se encontrem.

Foram oito meses de intenso trançar e tecer: experiências, caminhos, possibilidades. Em junho de 2023, a CETA estreou o espetáculo *Pelas Frestas do Esquecimento*, itinerante, que enveredava por tantos caminhos para contar, com corpos, vozes e cantos, histórias de outros tempos.

Figura 4 - Ator Rafael Alexandre em cena no espetáculo *Frestas*. Junho de 2024.



Foto de Thiago Rochetto.

Figura 5 - Ator Guilherme Sabino em cena no espetáculo *Frestas*. Junho de 2024.



Foto de Thiago Rochetto.

Figura 6 - Ator Vitor Vitti em cena no espetáculo *Frestas*. Junho de 2024.



Foto de Thiago Rochetto.

Glossário:

Ayurveda – Ciência pela qual a vida é prolongada. Sistema medicinal indiano que entende que o corpo humano é composto por três *doshas* ou humores: *vatta*, *kappa* e *pitta*. Cada um desses *doshas* é a combinação de dois elementos da natureza: *vatta* — terra e ar; *kappa* e *pitta* — fogo e água. O equilíbrio ou desequilíbrio desses elementos dentro do corpo humano e sua relação com o mundo exterior é o que determina a saúde ou a enfermidade.

Bhava – Estado mental de ser/estar, de disposição. Usado para referenciar a corporificação, por parte do intérprete, do estado de ser/estar e emocional do personagem. Também faz referência à forma correta ou força interna em relação às posturas adotadas na arte marcial.

Cuvattu – passos, inclusive os passos realizados na prática da luta.

Kalarippayatt / Kalarippayattu – Literalmente: “lugar para a prática de exercícios”. Arte marcial e medicinal tradicional de Kerala – Índia.

Kerala – Estado no Sudoeste da Índia.

Marmmam – São os pontos vulneráveis, considerados vitais, do corpo humano. São os pontos de ataque e defesa na arte marcial.

Meyyu Kannakuka – Literalmente: “o corpo se torna todo olhos”. Expressão *malayali* que engloba o estado ideal do praticante de artes marciais, onde ele é capaz de se mover e, como o Deus Brahma,

possuir “mil olhos” em todas as direções e responder a qualquer estímulo de seu entorno.

Rasa – Literalmente: “sabor, gosto ou sensação vivida ao apreciar uma obra de arte”. É o que nasce quando o poeta ou o artista visualiza e experimenta as emoções em um estado universalizado, livre de qualquer afirmação ou negação de seu meio relacional. Natureza do “puro êxtase”, experiência mítica vivida pelo espectador.

Rasabhinaya – Estudo dos *bhavas* e da transposição destes para contar uma história e conquistar a *rasa*.

Shakti – Princípio ativo de força/energia da energia cósmica. A Deusa Shakti é representante do perigo, força feminina instável e está associada à criação de força suprema, calor, fúria, por isso, pode inspirar terror.

Yoga – Significa “abraçar forte, enlaçar”. Qualquer técnica mística, meditativa ou psicofisiológica que leva ao entrelaçar de corpo e mente. Uma grande variedade de caminhos *yoguis* foram desenvolvidos.

REFERÊNCIAS

ALBERGARIA, Andréa Itacarambi. **Dramatocartografia de uma pandemia:** emergências diaspóricas na rota poética Índia – Brasil – Índia. Tese de doutorado. Unicamp, 2024.

IBAÑEZ, Ana Paula. **O Sagrado Manifesto na Cena.** Composição de Espaço Internos e Externos Propícios à Hierofania no Processo Criativo. Curitiba: Editora CRV, 2020.

ZARRILLI, Phillip Barry. **When the Body Becomes all Eyes** – Paradigms, discourses and Practices of Power in Kalaripayattu. New Delhi: Oxford Univesity Press, 1998.

ZARRILLI, Phillip Barry. **Psychophysical Acting** – An intercultural approach after Stanislavski. London and New York: Routledge Taylor and Francis Group, 2009.