

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS
DEPARTAMENTO DE ARTES CÊNICAS
LICENCIATURA EM TEATRO**

MATHEUS GABRIEL LIMA CAVALCANTE

DO SONHO À CENA: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UM ATOR EM FORMAÇÃO



SÃO LUÍS - MA

2025

Matheus Gabriel Lima Cavalcante

DO SONHO À CENA: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UM ATOR EM FORMAÇÃO

Artigo Científico apresentado como trabalho
de conclusão do Curso de Licenciatura em
Teatro pela Universidade Federal do
Maranhão

Orientadora: Dra. Michelle Nascimento
Cabral Fonseca

SÃO LUÍS - MA

2025

Ficha gerada por meio do SIGAA/Biblioteca com dados fornecidos pelo(a) autor(a).
Diretoria Integrada de Bibliotecas/UFMA

Cavalcante, Matheus Gabriel Lima.

DO SONHO À CENA : rELATO DE EXPERIÊNCIA DE UM ATOR EM
FORMAÇÃO / Matheus Gabriel Lima Cavalcante. - 2025.
22 f.

Orientador(a): Michelle Nascimento Cabral Fonseca.

Curso de Teatro, Universidade Federal do Maranhão, São
Luís - Ma, 2025.

1. Atuação. 2. Teatro. 3. Ator-compositor. 4.
Preparação do Ator. 5. Universidade. I. Fonseca,
Michelle Nascimento Cabral. II. Título.

Resumo: O presente artigo busca tratar da pesquisa de preparação para o ator, a partir do laboratório de criação, desenvolvido na disciplina Atuação e Interpretação III, no semestre letivo 2023.1 do curso de Licenciatura em Teatro da Universidade Federal do Maranhão. Traz como ponto central, a experiência de um artista/discendente forjado na sala de aula da universidade e que, como tal, vai descobrir sua força e presença cênica nos treinamentos psico/físicos e nas investigações do corpo vivo e desalienado, que compõe uma atuação orgânica e visceral. Para tanto, é indispensável o diálogo e a fundamentação teórica de Stanislavski (1997); Grotowski (1992); Bonfitto (2009), entre outros estudiosos da arte de atuar.

Palavras-chave: atuação, teatro, ator-compositor, preparação do ator, universidade.

Abstract: This article aims to explore the actor's preparation process through the creative laboratory developed in the course "Acting and Interpretation III" during the 2023.1 academic semester of the Theatre Licentiate Program at the Federal University of Maranhão. The central focus is the experience of an artist/student shaped within the university classroom, who discovers their scenic strength and presence through psycho-physical training and the investigation of a living, de-alienated body—elements that contribute to an organic and visceral performance. To support this exploration, theoretical dialogues are established with Stanislavski (1997), Grotowski (1992), Bonfitto (2009), among other scholars of the art of acting.

Keywords: acting, theater, actor-creator, actor training, university

1. Alguns sonhos nascem na frente da televisão.

Ser ator no Brasil é, antes de tudo, um ato de coragem. Eu não sabia disso quando aos 12 anos de idade, morando no interior estado do Maranhão na cidade de Açailândia¹, sem saber exatamente o que era necessário e muito menos o caminho que era preciso correr, expressei o desejo que morava no meu coração e disse em voz alta pela primeira vez que queria estar em um das novelas que assistia com minha mãe. Com o passar do tempo e o inevitável amadurecimento, eu

¹ Açailândia é um município localizado no sudoeste do estado do Maranhão, conhecido por sua atividade econômica voltada principalmente para a siderurgia e a pecuária. A cidade está situada a aproximadamente 566 km da capital, São Luís.

descobri que a profissão que permitia estrelar aquelas novelas era a do ator e que a jornada até elas, era longa e árdua. Ao olhar o meu redor, em uma cidade de interior, acabava não vendo muitas direções que me levavam a esse sonho, entendendo que a quase totalidade da atividade cênica presente na minha cidade se resumia a Via Sacra², cuja essa eu não acompanhava de perto pois cresci em meio uma família não católica, me vi então em meio a uma escassez de referências artísticas locais, deixando assim, as novelas que passavam na televisão como a única fonte que trazia alívio a sede insaciável do jovem que sonhava ser artista.

Estar em um ambiente como esse, se faz inevitável ter que enfrentar muitas situações desagradáveis, como escutar desde cedo que teria que me tornar médico, advogado ou engenheiro para que um futuro digno fosse possível, compreendendo então, que por mais que venha de um lugar de preocupação ou ignorância, vai ser rotineiro para quem decide seguir esse caminho se deparar com olhares desconfiados, perguntas como "Mas você vai viver disso?" ou conselhos para "ter um plano B". A profissão, embora essencial para a cultura e para o imaginário coletivo, constantemente é vista por muitos como instável, passageira ou até mesmo um hobby, e não como um trabalho sério e digno.

Durante a minha adolescência não faltam momentos que questionei se essa era a escolha certa a se fazer, com o passar do tempo entendi que em um país onde as artes muitas vezes são negligenciadas e acabam não recebendo o devido reconhecimento, escolher viver da interpretação é assumir riscos, enfrentar incertezas e, muitas vezes, nadar contra a maré. Não se trata apenas de talento, nesta profissão é preciso resistência, persistência e uma paixão quase teimosa por contar histórias.

No decurso do ensino médio, já morando na capital São Luís, as perguntas e imposições são intensificadas e uma decisão deve ser feita, um futuro promissor é cobrado e as dúvidas e questionamentos correm de forma agressiva na cabeça de um jovem sem muitos privilégios ou certezas, o período de tempo entre a realização

² A Via Sacra, também conhecida como Caminho da Cruz, é uma prática religiosa cristã que rememora os passos de Jesus Cristo rumo à crucificação. Tradicionalmente composta por 14 estações, representa momentos simbólicos da Paixão de Cristo e é comumente encenada ou rezada durante o período da Quaresma, especialmente na Semana Santa.

da prova do ENEM³ e as inscrições do SISU⁴ foram intensas, lendo e relendo durante incontáveis semanas a grade curricular do único curso disponível na minha região que dialogava com este sonho, o curso de licenciatura em Teatro na Universidade Federal do Maranhão. Dentre muitas outras coisas, pesquisei os possíveis cenários que poderia me deparar ao tomar essa decisão, e para a uma ingrata surpresa, as dificuldades não seriam poucas: a escassez de oportunidades, a desvalorização salarial, a falta de políticas públicas de incentivo à cultura e a competição acirrada. São muitos os que ingressam nesta graduação com o anseio de viver da encenação, mas infelizmente é comum entre atores precisarem se dividir entre diferentes trabalhos, dar aulas, fazer publicidade ou até buscar outras fontes de renda para sustentar seus sonhos. A realidade do ator maranhense, na maioria das vezes, está longe dos holofotes da televisão, ela vive nos teatros de pequeno porte, nos projetos sociais, nos palcos alternativos e nas produções independentes.

Mas apesar de estar completamente ciente dos desafios que virão, tomei a decisão de ingressar no curso de Licenciatura em Teatro (UFMA), pois há algo que move quem escolhe essa estrada: o amor pela arte e a sede insaciável de comunicar, é esse amor que faz com que o ator continue, mesmo diante das incertezas.

Ao longo da graduação e na minha formação como ator na universidade, é de caráter obrigatório participar de cadeiras que têm práticas de montagem como parte da ementa, me vi tendo uma oportunidade valiosa onde poderia me dedicar a conhecer e estudar conceitos teatrais importantes que pavimentaram o entendimento da arte da interpretação teatral. Dentro desta jornada, na Universidade Federal do Maranhão, no primeiro contato com uma prática de montagem, como estudante do curso de teatro, vi pela primeira vez o conceito da ação física⁵ durante estudo para a montagem da dramaturgia “O pleito” de Aldo Leite, dentro da cadeira de Atuação e Interpretação I, primeiramente explorado pelo diretor russo Constantin

³ O Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM) é uma avaliação aplicada anualmente no Brasil com o objetivo de medir o desempenho dos estudantes ao final da educação básica. Seus resultados são utilizados como critério de ingresso em diversas instituições de ensino superior públicas e privadas, além de servirem para acesso a programas como o Sisu, o Prouni e o Fies (BRASIL, 2024).

⁴ O Sistema de Seleção Unificada (SISU) é uma plataforma do Ministério da Educação (MEC) que permite que estudantes utilizem a nota do ENEM para concorrer a vagas em instituições públicas de ensino superior em todo o Brasil. A seleção é feita de forma automatizada, com base nas notas obtidas no exame e nas escolhas de curso feitas pelos candidatos (BRASIL, 2025)

⁵ BONFITTO, 2009, p. 21.

Stanislavski, e que mais tarde seria o marco inicial para a pesquisa de um outro importante ator pesquisador, Jerzy Grotowski.

O início da vida adulta é quando a liberdade começa exigir direção, o ambiente universitário é onde se faz possível ver e conhecer pessoas estudando o mesmo assunto, mas com intenções de futuro completamente diversas, como citado anteriormente, o curso se trata de uma licenciatura e com isso, muitos acabam se encantando pela docência, caso esse que infelizmente não se aplica a mim. Com o passar do tempo, as experiências dentro da universidade só reafirmaram o sonho do meu eu adolescente, o sonho de ser ator, tendo uma virada de chave durante a disciplina de Atuação e Interpretação III, estudando os conceitos de J. Grotowski e todo o seu trabalho e estudo relacionados ao corpo do ator.

2. É preciso muito mais que apenas sonhar

Esmiuçando o trabalho de Jerzy Grotowski, diretor e teórico teatral polonês de grande destaque do século XX, desenvolveu uma abordagem de caráter revolucionário para o trabalho do ator, centralizada em uma profunda investigação do corpo como instrumento expressivo. Ao desenvolver sua abordagem para o trabalho do ator, Grotowski reconhece em Konstantin Stanislávski⁶ uma figura central e fundadora. Embora suas proposições avancem para além das convenções do teatro realista e naturalista, Grotowski sempre deixou claro que sua trajetória teve início no legado deixado por Stanislávski, a quem considerava um mestre precursor. A busca pela verdade cênica, pelo ator como centro do acontecimento teatral e pela interpretação não mecânica, mas profundamente enraizada na vivência interior, são princípios que Grotowski herda diretamente do sistema *stanislavskiano*.

Stanislávski foi o responsável por romper com a teatralidade artificial do século XIX, propondo um método de atuação que valorizava a coerência psicológica, a lógica interna das ações e o trabalho emocional do ator. Sua proposta de uma atuação verdadeira, ancorada em estímulos reais e motivações internas, fundamentou o teatro realista e naturalista. Esse esforço por construir uma atuação sincera e orgânica, em diálogo direto com a vida cotidiana, estabeleceu uma base que Grotowski não apenas respeitaria, mas também levaria a uma radicalização.

⁶ Konstantin Stanislávski (1863–1938) foi um ator, diretor e teórico russo, considerado uma das figuras centrais na consolidação do teatro realista moderno.

Contrariando a percepção tradicional de que teatro e ritual seriam pólos opostos — sendo o primeiro uma degeneração do segundo —, Grotowski afirma que a verdadeira crítica não é ao teatro em si, mas à espetacularização que esvazia de sentido a ação original. Como destaca Attisani (2018), às religiões históricas contribuíram para a espetacularização ao codificar os ritos e liturgias progressivamente desprovidas de seu significado vital⁷. Assim, para Grotowski, o ritual originário e a ação performática coincidiam como atos plenos de presença e intenção. Conhecer, no universo de Grotowski, é inseparável do fazer. Por isso, "o Performer é um 'homem de ação' e o conhecimento é uma questão de fazer"⁸.

Enquanto Stanislávski se concentrou em métodos para acessar as emoções e reproduzir comportamentos humanos com naturalidade, Grotowski propõe ir além da representação da realidade, rompendo com o naturalismo superficial para alcançar uma verdade mais profunda, essencial e quase ritualística. Sua proposta em “Em busca de um teatro pobre” (1992) não nega a influência do sistema stanislavskiano, mas pelo contrário, o aprofunda.

Criei-me com o método Stanislavski; seu estudo persistente, sua renovação sistemática dos métodos de observação e seu relacionamento dialético com seu próprio trabalho fizeram dele o meunídelo pessoal. (...) Não pretendemos ensinar ao ator uma série de habilidades ou um repertório de truques. Tudo está concentrado no amadurecimento do ator, que é expresso por uma tensão levada ao extremo, por um completo despojado, pelo desnudamento do que há de mais íntimo — tudo isto sem a menor traço de egoísmo ou de auto-satisfação. O ator faz uma total doação de si mesmo.

O que muda é o foco: em vez de buscar o realismo externo, Grotowski volta-se para a expressão interior e orgânica, utilizando o corpo e a voz do ator como caminhos para revelar o ser humano em sua essência.

Nesse sentido, a contribuição de Stanislávski é vista por Grotowski como um ponto de partida indispensável. Foi a partir das inquietações deixadas por seu antecessor que Grotowski pôde questionar, desconstruir e reconstruir os caminhos do ofício do ator. Ele não rejeita Stanislávski, mas o reinterpreta, levando sua investigação cênica a um patamar que abandona a imitação da vida cotidiana para buscar a presença plena do ator, capaz de provocar no espectador uma experiência de natureza quase transcendente.

⁷ LIMA; MATRICARDI. 2020. p. 415

⁸ GROTOWSKI apud LIMA; MATRICARDI. 2020. p. 416

Constantin Stanislavski que afirmava que as ações físicas eram criadas a partir das emoções e da criação e entendimento dos sentimentos internos do personagem, “a ação exterior alcança seu significado e intensidade através do sentimento interior, e este último encontra sua expressão em termos físicos.”⁹, logo, entende-se que para o diretor russo, a ação que vem de fora depende da ação que vem de dentro, do sentimentos criados, a partir daí ela ganha força e se afirma como algo lógico, “em cena é necessário agir, não importa se exterior ou interiormente. [...] No teatro, toda ação deve ter uma justificativa interior, deve ser lógica, coerente e verdadeira. [...]”¹⁰ deve-se entender os anseios de seu personagem, suas emoções e a partir daí, construir um corpo ativo e dilatado, corpo esse que estando em cena, mesmo fora do foco, não se permite perder qualquer energia condutora de emoção, pois se compreende que algo que nasce em um lugar tão profundo e verdadeiro, não pode ser reprimido depois de uma entrega expressivamente extrovertida. Stanislavski afirma:

Não há ações dissociadas de algum desejo, de algum esforço voltado para alguma coisa, de algum objetivo, sem que se sinta, interiormente, algo que as justifique; não há uma única situação imaginária que não contenha um certo grau de ação ou pensamento, nenhuma ação física deve ser criada sem que se acredite em sua realidade, e conseqüentemente, sem que haja um senso de autenticidade. Tudo isso atesta a estreita ligação existente entre as ações físicas e todos os chamados “elementos” do estado interior de criação.¹¹

Para Grotowski, o corpo do ator não era apenas um veículo de movimento, mas uma gama plural de possibilidades, privilegiada por uma possível revelação interior. As bases corporais referem-se, portanto, a um conglomerado de princípios teóricos e atividades práticas que tem o objetivo de eliminar bloqueios físicos, emocionais e psíquicos, permitindo que o corpo ator atinja um estado de “total disponibilidade”. Este estado não se confunde com um virtuosismo atlético ou com a mera exibição de habilidades físicas, mas corresponde a uma entrega plena, onde cada gesto é carregado de intenção, verdade e organicidade.

O processo de preparação do ator visto pela ótica Stanislavski-Grotowski baseia-se em princípios¹² que transcendem a técnica tida normalmente como convencional, chegando a propor uma investigação ainda mais profunda do ser

⁹ STANISLAVSKI apud BONFITTO, 2009, p. 26.

¹⁰ STANISLAVSKI, 1997, p.1- 2.

¹¹ STANISLAVSKI, 1997, p. 2.

¹² LIMA; MATRICARDI. 2020, p. 414.

humano por meio da prática cênica. Para ele, este trabalho fundamenta-se em quatro eixos, a primeira afirma que a sede está no paralelo da corporeidade, organicidade e na experiência; seguido um deslizamento entre arte e vida; tendo também o entendimento de que o trabalho necessita de estruturas, de artesanias; e concluindo que trata-se de um espaço não dogmático de investigação. Esta concepção rompe com a ideia de arte como representação estética e aproxima a prática artística da própria vivência.

Grotowski deu segmento a explorar e desenvolver o uso das ações físicas no teatro, enquanto Stanislavski introduziu essas ações para representar a vida real, destacando o naturalismo. Grotowski, por outro lado, utilizava as ações físicas para criar algo inovador e promover a descoberta pessoal. Ambos os diretores valorizam o conceito de impulso nas ações físicas, mas o definem de maneiras diferentes. Stanislavski vê os impulsos como originados externamente, vindo da periferia do corpo, podendo ser tanto conscientes quanto inconscientes e justificando as ações. Em contraste, Grotowski considera os impulsos como conscientes e internos, surgindo antes da ação física e iniciando-se internamente como faíscas que se transformam em ações ao se projetarem para o exterior. A ação física, quando estudada e aplicada no teatro, se tem o entendimento partindo pela diferenciação da atividade, do gesto e do movimento, da ação. Renato Ferracini analisa uma palestra dada por Grotowski no Festival de Teatro de Santo Arcângelo (Itália), em junho de 1988, onde o mesmo exemplifica os três casos:

Diferença entre atividade e ação:

As atividades no sentido de limpar o chão, lavar pratos, fumar cachimbo não são ações físicas, são atividades. Pessoas que pensam trabalhar sobre o método das ações físicas fazem sempre esta confusão. Muito frequentemente o diretor que diz trabalhar segundo as ações físicas manda lavar pratos e chão. Mas uma atividade pode se transformar em ação física. Por exemplo, se vocês me colocarem uma pergunta muito embaraçosa (e é quase sempre assim), eu tenho de ganhar tempo. Começo então a preparar meu cachimbo de maneira muito "sólida". Neste momento vira ação física, porque isto me serve. Estou muito ocupado em preparar o cachimbo, acender o fogo, assim depois posso responder à pergunta.¹³

No trabalho do ator, é importante distinguir entre atividade e ação física. Atividades como limpar o chão, lavar pratos ou fumar cachimbo não constituem ações físicas em si mesmas. São movimentos cotidianos, com função prática, mas

¹³ GROTOWSKI apud FERRACINI. 2009. p. 124

que não necessariamente estão a serviço de uma intenção dramática ou comunicativa. Muitos artistas que se dizem adeptos do método das ações físicas incorrem nesse equívoco: confundem movimento com ação significativa.

Contudo, Grotowski esclarece que uma atividade pode se transformar em ação física quando está integrada a um objetivo interno do ator, ou seja, quando ela serve à sua intenção em cena.

Diferença entre gesto e ação:

Outra confusão relativa às ações físicas: é de que são gestos. Os atores normalmente fazem muitos gestos pensando que este é o “métier”. Existem gestos profissionais - como os do padre. Sempre assim muito sacramentais. Isto são gestos, não ações.(...)

O que é um gesto se olharmos do exterior? Como reconhecê-lo? O gesto é uma ação periférica do corpo, não nasce do interno do corpo, mas da periferia. 1º exemplo: quando os fazendeiros dizem um bom dia às visitas, se são ainda ligados à vida tradicional, o movimento da mão começa dentro do corpo (Grotowski demonstra), e os da cidade assim (demonstra o mesmo movimento partindo das mãos.). Este é o gesto. Quase sempre se encontra na periferia, nas “caras”, nesta parte das mãos, nos pés, pois muito frequentemente não têm origem na coluna vertebral. Ao contrário, a ação é algo mais, porque nasce do interno do corpo, está radicada na coluna vertebral e habita o corpo.

Outro equívoco recorrente no trabalho do ator é a confusão entre gesto e ação física. Enquanto muitos intérpretes acreditam que gesticular constantemente equivale a “atuar”, essa prática frequentemente revela um uso superficial do corpo. O gesto, nesse contexto, é entendido como um movimento que surge da periferia corporal, geralmente desprovido de conexão com impulsos internos autênticos. Trata-se de um código aprendido, muitas vezes social ou profissionalmente condicionado — como no caso dos gestos ritualizados de um padre, que obedecem a uma forma, mas não necessariamente a uma necessidade interior.

Diferença entre movimento e ação:

Outra confusão é entre movimento e ação. O movimento, como na coreografia, não é ação física. Mas cada ação física pode ser colocada em forma, em ritmo, pode vir a ser, mesmo a mais simples, uma estrutura, uma partícula de interpretação perfeitamente estruturada, organizada, ritmada. Do externo, nos dois casos, estamos diante de uma coreografia. Mas no primeiro caso, a coreografia é somente movimento e no segundo é o externo de um ciclo de ações intencionais. Quer dizer que no segundo caso, a coreografia é parida no fim, como a estruturação de reações na vida.

Por fim, é necessário distinguir claramente o movimento de ação física, pois essa é outra confusão frequente no trabalho do ator. O movimento, como aquele

encontrado em coreografias ou sequências mecânicas, pode ser esteticamente elaborado, ritmado e organizado, mas não carrega necessariamente intenção. Ele é, muitas vezes, forma vazia — deslocamento corporal desprovido de um impulso interior.

Em contraste, a ação física pode também assumir forma estruturada, ser ritmada e parecer uma coreografia do ponto de vista externo. No entanto, sua diferença essencial está na presença de uma intenção interna viva. A ação não é apenas algo que o corpo executa, mas algo que o corpo encarna a partir de uma necessidade expressiva, emocional, psicológica ou dramatúrgica. A coreografia que nasce da ação física é o resultado de um processo interior, e não seu ponto de partida.

Assim, enquanto o movimento se apresenta como forma por si só, a ação física gera forma a partir da vida interior do ator. Ela é “parida no fim”, como diz o trecho, pois surge naturalmente como resultado das reações e intenções verdadeiras em cena. Isso reforça a ideia de que a atuação não se constrói apenas com técnica corporal visível, mas com um processo profundo de escuta interior e organicidade, no qual o corpo revela — e não apenas representa.

Após a análise das palavras de Grotowski, Ferracini arrisca sintetizar as citações, ele compreende que a ação física precisa dos chamados elementos básicos como: concentração, objetivo (emocional) e um certo vínculo com uma necessidade externa à atividade desenvolvida internamente, a ação física, sendo observada por essa ótica, se concretiza no espaço no meio da atividade e uma conexão externa a essa mesma atividade exercida, não surge na periferia do corpo, Grotowski afirma que a ação física nasce na coluna vertebral, o centro nervoso central, “Ao contrário a ação é algo mais, porque nasce do interno do corpo, está radicada na coluna vertebral e habita o corpo”¹⁴, e que deve ser organizada como uma partitura. Após isso, Ferracini afirma:

Temos então um primeiro esboço conceitual de ação física: um fluxo muscular-nervoso com total engajamento psicofísico em conexão ou com algo externo (seja objeto, espaço, outro corpo (ator ou espectador), imagem, e mesmo outra ação física) e que é formalizada, estruturada, ritmada, enfim, codificada no tempo-espaço.

¹⁴ GROTOWSKI apud FERRACINI. 2009. p. 124

Com isso, se faz claro que a ação física fortalece a interpretação do ator e potencializa a experiência do espectador, ao longo de sua vida, Grotowski sempre pregou que o teatro é sobre a troca entre os atores e com quem está consumindo, é sobre a arte de representar para com o teatro e sua grandeza, o ator deve ser uma esponja que absorve a verdade do mundo e decifra a imaginação daqueles que nele vivem, "é o afeto e não a ação consciente do movimento que produz a potência da matriz. Quanto mais porosa a matriz, mas potente ela será. Uma porosidade microscópica criada na própria ação atual macroscópica."¹⁵ Entende-se que o homem de conhecimento¹⁶ não é o mestre tradicional, mas um marginal, "alguém que não se sente adequado", que rejeita tanto as formas convencionais de conhecimento quanto seus métodos, buscando trilhas alternativas. Essa marginalidade reflete a busca autêntica, necessária para romper os automatismos do cotidiano.

No centro dessa preparação está o corpo, não como objeto atlético ou massa muscular, mas como "canal de circulação de energias, lugar de emergência dos impulsos", enfatizando a organicidade e o reencontro com a natureza sensível do ser. Trata-se de uma via negativa, em que o ator entende que deve desistir de não fazer¹⁷, permitindo que o impulso surja espontaneamente, onde o performer deve buscar a "osmose entre o corpo e a essência", o que implica um processo de transmutação pessoal. Essa conquista, ainda que possa emergir brevemente na juventude, demanda trabalho rigoroso e consciência do processo. Quando ocorre a fusão entre corpo e essência, "o corpo se torna não resistente, quase transparente", tornando o fazer algo leve e evidente¹⁸

Durante sua vida e carreira, por meio da sua insaciável busca pela verdade cênica, Grotowski cria o teatro pobre, onde não planeja falar sobre o sentido financeiro, mas sobre dispensar todo o supérfluo e o que não é essencial para a troca de energia entre quem está fazendo o teatro e quem está como espectador.

Quando se faz teatro dentro do cenário universitário é comum que se encontre diversas dificuldades, a falta de recursos sendo um significativo ponto presente no processo. O renomado diretor britânico Peter Brook (2011) se mostra

¹⁵ FERRACINI. 2009. p. 126

¹⁶ LIMA; MATRICARDI. 2020. p. 423

¹⁷ LIMA; MATRICARDI. 2020. p. 425

¹⁸ LIMA; MATRICARDI. 2020. p. 428

um entusiasta da ideia e vai de encontro com alguns dos conceitos explorados por Grotowski ao dizer que “para se ter teatro, basta apenas existir um espaço vazio, alguém transitar por ele e alguém observar” e reafirmar que teatro é sobre a arte expressada e não sobre um edifício. O essencial que o mesmo julga ser o encontro direto entre ator e espectador e, nesse contexto, o corpo torna-se o principal recurso expressivo, deixando de lado grandes aparatos técnicos, por exemplo. Através de treinamentos rigorosos e codificados, muitas vezes inspirados em tradições teatrais e rituais não ocidentais, o ator é conduzido a um processo de autoconhecimento e depuração de seus impulsos. O objetivo é alcançar uma atuação que não represente, mas que revele; que vá além da imitação para alcançar a autenticidade do ser e agir.

3. O corpo desperta para o sonho

São algumas as disciplinas¹⁹ componentes da grade curricular do curso de Teatro da Universidade Federal do Maranhão que tem como trabalho para obtenção de nota final uma prática de montagem, mas foi durante o semestre letivo 2023.1, durante a disciplina de Atuação e Interpretação III, ministrada pela Profa. Dra Michelle Cabral que tudo se mostrou diferente. A ementa da disciplina se encontra no Projeto Pedagógico do Curso de Licenciatura em Teatro (2015), o plano de ensino desenvolvido por Michelle Cabral se apresenta como:

Objetivos: Instrumentalizar o graduando nos principais conceitos e métodos da preparação do ator e do processo criativo na atuação dos teatro-laboratórios: pré-expressividade, teatro antropológico, teatro Ritual e Teatro de Pesquisa.

Conteúdo:

I MÓDULO (20H): Introdução aos conceitos de Teatro- Laboratório, Teatro Antropológico e Teatro de Pesquisa; Práticas e metodologias do teatro laboratório e antropológico; Método de Grotowski para a atuação: Bases corporais; Via negativa; Ator santo e Ator cortezão.

II MÓDULO (20H): Pré-Expressividade; O teatro Ritual; O teatro Antropológico

¹⁹Embora este artigo tenha como foco a disciplina *Atuação e Interpretação III*, ao longo da graduação participei de diversas outras cadeiras que também incluíram a prática de montagem como parte de sua estrutura curricular, tais como *Atuação e Interpretação I e II*, *Teatro de Rua*, *Encenação*, *Cenografia*, *Práticas Performativas*, *Sonoplastia*, *Iluminação* e *Teatro de Revista*. Todas essas experiências contribuíram significativamente para a minha formação como ator, oferecendo diferentes perspectivas, técnicas e abordagens cênicas.

III MÓDULO (20H): O Ator no Teatro de Pesquisa; A Aplicação dos Métodos e treinamento na Cena teatral; O registro e análise do teatro de pesquisa

Competências e Habilidades:

COMPETÊNCIAS:

O graduando deverá ser capaz de compreender os aspectos epistemológicos e empíricos que norteiam a disciplina no que tange ao Teatro-laboratório; Teatro Antropológico e Teatro de Pesquisa.

O aluno deverá desenvolver a competência de entender e saber conduzir os procedimentos e conteúdos na sala de aula, como também, na criação artística, a partir dos teóricos trabalhados nos conteúdos programados.

HABILIDADES:

A disciplina visa desenvolver no alunos as habilidades corporais, vocais e respiratórias específicas para a aplicação dos métodos do teatro-laboratório, da pré-expressividade e do teatro de pesquisa em sala de aula, como também na cena teatral: Aquecimento e energização e desalienação corporal; Aplicação e desenvolvimento de exercícios psico-físicos; Criação de cena artística no que cerne aos usos dos métodos e procedimentos criativos.

A disciplina Atuação e Interpretação III, ofertada no curso de Licenciatura em Teatro da Universidade Federal do Maranhão, apresenta-se como um espaço formativo de caráter investigativo e prático, em que o aluno é instrumentalizado nos principais conceitos e métodos da preparação do ator a partir do teatro-laboratório, do teatro antropológico, ritual e de pesquisa.

A proposta pedagógica desenvolvida por pela docente Michelle Cabral para a disciplina articula teoria e prática por meio da aplicação de exercícios corporais e vocais voltados à pré-expressividade e à construção de uma presença cênica orgânica e desalienada²⁰. Exercícios como o do “Rolo Compressor” que se baseia em deitar todas as pessoas presentes no chão enquanto a pessoa da ponta rola por cima de todos os colegas viabilizado uma maior intimidade entre todos os participantes, já atividade da corda permite um maior entrosamento através da divisão e trabalho em equipes, tal abordagem dialoga de forma direta com os fundamentos de mestres como Grotowski, especialmente no que se refere ao

²⁰ O termo “corpo desalienado” refere-se a um corpo que se reconhece como agente e consciente no espaço, rompendo com automatismos condicionados e padrões corporais impostos socialmente. Implica um estado de presença e percepção ampliada, no qual o indivíduo se apropria de suas ações físicas e simbólicas, tornando-se capaz de criar e se expressar de maneira autêntica.

conceito da via negativa, promovendo um processo de autoconhecimento e rigor técnico por meio do corpo. O plano de ensino destaca, ainda, a importância do registro e da análise das experiências vividas em cena, evidenciando a dimensão reflexiva e processual do trabalho do ator-pesquisador. Desse modo, a disciplina se prova como um espaço potente de experimentação artística e epistemológica, onde o graduando é convidado a desenvolver competências tanto pedagógicas quanto criativas a partir de referenciais do fazer teatral.

Ser um participante dessa disciplina se provou como uma experiência transformadora nos mais diversos sentidos, estar com diversos colegas e amigos conquistados graças ao espaço acadêmico diante da oportunidade de aprofundar ainda mais nos fundamentos do teatro. A Profa. Michelle trouxe uma interpretação imponente e realista dos conceitos e teorias criados e/ou aperfeiçoados por J. Grotowski, entendendo que a maioria dos alunos nunca teve a oportunidade de participar de uma montagem teatral completa. Desta vez a experiência se diferencia das outras disciplinas com processos de montagem que se deram fazendo uso de fragmentos do texto base, desta vez, me vi envolvido em uma montagem de uma dramaturgia completa, o texto escolhido foi “Bodas de Sangue” com autoria de Federico Garcia Lorca e direção de Michelle Cabral.

Figura 1 - Apresentação da montagem do espetáculo



Fonte: Brenda Froz

Logo nas primeiras conversas sobre a possibilidade de levarmos juntos uma adaptação tão complexa para o palco, eu e a turma reagimos animados diante do desafio, pra mim em especial, pela primeira vez fazendo parte de algo dessa importância era ainda mais empolgante. Participar deste trabalho foi algo de

significado além do simples “trabalho de faculdade”, foi a chance de mergulhar em algo tão fascinante e distante da minha pessoa que tudo parecia irreal.

Diante do roteiro pela primeira vez, a turma deveria realizar a sua primeira leitura para conhecermos a dramaturgia, a história era envolvente e relacionável, quando em um momento de surpresa me foi oferecido o personagem do “Pai”, alguém que a primeira vista se mostrava de complexidade baixa, mas ao mesmo tempo bastante desafiador. Ao longo dos intensos meses de preparação e ensaios, a orientação de Michelle Cabral se provou de uma importância ímpar no processo de entendimento do texto e criação de personagem junto de uma série de exercícios de corpo e voz que serviu para um processo mais consistente.

Durante este, a cada nova semana de estudos e experimentações eu me sentia mais próximo do meu personagem, o “Pai” era um homem de aproximadamente 50 anos que se dedica a cuidar de sua filha e os negócios da família, que ao saber por quem a filha está noiva, vê a chance de seu casamento trazer futuros ganhos financeiros ao seu lar e com isso, ele faz tudo que está ao seu alcance para viabilizar o casamento da filha com este jovem rapaz. Participar de “Bodas de sangue” foi, indubitavelmente, uma experiência marcante na minha formação de ator, colocando meus limites à prova. Durante a montagem de “Bodas de sangue” a produção enfrentou e superou obstáculos relevantes, pois o união da professora e diretora com um elenco de quase trinta pessoas e quase nenhum recurso, fez com que todos os presentes na equipe de elenco ou produção tivessem a experiência necessária para uma formação artística efetiva e proveitosa.

Figura 2 - Ensaio



Figura 3 - Ensaio



Fonte das figuras 2 e 3: Thauane Barbosa

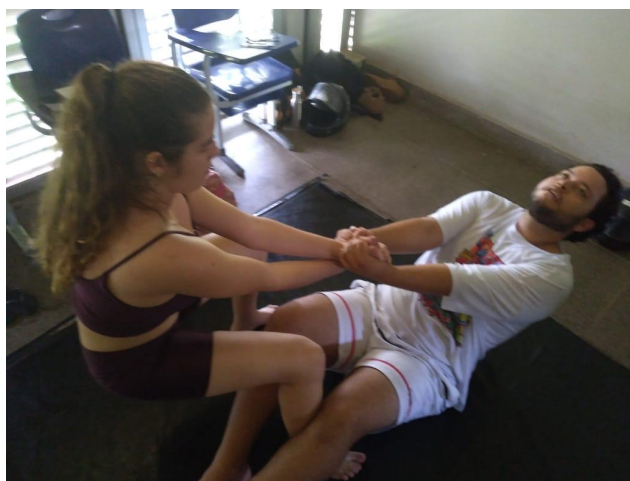
Desde o princípio, por ser uma pessoa gorda, me senti intimidado por conta de toda a preparação corporal intensa explorada por Grotowski que muitas vezes se estendia até a exaustão dos praticantes, assim como relato no diário de bordo escrito durante o processo:

Na primeira aula de caráter prático sobre os métodos de grotowski, foi apresentado o conceito de bases corporais, algo que me assustou no primeiro momento por conta das minhas limitações físicas. Desde o aquecimento, me senti extremamente desafiado, dores e incômodos não eram nada comparado a energia que senti (...) acho que estou indo no caminho certo.

No cerne de sua metodologia, encontra-se o conceito de Via negativa, por meio das "bases corporais", entendido como a exploração consciente e orgânica das possibilidades físicas do ator, em oposição a uma atuação apoiada em elementos cotidianos, exteriores ou meramente técnicos. Em meio a descobertas, relato o seguinte:

A Professora Michele pediu para que ficassemos em duplas para um exercício de bases (corporais), foi solicitado que não usássemos nenhuma linguagem verbal, o resultado foi um exercício rico em variedade de movimento e superação de barreiras que só existiam na minha cabeça. Minha dupla foi a discente Luma Andressa, que também é a pessoa mais próxima a mim dentro da universidade, e esta intimidade facilitou de forma significativa a comunicação pelo olhar. Um ambiente fervendo energia e troca entre aqueles que só tem um objetivo: fazer teatro."

Figura 4 - Exercício de bases corporais com Luma Andressa



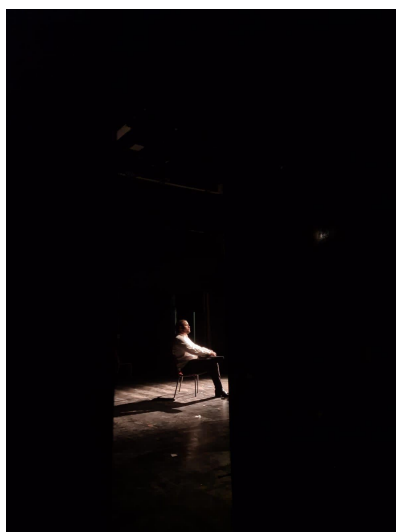
Fonte: Michelle Cabral

É preciso compreender os eixos conceituais que organizam o pensamento teatral rumo a jornada do autoconhecimento do corpo que atua, como se a partir de um momento fosse preciso entender o conceito de algo tão normal e natural como o

movimentar do corpo humano, no decorrer da construção de personagem a direção de “Bodas de sangue” solicitou que começasse a busca da corporeidade do personagem “Pai”, alguém que para o meu entendimento se tratava de um homem de meia idade cujo a única preocupação é cuidar de sua família e negócios.

O estudo de personagem foi intenso, em busca de referências mentais que me remetesse um corpo aproximado ao do personagem, e que me trouxesse a verdade visual do “Pai”, entendi que para maior verdade cênica eu deveria entender os motivos físicos que fazem um homem de meia idade se movimentar daquela forma, deveria entender o ambiente que aquela pessoa está inserida para entender costumes comportamentais antes de tentar qualquer imitação sem fundamento, assimilando que a performance tem o corpo do ator como uma forma de ritmar os impulsos humanos a fim de tirá los do “fluxo automático”²¹ com isso, fui analisando e buscando com olhos mais atentos corpos que poderiam enriquecer o meu personagem: familiares, pessoas aleatórias na rua durante o dia a dia e até mesmo assistindo propagandas políticas de candidatos de maior idade e cunho mais popular, então, comecei a entender a direção que deveria seguir em busca da partitura corporal ideal que melhor enriquece a performance, entendendo que a performance transforma, assim, uma vida automatizada em uma existência ritmada, possibilitando ao ator uma relação consciente com seus impulsos²².

Figura 5 - O autor em cena como o personagem “Pai”



Fonte: Produção do espetáculo

²¹ LIMA; MATRICARDI. 2020, p. 424

²² LIMA; MATRICARDI. 2020, p. 424

Figura 6 - Elenco, produção e plateia após a apresentação no Teatro Cazumba



Fonte: Produção do espetáculo

4. A única conclusão é: o sonho continua em cena

A experiência vivida durante o processo relatado como ator na Universidade Federal do Maranhão, no curso de licenciatura em teatro durante a disciplina de Atuação e Interpretação III se provou como profunda e transformadora, tanto no aspecto técnico quanto no sensível. Ao longo dos meses de processo, foi possível perceber como o trabalho do ator se aprofunda quando há entrega total ao processo criativo e um compromisso radical e fidedigno com a cena. Esse movimento de busca por uma atuação mais próxima da verdade interna se tornou ainda mais significativo ao ser colocado em diálogo com os princípios do teatro de Jerzy Grotowski.

Essa vivência trouxe clareza ao estudo da ação física e o corpo do ator, que o atuar vai além de reproduzir gestos e movimentos presentes no imaginário, apresentando a dificuldade inicial de desapegar de referências tradicionais de interpretação ou do apoio em elementos externos como figurinos, cenários e trilhas, sempre tentando atingir a verdade cênica usando o que o ator tem de mais valioso, o corpo. No entanto, ao longo do processo, detalhes como um corpo gordo e falta de experiência poderiam facilmente ser lidos como limitação, mas se revelaram como potência criativa buscando ultrapassar limites. A preparação e o estudo se deram como um mergulho em um mar nunca antes navegado por mim, trabalhos de improvisação física, jogos de concentração e exercícios vocais fizeram com que cada gesto fosse investigado em profundidade, revelando o quanto a depuração de

recursos pode intensificar a expressividade, amplificado com as descobertas de novas formas de presença, além de uma comunicação mais direta com o público, baseada no corpo-ação e na relação entre os atores.

Do ponto de vista da formação, essa experiência foi decisiva para expandir o entendimento sobre o papel do ator no teatro. A perspectiva de Grotowski convida a um trabalho de autoconhecimento e rigor técnico, que exige do ator não apenas disciplina, mas também uma disponibilidade emocional e física profunda. Esse caminho, embora exigente, revelou-se fértil e necessário para a construção de uma atuação viva, orgânica e conectada com o aqui e agora. Além do crescimento e desenvolvimento individual, onde pude me sentir pela primeira vez um ator em atividade, o processo contribuiu para fortalecer um ambiente criativo e favorável à troca entre todos os envolvidos. Os exercícios de experimentação corporal, vocal e entrega proposto pela docente Michelle Cabral influenciaram também a forma como eu e os demais colegas se relacionaram com seus próprios corpos e cenas. Há, portanto, uma potência coletiva na vivência *grotowskiana*, que vai além da técnica e se aproxima de uma ética, prazerosa e recompensadora experiência do fazer teatral.

A faísca que brilhava dentro de mim ao assistir novelas na infância hoje brilha como uma chama de poder inimaginável, o sonho que um dia me colocou nesta jornada hoje me guia em direção a um horizonte que muito ainda se apresenta nebuloso, mas que me causa uma inquietude perturbadora, mas que nesse processo de revelar o invisível, encontrei uma nova escuta de mim mesmo em cena. Resta agora seguir investigando — com o corpo, com a voz, com o silêncio — os caminhos possíveis de um teatro mais presente, mais humano e, acima de tudo, mais verdadeiro.

REFERÊNCIAS

- LIMA, Tatiana Motta; MATRICARDI, Luciano. Um estudo sobre o performer: Trabalho sobre si na arte como veículo de Jerzy Grotowski. **Moringa**: Artes do espetáculo, João Pessoa, v. 11, n. 1, p. 413-434, jan. 2020
- FERRACINI, Renato. Ação Física: Afeto e Ética. **Urdimento**, Florianópolis, v. 13, p. 123-133, set. 2009
- GROTOWSKI, Jerzy. **Em busca de um teatro pobre**. Tradução: Aldomar Conrado. 4. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1992. 220 p. Título original: Towards a poor theatre. ISBN: 85-200-0003-7.
- GROTOWSKI, Jerzy; FLASZEN, Ludwik. **O Teatro Laboratório de Jerzy Grotowski 1959-1969**. Tradução de Berenice Raulino. São Paulo: Editora Perspectiva, 2007. 248 p. Título original: II Teatr Laboratorium di Jerzy Grotowski 1959-1969. ISBN: 978-85-273-0783-3.
- STANISLAVSKI, Constantin. **Manual do ator**. Tradução de João Azenha Jr. São Paulo: Martins Fontes, 1997.
- BONFITTO, Matteo. **O Ator Compositor**: As ações físicas como eixo: de Stanislavski a Barba. 2. ed. São Paulo: Perspectiva, 2009. ISBN: 978-85-273-0284-5.
- BROOK, Peter. **O Espaço Vazio**. Rio de Janeiro: Apicuri, 2011.
- ATTISANI, Antonio. **Performer: um comentário**. PÓS:Revista do Programa de Pós-graduação em Artes da EBA/UFMG. v. 8, n. 15, mai. 2018. e-ISSN: 2238-2046.
- MATRICARDI, Luciano. **“O Performer” de Grotowski**: Ritual, Tradição e Subjetividade. 2015. 172 p. Dissertação (Mestrado em Artes Cênicas) – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, 2015.
- UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO**. *Projeto Pedagógico do Curso de Licenciatura em Teatro*. São Luís: UFMA, 2015. Disponível em: <https://portalpadrao.ufma.br/proen/campi-cursos/campus-de-sao-luis-2/cch-1/teatro>. Acesso em: 14 jul. 2025.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Sistema de Seleção Unificada – SISU**. Brasília, 2025. Disponível em: <https://sisu.mec.gov.br>. Acesso em: 11 ago. 2025.

BRASIL. Ministério da Educação. **Exame Nacional do Ensino Médio – ENEM**. Brasília, 2024. Disponível em:

<https://www.gov.br/inep/pt-br/areas-de-atuacao/avaliacao-e-exames-educacionais/enem>.

Acesso em: 11 ago. 2025.