

A metáfora da Energia para o artista da cena: diálogo com Nara Keiserman

Marina Braga Campos
Universidade do Estado de Santa Catarina
Brasil

Escrevo para os que acreditam, como eu, no que veem e no que não veem, numa escala infinita de invisibilidades. Não se trata de tornar visível o invisível e sim de manter a invisibilidade e entrar em contato com ela através de todos os nossos corpos, alguns também invisíveis.
Keiserman, 2015.

O conhecimento do campo do teatro é, tradicionalmente, elaborado dentro de grupos e coletivos organizados em função da prática, onde a construção teórica surge a partir da necessidade de responder a questões e desejos criativos. Quando nos referimos ao universo da cena, portanto, precisamos levar em conta o caráter subjetivo e contextual da elaboração de seu vocabulário. As premissas e as referências de cada grupo de criação são construídas dentro do coletivo e as verbalizações, escolhas dos termos e os conceitos utilizados se dão através da construção de metáforas, fruto das percepções e assimilações conceituais diante dos elementos da cena. As metáforas, portanto, são fruto do contexto filosófico, cultural e subjetivo, dialogam com as referências artísticas e dizem respeito aos aspectos da cena vistos como mais importante ou fundamentais no universo de cada prática (Zarrilli 2002).

Ao pesquisar os entendimentos da Energia para o artista da cena para a dissertação “Energia na arte do artista da cena: significados e apropriações”¹, foi necessário compreender como a elaboração dos significados relativos a esse termo se constroem por meio de metáforas. Nesse sentido, foram realizadas entrevistas com

¹Pesquisa de mestrado apresentada ao Programa de Pós-graduação em Teatro da UDESC, orientação: Prof. Dr. André Luiz Antunes Netto Carreira. 2018. Financiamento CAPES.

artistas contemporâneos que utilizam o termo em suas oficinas e produções acadêmicas para que fosse possível relacionar o uso da palavra Energia ao seu contexto referencial.

Esse artigo pretende tornar público as reflexões suscitadas a partir da entrevista concedida por Nara Keiserman, relacionando as respostas obtidas com outros escritos da docente em diálogo com os aspectos culturais, filosóficos e referências do teatro percebidas em seu discurso.

Nara Keiserman² é atriz, doutora e professora pesquisadora da UNIRIO. Meu primeiro contato com seu trabalho foi por meio do artigo “Corpoespírito”, durante estudo para a pesquisa de Iniciação Científica³. Nessa produção, ela discorre sobre sua pesquisa de desenvolvimento da pré-expressividade do ator fundamentada na ativação do Corpo Etérico - corpo constituído pelos Chakras⁴, recorrendo a princípios e práticas terapêuticas de forte caráter espiritual e ligadas à conformação energética do corpo. No mesmo ano, em 2013, tive a oportunidade de participar de sua oficina “O corpo infinito do ator”⁵ que tinha a mesma base metodológica e cuja experiência despertou a curiosidade sobre seu entendimento de Energia e de como essa noção orientava a organização de práticas de atuação. Por esses motivos, me pareceu interessante entrevistá-la para, inclusive, ter acesso à continuidade e caminhos tomados por sua pesquisa.

² Profa. Dra. Associada, da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), Rio de Janeiro, Brasil.

³ Iniciação Científica “Investigação da noção de energia na arte do performer: entrevista como metodologia de pesquisa e elaboração de um treinamento para a criação”. Orientação: Dra. Maria Beatriz Braga Mendonça. Laboratório de Pesquisa atuação - LAPA / Linha de Pesquisa Artes da Cena/ Graduação em Bacharelado em Atuação/Curso de Teatro/EBA/ UFMG, 2014.

⁴ Os Chakras - também escritos com a grafia Chacras, são os pontos principais de convergência dos canais por onde a energia circula no Corpo Etérico e encontram ancoragem no Corpo Físico, na altura dos gânglios nervosos, ao longo da coluna vertebral, segundo Keiserman (2018). A quantidade destes pontos convergentes varia de acordo com a fonte, mas sete são considerados os principais. Os canais de circulação de energia no corpo, chamado na Yoga de *nadis*, se relacionam com os meridianos da acupuntura chinesa. São sistemas extremamente complexos, que não vem ao caso aprofundar no momento, mas que fundamentalmente tem a mesma origem, mas formas distintas de abordá-los.

⁵ Oficina de 12hs, realizada em novembro de 2013, em Belo Horizonte.

Na oficina realizada ministrada por Nara Keiserman, a docente apresenta sua pesquisa pessoal como atriz na busca da presença cênica a partir da energização dos Chakras ou Centro de Força. Os Chakras são campos de energia do corpo que estimulam todas as suas funções: orgânicas, emocionais, comportamentais e espirituais e que formam o Corpo Etérico. Para Keiserman (2011), a ativação consciente de suas propriedades, através do movimento é capaz de produzir uma atuação potente e de garantir a expressão plena.

A experiência prática da oficina de Nara foi organizada segundo uma série de exercícios da prática “Yoga Suksma Vyayama”, em que os movimentos são feitos seguindo a localização dos Chakras, mobilizando as energias ali localizadas com ressonância em todo o corpo (Keiserman, 2011).

Segundo Keiserman (2011), o engajamento total do ser no âmbito Emocional, Mental, Físico e Etérico, quando atua em estado de equilíbrio harmônico, é que se concretiza a criação artística, sendo, no Corpo Etérico, o lugar onde ela se processa. Segundo Keiserman, pela própria definição, seria possível estabelecer uma associação com o corpo dilatado (Keiserman, 2011):

O Corpo Etérico é um campo energético, que consiste numa teia de linhas de força, com a mesma conformação do corpo físico e preenche tanto o interno quanto o externo do corpo. É percebido a uma distância de 2 a 3 cm do corpo, onde é mais denso. No plano sutil, o Corpo Etérico transporta e transmite os impulsos-mensagens, que são códigos que suscitam e impulsionam a inspiração, o desejo e a vontade – forças geradoras do movimento. No plano material, ele modela, sustenta e anima o Corpo Físico, que é agente da expressão e instrumento para a ação. (Vilela & Santos apud Keiserman, 2011, 1)

Em seu artigo “Corpoespírito”, publicado nos Anais da VI Reunião Científica da ABRACE em 2011, Keiserman relaciona o Corpo Etérico ao lugar de caráter energético no qual são transmitidos os impulsos da ação. Segundo el

Se considerarmos que o impulso é o primeiro suporte para a ação teatral, definindo sua intencionalidade expressiva; se acreditamos na possibilidade de preenchimento do espaço da cena para além da fisicalidade restrita do ator; se acreditamos na correspondência perfeita entre ação interna e externa, para usar Stanislavski — é no Corpo Etérico que está o foco para se atingir o Estado de Consciência de Ator. (Keiserman, 2011, 2)

O Estado de Consciência do Ator, segundo Keiserman é o que está associado a uma atitude assertiva, que agrega disposição, objetividade e intenção e que ocasiona o acesso ao estado de presença plena, de vitalidade “no aqui-agora”, podendo proporcionar a liberação de padrões de comportamento restrito e repetitivo (Keiserman, 2011). Esse pensamento sobre a energia tem base nas culturas orientais, sendo importante uma modificação do olhar sobre o próprio corpo para entrar em contato com suas formas de existência.

Durante a entrevista⁶ com Nara Keiserman foi possível perceber como a espiritualidade da atriz está imbricada em tudo o que realiza, como ela se compreende em sua totalidade: como pessoa, avó, atriz, pesquisadora, docente. Segundo ela:

A gente tem uma ilusão, que a gente larga uma parte de si, isso não existe. Quando a gente trabalha com as noções, com as ideias e a conexão com a espiritualidade, você tem certeza da **totalidade**⁷. Então, quando eu vou dar aula, sou **eu** quem vai dar aula. Então, vou eu com meus talentos, qualidades e defeitos. Eu vou com tudo que eu **sou**. Então quando eu estou atuando como professora, porque estou dando aula, estão ali a atriz, a encenadora, a pesquisadora, a pessoa que faz isso, que faz aquilo, que tem quatro netos. Eu vou inteira. Quem vai **sou eu**. E eu, engloba todas essas coisas. Eu ouvi de uma menina uma vez ela dizendo: “Quando eu vou dar aula, a bailarina fica em casa”. É ilusão. Não há isso. Pode ser que, no caso dela, a

⁶ Keiserman 2016.

⁷ As palavras em negrito durante as respostas se referem a ênfases percebidas na fala.

bailarina fique quieta. Não se meta na aula que ela dá. No meu caso não, todos se metem na aula que eu dou. (Keiserman, 2016)

Em suas mais recentes publicações sobre o trabalho que vem desenvolvendo no projeto “Ator rapsodo: pesquisa de procedimentos para uma linguagem gestual”⁸, desde 1999, Nara Keiserman assume que o caráter espiritual é fundamental na sua prática: “há um sistema de crenças que sustenta a cena e tudo o que ela abarca” (Keiserman, 2015, p.102). Segundo a própria autora, “no momento presente da Pesquisa, cuja investigação cada vez mais se afirma na interseção entre Teatro e Espiritualidade, [os objetivos originais do projeto] passaram a se configurar como um meio e não mais como um fim” (Keiserman, 2018, p.2). Não sendo mais a formação técnica do ator o fim principal da organização das vivências, ela recorre a práticas espirituais e terapêuticas que segundo Keiserman

que têm o objetivo de oferecer ao ator, à pessoa que é um ator, meios de acessar um olhar sobre si mesmo. O trabalho, as propostas, os exercícios, os estudos, as leituras são rigorosamente circunstanciais e esta é estabelecida pelo encontro dos Corpos Etéricos de todos os envolvidos.
(Keiserman, 2018, 2)

A sacralidade que sustenta sua pesquisa, segundo Keiserman “não tem nada a ver com Deus, propriamente, mas sim com uma visão cósmica do Universo e a crença na sua perfeição e harmonia” (Keiserman 2015, p.102). Sua visão fortemente influenciada pelo taoísmo, recorre não só à utilização de termos bem específicos, mas instaura fundamentos que regem toda a criação. A começar pelo princípio da totalidade, também referido na entrevista com a pesquisadora, como visto acima. Segundo ela:

Estamos imbuídos na experiência de um dia-a-dia de trabalho que investe num caráter que se pretende ritualístico de imersão

⁸ Nara Keiserman é coordenadora e professora do projeto, desde 1999, na Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro – UNIRIO.

em si mesmo, sendo este percebido como uma parte indissociável do Todo. O ator rapsodo é considerado em sua totalidade expressiva e vivencial, como Ser multidimensional inserido num mundo material e metafísico, de modo que o aprimoramento artístico não está separado do pessoal, o eu artístico e o eu pessoa compreendidos como um só Eu que, por sua vez, está sempre conectado ao Todo. (Keiserman, 2018, 2)

Identifico na forma como a pesquisadora fala sobre a própria pesquisa, um caráter dialógico muito forte entre a filosofia das práticas espirituais que ela desenvolveu ao longo da vida e a forma como vê a cena e como influencia e orienta a sua prática como atriz e docente.

Compreendendo o mundo como polaridades, tendo o Yin e o Yang como princípio da impermanência e da mutabilidade, chega-se à ideia de uma atuação cênica em que o INcorporar se dá simultaneamente ao EXcorporar. E, ainda, pensando com Brecht que dois indivíduos formam um coletivo e que, na visão de mundo aqui adotada, “somos todos um”, a comunicabilidade se propaga em ondas de pensamento, de acordo com a frequência vibratória de todos que estão no ambiente. Assim, o espectador também participa do ato criador, como processador ativo de um IN e de um EX. (Keiserman, 2015, 12)

A menção dos princípios da totalidade, da conexão com um Todo, das polaridades Yin e Yang, sugerem que a Energia seja um aspecto fundamental na sua forma de ser e estar no mundo, reverberando em seu trabalho. Mas antes de analisar as formas de apropriação do termo para a atuação, cabe apresentar como na entrevista ela define a Energia na performance cênica.

Keiserman vê a Energia como um termo de difícil definição, “porque mesmo na ciência existem vários tipos de energia e todas admitem uma fórmula e uma medida

matemática⁹ - como na Física; E no trabalho do ator [a Energia] se torna uma coisa sutil e volátil” (Keiserman, 2016, entrevista).¹⁰ Keiserman recorre ao artigo¹¹ de Camurri e Zecca (2015) como referência para afirmar que “a **Presença**, é uma coisa **física**, completamente física; e a Energia uma coisa sutil e volátil. Mas, no caso do ator, a Energia só existe **incorporada**. Ela só existe na **Presença Física** do ator, é ali que ela **acontece**” (Keiserman, 2016, entrevista). Dessa forma, a Energia é vista pela entrevistada como elemento constitutivo da Presença. Esse aspecto dialoga com a referência por ela citada e com as concepções de Eugênio Barba (1995) e Luiz Otávio Burnier (2009).

Sobre as associações que derivam significados para e Energia na performance, Keiserman salienta que é recorrente relacionar energia com “algum grau de tensão. Uma ideia de energético” (Keiserman, 2016). O que ela percebe como um equívoco. Segundo Keiserman,

A **energia** propriamente, do modo como eu entendo, só se manifesta num corpo com os graus de tensão **minimamente** equilibrados. Se não, **não** acontece. Se você capta uma energia que vem do céu, que vem da terra, ou que vem do centro do seu corpo, da ponta dos seus dedos, de onde ela vier, se seu corpo não está responsivo, se seus canais não estão **disponíveis**, essa energia fica **estagnada** nessa parte do seu corpo onde ela nasceu e não acontece **nada**, a não ser um grau de tensão. (Keiserman, 2016)

Identifico no discurso de Nara Keiserman sobre a necessidade de um relaxamento ativo – que não reproduza tensões físicas desnecessárias, uma relação

⁹ É possível perceber no discurso de Nara Keiserman o que Bucussi (2007) relata como resultado de uma perspectiva positivista da educação científica que, se baseando na formulação matemática da Energia, constrói uma distância de difícil transposição entre fórmula e fenômeno físico. O que desloca a conceituação de sua ligação com a realidade como fato intrínseco à natureza.

¹⁰ Keiserman, 2016.

¹¹ Camurri, Nicola e Zecca, Christian 2015.

direta com os preceitos espirituais e religiosos das práticas orientais que trabalham o corpo integrado – nas artes cênicas, artes marciais, práticas corporais como a Yoga e com as bases da Medicina Chinesa. Essas práticas percebem a tensão como barreiras do fluxo energético do corpo. A tensão desmedida é vista como um acúmulo de energia que, quando estagnada, impede que a energia chegue em outras partes do corpo, ou faz com que ela não se distribuía uniformemente. Áreas de tensão são, portanto, uma consequência física, que se pode ver no exterior, de um desequilíbrio também interior e devem ser solucionadas¹², sendo a energia remanejada, para que flua e a integração mente-corpo se estabeleça da melhor forma.

A tensão excessiva, numa perspectiva oriental, não se dá apenas por um viés muscular, mas também prevê a necessidade de um relaxamento da mente, para que se engaje no que está realizando e permita que, através de si, a energia vital, que é uma energia criadora, flua. Trata-se também de adotar uma perspectiva de “confiança” de que o que se pretende, irá acontecer, e tem seu caminho pelo desenvolvimento técnico, mas também por uma disponibilização do ser para o momento justo e forças que não estão sob seu controle. Em seu aprendizado da arte do arco e flecha Eugen Herrigel relata:

A arte genuína, afirmou o mestre, não conhece nem fim nem intenção. Quanto mais obstinadamente o senhor se empenhar em aprender a disparar a flecha para acertar o alvo, não conseguirá nem o primeiro e muito menos o segundo intento. O que obstrui o caminho é a vontade demasiadamente ativa. O senhor pensa que o que não for feito pelo senhor mesmo não dará resultado. (Herrigel, 2011, 51)

¹² Práticas como acupuntura, Do-In, Shiatsu, são exemplos de terapias que visam a desobstrução e remanejamento da energia corporal incidindo diretamente nas áreas de acúmulo energético. A visão de Reich sobre a configuração de couraças nos músculos causada por pulsões não concretizadas também compartilham dessa visão da relação entre tensão e energia.

Não se trata, então, de trabalhar com o intuito de que se produza um certo nível de energia, mas buscar desobstruir os caminhos por quais ela passa, construindo uma atenção voltada para a percepção do que em si pode estar bloqueando sua passagem. O refinamento desse processo, segundo o fundamento filosófico oriental, se dá por meio da realização com regularidade de práticas espirituais de integração, que produzem outros níveis de consciência e uma atitude receptiva diante do devir.

No universo das artes cênicas ocidentais, que não necessariamente adotam uma abordagem espiritual baseada numa filosofia específica, em contraponto a essas práticas que são fundamentadas na busca pela transcendência, a tensão muscular também não é desejável. Percebo que a busca por uma prática cuja a intencionalidade seja “desobstruir” a criatividade, e incidir sobre as forças internas do artista que o possam estar bloqueando, se assemelha ao trabalho sobre a via negativa proposto por Grotowski (2013). No entanto, pelo menos em sua fase inicial, o encenador frisa que “no trabalho do dia a dia eles [atores do Teatro Laboratório] não se concentram numa técnica espiritual, mas na composição do papel, na construção da forma ou na elaboração de signos” (Grotowski, 13).

Um corpo com partes tensas, além de favorecer lesões, impossibilita o acesso a novos padrões de movimento e impedem o reconhecimento das sensações internas provocadas pelas ações, alterando a propriocepção e impedindo que ocorram reações orgânicas e coerentes. Segundo Carnicke,

Following from this first assumption, Stanislavsky posits that physical tension is creativity’s greatest enemy, not only paralyzing and distorting the beauty of the body, but also interfering with the ability to concentrate and fantasize. Performance demands a state of physical relaxation, in which the actor uses only enough muscular tension to accomplish what is necessary. Stanislavsky suggests that actors practice yogic breathing to build habits of relaxation. He also teaches progressive relaxation, contracting and releasing each muscle of

the body in turn, in order to learn the experiential difference between the two. (Carnicke, 35)¹³

O relaxamento ativo do corpo é visto como um trabalho individual de atenção e concentração do ator sobre si e que reverbera na disponibilidade psicofísica para o jogo cênico. O performer tendo seu corpo como via por meio da qual se estabelece a relação com o espaço e com o Outro, precisa desenvolver a consciência do seu universo interno/externo afinando a percepção do que exterioriza. Buscando cada vez mais que essa exteriorização seja um reflexo íntimo de seus impulsos mais sutis. Para Artaud, o ator precisa ter consciência de sua *musculatura afetiva* “para encontrar em seu instinto o modo de captar e irradiar certas forças; mas essas forças, que têm seu trajeto material de órgãos e nos órgãos, ele se espantaria se lhe fosse revelado que elas existem, pois nunca pensou que pudessem existir” (Artaud, 152).

Nesse sentido, tendo a consciência de que seu movimento afetivo se materializa em seu corpo, de forma física, o performer trabalha sobre o refinamento de sua percepção elegendo o que se dá a ver. Um olhar para dentro e outro para fora, um olhar duplo e uníssono. Nesse momento de percepção plena e presença, entende que “os impulsos da vivência interior é que lhe darão tensões particulares úteis para a criação” (Stanislavski apud Bicalho, 65).

A necessidade do relaxamento ativo na construção do corpo-mente integrado, se estabelece como uma influência constante do pensamento de Stanislavski sobre a preparação do ator. Proposta por ele formulada diante da busca do acesso de um subconsciente criativo e relações com *elán vital* de Bérghson.

¹³ (...) Stanislavski postula que a tensão física é maior inimigo da criatividade, não só paralisando e distorcendo a beleza do corpo, mas também interferindo na capacidade de se concentrar e fantasiar. Atuação exige um estado de relaxamento físico, em que o ator usa apenas a tensão muscular suficiente para realizar o que é necessário. Stanislavski sugere que os atores pratiquem a respiração da yoga para construir hábitos de relaxamento. Ele também ensina relaxamento progressivo, contraindo e liberando cada músculo do corpo, nessa ordem, a fim de aprender experimentando a diferença entre os dois¹³ (CARNICKE, p.35, tradução da autora).

É possível perceber estreita relação entre os postulados almejados pelas práticas orientais e as pretendidas pelos pensadores do teatro no que concerne à disponibilidade do corpo-mente, sem tensões exageradas ou desnecessárias, para forças de outra ordem ajam. Forças essas tratadas no Oriente como *Prana* e *Chi*, que, muitas vezes, não são nomeadas pelos que propõem caminhos para a performance, mas que sugerem se tratar de Energia. E nesse sentido, corroboram com a perspectiva de Keiserman.

Sobre o que a energia seja, Nara Keiserman afirma que a dificuldade de elaborar sua definição se dá pelo fato de que, embora não seja palpável ela tem graus de “visibilidade” enquanto realidade sensível. Segundo Keiserman, a energia “é sutil, é volátil, mas, apesar disso, é visível. O espectador vê, e o ator sente. Eu não tenho dúvidas disso. O ator sabe muito bem quando acontece” (Keiserman, 2016).

Embora perceba que seu trabalho trabalhe com aspectos relativos a energia Nara Keiserman afirma não utilizar essa palavra, prefere o termo *conexão*.

Para mim a palavra-chave é **conexão**. O ator se coloca em conexão com alguma coisa maior do que ele - e ele pode dar para isso o nome que ele quiser: Deus, Consciência Cósmica, Universo, Céu, Terra. Talvez eu fale em energia, mas nesse sentido de uma consciência maior do que o corpo físico. Eu me refiro muito aos corpos, esses corpos são camadas de energia. Que vão se tornando cada vez mais sutis e mais coletivas. Vão de uma individuação para uma coletivização, até chegar ao Cosmos, onde a energia é pura luz. (Keiserman, 2016)

A relação de interconexão entre os diferentes corpos da existência, o corpo integrado em todas as suas esferas, por onde flui uma Energia Cósmica é uma referência muito presente no trabalho de Keiserman. Segundo a atriz, essa conexão do corpo integrado pode ser sentida:

eu entendo a conexão com a energia. E, eu não sei te dizer como que eu identifico, a pessoa sabe que viveu, viu e vê. Eu consigo identificar alguns sintomas, um deles é no olhar, eu sei **ver**, por

experiência, quando o olhar do aluno-ator se modificou, ele está tomado, ele entrou numa outra **vibração**. Vibração é outra palavra boa de se usar, ao invés de energia. O ator entra numa outra vibração, o olhar dele se modifica, e você vê que ele está numa **espécie** de transe, é um transe **totalmente** consciente, mas ele está em outra dimensão. Dá para ver. (Keiserman, 2016)

A filosofia budista fundamenta todo o discurso da atriz, permeando as escolhas e exercícios que utiliza. Dentre suas propostas, o que Keiserman percebe como práticas vinculada a Energia em seus processos criativos, são exercícios de Hatha Yoga, Sushumna Yoga, canto de mantras indianos – Ragas indianos e realiza práticas para despertar a consciência dos Chakras. Além disso, Keiserman afirma estar propondo trabalho com Oráculos e cartas, como o “Oráculo da Iluminação” e os “Guardiões do Fogo Sagrado”. Também realiza uma leitura do campo energético como a primeira etapa do trabalho terapêutico do “Fogo Sagrado” que, segundo ela, “fornece imagens do campo energético da pessoa, e, a partir então dessas imagens, os atores vão elaborando seus movimentos, sua performance, etc.” (Keiserman, 2016).

O trabalho sobre a energia e espiritualidade, segundo a docente,

pode ser um trabalho, **absolutamente**, concreto e **é**. Mesmo eu que tenho um ponto de vista ligado às espiritualidades, eu considero um trabalho **absolutamente** concreto [com a Energia]. Mas estou sempre remetendo a alguma coisa maior. (Keiserman, 2016)

Keiserman acha difícil relacionar os significados que atribui a energia na performance com outros referencias, pois está intimamente ligada às escolhas pessoais na vida. Mas percebe se aproximar frequentemente das concepções de Grotowski e Stanislavski.

Muitos dos fundamentos e referências da proposta de trabalho de Nara Keiserman e que influenciam sua concepção de Energia, chegaram até ela por meio de

técnicas terapêuticas. A organização que hoje ela propõe no âmbito criativo se deu a partir da percepção de conexões e diálogo com distintos aspectos da vida. Sobre isso, Keiserman afirma que aos poucos chegou na certeza de que os processos vividos na arte e na vida se retroalimentam. Segundo ela, “o aprimoramento do ator se reflete no aprimoramento do artista, porque é a mesma **pessoa**, esse mesmo **ser**, é cidadão e artista, e os dois se interferem. E **pessoa e artista** são uma coisa só. É o **ser**, que aquele ser, **é**” (Keiserman, 2016).

Percebo como o aspecto Energia permeia o universo de sua prática, embora como ela mesma tenha dito, não seja uma palavra que utiliza. Proponho, nesse momento, uma relação do trabalho de Nara Keiserman com a ideia de energia a partir de aspectos que ela adota como centrais no seu trabalho, e das palavras e conceitos que utiliza tais como: seu entendimento sobre *Consciência*; exercícios baseados na ativação dos Chakras; a utilização da palavra *Prana*; o conceito de Corpo Etérico; conceitos como *Ator Iluminado* e como canalizador e emissor de uma Força Cósmica Universal, que ela utiliza de forma reiterada; e palavras tais como vibração e força sutil permitem perceber que há uma noção de energia que recorta toda sua abordagem. O aspecto ritualístico e sagrado de sua prática, integrada a todos os aspectos de sua vida e como via de acesso a algo maior, se aproxima muito da perspectiva de Grotowski do Ator Santo. A energia para Nara Keiserman não é apenas um elemento de composição com uma função cênica, tem sua maior importância como conexão com uma Energia Cósmica. Seu trabalho com o teatro é um trabalho diante do sagrado, como um cultivo através da arte, um caminho de conexão com aspectos do budismo na busca de um melhoramento pessoal e uma transcendência espiritual compartilhada. Caráter que se pode perceber nos diversos rituais de sua prática, como o relato que oferece sobre seu espetáculo “No se puede vivir sin amor”:

No camarim, arrumo meticulosamente minha bancada. Toalha “indiana”, a imagem Ganesha e de um “buda” risonho, incenso.

Faço minha maquiagem ouvindo Gurumayi Chidvilasananda cantando um Mantra em honra a Muktananda, seu Guru. Já pronta, canto a oração Jyota se jyota, em que se evoca o Guru para que ele acenda nossa chama com a sua chama. (Keiserman, 2018)

A primeira questão que percebo como fundamental é o aspecto ligado à filosofias e religiosidades orientais que veem a Energia *Prana* como fluxo da vida em conexão com o Todo, parte estruturante e interligada à existência e que tem lugares específicos de circulação no corpo físico e na integração de todos os aspectos do Corpo (Físico, Mental, Emocional e Etérico). Esses aspectos a levam a se situar no campo de um teatro cujas bases são espirituais.

Recentemente, afirmei que ainda não poderia dizer que faço um teatro espiritual, porque meus temas são profanos, mundanos, humanos. Mas que considerava fazer/ propor uma prática teatral da espiritualidade, porque com ela, a prática, pretendia favorecer a expansão dos limites do profano, do mundano, do humano. Hoje, começo a achar que sim, o que faço em cena pode ser chamado de teatro espiritual. (Keiserman, 2015, 108)

Segundo a pesquisadora, as palavras-chave para os processos experienciados na sua pesquisa são: *Consciência* e Percepção. Consciência como “a percepção da divindade dentro de si, de cada um, de tudo e todos” (Keiserman, 2018, 4). Por esse viés, ela denomina o exercício da atuação como um ato devocional a serviço da Grande Força Cósmica do Amor Universal e o *Ator iluminado* como um canalizador dessa força. Keiserman enfatiza que esse trabalho requer esforço, dedicação e disciplina, onde “**ator:** [é] aquele que oferece seu Corpo Infinito e **se** coloca a serviço da Grande Força Cósmica do Amor Universal, tornando-se, na sua lide artística, o que quero chamar de *Ator Iluminado*” (Keiserman, 2018, 7).

Sobre o trabalho do ator como um canal de Energia, Keiserman afirma:

Sabemos que em nosso corpo há muitos espaços vazios, assim como muitos líquidos. No Cosmos há mais Energia do que corpos físicos, do que Presença. O Ator pode não ser capaz - ainda? - de criar a Energia cósmica, mas é capaz de ser seu receptor e emissor. Este ator que estou chamado de “iluminado”, é aquele que atinge a iluminação em cena. (Keiserman, 2015, 103)

A visão sobre Energia a que Nara Keiserman recorre para se referir ao *Ator Iluminado* está relacionado com uma de suas referências de trabalho, a *Leitura Corporal* de Nereida Fontes Vilela, segundo a qual:

os corpos que constituem a individualidade (Etérico, Emocional, Mental e Físico) manifestam-se através das várias formas de energia: calorífica, cinética, elétrica, eletromagnética, mecânica, potencial, química, sonora e radiante, expressas em frequência e densidades diversas, e responsáveis por dirigir os processos de experimentação e de desenvolvimento da expressividade. Somos um sistema energético dinâmico, interligado com todo o universo. (Vilela e Santos apud Keiserman, 2015, 103)

Segundo Keiserman (2015), o procedimento adotado pelo grupo de pesquisa advém de distintas práticas terapêuticas, cujos conteúdos, oferecem impulsos para diferentes corporeidades. Suas principais referências são:

- *Alinhamento Energético ou Fogo Sagrado*, trabalho de origem xamânica, que integra o conhecimento oriental, a Psicologia e a Física Quântica, segundo Mônica Oliveira;
- *Leitura Corporal*, concebida como a linguagem da emoção inscrita no corpo-físico, conforme Nereida Fontes Vilela;
- *Linguagem orgânica*, de Alex Fausti, uma forma de pensar que possibilita ao praticante o reconhecimento de si mesmo, em atitude de completa Amorosidade;
- *Yoga du Son*, trabalho que vem sendo divulgado no Brasil por Guy Lussier, segundo o qual o canto das vogais, “quando feito com consciência, age sobre a

matéria, elevando a frequência vibratória do ser humano, ajustando sua frequência a do planeta, ao mesmo tempo em que acelera a transmutação celular” (Lussier *apud* Keiserman, 2015);

- *Yoga Suksma Vyayama*, em que as *asanas*¹⁴ são feitas seguindo a localização dos Chakras, mobilizando as energias ali localizadas com ressonância em todo o corpo (Keiserman, 2015).

Todos esses procedimentos são relacionados com uma visão de que no corpo e, através do corpo, forças sutis operam. São entendidos como meios de se trabalhar sobre a Energia do corpo: exercícios baseados em dinâmicas físicas; na ativação do imaginário para suscitar corporeidades; nas reverberações provocadas pela produção e percepção de energias vibratórias, como o som, por exemplo. Formas de atingir um nível de consciência outro e novos níveis energéticos, por meio de processos concretos. O que me remete ao desejo de se chegar ao subconsciente, visto como um estado integrado e de máximo potencial criativo, almejado por Stanislavski, por meio da realização de práticas conscientes. Podemos averiguar dizeres que corroboram com essa visão quando a pesquisadora entende que:

um pensamento inteligente, alimentado por conteúdos abstratos que interessam e que tocam a natureza humana do ator podem se converter em corporeidade, cuja concretude no tempo e no espaço e demais propriedades e atributos do Gesto tornam Real o que, aparentemente, é “apenas” Energia, como os Chakras, por exemplo. (Keiserman, 2015, 104)

A consciência do viés energético do corpo, baseada na visão indiana sobre as energias *Prana* e os Chakras, orienta grande parte da metodologia eleita na pesquisa de Keiserman. São exercícios de liberação do fluxo energético do corpo como um todo e

¹⁴ Asanas são posturas corporais da Yoga.

práticas voltadas especificamente para algum Chakra a que se tenha interesse trabalhar.

Segundo Keiserman, os Chakras

se constituem como vias possíveis de acesso a níveis específicos de consciência. Tais conexões podem se dar através de práticas como: visualização do símbolo de cada chakra; [...] do elemento da natureza, da cor, das deidades [relacionadas a eles]; [...] através da realização de asanas e outros movimentos que envolvam diretamente os segmentos do corpo físico que têm correspondência com cada Chakra; [...] através da entoação dos sons-semente, sons vocálicos e nota musical específicos. Uma abordagem, digamos mais mental, pode se dar pela compreensão do seu significado principal ou princípio básico, que se desdobra em temas, funções e tarefas de aprendizagem; do órgão e função dos sentidos; das emoções, sentimentos e estados correspondentes. (Keiserman, 2018, 9).

O conceito de Corpo Etérico, é central na pesquisa de Nara Keiserman, pois sendo o lugar onde se localiza os Chakras, se conforma como o campo energético e a circulação das forças vitais. É, portanto, através do trabalho de conscientização e exploração do Corpo Etérico que se pode alcançar a iluminação na performance cênica.

Na linguagem que a Pesquisa vem adotando, significa que esse processo de canalização, que se espera seja consciente, vai além dos Corpos Físico, Mental e Emocional e aciona o Corpo Etérico (em cuja superfície se localizam os Chakras e através do qual se estabelece a comunicação efetiva e potente, transformadora, entre as Pessoas) e potencialmente alcança os demais corpos, cada vez mais sutis: Causal, Austral e Celestial (Vilela, 2010). Não é transe, há um comando por parte daquilo que faz mover e um controle, da parte do Ator, da manifestação géstica e cênica (ou não) disso. (Keiserman, 2018, 5)

Segundo Keiserman (2015) é por meio do Corpo Etérico que se estabelece a conexão entre o aspecto interno (relacionada as forças geradoras da ação ou impulsos) e externo do corpo. É ele que anima o Corpo Físico - onde a ação tem lugar, e cuja

ativação permite a integração de todos os corpos (Emocional, Mental, Físico e Etérico) na conformação de uma Presença Cênica que reverbera e comunica para além de um fisicalidade restrita ao ator. Nesse sentido, “se acreditamos na correspondência perfeita entre ação interna e externa, o Corpo Etérico é o lugar onde pode se dar um Estado de Consciência de Ator. É este Corpo que se “ilumina” no palco (Keiserman, 2015, 106).

Embora Nara Keiserman não considere o conceito de Energia como elemento fundamental de sua pesquisa, percebo que muito da sua prática está voltada para o acionamento das vias de fruição da energia do artista. Buscando estabelecer relações e tendo em vista as reverberações que o universo de sua pesquisa me produz, arrisco outros agenciamentos.

Percebo esse “Estado de Consciência do Ator”, o que Nara Keiserman se refere, como um estado de profunda integração consigo, com o espaço, e com tudo o que existe; que permite o fluxo da “Energia Cósmica Universal” através de si, me remete ao estado de expressão plena proposto por Stanislavski - onde o ator entraria em contato com o seu subconsciente em profunda conexão com sua criatividade. Entendo que o Estado alterado de Consciência para ambos, Keiserman e Stanislavski, se refere a uma potencialização da Consciência do artista que permite acessar forças intrínsecas à sua existência. Com a desobstrução do caminho e, portanto, instaurado o fluxo por onde os impulsos íntimos e sutis têm passagem no corpo, o artista entra em seu estado pleno de potência criativa.

Retomando a análise sobre o *Élan*, como elemento da ação física e a relação com o *élan vital* de Henry Bérgson (Burnier, 2009), *Élan* é um dinamismo interno, inerente ao ser vivo, cujo poder consiste num constante criar. Uma de suas traduções é “sopro de vida” - exatamente uma das significações de Prana, que nos permite fazer uma relação do *élan* - como energia vital, com a Força Cósmica Universal da qual Nara Keiserman

se refere, mas que também pode ser chamada simplesmente de Energia, pois é, para além das nomenclaturas contextuais, o que essencialmente se referem.

Nesse sentido, percebo que o estado que permite o fluxo de Energia no Corpo do performer proporciona sua conexão com seus impulsos de criação do novo. Um estado de propriocepção exacerbada, de uma Presença Cênica que o permite estar apto a materializar o que está por vir. Aquilo que ainda não é, mas já está se conformando, um estado de plena potência, um estado de receptividade do imprevisível, de aceitação do devir.

Todas as filosofias espirituais, religiosas e ritualísticas que associam a vida à Energia, que preveem que entre os seres vivos existe uma conexão sutil capaz de afetar uns aos outros, não consegue provar e explicar a que se refere. Sendo algo que se sente, mas não se entende, todas elas se baseiam numa atitude de fé. Sem a qual realmente não é possível que ela exista, pois necessita da desobstrução das tensões excessivas, para que flua. A dúvida, é um exercício mental, capaz de bloquear completamente o artista. O artista em estado de criação não duvida, não questiona, não analisa, pois se assim o faz ele não cria. Como um mal Ator, ele pode representar o ato de criar – e quem sabe assim, acabando por convencer-se a si mesmo, embarque na potencialidade de sua própria fantasia.

Para que a criação realmente seja a soma do que realmente está acontecendo aqui e agora, permeado à sensibilidade e subjetividade do ser artista e sua capacidade de gerenciar suas percepções em reações, o que para Grotowski (2013) é a transformação direta do impulso em ação, o artista precisa, antes de tudo, aceitar não saber o que virá. Ter uma atitude de receptividade diante do risco. A metáfora da Energia, ao meu ver, está intimamente ligada ao risco de morte como metáfora. Ao desapareço do que lhe é conhecido do presente, à morte do presente como lhe é conhecido, em detrimento à

aceitação do que está por vir, e do qual nada se sabe. É nesse espaço que se abre para a morte que o “sopro de vida” vê passagem e flui.

O famoso dizer sempre “sim” às propostas dos outros numa improvisação. Aceitar para perceber e reagir, é a base do movimento externo – interno – externo, a fita de Möbius, que orienta o trabalho atoral. A Energia, ao meu ver, também pode ser vista pelo que existe quando há plena disponibilidade. Não há como criá-la, creio que há formas de transformá-la e potencializá-la, mas é algo - forças móveis em constante movimento, que ocupam os espaços que se abrem e permita que ela “passe”. Como força motriz em fluxo, apenas entra, quando também lhe são conferidas saídas, é, precisa ser constante caminho. Afeta, transforma e precisa fluir para além do artista. Para o espaço, para o espaço que se abre criado pela curiosidade do espectador, entre aqueles que se dispõem suspender o tempo, compartilhar o espaço e permitir que do vazio, flua o novo, que já começa a ser criado pela receptividade do que está por vir. Nesse sentido, o que o encontro cênico exige como pacto é a receptividade e o desejo pelo desconhecido. Uma atitude que abre espaço para que a Energia, como algo sutil, não mensurável, sensível, metafórico, haja e transforme.

© Marina Braga Campos

Referências bibliográficas:

- Artaud, Antonin. *O teatro e seu duplo*. Trad. Teixeira Coelho. 3.ed. São Paulo: Martins Fontes, 2006.
- Barba, Eugenio; Savarese, Nicola. *A arte secreta do ator: dicionário de Antropologia Teatral*. São Paulo: HUCITEC, 1995.
- Bicalho, Anna Paola B. “A preparação do ator por si mesmo no processo criador da vivência a partir de Stanislavsky”.
<https://www.youtube.com/channel/UCBIjB84yM6z20FWKNf0HTVQ/videos>.
- Bucussi, Alessandro A. “Introdução ao conceito de energia”. 2007.
https://www.if.ufrgs.br/tapf/v17n3_Bucussi.pdf
- Burnier, Luís Otávio. *A arte do ator: da técnica à representação*. Campinas, SP: Editora da Unicamp, 2009.
- Camurri, Nicola e Zecca, Christian. “Energia da presença, a meta principal do treinamento do ator”. *Revista Brasileira de Estudos da Presença* 5.2 (Porto Alegre, maio-agosto 2015): 431-457.
- Carnicke, Sharon Marie. “Stanislavsky’s system: pathways for the actor.” en: Hodge, Alison. *Actor Training*. Ed.2. New York: Routledge, 2010. Cap.1, p. 28-52
- Grotowski, Jerzy. *Para um teatro pobre*. Tradução Ivan Chagas. 3.ed. Brasília: Teatro Caleidoscópio & Editora Dulcina, 2013.
- Herriguel, Eugen. *A arte cavalheiresca do arqueiro zen*. Trad. J. C. Ismael. São Paulo: Pensamento, 2011.
- Keiserman, Nara. “O corpo é um veículo da consciência ou essa é a minha fê”. *PÓS: Revista do Programa de Pós-graduação em Artes da EBA/UFMG*, 8. 15 (Belo Horizonte mai.2018).
- . Entrevista concedida a Marina Braga Campos. Uberlândia: ABRACE, 2016
- . “Há luz aqui, confissões”. *Revista Urdimento* 2.25 (Florianópolis, dezembro 2015): 100–108.
<http://www.revistas.udesc.br/index.php/urdimento/article/view/1414573101242015100>

---. Congresso. “O ki do ator, primeira abordagem”. 2014.
<http://portalabrace.org/viiicongresso/resumos/processos/KEISERMAN%20Nara.pdf>

---. Reunião Científica. “Corpoespírito”, 2011.
<http://www.portalabrace.org/memoria/vireuniaoprocessos.htm>

Zarrilli, Phillip B. (Org.) *Acting (Re) Considered*. London: Routledge, 2002.

Vilela, Nereida Fontes; Santos, João Celso dos. *Leitura corporal: A linguagem da emoção inscrita no corpo*. Belo Horizonte: Núcleo de Terapia Corporal, 2010. Citado por Nara Keiserman em “Corpoespírito”.