

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LISBOA
ESCOLA SUPERIOR DE TEATRO E CINEMA



SOPA DE PEDRA

TRABALHO DE PROJETO

MESTRADO EM TEATRO - ESPECIALIZAÇÃO EM ARTES PERFORMATIVAS

RUI JORGE DE ALMEIDA GONÇALVES

Amadora, Setembro de 2023

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LISBOA

SOPA DE PEDRA

RUI JORGE DE ALMEIDA GONÇALVES

Trabalho de Projeto submetido à Escola Superior de Teatro e Cinema para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Teatro - especialização em Artes Performativas, realizada sob a orientação científica do Professor Doutor Armando Nascimento Rosa.

Amadora, Setembro de 2023

AGRADECIMENTOS

Ao meu orientador e amigo Professor Doutor Armando Nascimento Rosa pela sua disponibilidade no decorrer do mestrado.

À professora Maria João Vicente pelo seu profissionalismo e generosidade.

Muito obrigado!

A todos os professores e funcionários da ESTC, pelo bom acolhimento.

À atriz Telma Saião por ter aceite e levar até ao final esta demanda.

Ao meu amigo, o dramaturgo e ator Luís Campião, pela generosidade em partilhar todo o seu conhecimento e acima de tudo pelo tempo dedicado ao projeto.

Por último, o mais importante, a minha família, para a qual tenho uma gratidão imensa pelo apoio incondicional. Sem vocês era impossível esta demanda.

RESUMO

Este relatório descreve o processo de pesquisa, investigação, construção do texto dramático, o processo de ensaios e de criação do espetáculo *Sopa de Pedra*.

O projeto é o resultado dos últimos anos da minha vida enquanto investigador de teatro e da minha experiência pessoal no seio de uma cultura consumista e por consequência do excesso.

A morte e a cultura do excesso são temas que sempre me tocaram, e esta foi uma forma de os finalmente os explorar, procurando confrontá-los através dos sentidos, da experimentação em ensaio e da pesquisa feita no dia a dia quotidiano.

Está inserido no meu projeto final do mestrado em Teatro, especialização em Artes performativas.

Palavras-chave: teatro, comida, excesso, dramaturgia, morte.

ABSTRACT

This report describes the process of research, investigation, construction of the dramatic text, the process of rehearsals and creation of the play *Sopa de Pedra*.

The project is the result of the last years of my life as a theater researcher and my personal experience within a consumerist culture and, consequently, excess.

Death and the culture of excess are themes that have always touched me, and this was a way for me to finally explore them, seeking to confront them through the senses, experimentation in rehearsal and research carried out in everyday life.

It is part of my final project for my master's degree in Theatre, specializing in Performing Arts.

Keywords: theater, food, excess, dramaturgy, death.

ÍNDICE

Introdução.....	5
Procura.....	8
O Excesso e a Morte.....	10
Uma viagem pelo texto dramático.....	18
A presença.....	22
Avulsos para a vida.....	25
Encenador Fáctotum.....	31
Interpretação.....	37
A comida e o teatro.....	50
Conclusão.....	54
Bibliografia.....	57
Anexo 1: Músicas utilizadas nos ensaios.....	59
Anexo 3: Folha de sala.....	61
Anexo 4: Cartaz.....	62

INTRODUÇÃO



Este relatório é o resultado da minha experiência pessoal enquanto voluntário, artista e consumista, e enquanto observador e narrador, do consumismo exacerbado capaz de nos levar ao excesso e ao desperdício, sobre todas as formas, emocional, material e espiritual.

Numa entrevista ao jornal El País com o título *“Ahora uno se explota a sí mismo y cree que está realizándose”*¹ O filósofo Byung-Chul Han critica a sociedade do hiperconsumismo argumentando que a mesma é caracterizada pela exploração do indivíduo, que acredita que a realização pessoal é alcançada por meio do trabalho e do consumo excessivo. Na minha experiência pessoal ao longo dos anos como voluntário numa associação sem fins lucrativos que resgata toneladas de comida “desperdiçada” de grandes e pequenas superfícies comerciais, de forma a eliminar o desperdício e alimentar pessoas necessitadas, vi o quanto esse desperdício pode servir alguém, famílias inteiras por vezes. O ritmo da vida atual é pautado pelo excesso sem termos o tempo necessário para pensar como desperdiçamos tanto. Custa-me ver a falta de noção relativamente a estas questões de algumas pessoas, vítimas do hiperconsumo, mas a máquina de marketing está tão bem montada que nem conseguem ter consciência deste problema.

Este relatório, é uma espécie de diário de bordo onde exponho os meus medos presentes e do passado, as minhas preocupações pelo que me afeta diariamente, mas também o receio de que

¹ ElPaís, Artigo *“Ahora uno se explota a sí mismo y cree que está realizándose”*, escrito por Carlos Geli, Fevereiro de 2018.

nos afastemos enquanto seres humanos pelo excesso do consumo e pela abstinência da presença. Atualmente basta um toque digital, o *like* sobrepõe-se à empatia, por isso a “forma escolhida” foi transportar para a cena uma cozinha, que é também um lugar de encontro. Ter o privilégio de apresentar um projeto onde as pessoas se sentam à mesa para saborear comida e poder partilhar com elas as “minhas histórias”, é uma tentativa de chegar ao outro em microescala, porque foi assim que começaram as grandes revoluções, os grandes acordos, foi à mesa que os avós passaram conhecimento aos netos, aos filhos. Talvez esteja a ser demasiado romântico, mas, acima de tudo, este projeto tinha de ser satisfatório ao nível pessoal. Adoro cozinhar e adoro o teatro, e estes dois veículos sempre tiveram uma relação excelente, por isso porque não juntá-los? A comida, como elemento sensorial, sempre desempenhou um papel importante no teatro. Quer seja usada para criar uma sensação de realismo, evocar emoções ou estabelecer contextos sociais e económicos, como para criar uma experiência imersiva e autêntica para o público colocar os sentidos à prova. Além disso, o uso da comida no teatro é influenciado por modelos culturais dos sentidos, que podem variar amplamente dependendo do contexto. Assim, compreender o papel do envolvimento sensorial no teatro e os modelos culturais que o influenciam pode ajudar os artistas a criar performances mais reveladoras e capazes de aproximar o artista da comunidade. Festas e festividades eram aspectos importantes do entretenimento no início da Inglaterra dos Tudor², que abrangeu o período de 1485 a 1558. Essas festas eram muitas vezes acompanhadas de música, dança e outras formas de arte, como o teatro e o circo. Outro aspecto importante dos banquetes e festividades dos Tudor era o uso de simbolismo e alegoria. Muitos dos pratos servidos nas festas eram elaborados para transmitir uma mensagem ou significado específico. Foi precisamente isso que quis transmitir ao escolher como prato principal a sopa de pedra contrapondo a mesma, pela sua história, à cultura do consumismo e do excesso. Mas impunha-se uma pergunta : Como podemos repensar os nossos valores e comportamentos em relação ao consumo e à realização pessoal? Byung-Chul Han no artigo mencionado, sugere que urge retornar a um estado mais natural, em que não consumimos de forma desenfreada, e que procuremos formas de nos conectar com o outro e com a diferença. A *Sopa de Pedra* foi a minha resposta a esta questão. O conceito desta é precisamente o contrário do hiperconsumismo, é uma sopa que, segundo as diferentes versões da lenda popular³ é feita de alimentos doados. No início o tacho só tem uma pedra e água e vão sendo acrescentados

² Os **Tudor** governaram o Reino da Inglaterra de 1485 a 1603. Os cinco monarcas que governaram naquele período foram: Henrique VII, Henrique VIII, Eduardo VI, Maria I e Isabel I.

³ Lenda da sopa de Pedra

<https://www.cm-almeirim.pt/conhecer-almeirim/gastronomia/item/205-a-lenda-da-sopa-da-pedra>

outros ingredientes, generosamente doados pelas pessoas a quem o “cozinheiro” pede ajuda, para tornar a sopa mais substancial e nutritiva. Esta sopa acaba por ser servida à comunidade. Isto leva-nos à mesa de jantar como ponto de encontro onde as pessoas experienciam a comida enquanto socializam. O criar empatia entre os seres humanos é cada vez mais vital e trazer “a mesa” para o palco pode fazer parte da solução, porque à mesa relaxamos e somos mais nós próprios e por isso estamos mais disponíveis para ouvir.

O relato das minhas experiências enquanto voluntário e investigador de teatro, fizeram-me crescer e ver o outro de forma diferente. Colocar-me no lugar do outro. O voluntariado faz-nos melhor a nós do que ao “necessitado”. É uma cura.

O relato é para mim a forma mais natural de contar a minha viagem pelo mundo pessoal e pela minha experiência enquanto artista investigador de teatro. É a forma mais genuína que tenho para me relacionar com o objeto artístico que construí.

Neste espetáculo, o que é real e o que é ilusão? No teatro nunca o saberemos.

David é o dono do restaurante. Marta é a empregada do restaurante. David é cozinheiro e Marta a sua ajudante. São também atores amadores. Têm o bichinho do teatro. Durante o expediente ensaiam textos de teatro. Contam também algumas histórias das suas vidas, não se percebendo qual a fronteira entre o real e o ficcional, entre o teatro e a vida.

Sopa de Pedra, pp1

Das experiências relatadas, o que vai ser escolhido e influenciará na criação? Eu à procura de mim no palco, espaço que me permite realizar a catarse dos meus medos, como o medo da morte, essa personagem sempre presente na vida, mas para a qual ainda não tenho resposta. A liberdade em explorar os meus males, as minhas incompreensões, o meu corpo. Aqui em *Sopa de Pedra* fui eu mesmo, fui ficção, foi real, personagem à procura de um autor, de um mestre. O teatro é a minha vida, já são trinta anos nas mais diversas funções, e quando ele está ausente, o teatro, sinto-lhe falta, *Phantom limb*⁴.

Este é também o relato da experimentação de algumas técnicas adquiridas ao longo do mestrado, através de uma viagem com caminho incerto, sem final, onde a cada momento me questionei e procurei.

⁴ *Phantom limb* é uma condição em que os doentes experimentam sensações, dolorosas ou não, num membro que não existe. Os amputados são alguns dos exemplos.

PROCURA



*Hoje de manhã saí muito cedo,
Por ter acordado ainda mais cedo
E não ter nada que quisesse fazer...
Não sabia por caminho tomar
Mas o vento soprava forte, varria para um lado,
E segui o caminho para onde o vento me soprava nas costas.
Assim tem sido sempre a minha vida, e
Assim quero que possa ser sempre —
Vou onde o vento me leva e não me
Sinto pensar.*

Alberto Caeiro: 13-6-1930

Durante alguns anos, aos sábados de manhã acordei cedo, para abrir a porta da loja do voluntariado, preparar a carrinha e recolher os alimentos de várias lojas espalhadas entre Olhão e o aeroporto de Faro. Pensava que as pessoas que chegavam nos voos eram as mais felizes, porque estavam sempre em viagem, sempre a descobrir. Mas sentia-me agradecido porque finalmente tinha encontrado um propósito, algo que me suaviza o peito como um bálsamo e por momentos me fazia parar na procura incessante de algo maior capaz de me satisfazer. É difícil explicar isto por palavras, mas sempre procurei, sem conseguir encontrar, sem me satisfazer..

O voluntariado acalmou-me e ajudou-me a perceber o desperdício que produzimos todos os dias, a perceber que por vezes com muito pouco podemos ajudar o outro. Mas nos últimos anos da minha vida a meditação teve também uma grande importância. A meditação “foi” a liberdade onde me encontrei com o universo, onde me reencontrei com Deus, com almas antigas e com a Luz. Depois de muitas horas a meditar o desapego chegava, o mundo material passava a ser só uma construção formada por nós, uma ilusão, Maya⁵.

Qual a relação da meditação com o teatro?

Muita eu diria, já que diversas técnicas teatrais utilizam a meditação para o relaxamento corporal do ator, que também contribui para o ator conhecer o seu corpo e disponibilizar o mesmo para todo o trabalho que se lhe exige.

A meditação Vipassana [Meditação Vipassana - Vipassana Meditation](#), mostrou-se uma ferramenta valiosa para o trabalho de palco, já para que a mesma possa ocorrer, aquele que medita deve deixar de existir, isto é, só deve observar, não interferir diretamente nas sensações sentidas. Isso significa que a mente deve estar livre de condicionamentos e limitações. Ótimo “espaço” para o trabalho pretendido desenvolver. Devemos concentrar-nos no presente, e só observá-lo. Antes do ensaio usei a técnica de meditação mais básica do Vipassana, concentrando a atenção no ar que entra e sai das narinas, e a qualquer desconforto sentido no corpo, só devo observá-lo, nada mais. Esta técnica cria o momento propício à neutralidade emocional, a folha branca do artista. O teatro, na minha humilde opinião, é mais simples quando a mente está livre. E quando a mente está livre de enganos, porque a mente mente como dizem os mestres de yoga, talvez surjam momentos autênticos.

Ajudaram muito as experiências de meditação adquiridas ao longo da vida, nomeadamente a participação no curso de dez dias de meditação *Vipassana em 2017* e a meditação Raja yoga, que agora tornou-se prática diária. *Estas técnicas* permitiram-me libertar a mente de alguns condicionamentos e limitações, com mais ou menos dificuldade, e aumentar a sensação da presença, do estar aqui e agora. Talvez, o viver o momento presente, seja uma das chaves do teatro, e do fim dos nossos sofrimentos e traumas passados e preocupações com o futuro que nos fazem congelar pela pressão que exercem. Talvez nos ajude a superar o medo de me expor em frente a um grupo de pessoas.

⁵ Maya A partir do sânscrito (língua ancestral do Nepal e da Índia), Maya é um termo filosófico que significa “ilusão” ou “magia”. A Palavra é formada a partir dos elementos *ma*, que significa “medir, marcar, construir” e *ya*, que significa “aquilo”.

O EXCESSO E A MORTE



Marta

Os clientes estão a colapsar ao teu redor. Chamam-lhe a doença do consumismo.

Sopa de Pedra pp35

A ideia da cultura do consumo contrapondo-se à história da *Sopa de Pedra* foi o ponto de partida para a investigação realizada. Importante para o trabalho realizado, foi o capítulo *A cultura do lixo* do livro *Vidas desperdiçadas*⁶ de Zygmunt Bauman⁷. Escrevi um texto dramático que foi o ponto de partida para a criação do espetáculo. Ressalvo que na cena nove

⁶ BAUMAN, Zygmunt (2005). *Vidas desperdiçadas*. Editora: Zahar.

⁷ Zygmunt Bauman, sociólogo e filósofo polaco, iniciou a sua carreira na Universidade de Varsóvia, onde ocupou a cátedra de sociologia geral. Em 1968 emigrou, reconstruindo a sua carreira no Canadá, Estados Unidos, Austrália e Grã-Bretanha, onde em 1971 se tornou professor titular de sociologia da Universidade de Leeds, cargo que ocupou por vinte anos. Morreu em janeiro de 2017.

utilizo um excerto do texto *Fédon Ou a imortalidade da alma* de Platão ⁸ ligeiramente alterado de modo a servir o propósito cénico e dramatúrgico do espetáculo

A história da *Sopa de Pedra*, tal como a conhecemos, traz uma poderosa reflexão sobre valores humanos, generosidade e colaboração, contrastando com a cultura do excesso que prevalece na sociedade contemporânea.

A *Sopa de Pedra* representa a sabedoria em partilhar recursos escassos e trabalhar em comunidade para superar desafios. Na versão portuguesa, os aldeões, inicialmente desconfiados e egoístas, aprenderam a valorizar a partilha e que do pouco faz-se muito. Contrapondo, a “cultura do excesso” caracteriza uma mentalidade em que o consumo desenfreado e o desejo incessante por mais bens materiais muitas vezes prevalecem. Nessa cultura, a busca por satisfação e felicidade é frequentemente direcionada para aquisições materiais, levando ao desperdício e à degradação do meio ambiente. Faço nota de que a receita da *Sopa de Pedra* elaborada por mim é mais amiga do ambiente. Não utilizo carne, mas sim vegetais, sendo sensível à tremenda emissão de gases metano originados pela morte dos animais e como não podia deixar de ser, devido ao seu sofrimento. Por outro lado, tento informar o público de alternativas mais saudáveis para a nossa saúde e planeta.

Acima de tudo, evitaria-se a morte forçada dos animais e as condições precárias e desumanas em que os mesmos são criados.

Comparando estas duas perspectivas, podemos fazer diversas reflexões:

Conscientização do desperdício: A cultura do excesso faz-nos refletir sobre o desperdício que muitas vezes cometemos, seja de alimentos, recursos naturais ou bens materiais. Precisamos aprender a usar os nossos recursos com mais moderação e responsabilidade.

Aprender a partilhar: A cultura do excesso pode tornar-nos mais individualistas e centrados nas nossas próprias necessidades e desejos. A sopa de pedra, por sua vez, enfatiza a importância de partilhar o que temos com os outros e de estar dispostos a ajudar os que estão em dificuldades.

Repensar os nossos valores: A história convida a repensarmos os nossos valores como sociedade, procurando encontrar um equilíbrio entre as nossas necessidades individuais e o bem-estar coletivo e do meio ambiente.

⁸ PLATÃO (1968). *Fédon*. Livraria Minerva. Tradução: Maria Teresa Schiappa de Azevedo

Na página 118 do livro *Vidas Desperdiçadas*, Bauman refere que na infinitude nada é redundante, tudo tem uma explicação, nada é descartável. Infinitude é oposto do “...ser humano que derrete tudo o que é sólido.”, “profana tudo o que é sagrado”. Algo que o ser humano evita é falar da morte, do finito, apesar de “tudo nascer com a marca da morte iminente”, como refere Bauman na página 117 do livro. Portanto, paira sobre a Humanidade Líquida moderna, o espectro da redundância. Para melhor exemplificar, Bauman cita Blaise Pascal: “Sendo incapazes de curar a morte, os homens resolveram, a fim de serem felizes, não pensar nessas coisas...” A coisa é a morte. Hoje em dia uma série de distrações, e a velocidade em que tudo se move, as redes sociais, a televisão, a internet, a pornografia, as guerras, as epidemias e por aí fora.

Tudo isto, faz que nós evitemos não pensar no nosso destino que a partir do nascer, é morrer. Ficamos sem rosto visível, a prova é os milhares de amigos que temos nas redes sociais que não nos conhecem. Perdemos a identidade. A cultura globalizou-se, e o politicamente correto instalou-se.

Como pode a cultura consumista afetar a identidade das pessoas? Bauman, no capítulo três do livro *Vidas desperdiçadas*, refere que a cultura consumista gera uma pressão constante para que as pessoas sejam mais, o que leva à desvalorização imediata de si mesmo e à insatisfação com a identidade adquirida. Isso faz com que as pessoas mudem constantemente de identidade, descartando o passado e procurando novos começos, tal como as personagens de *Sopa de Pedra* David e Marta o fazem.

Esta cultura estimula a ideia de que mudar de identidade é um dever disfarçado de privilégio. Portanto, a cultura consumista afeta a identidade das pessoas ao gerar uma constante insatisfação com a identidade adquirida, e ao estimular a mudança constante de identidade. Todos nós temos um Avatar, ou por vezes vários.

Quais são as consequências negativas do consumismo para a sociedade?

De acordo com o capítulo dois do referido livro, Bauman refere que a economia consumista alimenta-se do movimento das mercadorias e é considerada em alta quando o dinheiro muda de mãos mais vezes. Na minha opinião isto leva a um aumento do desperdício e da produção de lixo, assim como do tráfico humano, entre outras situações nefastas para o ser humano.

Além disso, a síndrome consumista envolve velocidade exacerbada e excesso. Tudo tem um curto prazo, portanto. Essa síndrome também encurta a expectativa de vida, do desejo e a distância temporal entre este e a sua satisfação, assim como entre a satisfação e o depósito do lixo. Procurei expor na peça estas preocupações, através de uma linguagem narrativa e de ritmos por vezes excessivos, onde vários assuntos são discutidos aparentemente de forma

aleatória, e por fim todo o desperdício do mundo, na forma dos restos de comida, é despejado sobre meu corpo, e por fim renascerei.

No meu conceito Sopa de pedra, enquanto forma, pode caber tudo. Tal como os ingredientes por passar, cabem nela, enquanto metáfora, todos os assuntos, preocupações e sentimentos contraditórios e excessivos.



David

Foi nesse dia que tive o primeiro contato com a morte. Depois da catequese, eu e alguns colegas seguimos um grupo de pessoas vestidas de preto, e entramos na capela mortuária onde as beatas rezavam o terço. No centro da capela deparamo-nos com um caixão aberto, onde estava uma criança que deveria ter talvez uns 10 anos não mais. A morte parecia-me tão distante naquela idade, eu pensava que nós as crianças não podíamos morrer porque éramos protegidas por uma entidade divina, a morte era só para os velhos. Disfarcei o nervosismo e fiz-me de forte em frente aos meus amigos. Quando cheguei a casa meti-me na cama. Mas o que mais me lembro é do cheiro ao estufado de coelho que a minha mãe preparava. Nunca mais comi coelho.

Sopa de Pedra, pp15

Antes de nascer fui confrontado com a morte. O meu pai estava na guerra do ultramar, os tempos eram regidos por uma grande insegurança, a minha mãe estava muito nervosa, disse-me ela que sempre chegava uma carta tinha receio em abri-la, porque a mesma poderia anunciar o pior.

Para quem já teve terapia, sabe que os neurologistas e psicólogos, dizem que o feto sente. Pois acho que senti todas as preocupações da minha mãe e formei-me uma pessoa algo suscetível, e assumir isso não é uma fraqueza, antes pelo contrário, acho terapêutico. As histórias da guerra e do estufado de coelho são representativas do medo da morte. O meu desejo era fazer a catarse e enfrentar esse medo através do teatro.

Mas como explicar a morte se nunca a experimentamos? Cita Gonçalo M. Tavares⁹ no livro *Atlas do Corpo e da imaginação*¹⁰, o filósofo Wittgenstein¹¹ “ Como pode o entendimento humano ultrapassar a realidade e pensar o inverificável?”

Por outro lado, procurei discutir o atrativo da morte em palco, mesmo que simbólica, salientando que o teatro ao vivo tem uma capacidade única para chocar e captar a nossa atenção e imaginação. Entrar em contacto com a morte, no contexto de um espetáculo ao vivo proporciona uma emoção quase impossível de encontrar noutra lugar.

A representação da morte em palco permite ao público, talvez, confrontar-se com a sua própria mortalidade num ambiente seguro e controlado, podendo proporcionar uma experiência catártica, como para mim o foi. Também permite a exploração de temas como a perda e a fragilidade da vida, que podem evocar fortes reações emocionais e criar um sentimento de empatia com as personagens.

Eu acordo sempre antes do relógio tocar o alarme. Sofro de insónias desde que o meu pai voltou da guerra. Ainda hoje me lembro das histórias que ele me contava, como a do companheiro a esvair-se de sangue nos seus

⁹ Gonçalo M. Tavares é autor de uma vasta obra que está a ser traduzida em mais de sessenta países. A sua linguagem em rutura com as tradições líricas portuguesas e a subversão dos géneros literários fazem dele um dos mais inovadores escritores europeus da atualidade. Recentemente, *Le Quartier (O Bairro)*, de Gonçalo M. Tavares, recebeu o prestigioso *Prix Laure-Bataillon 2021*, atribuído ao melhor livro traduzido em França, sucedendo assim à Nobel da Literatura Olga Tokarczuk, que recebeu este prémio em 2019, e ao escritor catalão Miquel de Palol. Ainda em 2021, *O Osso do Meio* foi também distinguido no Oceanos, um dos mais relevantes prémios de língua portuguesa. De entre a sua vasta bibliografia, vinte e duas das suas obras já foram distinguidas, em diversos países. Foi seis vezes finalista do prémio Oceanos, tendo sido premiado três vezes. Foi ainda duas vezes finalista do *Prix Médicis* e duas vezes finalista do *Prix Femina*, entre outras distinções de relevo, como o *Prix du Meilleur Livre Étranger* em 2010. Saramago vaticinou-lhe o Prémio Nobel. Vasco Graça Moura escreveu que *Uma Viagem à Índia* dará ainda que falar dentro de cem anos. A *The New Yorker* afirmou que, tal como em Kafka e Beckett, Gonçalo M. Tavares mostrava que a «lógica pode servir eficazmente tanto a loucura como a razão».

¹⁰ TAVARES, Gonçalo M.(2020). *Atlas do Corpo e da Imaginação*. Editora: Relógio D'Água

¹¹ WITTEGNSTEIN, Ludwig (1889–1951) é reconhecido como um dos maiores filósofos do século XX. As suas principais áreas de interesse foram a lógica, a filosofia da linguagem, a filosofia da matemática e a filosofia da mente. As suas duas obras mais célebres, *Tratado Lógico-Filosófico* e *Reflexões Filosóficas*, que marcam as duas fases do seu pensamento, pautaram o desenvolvimento do positivismo lógico, fazendo dele uma figura proeminente da filosofia analítica.

braços. E hoje é noite de lua cheia. Vai ser ainda mais difícil dormir. Acordo não uma, não duas, mas três ou quatro vezes, mais comprimidos, mais bebida, mais...

David em Sopa de Pedra, pp3

A forma narrativa, fragmentada, aberta, sem aparente seguimento, aponta para o excesso que há em mim e ainda procuro resolver. Como referi, este excesso será "derramado" no meu corpo, entregue à liberdade que é a morte. O corpo como recipiente desse excesso e ao mesmo tempo atingindo a sua libertação pela imortalidade da alma, porque havendo imortalidade da alma, não há verdadeira morte como nos diz Platão em *Fédon*.

É um defeito meu falar rapidamente e muito, misturar vários assuntos, não porque não queira ouvir o meu interlocutor, antes pelo contrário, mas sim pelo desejo de mais e mais, qualquer coisa nova é bem-vinda. Abaixo a rotina. Talvez a velocidade que impera atualmente na sociedade ME tenha influenciado. Repito, nunca estou satisfeito e ando sempre à procura de uma nova porta para abrir, talvez a fugir de qualquer coisa, da coisa, ou da ideia da coisa.

*Esta insatisfação
Não consigo compreender
Sempre esta sensação
Que estou a perder
Tenho pressa de sair
Quero sentir ao chegar
Vontade de partir
P'ra outro lugar*

*Vou continuar a procurar o meu mundo, o meu lugar
Porque até aqui eu só
Estou bem*

*Aonde não estou
Porque eu só quero ir
Aonde eu não vou
Porque eu só estou bem
Aonde não estou
Porque eu só quero ir
Aonde eu não vou
Porque eu só estou bem
Aonde não estou*

*Esta insatisfação
Não consigo compreender
Sempre esta sensação
Que estou a perder
Tenho pressa de sair
Quero sentir ao chegar
Vontade de partir
P'ra outro lugar*

*Vou continuar a procurar a minha forma, o meu lugar
Porque até aqui eu só*

*Estou bem
Aonde não estou
Porque eu só quero ir
Aonde eu não vou
Porque eu só estou bem
Aonde não estou
Porque eu só quero ir
Aonde eu não vou
Porque eu só estou bem
Aonde não estou*

António Variações, letra da música ***Estou além*** ¹²

Em palco instala-se um caos organizado, tal como acontece no universo com tantas estrelas, asteroides, buraco negro, etc... Mas no fim tudo se encaixa. É também a natureza da morte. No entanto, tenho receio que as coisas fiquem muito confusas, e um dos desafios deverá ser, conseguir comunicar com o público, apesar de todos os excessos.

Vamos finalmente pôr a morte no seu lugar, uma morte que no final é precisamente também a do sujeito. Qual é o meu lugar enquanto corpo? É o da forma sem vida, sem energia, sem movimento e de temporalidade. A alma partiu, por isso o corpo apagou e é só um recipiente, imóvel, à espera de ser consumido. A vitalidade vai com a alma. Portanto existe vida para além deste corpo, é assim que quero pensar, talvez assim me emancipe do medo da morte.

No livro *Persona - Uma introdução às teorias da personalidade*¹³, José martinho refere uma citação de Kant retirada do livro *Crítica da razão*¹⁴: “... que o sujeito transcendental é a condição de todo o conhecimento, e que, por conseguinte, ele não pode ser conhecido como uma coisa-em-si”.

MARTA

A sério? Medo da morte? É por isso que adoro a Índia. Sabes que na Índia têm o hábito de envolver o corpo do morto em panos coloridos, e as pessoas que observam o corpo a passar entoam mantras sem tristeza na voz. Isto porque acreditam na reencarnação. Se a pessoa vai reencarnar, a vida segue e encontrarão a pessoa novamente.

¹² António Variações. Música “**Estou além**”, faixa dez do álbum “**Anjo da guarda**”. Editora: Valentim de Carvalho. (1983). António Variações foi músico e cantor, António Joaquim Rodrigues Ribeiro nasceu na aldeia de Fiscal, no concelho de Amares, Braga, a 3 de dezembro de 1944. Partiu para Lisboa com 12 anos. Esteve também em Londres e Amesterdão e implantou a inovação em Lisboa, em 1977, abrindo o primeiro cabeleireiro unissexo da capital. Cabeleireiro de profissão, adotou o nome Variações, designação do grupo de músicos que o acompanharam no início da carreira. No ano seguinte, toma a iniciativa de enviar uma maqueta para a Valentim de Carvalho onde revela os seus dotes musicais. Contudo, só em 1982 editou o seu primeiro *single* que incluía dois temas: "Povo Que Lavas No Rio", clássico do fado, de Pedro Homem de Mello e imortalizado na voz de Amália Rodrigues, e o original "Estou Além" que vinha a ser inserido no álbum “Anjo da guarda”.

¹³ MARTINHO, José (2008) *Persona - Uma introdução às teorias da personalidade*. Editora: Edições Universitárias Lusófonas.

¹⁴

OM NARAYANAYA

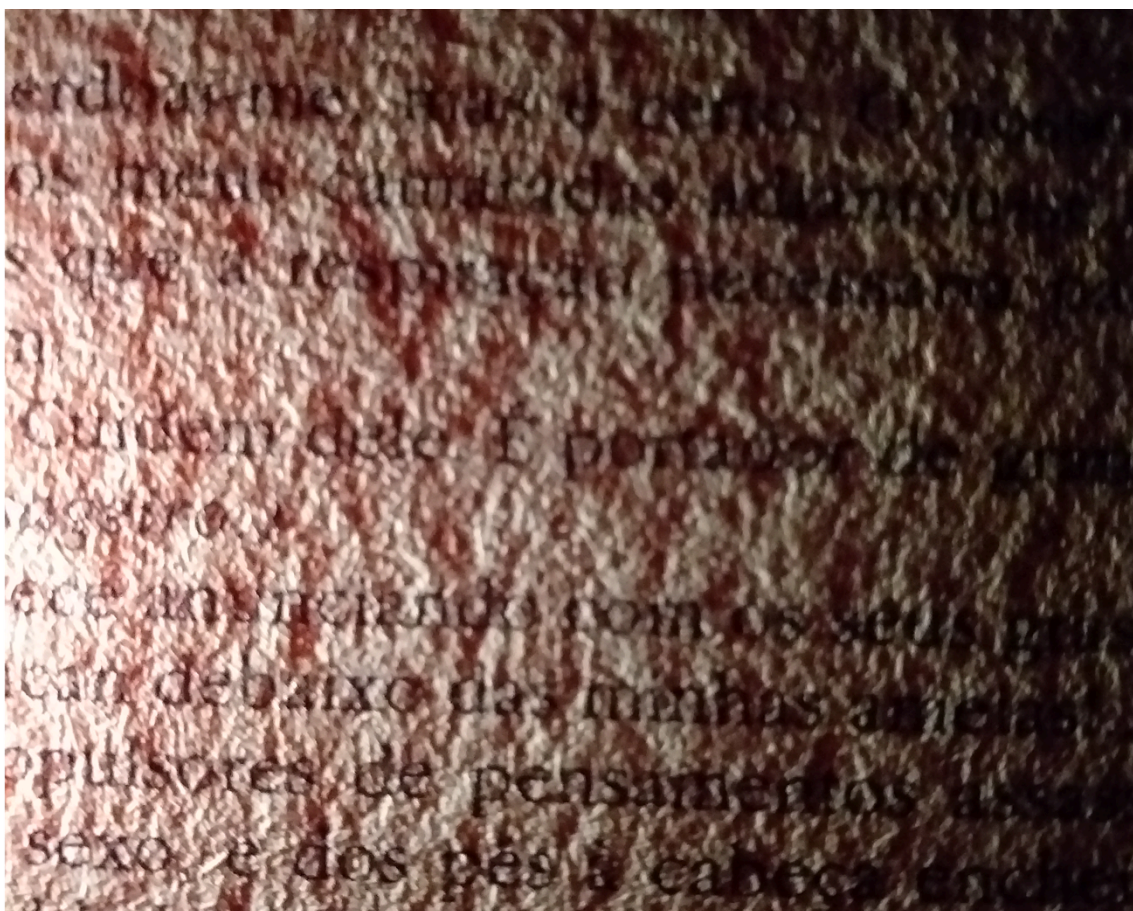
OM NARAYANAYA

OM NARAYANAYA

(Cantam o Mantra enquanto colocam a toalha na mesa de jantar)

Sopa de Pedra, pp 4

UMA VIAGEM PELO TEXTO DRAMÁTICO



David

Sabes que até um catálogo de tintas tem uma marca do escritor?

MARTA

Então, há algo de ti no que escreves.

DAVID

Talvez, não sei. E quanto de ti está nisto?

MARTA

Queres dizer no teatro? Tudo.

(Marta dá sopa para provar a David.)

Sopa de pedra, pp19

A escolha de uma linha narrativa fragmentada é fundamentada no livro “*O que é dramaturgia*”¹⁵ de Joseph Danan, onde o autor refere, dando exemplos, que a dramaturgia contemporânea é frequentemente caracterizada pela fragmentação e diversidade de formas, estilos e assuntos, à semelhança da nossa sociedade de consumo.

¹⁵ DANAN, Joseph (2012), **O que é a dramaturgia**. Editora: Licorne.

Sempre me interessou questionar as convenções e normas do teatro dramático, bem como a exploração de novas formas de expressão cênica.

A presença de excesso de informação, porque era meu objetivo contar muita coisa, e potencializar os diversos assuntos em contexto de ensaio. Pesquisar na prática.

Como tinha tanto para dizer, foi difícil chegar a uma premissa, ao tema central. Depois dos ensaios, à noite, em silêncio, pensava, quanto mais específico, melhor penso. Deste modo, fico a saber como orientar toda a escrita.

Percebi que o maior perigo é eu ser a personagem do encenador-dramaturgo, sendo que a atriz aparece reduzida à personagem da atriz, compreendendo ou não, resistindo às indicações, discutindo soluções.

Era importante ter atenção a algumas falas, que travavam a fluência, a dinâmica da ação, mas isso podia ser corrigido nos ensaios.

Entra o encenador-dramaturgo.

No livro “*Teatro*”¹⁶ David Mamet no capítulo "A Falácia do Encenador", faz uma reflexão da relação entre o encenador e o texto dramático tradicional. Ele argumenta que alguns encenadores contemporâneos rejeitam o texto em favor da manipulação dos elementos plásticos, como o cenário, a iluminação etc... Mamet acredita que essa abordagem é um engano, pois o texto é a base do teatro e deve ser respeitado e valorizado. Algo que em parte concordo, no entanto, prefiro que o texto se mantenha vivo e mantê-lo vivo é ser passível de mutações originadas pelo espaço-tempo específico do palco e dos ensaios. Quando chega ao palco o texto passa a ser uma ferramenta central, mas fazendo parte de uma equipa constituída pelos diferentes elementos da dramaturgia, como a iluminação, cenografia, atuação, imagens, etc.

Os elementos da prática pós-dramática, onde este projeto se situa, ou pelo menos mais se aproxima, tornaram-se geralmente aceites e definem muito da prática do teatro contemporâneo como tal. Lehmann no livro *Teatro Pós-Dramático*¹⁷ define-o como "*um teatro que não é determinado pela estrutura do drama*".

Existe, portanto, o abandono da narrativa linear e, tal como em *Sopa de Pedra*, as histórias não são contadas de uma forma linear. Em vez disso, usei uma variedade de técnicas, como sucessivas montagens e colagens, de forma a criar uma experiência mais fragmentada e caótica:

¹⁶ MAMET, David (2014), **Teatro**. Editora: Civilização brasileira.

¹⁷ LEHMANN, Hans-Thies (2018), **Teatro Pós-Dramático**. Editora: Orfeu Negro.

- O abandono da caracterização psicológica: não me preocupei em desenvolver personagens psicologicamente complexos, nós atores e atrizes temos a nossa própria complexidade enquanto seres humanos e tentei aproveitar essa complexidade e profundidade ao máximo. Em vez disso, os personagens são frequentemente apresentados como arquétipos ou símbolos.
- O abandono do conflito: embora existam alguns conflitos no texto, nomeadamente “Quem detém o poder?”. Embora, no início do espetáculo, as personagens tenham uma relação de poder bem-definida. No entanto, não me concentrei especificamente nos conflitos entre as personagens. Em vez disso, usei uma variedade de técnicas, como humor, ironia e absurdo, para criar uma experiência mais lúdica e reflexiva.

O texto escrito foi o ponto de partida para a construção estética e cénica de uma obra teatral mais completa e significativa. Durante os ensaios, eu e a atriz tivemos a oportunidade de explorar, experimentar e dar vida ao texto, o que levou a mudanças sempre significativas e enriquecedoras, o que proporcionou:

- Exploração da interpretação: Durante os ensaios, os atores tiveram a hipótese de experimentar diferentes abordagens para as personagens, explorar nuances e encontrar a interpretação que melhor se encaixa na visão do encenador-dramaturgo e na proposta artística da peça. Esse processo resultou em ajustes nos diálogos, na entoação, nas intenções das falas, no ritmo e no tempo da peça.
- Ajustes na encenação: À medida que se desenvolveu um desenho de cena, surgiram ajustes necessários no texto para melhor se adequar ao conjunto da encenação. Além disso, algumas falas ou cenas foram adicionadas ou cortadas para melhorar a dinâmica e a estética da peça.
- Adaptação ao público e ao contexto: Durante os ensaios, percebi que algumas partes do texto precisam de ser adaptadas para uma melhor conexão com o público, nomeadamente nas improvisações, no Teatro dentro do Teatro e nas cenas passadas junto da mesa de jantar.
- Evolução do processo criativo: O processo de ensaios é dinâmico e isso pode levar a descobertas criativas que exigem ajustes no texto original. À medida que as personagens foram sendo aprofundadas a visão da peça ficou mais clara, sendo mais uma vez, necessárias mudanças no texto para melhor refletir essa evolução criativa.

Essa evolução dinâmica permitiu que a peça se desenvolvesse e aprofundasse, levando sempre em consideração, as possíveis contribuições do elenco e do público. Através dessa colaboração e abertura para a mudança, o teatro ganha vida e torna-se numa experiência artística única e irrepetível para todos os envolvidos.

Algumas questões que ajudaram nas lides da escrita foram: “Como é que os personagens se vão modificando à medida que os ensaios evoluem? Onde entram o Rui e a Telma? Irão funcionar como um todo dentro do espetáculo? Para onde queremos ir? O que nos aconteceu para estarmos aqui desta maneira? Quais as esperanças e os medos?”

Termino este capítulo com uma citação de Bauman, retirada do livro supracitado, “ Por cortesia da linguagem” (com veracidade, não muito diferente do real, podemos experimentar o mundo como poderá ser quando deixarmos de existir”.

A PRESENÇA



No projeto *Sopa de Pedra*, enquanto ator, tinha como objetivo principal atingir um estado de qualidade de *presença* em palco.

Neste capítulo vou me focar nas bases teóricas sobre o tema. Noutros capítulos são indicados alguns exercícios e observações aplicados em processo de ensaios e no quotidiano para obtenção de uma maior qualidade da presença.

O universo da presença nas artes é tão amplo que existem inúmeras questões, teorizadas por diversos filósofos, criadores e investigadores, para as quais as respostas continuam a não ser consensuais. Quais são os principais signatários da presença teatral? Como é alcançada a presença através do desempenho teatral? A presença é sinónimo de "estar no momento"? Qual é a natureza da 'co-presença' do público e artista? A ausência é produtora de presença?

Ao longo do trabalho constatei que podem existir inúmeros "tipos" de presença ou a presença pode ser muita coisa e, por consequência, e talvez este seja um termo que nunca será fechado,

pelo menos num futuro próximo.

Geralmente costumamos referir-nos à presença inata de um certo ator que já nasceu com aquele brilho e força capaz de nos levar com ele para o seu mundo interior, algo que me levanta algumas dúvidas, porque penso que através de algumas técnicas energéticas e de interpretação todos podemos alcançar essa almejada presença física, esse estado de graça.

Outra questão sobre a presença, é trazida pela escritora Gertrude Stein¹⁸, que ficou preocupada com o facto de, no drama tradicional, existir uma disparidade entre o momento presente da ação dramática e o tempo presente do público.

Hans-Thies Lehmann, que se refere a Stein como precursora do teatro “pós-dramático”, termo cunhado pelo próprio Lehmann no livro já citado, fala do uso do tempo real como um fenómeno estético-teatral recorrente da cena "pós-dramática", estando associado a um padrão de temporalidade que promove uma imagem direta do tempo em estado puro, de modo que o tempo do próprio procedimento teatral comece a ser processado, elaborado e refletido do ponto de vista artístico, desencadeando um tipo de experiência temporal diferente daquela, geralmente experimentada, quer no contexto do teatro narrativo, quer no caso da nossa própria vida quotidiana.

Um dos paradoxos mais estranhos da presença em palco é quanto mais poderosamente nos atrai para o aqui e agora, mais parece ligar-nos a um fuso horário que se estende para além dos limites da vida natural, para invocar o sobrenatural. Ideia para *Sopa de Pedra: Sobrenatural* – os espíritos desencarnados, a memória de quem já não está, mas continuamos a sentir presente.

Na performance a relação com o público é primordial, já que há uma acentuação muito maior do momento presente, a partir do momento da ação, refere Renato Cohen no capítulo três do livro *Performance como linguagem*¹⁹. A criação de um tempo-espço particular faz-nos entrar numa espécie de ritual que esbate as barreiras entre o público e o ator, passando, por isso, o primeiro a ser também participante e não apenas um mero espectador. Ideia para *Sopa de Pedra*: esbater barreiras entre o público e a cena através de interações, criando, simultaneamente, um tempo-espço próprio.

Agora vocês. (para o público). Não vamos desperdiçá-los, temos de lhes dar mais atenção, mais comida, mais... azeitonas! (Atiram azeitonas ao público)

¹⁸ **Gertrude Stein** (1874-1946), escritora de vanguarda norte-americana que reinventou géneros e criou registos literários muito próprios, possui uma vasta e profundamente original obra, com títulos como “Three Lives” (1909), “Tender Buttons” (1914); “The Making of Americans” (1925) ou a “Autobiografia de Alice B. Toklas” (1933) – este último livro foi considerado uma das vinte melhores obras de não ficção em língua inglesa.

¹⁹ COHEN, Renato (2002). **Performance como linguagem**. Editora:Perspectiva.

No mesmo capítulo, Cohen refere que esta valorização do momento presente da performance faz com que o artista tenha de aprender a conviver com as ambivalências tempo / espaço x tempo / espaço ficcional.

Há um outro aspecto do “agora” subjetivo que é simultaneamente surpreendente é óbvio. O momento presente não passa a assobiar como se fosse vento e tornando-se observável apenas depois de ter desaparecido. Na realidade, passa por um estágio mental, de forma mais lenta, demorando alguns segundos a desdobrar-se.

Termino este capítulo com uma citação, que me faz sentido, retirada do livro *O ator e o alvo*²⁰ do encenador Declan Donnellan :

"Na realidade estamos presentes, não podemos fazer absolutamente nada para alterar isso. Mas podemos fantasiar que estamos num outro lugar. Na verdade, criamos dispositivos tão engenhosos para nos iludirmos que é extremamente difícil desligá-los. Mas certos princípios podem sempre ajudar. Primeiro: como já estou presente, não me posso tornar presente. É uma fraude brilhante do medo a tentativa de estar presente. Pois tentar fazer qualquer coisa faz-nos concentrar e tira-nos da cena. O medo usa muitas vezes esse truque em particular para nos confundir; fazendo-nos lutar para nos tornarmos. . . o que, de facto, já somos." –

²⁰ DONNELLAN, Declan (2012). *The Actor and the Target*. Edição: A Nick Hern Book

AVULSOS PARA A VIDA



O ritual era sempre o mesmo. Abria a janela, olhava para fora e examinava o céu. Assim tinha a certeza se o dia seria esplêndido ou não.

Marta em *Sopa de Pedra*, pp3

Por diversas vezes, a atriz que me acompanhou no processo de ensaios dizia, “Isto fica para a vida toda!”. Por isso, tentei ver esta experiência como um investimento em algo que me vai acompanhar para a vida toda, não só enquanto profissional de teatro, mas também como pessoa. O saber colocar a voz, os exercícios de relaxamento e de presença, o movimento. Tudo são ferramentas que facultam uma melhor qualidade de vida e que facilitam a transmissão de ideias e energia de uma forma mais natural. Foi uma viagem e tanto. Obrigado ao universo por me ter proporcionado tal experiência.

Diário de bordo:

Apontamentos avulso que me ajudaram a crescer:

Se adicionar cabeçalhos (Formato > Estilos de parágrafo), estes aparecem no índice.

Quanto mais específico, melhor. Deste modo, fico a saber como orientar toda a escrita. A premissa nem sempre é fácil de encontrar, e muitas vezes só surge durante o processo. Entendi finalmente que a premissa pode ter qualquer coisa a ver com a cultura do excesso, utilizando a cozinha / comida como elemento agregador e metafórico.

- A certa altura, do processo de criação e investigação, observo: As ações e texto devem ser mais diferenciadas; cada ação e cada zona de texto têm uma energia e ritmo específicos. As ações e o texto não devem ser tratados da mesma forma (isto contribui para que o espetáculo se torne vivo e ritmado).
- Devem existir motivações diferentes para cada ação e texto. Não tratar o texto todo com a mesma motivação e intenção. Cada cena tem a sua intenção, o seu objetivo.
- É tempo de escolher uma música para cada cena que nos impacte do ponto de vista imaginativo – aquela que nos agarra pela garganta. É tempo de escolher uma fotografia para cada cena, aquela que se impuser pela hipótese de narrativa.
- O encenador para a atriz: Oiçamos como pessoas de teatro - como pessoas que dão profundidade e movimento. Atenção à instalação dos corpos em cena, à instalação e manipulação dos objetos. As cenas precisam, por vezes, de alternância entre corpos dinâmicos e imóveis.
- Observo que eu ator, e a atriz não estamos no mesmo comprimento de onda, não há empatia. Talvez por ela ser muito pragmática e eu mais sonhador, algo contrário às personagens que desempenhamos respetivamente. Foi necessário fazer no aquecimento o exercício do espelho, onde o que se pretende é um contacto real, relevante, empático, curioso, vivo entre os atores. Estamos em contacto com o outro através de um foco muito específico, procurando aquilo que na realidade é verdadeiro e nos estimula criativamente para o contacto verdadeiro.
- Explorar a química / empatia entre os atores. Procurar elementos específicos e positivos no corpo e na qualidade de estar do outro que nos estimulem. Este contacto deve ser realizado com o foco na presença dos atores. É como um jogo onde um propõe uma emoção ou uma ação e onde o outro tem apenas de reagir consoante aquilo que sente e experiência no corpo, vontade / necessidade e impulso. Este

exercício é quase uma tentativa de querer entrar na mente do outro. É um diálogo complexo e rico que acontece no plano mental, como se de facto estivéssemos a comunicar através do olhar, sem palavras, sempre em ligação com o que se está a passar dentro do nosso corpo e do corpo do outro.

- Durante os ensaios: A cena está sem vida, tudo muito igual, é necessário procurar diferentes energias, ritmos e velocidades para cada cena. Este é um aspeto muito importante, porque irá ditar o ritmo e a “viagem emocional” do espectador no espetáculo. As situações e as personagens têm de sofrer uma transformação. Não devem terminar como começam. (O que aprendem as personagens? Como ficam transformadas as personagens? Ex: David no final fica um bocadinho tocado com o vinho...).
- Quando a Telma veste o casaco, estando este pendurado no *charriot*, penso que o objeto reforça a quebra da quarta parede, e, sem ser ilustrativo, utilizado em cena, abre o espaço para outras possibilidades.
- Tomar bem consciência dos espaços que são criados. Ex.: mesa de cozinha, mesa do público, zonas de improvisação, etc.
- Ter mais interação com o público.
- As personagens e até mesmo os atores devem ter objetivos específicos (as personagens, através das ações que realizam, e os atores, com o seu subtexto).
- As personagens querem sempre alguma coisa; têm sempre um objetivo concreto que querem alcançar; por vezes surge o conflito quando há entraves à concretização do objetivo. Há sempre duas forças que se opõem. Isto é: o protagonista tem sempre um antagonista que o impede de realizar os seus objetivos - é aqui que surge o drama. (Ex.: David precisa de ter as entradas a tempo e a Marta atrapalha-se toda ou é muito lenta, o que impede o David de concretizar o seu objetivo de entregar as entradas a horas aos clientes/espectadores. Marta quer saber o segredo da sopa, mas David não lhe diz de forma direta, etc...

- O objetivo com a história de guerra do meu pai, foi recuperar essa memória e enfrentá-la. Talvez assim consiga purgar os traumas adjacentes à mesma. Porque enquanto o trauma não for resolvido ele irá assombrar-me para toda a vida.
- É importante para a minha aprendizagem desenvolver questões teóricas no palco, frequentemente em forma de discurso teórico modificado da terceira para a primeira pessoa. Isso pode produzir diálogos ambíguos e divertidos que, em rigor, não constituem diálogos reais, mas um coro dividido em vozes, apresentando questões sociológicas e políticas e denunciando, de forma satírica, as ideologias da representação, subjetividade, identidade, ou desejo pré-codificado pelo poder das normas culturais e sociais.
- Os espaços das cenas ainda não estão muito bem definidos (Ex.: o ator desloca-se de um sítio para outro com uma intenção; não pode ficar “entre” espaços - a não ser que seja uma opção);
- Ainda estou muito hesitante no espaço e nas deslocções. “Passeio” pelo espaço sem intenção. (Ex.: Marcar. Desenhar a cena. Ou associar os espaços a movimentação ou posturas);
- Começo a sentir necessidade de ver os objetos em cena (em vez de “mimar” os mesmos), como couves, facas, tigelas, etc... (Com ações concretas);
- A representação (o *acting*) não deve ser uma preocupação, nem as questões mais técnicas da representação. Não é isso que importa, mas sim a condução e orquestração do espetáculo que se desenrola perante o espectador. Estar apenas presente nas cenas e realizar as ações com a consciência do aqui e do agora em “comunhão” com o espectador;
- Ter um prazer e “gozo” genuíno pelo que se está a fazer. Não fingir que se gosta ou qualquer outra espécie de fingimento. Perceber o que acontece. Agir de acordo;
- Devo prestar atenção ao excesso de informação e coisas que se quer contar e experimentar. Há que fazer “cedências” de acordo com o objetivo da dramaturgia. Querer pôr “tudo” num só projeto pode resultar em confusão e falta de foco. (Ex.: Só a referência à guerra colonial é todo um projeto. Pergunto: é informação relevante para o

projeto? Como seria o projeto sem essa referência à guerra? “Ganhava ou perdia” interesse e relevância?);

- Hoje, na cena 10, na minha improvisação, corro descalço junto à mesa do público, caí e parti o jarro do vinho. Podia ter-me cortado. FANTÁSTICO. É isto o teatro. O imprevisto surge, e reagimos a ele sem pensar. O acidente cria cenas autênticas. Gravo na memória.
- Faço referência a um livro que me serviu de guia durante o processo de ensaios, no que diz respeito ao corpo e à consciência do mesmo. Penso que este é apenas o início de um projeto de investigação a longo prazo que poderá estabelecer uma nova fase no treino do ator relacionado com a consciência. No livro *Awakening the Performing Body*²¹, na página 62, encontrei exercícios específicos para utilizar os centros de energia do corpo na representação. Os exercícios fornecidos nesta secção ajudam-me enquanto ator a estabelecer um diálogo e uma linguagem para o uso destes centros. É importante trabalhar os centros da raiz para cima, porque abrir um centro por si só, sem ligação ao todo, pode muitas vezes resultar na desconexão dessa parte do corpo com o resto do corpo. À medida que se trabalha através destes centros com respiração, movimento e carácter, a ideia de cada centro como um lugar diferente de consciência estabelece-se no corpo.
- Nunca fiquei nu em palco. O uso de um corpo nu no teatro pode ser uma ferramenta poderosa para expressar ideias e emoções, bem como para desafiar as normas sociais e explorar questões de vulnerabilidade, autenticidade e identidade. E ao mesmo tempo este é um grande desafio que faço a mim mesmo, expor o meu corpo em público. O meu corpo nu usado como um símbolo ou metáfora para representar conceitos mais amplos, como a natureza humana, a fragilidade, e a liberdade.
- O uso da nudez deve ser tratado com respeito e sensibilidade, garantindo que seja relevante para a narrativa.
- De uma forma generalista a relação entre o corpo e a "cultura do excesso" tem sido abordada por diversos filósofos e teóricos ao longo da história. Alguns deles discutiram como a cultura do excesso afeta o corpo humano e a sociedade de forma

²¹ MCCUTCHEON, Jade Rosina (2008). *Awakening the Performing Body*. Editora: Brill Academic Pub.

mais ampla. Zygmunt Bauman, em "*Vidas desperdiçadas*" , argumenta que a cultura do excesso e do consumo está ligada à natureza líquida da sociedade contemporânea, onde tudo é efêmero e descartável.

- Reparei no ensaio que ao concentrarmo-nos só na ação física chegamos a uma outra coisa: a total comunhão entre corpo, mente e espírito.

O ENCENADOR FACTÓTUM



MARTA

Já que estás tão entusiasmado, façamos uma coisa. Eu desta vez vou ser a encenadora e tu o ator. Sim? Por favor!

DAVID

(David concorda com um aceno de cabeça)

Porque não?

Sopa de pedra pp33

Como dramaturgo, procurei sempre a reflexividade do texto promovendo um rodopio permanente de sentidos e da própria cena. Como encenador, procurei sempre a instabilidade criadora permanente, que nunca se basta a si mesma.

Afinal, o teatro não desaparece na sua realização, é algo inacabado que se projeta sobre o futuro.

Quando se é encenador e também dramaturgo, isso pode proporcionar uma experiência teatral única e enriquecedora. Entender e experienciar todos os capítulos dum projecto de teatro foi um desafio a que me propus desde o início: ser ator, encenador, dramaturgo e cozinheiro,

experienciando todos esses “lugares” e colocando-os em diálogo uns com os outros. Este desafio foi uma oportunidade para pôr em prática toda a aprendizagem adquirida ao longo do mestrado. Esta combinação de funções, embora difícil, permitiu uma estreita integração entre a concepção da obra e a sua realização, resultando numa visão artística coesa e autêntica. Por exemplo, foi muito simples a inserção da personagem do “Cozinheiro David” porque a escrita foi preparada e pensada em colocá-lo como papel fundamental na peça, afinal é David que vai “alimentando” os diálogos quer com o público quer com a atriz, é ele que pauta os tempos e ritmos, transmite as vontades do encenador-dramaturgo. Essa relação especial entre o encenador-dramaturgo e a peça gerou reflexões e impactos significativos:

- Visão artística unificada: O fato de o encenador também ser o dramaturgo permitiu uma visão artística unificada. Como possuidor de um conhecimento íntimo do texto e da sua intenção original, facilitou a comunicação da minha visão junto da atriz e da equipa de produção. Essa coesão artística espero também ter resultado numa experiência teatral mais profunda e robusta para o público.
- Exploração do texto e da encenação: Como encenador-dramaturgo tive a oportunidade de explorar o texto de maneira mais profunda e extensiva. Isso permitiu ajustar e adaptar o texto de acordo com as ideias que surgiram durante o processo de ensaios e, conseqüentemente, pude experimentar novas abordagens de encenação que melhor se alinhavam com a minha visão para a peça. Por exemplo, a interação com o público não estava prevista num momento inicial, mas com o avançar dos ensaios percebi que tinha de reescrever o texto de forma a chamar algumas pessoas do público ao jogo. Eles não podiam ser meros espectadores que se sentam para comer e ver um espetáculo. Tentei também deixar parte da interpretação do texto para o público, já que penso ser este o seu trabalho. E foi muito esclarecedor, após o final da apresentação ouvir as opiniões distintas de cada um.
- Flexibilidade e liberdade criativa: Como encenador-dramaturgo, tive mais liberdade criativa para moldar a obra de acordo com as minhas inspirações e, acima de tudo, intuições.
- Responsabilidade artística: Ser o encenador-dramaturgo também significa assumir a responsabilidade integral pela obra. Isso pode ser um desafio, mas foi, sobretudo, uma oportunidade de imersão completa na narrativa e nos temas da peça.
- Intimidade emocional: Como encenador-dramaturgo tive uma conexão emocional profunda com o espetáculo, uma vez que estando envolvido em todas as áreas da sua criação, também acarretou alguns desafios, nomeadamente o risco do David ser a

personagem do encenador, em cena. Estive bastante atento para não contaminar o fazer genuíno do momento presente, sem uma ideia pré-concebida do encenador-dramaturgo. Procurei concentrar-me nas ações físicas, porque teatro é ação. Mas, por outro lado, essa intimidade entre o dramaturgo e o ator pode traduzir-se em performances emocionalmente impactantes e, talvez, mais autênticas.

No entanto, é importante notar que foi fundamental manter uma visão objetiva da obra para garantir uma narrativa não linear, personagens autênticos e, acima de tudo, presentes, sem perder a coesão artística. Além disso, foi essencial haver espaço para colaboração e *feedback* de convidados e os atores, de forma a garantir uma perspectiva diversificada.

Em suma, a experiência de ser encenador e dramaturgo ao mesmo tempo pode ser enriquecedora e desafiadora, proporcionando uma oportunidade única para a criação de uma obra teatral autêntica, inovadora e profundamente pessoal.

O teatro realça a experiência estética, sensorial e emocional do público, neste caso amplificada por uma abordagem não linear da narrativa e pela experiência comensal.

Interessou-me enfatizar o presente e o momento presente da ação, rompendo com a narrativa tradicional. Dancei, cozinhei e partilhei com o público histórias da minha intimidade, sem este o saber, como a história do estufado de coelho onde “surge” um rapaz de dez anos morto num caixão. Era importante para mim utilizar o texto e o palco para expiar os meus medos através do confronto com estes, no palco em frente ao público, na secretária, em solidão, com distância.

Ao priorizar as sensações e a experiência sensorial, pretendia criar um espaço para uma maior conexão emocional e imersão do público, aproximando a arte teatral da vivência quotidiana e pessoal de cada espetador, como exemplo da cena em que me sento à mesa com o público e conto a história sobre a morte.

Experimentei, desafiando-me, em constante investigação, colocando em cena todos os excessos da minha pessoa e do desperdício do mundo, do diálogo fragmentado, da empatia, da não empatia, da interrupção linear da narrativa, sempre com multiplicidade de significados, permitindo uma experiência mais subjetiva e aberta à interpretação individual. Este aspeto, colocou em evidência a importância da imaginação e da participação ativa do espectador na construção do sentido da obra. A prova disso, no final da apresentação, as opiniões eram distintas em relação à cena final.

Para uma organização estrutural e conceptual de encenação, fui influenciado pela leitura do livro *Para ler o teatro*²² de Anne Ubersfeld, onde a autora refere:

- *"A encenação é o ponto de encontro entre o texto e o espetáculo, onde a palavra escrita ganha vida e se transforma em ação visível."* pp59
- *"A encenação joga com este tipo de evocação metonímica, mesmo se não são textuais. Podemos também considerar como metonímico o papel indiciai dos objetos que anunciam um acontecimento: um frasco de veneno..."* pp66
- *"A encenação joga com este tipo de evocação metonímica, mesmo se não são textuais. Podemos também considerar como metonímico o papel indiciai dos objetos que anunciam um acontecimento: um frasco de veneno."* pp78
- *"O papel fundamental da encenação em relação a um discurso que, em princípio, preexiste a ele, consiste em exhibir o pré-construído, em mostrar o que pertence ao terreno do não-dito (ou do dito conotativo ou indiciai). A encenação mostra quem fala e como se pode ou não falar. Às vezes, e por efeito do deslocamento histórico, a mudança nas formações discursivas faz que um ou outro elemento perca seu sentido e sua atualidade; a tarefa da encenação é construir e exhibir um pressuposto paralelo, "semelhante" como triângulos são semelhantes."*
- *"A encenação pode escolher entre as diferentes redes espaciais ou mantê-las em conjunto, numa relação de conflito: texto e encenação se iluminam mutuamente nessa perspectiva."*
- *"Ler o teatro é simplesmente preparar as condições de produção desse sentido. É a tarefa do dramaturgo", do semiólogo, do diretor, do leitor, a sua, a nossa. E o irracionalismo está em se constatar que esse sentido, sempre precedente à nossa própria leitura, escapa em larga medida a uma formalização rigorosa. Não eliminaremos do teatro o domínio do vivido, e o sentido construído por todos é também a memória de cada um. O traço insubstituível do teatro consiste em que, não sendo mais, como diz o poeta, "a voz de ninguém" – visto que o scriptor voluntariamente se ausentou -, ele investe a tal ponto o espectador, que acaba por ser enfim a voz de todos nós."* pp 102

Mas houve momentos, a auto encenação, ou seja, eu enquanto criador encenar uma obra onde sou intérprete, cozinheiro, produtor, escritor, pode ser um desafio complexo que apresenta algumas dificuldades específicas:

- **Objetividade:** Um dos maiores desafios foi manter uma visão objetiva da própria interpretação e encenação. Foi muito difícil distanciar-me emocionalmente da performance e do processo de criação para avaliar criticamente tudo que acontecia nos ensaios e no processo de criação.
- **Divisão de funções e foco:** Em alguns momentos senti-me dividido entre as diferentes funções, o que, por vezes, prejudicou o foco e a especificidade de cada função.

²² UBERSFELD, Anne (2005). **Para Ler o Teatro**. Editora: Perspectiva.

- Autoexigência e autocensura: Por vezes fui excessivamente crítico comigo mesmo, o que levou à autocensura ou ao receio de tomar certos riscos criativos. Lembro-me de pensar “A minha voz não está bem para esta cena. Não foi assim que tinha pensado quando escrevi isto”, etc...
- Tomada de decisões difíceis: tomar todas as decisões criativas foi um processo *stressante* e desafiador.
- Gestão do tempo e energia: A auto encenação exigiu uma gestão cuidadosa do tempo e de energia, já que tive de lidar com múltiplas tarefas e responsabilidades.
- Dificuldade em encontrar distanciamento emocional: Como sempre estive muito envolvido na criação e interpretação do trabalho, foi difícil encontrar o distanciamento emocional necessário para aprofundar a compreensão da personagem e da história.
- Solução de problemas: Resolver problemas criativos pode ser mais complexo na auto encenação, uma vez que o artista não tem a perspectiva externa de um diretor para oferecer sugestões e ideias. Para suprimir esta necessidade convidei, já numa fase avançada do trabalho, o dramaturgo e ator Luís Campião a assistir a alguns ensaios, o que se veio a comprovar como uma mais-valia para o projeto. Por vezes, precisamos de convidar alguém que tenhamos em alta estima e empatia para passarmos ao próximo nível. Fiquei feliz por ter tido este discernimento, que um encenador deve sempre ter. O inimigo que, neste caso, poderia ser o ego, foi algo que não deixei entrar em cena.

Mas apesar dos obstáculos, que fazem parte do crescimento, já que é nas dificuldades que mais evoluímos, a auto encenação, como já referido, foi uma experiência muito enriquecedora e gratificante, permitindo uma conexão mais profunda com o trabalho e a possibilidade de explorar a minha própria visão artística de forma mais pessoal. Superar esses desafios requer algum autoconhecimento, disciplina, flexibilidade e a capacidade de lidar com a pressão e as responsabilidades envolvidas na criação de uma obra teatral.

As improvisações também foram muito importantes no processo de criação. Optei por, ao longo das três improvisações presentes no espetáculo, ir acrescentando dificuldades para a Telma resolver. (Ex.: A prateleira é muito alta, ela não chega ao produto e tem de saltar. Sempre cada vez mais alto... “Mais, e mais e mais!”).

Acrescentei às improvisações algo de absurdo, à medida que elas se desenvolviam, mas com ligação a assuntos relatados no texto, como a morte ou a violência doméstica.

Incluí objetos na lista de compras que nada têm a ver com o supermercado. (Ex.: Marta compra um caixão na secção dos mortos).

Acho que as improvisações foram o “lugar” ideal para inserir alguns elementos que fazem parte da premissa. O excesso, a morte, um certo *nonsense*... Tudo isto veio beneficiar o trabalho da personagem, tornando-o mais rico e autêntico.

Como encenador gosto muito de trabalhar na ambiguidade, de deixar as coisas em aberto para que cada um possa retirar as suas conclusões. Neste projeto, o equilíbrio entre a ficção e a realidade era essencial, pretendia com isso criar uma narrativa envolvente capaz de originar dúvidas no espectador.

DAVID

Quem te mandou cantarolar esses versos?

MARTA

Mas agora uma atriz não pode ter liberdade criativa? E além disso estes versos fazem parte da cultura mediterrânica e foi escrito no guião que iremos falar da cultura e culinária mediterrânica, por isso acho que encaixam muito bem aqui.

DAVID

Chega destas conversas sobre teatro!.

DAVID

Coisas sem valor nenhum. Os amigos é que não tem coragem de o dizer, os textos são básicos dramaturgicamente, ao nível de primeiro ciclo.

MARTA

E se dedicasses mais tempo à criação. Por que não tentas?

DAVID

Não insistas! Não posso arruinar este negócio.

(Longo silêncio. David e Marta cortam os vegetais.)

Mas talvez tenhas razão, sinto-me seco por dentro. (pausa) Há uns anos ainda tinha tempo de me sentar na mesa da cozinha, e punha-me a construir uma careta com os caroços e as hastes das cerejas. Tinha tempo. Agora não, estou seco, pareço morto. Quando era miúdo, tinha uns 11, 12 anos, o meu pai teve um acidente gravíssimo. Capa de jornal. O carro caiu num buraco das obras. Morreram três. O meu pai e outro ficaram em coma durante uns dias. Lembro-me da minha mãe trazer as roupas dele num saco de plástico. Não sei porquê mas abri o saco e cheirei as roupas... que estavam cheias de sangue. Gostei do cheiro.

Sopa de Pedra, pp18

INTERPRETAÇÃO



O ator acende a boca. Depois, os cabelos.
Finge as suas caras nas poças interiores.

O actor põe e tira a cabeça
de búfalo.

De veado.

De rinoceronte.

Põe flores nos cornos.

Ninguém ama tão desalmadamente
como o ator.

O ator acende os pés e as mãos.

Fala devagar.

Parece que se difunde aos bocados.

Bocado estrela.

Bocado janela para fora.

Outro bocado gruta para dentro.

O actor toma as coisas para deitar fogo
ao pequeno talento humano.

O ator estala como sal queimado.

O que rutila, o que arde destacadamente
na noite, é o actor, com
uma voz pura monotonamente batida
pela solidão universal.

O espantoso actor que tira e coloca
e retira

o adjectivo da coisa, a subtileza
da forma,

e precipita a verdade.

De um lado extrai a maçã com sua
divagação de maçã.

Fabrica peixes mergulhados na própria

labareda de peixes.
Porque o ator está como a maçã.
O ator é um peixe.

Sorri assim o ator contra a face de Deus.
Ornamenta Deus com simplicidades silvestres.
O actor que subtrai Deus de Deus,
e dá velocidade aos lugares aéreos.
Porque o actor é uma astronave que atravessa
a distância de Deus.
Embrulha. Desvela.
O ator diz uma palavra inaudível.
Reduz a humidade e o calor da terra
à confusão dessa palavra.
Recita o livro. Amplifica o livro.
O ator acende o livro.
Levita pelos campos como a dura água do dia.
O ator é tremendo.
Ninguém ama tão rebarbativamente
como o ator.
Como a unidade do ator.

O actor é um advérbio que ramificou
de um substantivo.
E o substantivo retorna e gira,
e o actor é um adjectivo.
É um nome que provém ultimamente
do Nome.
Nome que se murmura em si, e agita,
e enlouquece.
O ator é o grande nome cheio de holofotes.
O nome que cega.
Que sangra.
Que é o sangue.
Assim o actor levanta o corpo,
enche o corpo com melodia.
Corpo que treme de melodia.
Ninguém ama tão corporalmente como o ator.
Como o corpo do ator.

Porque o talento é transformação.
O actor transforma a própria acção
da transformação.
Solidifica-se. Gaseifica-se. Complica-se.
O actor cresce no seu acto.
Faz crescer o acto.
O ator retifica-se.
É enorme o actor com sua ossada de base,
com suas tantas janelas,
as ruas —
o ator com uma emotiva publicidade.
Ninguém ama tão publicamente como o ator.
Como o ator secreto.

Em estado de graça. Em compacto
estado de pureza.
O ator ama em acção de estrela.
Acção de mímica.
O actor é um tenebroso recolhimento
de onde brota a pantomima.

O ator vê aparecer a manhã sobre a cama.
Vê a cobra entre as pernas.
O actor vê fulminantemente
como é puro.
Ninguém ama o teatro essencial como o ator.
Como a essência do amor do ator.
O teatro geral.

O ator está em estado geral de graça.

Herberto Helder, Poemacto III ²³

Sou introvertido, tenho medo do palco, não sou ator profissional, mas esta era mais uma oportunidade para me desafiar e sair da minha zona de conforto. Porque é que os introvertidos fazem teatro?

No meu caso tenho uma necessidade de criatividade ou expressão que talvez ultrapasse o medo da exposição. Também foi importante experimentar o trabalho da construção do espetáculo para perceber onde me enquadro, se na encenação, na dramaturgia, na interpretação ou na criação. O mestrado serviu precisamente para isso, para explorarmos vários percursos, algumas ideias, e no final esperamos escolher o caminho certo.

Mas como lidar com a auto exposição e vulnerabilidade? Ao colocar-me em cena, enfrentei o desafio de expor o meu corpo, diferentes emoções e vulnerabilidades. Não foi nada fácil, mas o focar-me simplesmente no presente e nas ações físicas, ajudou-me a ultrapassar esses medos.

Listo, alguns observações feitas durante o processo de criação e ensaios. que me ajudaram no trabalho de ator, e a superar a timidez e o medo do palco:

- Nem a representação deve ser uma preocupação, nem as questões mais técnicas da representação. Não é isso que importa, mas sim a condução e orquestração do espetáculo que se desenrola perante o espectador. Estar presente nas cenas e realizar as ações com a consciência do aqui e do agora em “comunhão” com o espectador.
- Como ator não profissional, chego aos ensaios já cansado, depois de um dia de trabalho é normal, e por vezes tenho de fazer um esforço tremendo para entrar no ambiente, concentração e foco. Isso afeta a qualidade de presença, “onde” temos de ter o corpo bem preparado e focado na cena. Quando estamos cansados, a cena torna-se

²³ HELDER, Herberto (1996). **Poesia toda**. Editora: Assírio & Alvim.

ainda mais difícil, não conseguindo o contato com o interior, levando, algumas vezes, a simplesmente cumprir a cena em termos formais. Deste modo tornamo-nos meros executantes, sem relação com o nosso interior de onde deve vir a necessidade e a motivação para criar uma cena viva com o total envolvimento entre os atores.

Foi uma ajuda preciosa um documento que o Luís Campião me facultou, onde ele fala sobre percepção de *embodiment*, na perspectiva do professor Luca Aprea. Numa aula, Aprea pediu aos alunos para se sentarem e levantarem, estando conscientes desta ação, do(s) processo(s) da mesma, e do “espaço” interior, bem como exterior que esta implica, que identifico como o processo de “estar no corpo”; dentro e fora dele.

Isto leva a uma minuciosa observação do que se passa no interior do corpo (respiração, musculatura, micromovimentos, energia), bem como no exterior a este (espaço, proxémica, relação com seres, objetos) e de como todos estes processos/eventos nos afetam sensitiva, emocional e criativamente, enquanto atores/intérpretes. Fiz o exercício em casa e passado algumas semanas de repetições do mesmo, a mudança operada no corpo é visível, assim como a consciência que temos do mesmo, levando assim a uma amplificação da qualidade de presença.

- Os atores devem cultivar uma presença mais profunda e autêntica no palco, o que, por sua vez, poderá melhorar a sua interpretação e cativar o público.

Um dos métodos que utilizei na procura da *presença* foi o método das ações físicas, técnica desenvolvida pelo encenador e professor Konstantin Stanislavski²⁴ e experimentada nas aulas de Artes performativas e Linguagens de encenação. Este método enfatiza a utilização de movimentos e ações físicas para criar a vida interior e os estados emocionais de uma personagem.

Alguns exercícios realizados nas aulas de Artes performativas e Linguagens de encenação que usei em processo de ensaios e no quotidiano:

Visão

- Olhar para uma pessoa ou objeto por trinta segundos, desviar o olhar e dar uma descrição precisa do que vi.
- Os dois atores frente a frente; um reflete o outro como uma imagem no espelho. O «modelo» move-se e a «imagem» segue-o tão exatamente que um observador não

²⁴ Konstantin Stanislávski (1863-1938) desenvolveu um dos mais importantes e influentes métodos de preparação do Ator. Konstantin Stanislávski nasceu em Moscovo a 5 de janeiro de 1863. Foi ator, encenador, professor e escritor de grande relevância, nos séculos XIX e XX. Fundou, em 1897, juntamente com Vladimir Danchenko, o Teatro Popular de Arte, mais tarde o Teatro de Arte de Moscovo, que dirigiu durante cerca de 40 anos.

deveria ser capaz de dizer quem lidera e quem segue.

Audição

- Fechar os olhos, relaxar e ouvir apenas os sons da sala; ampliar o foco para sons dentro do edifício; ampliar o foco outra vez para os sons da rua. Abrir os olhos e descrever o que ouvi com a maior precisão possível.

Toque

- Fechar os olhos; alguém te entrega um objeto. Devo examinar minuciosamente apenas com o toque. Devolvo o objeto, abro os olhos e descreve-o tão exatamente quanto possível.

Olfato

- Fechar os olhos, relaxar e concentrar-me nos odores na sala em redor. Abrir os olhos e lembrar-me exatamente do que senti. Recrio imaginativamente cheiros familiares: mar, chocolate quente, rosas, cebolas.

Gosto

- Descrever para a atriz o gosto que se tem presentemente na boca.
- Recriar imaginativamente sabores familiares: limão, vinagre, açúcar, azeite, vinho.

Objectos de atenção:

- mesa e áreas concêntricas. Caminhar em círculo (pequeno) e observar os objectos que estão dentro dele; depois, ampliar esta caminhada (círculo médio), adicionando mais objectos de atenção; por fim, caminhar num círculo tão grande quanto a sala permitir e assimilar todos os objectos que estão dentro dele.
- Sentados, estabelecer mentalmente um pequeno círculo em redor e observar o que está dentro dele; ampliar a atenção para um círculo médio; considerar depois toda a sala como o maior círculo de atenção disponível.
- Durante a atuação, definir cuidadosamente círculos de atenção de modo a incluir todos os objetos necessários à cena. No entanto, se a atenção começar a vagar, criar um pequeno círculo para redirecionar a concentração.

Também recorri a improvisações em processo de ensaios, uma tarefa que deu origem a diferentes movimentos e a diferentes formas possíveis de executar as ações e cenas.

A partir de certa altura, uma dessas formas foi escolhida e fixada como parte da partitura do ator. Da próxima vez em que essas cenas forem feitas, não será a tarefa imperceptível que será repetida, mas este movimento perceptível. Esta abordagem ao treino do ator enfatiza a

importância de desenvolver marcações de movimento que se baseiam no método das ações físicas, em vez de perspectivas externas.

A improvisação é um processo de apresentação de propostas dos atores que, com um maior desenvolvimento no processo de ensaios, podem fazer parte da apresentação. E também, quando há um bloqueio por parte dos atores, a improvisação é uma ferramenta preciosa, já que através de vários jogos é possível o ator conseguir algo importante e pertinente para a cena.

Escolhi a fórmula das improvisações curtas para o efeito pretendido em cena. Neste estilo, as cenas e jogos de improvisação são mais curtos e rápidos, geralmente com uma duração de alguns segundos a poucos minutos. Por isso, em *Sopa de Pedra*, a maior parte das cenas são independentes e autossuficientes.

A estrutura consiste em jogos de improvisação individuais ou a dois como foi o caso, cada um com as suas próprias regras e objetivos específicos. A chamada forma curta de improvisação, tende a enfatizar o ritmo rápido e o por vezes humor imediato, buscando reações instantâneas do público a cada cena ou jogo.

Além do jogo do espelho referido no capítulo anterior, usei em processo de ensaios os seguintes jogos retirados do livro *Improvisação para o Teatro*²⁵ de Viola Spolin.

- Cena Congelada (*Freeze*): Nesta técnica, os atores iniciam uma cena improvisada e, em determinado momento, um ator pode congelar a cena e assumir a posição do outro ator a partir da nova posição, uma nova cena é criada, sugerindo a sugestão do novo posicionamento.
- Procura do Objetivo (*Objective Pursuit*): Neste jogo, um participante é designado para procurar um objetivo específico numa cena improvisada, enquanto o outro participante trabalha para ajudá-lo a alcançá-lo. O jogo enfatiza a colaboração e o trabalho em equipa.
- Foco (*Spotting*): Esta técnica ajuda os atores a concentrarem-se na ação imediata e a permanecerem presentes no momento presente. Eles são instruídos a concentrarem-se num ponto específico, como a vela utilizada em *Sopa de Pedra* na cena 4 – Luz e Sombra, enquanto interajo com o público. Este exercício ajudou-me a simplesmente estar, sem pensar em mais nada.
- Histórias em Grupo (*Group Story*): Nesta técnica, por exemplo, a Telma criou uma

²⁵ SPOLIN, Viola (2006). **Improvisação para o Teatro**. Editora: Perspectiva. 5ª edição.

história coletiva, onde cada um de nós contribuiu com um episódio, criando assim uma narrativa colaborativa.

- Questões (*Questions*): Para estimular a escuta ativa e obtenção de uma resposta imediata aos desafios, encorajei a atriz a comunicar-se comigo apenas por meio de perguntas, criando assim diálogos interessantes e desafiadores.

Todas estas técnicas serviram para eu, enquanto ator, alcançar uma maior qualidade de “Presença”.

Mas no processo, percebi que há algo de estranho no presente: "o momento agora", como lhe chamou John Cage²⁶, é o ponto de fuga do tempo e do espaço.

Este é o momento de transição onde algo acontece à medida que o tempo passa e, através deste fenômeno entramos num novo começo ocorrido num momento de consciência da percepção.

Kairos é um momento de oportunidade, quando os eventos requerem ação ou são propícios à ação. A presença envolve um aqui e um agora, e o palco é o local privilegiado para a evocação da presença.

Por isso, importa estar apenas presente nas cenas e realizar as ações com a consciência do aqui e do agora, em “comunhão” com o espectador.

Mas é tão difícil. E é difícil por ser tão “fácil”, isto é: a nossa mente é que nos impede e/ou dificulta esse estado de presença, disponibilidade e foco que é necessário para o processo de interpretação. A mente vai logo querer arranjar “muletas” e referências que muitas vezes são apenas clichês! A dificuldade - e a maneira de contornar isto, que é técnica - é deixar o cérebro em ligação com o corpo tomar as decisões em vez da mente. A mente é diferente do cérebro. O cérebro é muito mais “aberto” e sem referências do que a mente. (Como dizem no yoga: “A mente, mente”) É o cérebro que reage naturalmente e instintivamente (como por exemplo, o medo... o cérebro tem mecanismo de defesa perante o medo ou perigo). A mente é que depois vai acrescentar “significado”, “leituras”, “referências”, “foco”, e principalmente julgamentos desnecessários. É um processo que exige muito treino! Fico contente porque tomei consciência do processo.

Por consequência, uma vez mais, apliquei a ideia do momento presente na vida diária e prestei atenção aos pequenos detalhes e eventos que ocorrem ao meu redor. Dei importância em estar

²⁶ Compositor norte-americano (1912-1992) foi um dos mais controversos e influentes compositores do séc. XX, é considerado o pai do indeterminismo, corrente inspirada na filosofia budista Zen, que rejeita os princípios convencionais da criação musical, em favor de uma abordagem radical baseada na improvisação e na construção aleatória de sons.

presente e consciente do que acontece no momento, em vez de me preocupar com o passado ou o futuro. O praticar meditação *mindfulness*²⁷ ajudou-me a concentrar no momento presente.

Notas do encenador para o ator:

- Sugestões para decorar, dominar e integrar o texto: dizer o texto em todas as situações possíveis, principalmente em tarefas domésticas, como ao fazer a sopa e ir dizendo o texto, no duche e deixar que a sensação da água altere a enunciação do texto. Lavar roupa, lavar louça. Ir dizendo sempre o texto mantendo o foco em como a ação física condiciona a enunciação do texto. Moldar o texto a diferentes situações.
- Preciso adotar uma rotina mais específica para ir treinando o foco e o bem-estar / força física e energia. Devo passar muito tempo a observar o meu corpo, não só na cena como no dia a dia. A observação tornou-se a base para conquistar uma qualidade de presença mais forte. Tive de fazer alguns ajustes na alimentação e descanso. Talvez tenha tempo para passear na natureza, banhos de mar, e meditação. O objetivo será sempre treinar e começar a dominar o processo de ter a mente focada no que está a acontecer no corpo / alinhamento corpo e mente para estar disponível ao que acontece no aqui e no agora.
- Para combater o cansaço ajuda-me a ir a um jardim e observar (de facto) as pessoas. Ajuda-me a relaxar porque desligo do espetáculo e fico apenas concentrado no que observo das pessoas.
- É preciso muita prática de consciência da qualidade da presença, e à medida que vamos treinando, ela passa a ser uma coisa que está constantemente a acontecer, principalmente no dia a dia. Essa consciência treinada individualmente, facilita a entrada no estado de presença de forma mais imediata, na cena. É o trabalho de casa do ator.
- Nesta fase onde sentimos a pressão da data de estreia devemos desenvolver uma relação de amor e segurança com o objeto artístico que estamos a construir. Não pensar no que os outros irão pensar. Colocar a atenção no prazer de fazer a peça. Ser generoso, humilde.
- Algumas vezes apresento um foco muito comprometido. É fácil “sair “da cena. Este entra e sai compromete a qualidade da presença. Tenho de estar sempre dentro,

²⁷ *Mindfulness* ou atenção plena, é um estado de atenção ao momento presente. Esta técnica foi desenvolvida a partir dos princípios da meditação Vipassana. Significa estar com atenção ao aqui, agora. Aceitar cada momento tal como ele é.

presente atento ao que se passa no corpo, na mente e espaço de ensaio, evitando qualquer distração.

- O trabalho da presença é facilmente interrompido por mínimas distrações e pensamentos. Observo uma necessidade de explicar, fundamentar e justificar a cena ou as opções cénicas e dramáticas. Levo muito tempo a contar o que sinto na necessidade de me fundamentar. Acredito que esse trabalho de dramaturgia já está feito. Tenho de pensar como dar mais vida à cena. Falar em demasia dificulta e compromete o foco e o tempo de ensaio. Isto leva o discurso para o mero psicológico, quando queremos que as ações físicas sobressaiam alimentadas pelo foco, concentração e presença interior.
- Tenho muita coisa na cabeça. Algumas vezes consigo identificar que não estou a 100% entregue à qualidade de energia, presença e a tudo o que acontece no corpo. Consequências disto: o foco do ator fica disperso, saltando de pensamento em pensamento, e não conseguindo “segurar” durante a peça inteira o foco e a presença. Às vezes está, noutras não está. Está na minha cabeça e em pensamentos que comprometem o foco e causa distração.
- Neste momento em que sinto que já tenho tudo dentro de mim, tenho de relaxar, abrir a mente e corpo para utilizar os recursos que já tenho, e fazer a cena naturalmente, sem pensar se estou a ser julgado ou fazer mal. É um momento de libertação! Onde nos atiramos de cabeça, sem rede, sem estarmos preocupados se vai correr bem ou mal. Fazer com prazer e entregarmo-nos com alegria ao jogo de cena e contracena.
- Escolher uma música que lance espontaneamente na imaginação um conjunto de possibilidades cénicas: movimento, relações no espaço, situações narrativas, uma dramaturgia elementar. A música, como os perfumes recordados, é muito dada a este tipo de recepção. A regra: escutar devagar, como primeira relação, ao longo destes dias, e não distraidamente, como é habitual fazer-se com a música.
- Escolher depois em conformidade uma fotografia, na medida em que, do ponto de vista da sensibilidade, for possível estabelecer relações.

Lista de exercícios experienciados ao longo do mestrado e usados nos ensaios:

Relaxamento:

- Descontração profunda no chão. Sente um raio de energia a entrar pela coroa da cabeça e percorrer todo o corpo. Atenção na respiração.

- Com música Rosa dos ventos – rodar o corpo nas quatro direções seguindo o ritmo e a energia da música.
- Relaxamento no solo, barriga para cima, pernas dobradas, balançar a coluna, esticar a perna alternadamente, auxiliar com mão joelho ou calcanhar, levar a perna direita para o lado direito, alongar a cabeça para o lado oposto, centro e repetir para o outro lado. Duas pernas esticadas para cima com mãos por trás dos joelhos, juntar a cabeça aos joelhos. Colocar os pés no chão, joelhos dobrados e perna esquerda em cima da perna direita, a mão direita agarra o joelho por entre as pernas; alongar e trocar de lado..

Aquecimento de voz:

1. Andar pelo espaço e emitir sons por diversas partes do corpo.

Foco:

- Andar pelo espaço prestando atenção a todos os objetos presentes no mesmo, como se fosse a primeira vez que os visse. Relacionarmo - nos com esses objetos.
- Em círculo, lançar uma bola de ténis para a atriz com palavras do texto. A atriz faz o mesmo.
- Ver/não ver – exercício andar com pelo espaço com os olhos tapados. O acidente de chocar com algo é gravado na memória. Ter noção do espaço.
- Desconstrução de poses e movimentos normais. Primeiro a cabeça desenha um oito para os lados e depois para a frente (pensar que a cabeça tem uma caneta e que com o movimento desenha o oito no espaço. Fazer este exercício em dupla, como espelho, mexendo apenas a cabeça. Depois o peito. Depois a anca. Depois as pernas. Depois o braço.

Aquecimento do corpo:

- Aquecimento em pé – saltos com ombro relaxados; com anca para esquerda e direita, pescoço para a frente e para trás; pé esquerdo frente, pé direito frente; saltar e fazer uma rotação de 360°.
- Aquecer centro *chi* com as mãos e contrações musculares (2º *chakra*).

- Desenhar o 8 com o cóccix no chão e para a frente e para trás.
- Anda pelo espaço, pé esquerdo à frente, perna fletida, perna direita para trás esticada, rodar para a outro pé e perna; aumentar velocidade; com um movimento, abrir os braços para todo o espaço e com outro movimento de troca de pernas fechar o braço. Fazer o movimento de um modo orgânico.
- Procurar, através do movimento e do som, descobrir um animal; deixá-lo ganhar vida própria; não interferir, não decidir nada mentalmente.
- Olhos vendados, movimento a partir do chão. Explorar o objeto (cheiro, temperatura, forma, pormenores que não tenhamos reparado, peso). Ir com ele para lugares não explorados até agora. Objeto é mãe (o que isso muda no meu corpo, e movimento) o objeto é pai (idem), o objeto é um amor que temos ou tivemos (idem), o objeto é o filho (idem), o objeto somos nós. Continuamos com o objeto ou separamo-nos do objeto. Tirar a venda devagar, com tempo. Experimentar alguns dos movimentos encontrados.
- Em círculo cada um faz um movimento, o outro faz o movimento anterior e dá continuidade ao mesmo. Todos repetem os movimentos anteriores e criam o seu. Criamos uma partitura a partir daí.
- Andar em bicos de pés e construir duas posições como se fosse tirar uma fotografia, uma delas mais em cima, e “congelar” (o que vai no interior, o que queres dizer com aquele gesto, o que estavas a fazer na fotografia). Aumentar para quatro posições, e assim sucessivamente até às oito posições, cada vez mais rápido até o movimento se tornar contínuo.
- Exercício do sorriso exagerado, alternar com sorriso triste; depois o inverso, da tristeza para a alegria. Utilizar apenas o rosto.
- Com um metrónomo, andar ao ritmo de 60 BPM, e juntar movimento, 90 BPM e idem, 125 BPM e idem (como isso muda o nosso corpo e a nossa alma?) 250 BPM e

idem. Retirar som e tentar reproduzir o ritmo. Pôr som novamente e verificar se o ritmo corresponde ao da música. Misturar os diferentes ritmos.

- Aquecimento no chão: respirar e alongar as várias partes do corpo, como um bebé, até ao levantamento do chão. Andar até à posição neutra.

Aquecimento para as improvisações:

- Aquecimento no tapete. Sentir respiração no diafragma, e uma flor que está dentro de nós abaixo do umbigo, o centro da energia. Tentamos encontrar forma para a flor. Primeiro em baixo, depois na zona média e por fim em cima. Explorar movimentos não usuais. Preencher o meio.

Experimentamos a partir da flor que saiu de nós. Posição alta. Os quatro elementos, água (pesada, relaxante), a terra (lenta e pesada), corpo está envolvido em terra, sai água, como respirar a terra. Ar (leve), aproveitar o vento, sopros etc., a seguir o fogo, 20% fora, 100% fora, 10% por fora (menos exterior, praticamente só interior, só interior).

- Procurar, através do movimento e do som, descobrir um animal; deixá-lo ganhar vida própria; não interferir, não decidir nada mentalmente.
- Passamos pelos quatro elementos, misturados sem ordem. Introduzindo o nosso objeto, o corpo continua a experimentar os quatro elementos. O objeto é manipulado por nós, o objeto é que dá direção, o objeto é uma extensão de nós, o objeto está dentro de nós, somos o objeto, o objeto é eu.
- Entrei com um tambor como se fosse um filho, brinco com ele e depois tenho uma discussão com ele, coloco o tambor no chão e adoro-o como a um deus, danço em volta dele transformo-me em animal, coloco o tambor como tromba e lanço, som, o tambor sasha terra, coloco a enxada ao ombro e saio de cena pesado, mas tranquilo. Fui um desenho animado. Fui um palhaço.
- Exercício do sorriso exagerado, alternar com sorriso triste; depois o inverso, da tristeza para a alegria. Utilizar apenas o rosto.
- Em dupla, um é encenador e pode dizer mais, menos ou troca para o ator. Parar e conversar sobre o que aconteceu. Trocar de papéis.

Texto:

- Metáforas gastronómicas – texto, dizer o sabor dos pratos preferidos, o cheiro da sopa etc.

- Dizer o texto triste e alegre com diferentes intensidades.
- Andar pelo espaço e com um movimento dizer uma palavra do texto, ir mudando essa palavra. Acrescentar três estados: triste, alegre, encontrar um final.
- Dizer o texto rápido, lento, muito rápido e muito lento.
- Andar pelo espaço com ritmo de 50 BPM e tentar dizer uma palavra (do texto) diferente em cada *beat*, e, ao mesmo tempo, fazer um movimento relacionado com a cena.

**A COMIDA e o TEATRO -
Todas as coisas estão delicadamente interligadas**



David

Podes parar de representar. Deixemos o teatro de lado, agora é hora de trabalhar! Compraste todos os ingredientes para a sopa? Mas onde é que deixei o texto? Esqueço-me de tudo. Aqui está ele. Como te disse no workshop de teatro, por vezes gosto de ensaiar textos clássicos enquanto cozinho... Mas atenção que isso nunca nos distraia do que estamos a fazer. A mim faz-me bem, estou mais focado na comida enquanto ensaio, porque isso faz com que não pense demasiado, na morte e outras coisas terríveis.

Sopa de Pedra pp4

Nos livros de história do teatro não há referências aos banquetes e jantares temáticos como uma forma de teatro, mas na atualidade, vemos companhias como os Laika²⁸, que influenciou o meu trabalho enquanto forma, fazerem “teatro dos sentidos”, onde o público come e vê

²⁸ A Companhia belga **LAIKA** é especializada em aliar a Gastronomia ao Teatro. Com um vasto repertório de espetáculos que têm sido aclamados em toda a Europa, o seu trabalho destaca-se pela capacidade de colocar a ficção teatral “no prato”. O campo da comida surge como a matéria teatral com a qual se criam espetáculos divertidos, saborosos e inesquecíveis. Peter de Bie, é o encenador/cozinheiro e diretor da companhia.
<https://www.laika.be/EN/about>

teatro ao mesmo tempo, contribuindo desta forma, também, para a criação de novos públicos que geralmente não tem como hábito “ir” ao teatro.

Outra forma que influenciou o meu trabalho são os dramas “da pia da cozinha”, um tipo de drama realista que surgiu na Grã-Bretanha nas décadas de 1950 e 1960. Estas peças preocupavam-se com a vida das pessoas da classe trabalhadora e lidavam com questões como pobreza, desemprego e violência doméstica. Nessas peças, a comida é utilizada como forma de criar um senso de autenticidade e enfatizar o *status* social e económico dos personagens.

Também nos banquetes de Luís XIV, havia uma fusão entre a comida e o teatro.

Sopa de Pedra é, portanto, o local onde o teatro e a cozinha estão interligados no contexto de experiência gastronómica imersiva e performance culinária. Neste caso, o cozinheiro e os atores colaboram para criar uma viagem sensorial para os comensais, onde a comida e o espetáculo se misturam harmoniosamente.

A criação culinária torna-se parte integrante da narrativa, inspirada pelo tema do espetáculo. A apresentação da comida, os sabores e as texturas foram selecionados para evocar emoções e melhorar e intensificar a narrativa.

Os comensais tornam-se participantes ativos no espetáculo, pois não só apreciam a comida, como também se envolvem na narrativa que se desenrola à sua volta. A ideia foi sempre a de imergir o público no espetáculo, não só pela sua participação enquanto parte integrante das improvisações, mas também através da experiência do olfato e do palato. A solução foi montar uma cozinha em palco e alimentar o público. Em relação aos espectadores que estavam sentados na plateia, no livro *The senses in performance*²⁹ de Sally Banes e André Lepecki, que serviu de base teórica para este tema em particular, no capítulo 6 “Making Sense of Food in Performance - The table and the stage”, na página 74, Barbara Kirshenblatt-Gimblett diz:

“Visto à distância o sabor não pode ser testemunhado. A aparência pode. O sabor é momentâneo. A aparência perdura. O princípio de funcionamento, “para o espetáculo”, exigia que a aparência dominante, assim como a ênfase numa linguagem visual legível (comestível) de emblemas e sinais. Esta era, poder-se-ia dizer, uma cozinha de sinais, um mundo tornado comestível. Tratava-se de uma comida discursiva dirigida aos sentidos. Era um alimento para ser visto, tocado, inalado, ingerido, absorvido e incorporado, não só como substância, mas também como significado.”

²⁹ BANES, Sally e LEPECKI, Andre Lepecki (2007). **The senses in performance**. Editor: Routledge.

Os alimentos são também “um veículo” para transformar o público numa comunidade, partilhando a comida e comendo juntos, podendo, assim, desenvolver-se um sentido de comunhão, através da experiência partilhada em oposição à cultura do excesso. Aqui, talvez possa ser através da comensalidade, mais do que da cozinha, que talvez se possa redefinir a natureza e o significado “deste” teatro.

Cozinhar também é atuar e é uma experiência de múltiplas tarefas e sentidos. Concentrados em cozinhar bem, talvez a interpretação seja mais autêntica. O ato de cozinhar já por si só é representação. Basta ver a performance numa cozinha em noites de alvoroço, em que cada personagem tem a sua função, e onde o Chefe é o encenador, o maestro presente, atento aos cheiros, sabores, texturas e ambientes provocados pelos pratos confeccionados. No fim, espero ter sido proporcionado ao público um pedaço de vida partilhado no amor da confecção do fazer, mas sempre sem saber, simplesmente ir fazendo, e vivendo cada momento estando presente.

Convidar um amigo para jantar

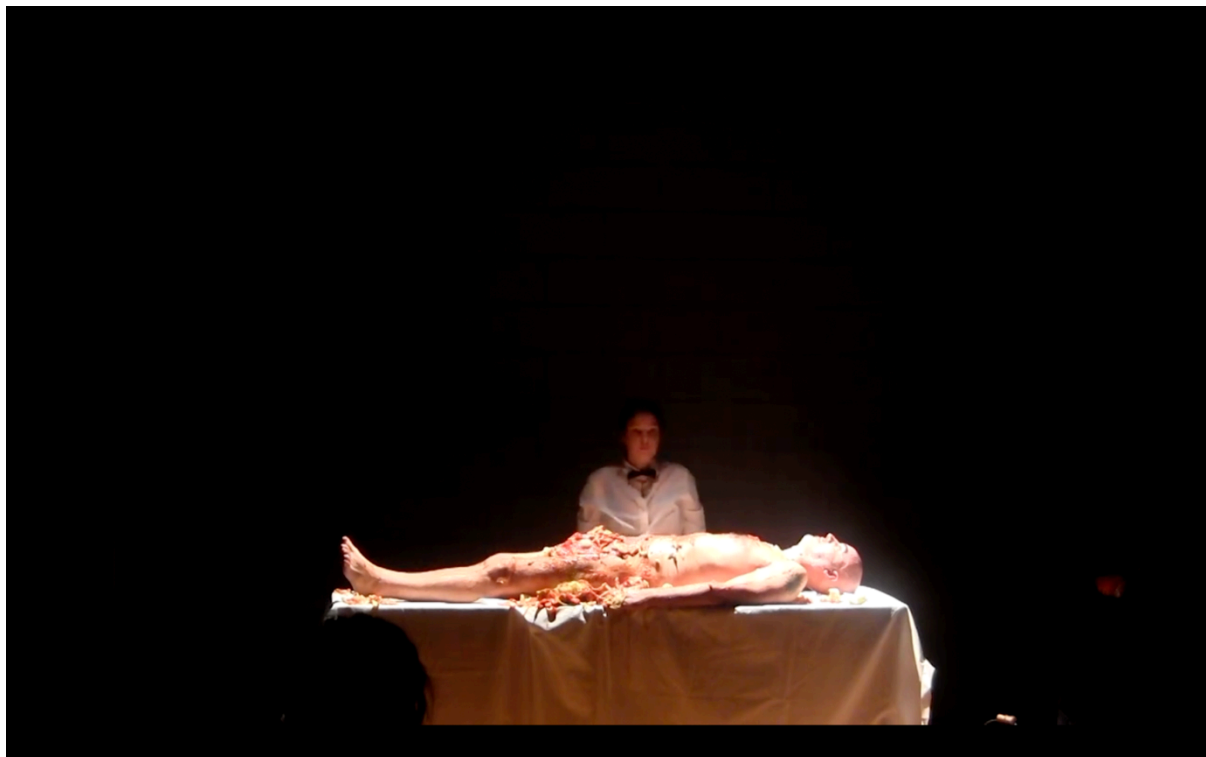
Esta noite, grave senhor, tanto eu como a minha pobre casa
Desejamos igualmente a vossa companhia;
Não que nos consideremos dignos de tal convidado,
mas que o vosso valor dignificará a nossa festa
Com aqueles que vêm, cuja graça pode fazer parecer
Algo que, de outra forma, não poderia esperar nenhuma estima.
É a aceitação justa, senhor, que cria
O entretenimento perfeito, e não os cates.
Mas tereis, para retificar vosso paladar,
Uma azeitona, alcaparras, ou outra salada melhor
A acompanhar o carneiro; com uma galinha de pernas curtas,
Se a pudermos arranjar, cheia de ovos, e depois
Limões e vinho para o molho; a estes um cony
Não é de desprezar, pelo nosso dinheiro;
E, embora as aves, agora, sejam escassas, ainda há funcionários,
O céu não está a cair, pensam que podemos ter cotovias.
Falar-vos-ei de mais, e mentirei, para que venham:
De perdiz, faisão, galinhola, dos quais alguns
E de pintassilgo, se pudermos;
De galos e galinhas, e de rufiões também. Mas o meu homem
Lerá um pedaço de Virgílio, Tácito,
Tácito, Lívio, ou algum livro melhor para nós,
sobre o qual falaremos, no meio da nossa carne;

E eu não repetirei versos.
A isto, se aparecer algo que eu não conheça,
a pastelaria, e não o meu livro, o mostrará.
O queijo e a fruta, que são digestivos, há-de ser;
Mas o que mais me apaixona a mim e à minha Musa,
é uma taça pura de rico vinho das Canárias,
que agora é da sereia, mas será meu;
Do qual Horácio ou Anacreonte provaram,
suas vidas, assim como seus versos, até agora duraram.
O tabaco, o néctar, ou a fonte de Thespian,
são todos menos a cerveja de Lutero que eu canto.
"Destá, vamos cear livremente, mas com moderação,
E não teremos Pooley ou o Papagaio por perto,
Nem os nossos copos tornarão qualquer homem culpado;
Mas, na nossa despedida, seremos como quando
Nos encontrámos inocentemente. Nenhuma palavra simples
Que seja dita na nossa alegre mesa,
nos deixará tristes na manhã seguinte ou nos assustará
A liberdade que desfrutaremos esta noite.

Ben Jonson³⁰

³⁰ **Benjamin Jonson** (1572-1637), foi um poeta e dramaturgo inglês, mais conhecido como **Ben Jonson**. Por algum tempo, estudou na Universidade de Westminster, mas deixou a escola para aprender o ofício de mestre-de-obras do seu padastro. Após servir no exército, casou-se, foi ator itinerante e dramaturgo. Pouco depois da estreia de uma das suas peças, matou o ator Gabriel Spencer num duelo; para escapar à forca, reivindicou isenção de julgamento por ser letrado. Escapou da forca, mas foi marcado com ferro em brasa na base do polegar esquerdo com a letra "T", de Tyburn (lugar em Londres onde, até 1783, eram executados criminosos).

CONCLUSÃO



Neste projeto também ele culinário, um público menos habituado a ir ao teatro, pode julgar que está apenas a comer, mas está também a ver, e a viver, teatro.

Escrever, encenar e interpretar *Sopa de Pedra* foi uma viagem incrível, difícil, mas mágica. Após tanto tempo de investigação, colocar em prática toda a teoria e técnicas aprendidas durante o mestrado no processo de ensaio, foi um grande desafio.

Vivi *Sopa de Pedra* no palco, mas também na vida quotidiana, tendo sido um processo imersivo de grande aprendizagem. Fica para a vida!

As escolhas nem sempre foram fáceis, porque é difícil separarmo-nos daquilo que já não serve depois de tanto tempo na sua presença. Foi um grande período de experimentação e filtragem, mas na vida é preciso praticar o desapego para atingirmos os nossos objetivos, nunca nos prendermos a ideias fixas, mesmo que elas por vezes façam sentido há sempre que questionar. Este projeto sou eu, uma construção do Rui, pedaço a pedaço, um novo homem surge da liberdade que é deixar para trás, tal como o final da peça indica. O processo de trabalho por vezes foi caótico, porque não tinha a atriz disponível nos dias pretendidos, não tive nenhuma ajuda financeira para a produção, todas as despesas foram por mim assumidas, desde as viagens, alojamento e alimentação, assim como a aquisição da comida necessária para os

ensaios e apresentação. Por isso não foi possível ter todo o público na mesa, já que a ideia inicial era sentar todo o público à mesa para comer, mas novas perspectivas surgiram, como o ter público em cadeiras a observar os atores e o público que estava sentado à mesa para comer, validando assim este público, como elenco. O teatro é isso, abre janelas, não só no palco, mas também na vida. Talvez agora possa presentear toda a comunidade da associação alimentar com que tenho colaborado com um jantar teatral. Valeu a pena o esforço. Passei por diversas áreas do teatro, inclusive fui o iluminador do espetáculo, além dos já citados dramaturgo, dramaturgista, encenador, ator, cozinheiro e embora não o referisse antes, também produzi a música *Sombras* para trabalhar a cena cinco.

Como era possível não crescer? A evolução foi boa, sobretudo no entendimento do código teatral. Imprimi-o no meu corpo e na alma para toda a vida.

Tinha de falar sobre a minha visão do hiperconsumismo, do excesso que tanto me afeta todos os dias. Por vezes sei que foi caótico, tanta informação presente no texto, mas no final todas as peças encaixaram.

Para mim o mais difícil foi o diálogo com a atriz, fazer com que ela entendesse o texto, a direção que eu pretendia dar ao mesmo, já que tudo era muito pessoal, era uma visão minha. Mas tenho de lhe agradecer pela generosidade em levar esta viagem até ao final. Assim como agradeço ao meu amigo Luís Campião que “apanhou” o projeto já numa fase avançada. O Luís é como eu, tem amor pelo teatro e não o faz, ou por vezes é incapaz de fazê-lo por obrigação, a arte é livre, nasce por pertinência da alma.

Ah! E a sopa? Espero que o público tenha gostado da receita alternativa. Tenha gostado de fazer parte, tenha dado um sorriso, a chorar, a purgar todo o excesso do mundo presente em nós, em vocês. O teatro permite sempre comunicar com pessoas, algo que preciso muito, tornou-se a minha casa, é o “sítio” onde partilho uma experiência comum e de intimidade. Agora a *Sopa de Pedra* vai andar de porta em porta, a alimentar quem a nós quiser juntar. Porque o teatro é isto, fica para a vida!

“ Estamos aqui a representar. Estamos aqui todos ao lado da morte e do espanto a jogar a bisca de três. Estamos aqui a matar o tempo. Este passo, que é único e um só, damo-lo como se fosse uma insignificância.”

Raul Brandão, Húmus, pp20

BIBLIOGRAFIA

- BANES, Sally e LEPECKI, André Lepecki (2007). **The senses in performance**. Editora: Routledge.
- BAUMAN, Zygmunt (2005). **Vidas desperdiçadas**. Editora: Zahar..
- BRANDÃO, Raul (1917). **Húmus**. Editora: Renascença portuguesa.
- COHEN, Renato (2002). **Performance como linguagem**. Editora: Perspectiva.
- DANAN, Joseph (2012), **O que é a dramaturgia**. Editora: Licorne.
- DONNELLAN, Declan (2012). **The Actor and the Target**. Edição: A Nick Hern Book
- HELDER, Herberto (1996). **Poesia toda**. Editora: Assírio & Alvim.
- KAPLAN, David (2021). **Shakespeare, Shamans, and Showbiz: An Impolite Guide to Theater History**. O ensaio Plays de Gertrude Stein é um dos capítulos do livro. Editora: Hansen Publishing Group, LLC.
- LEHMANN, Hans-Thies (2018), **Teatro Pós-Dramático**. Editora: Orfeu Negro.
- MAMET, David (2014), **Teatro**. Editora: Civilização brasileira.
- MCCUTCHEON, Jade Rosina (2008). **Awakening the Performing Body**. Editora: Brill Academic Pub.
- PLATÃO (1968). **Fédon**. Editora: Livraria Minerva. Tradução: Maria Teresa Schiappa de Azevedo
- SPOLIN, Viola (2006). **Improvisação para o Teatro**. Editora: Perspectiva. 5ª edição.
- TAVARES, Gonçalo M.(2020). **Atlas do Corpo e da Imaginação**. Editora: Relógio D'Água
- UBERSFELD, Anne (2005). **Para Ler o Teatro**. Editora: Perspectiva.

ANEXOS

ANEXO 1 - MÚSICAS UTILIZADAS NOS ENSAIOS

ANEXO 2 – FOLHA DE SALA

ANEXO 3 - CARTAZ

MÚSICAS UTILIZADAS NOS ENSAIOS PARA TRABALHO DO ATOR E CENA

CENA 1

SUPERMERCADO 1 – Blues Brothers - Rawhide

CENA 2

FOME – Wim Mertens - Maximize the audience

CENA 3

SOPA DE PEDRA – Mariano Mores - Uno

CENA 4

SOMBRAS – Rui Gonçalves

CENA 5

LATRIGINA - Aram Khachaturian - *Sabre Dance* - Berliner Philharmoniker

CENA 6

FLATULÊNCIA - What do black holes sound like? - Gravação da Nasa

CENA 7

GENGIBRE – Anne Meredith - Paramour e Nautilus

CENA 8

SUPERMERCADO 2 – Art Blakey – Night in Tunisia

CENA 9

A IMORTALIDADE DA ALMA - Annette Peacock - The Succubus;

- James Rich, Randolph Boots, Leslie Mark Hill - Benny Hill Theme
- The Danish National Symphony Orchestra – Misty Mountain – do filme Hobbit

CENA 10

CONSUMISMO – Nine inch nails – The Day The World Went Away – Album The Fragile

MÚSICA DO FINAL – Seraphim Bit-Kharibi – Psalm 50 (única música que foi utilizada no espetáculo)

Música Utilizada no de cada ensaio – The directions together - Jabrane Mohamed Sebnat

SOPA DE PEDRA

DIA: 21 julho 14h30 | **LOCAL:** Sala 107 - ESTC

Sopa de Pedra é uma refeição típica da cultura mediterrânica portuguesa e um símbolo de portugalidade. Neste exercício teatral os cheiros do processo de preparação da sopa misturam-se com as improvisações, o teatro e as histórias pessoais dos atores. O que é a morte? Como um corpo reage à fome? E de que outra forma posso contar o segredo da sopa de pedra? Qual a relação entre a cultura do excesso e a sopa de pedra? David é dono do restaurante e Marta a empregada. Eles são também atores amadores. Têm o bichinho do teatro e durante o expediente, tal como muitos artistas o fazem, aproveitam para ensaiar alguns textos de teatro.

Esta será uma reunião peculiar em que os atores "jogam ao teatro" e contam algumas histórias das suas vidas, não se percebendo qual a fronteira entre o real e o ficcional, entre o teatro e a vida.

Durante a apresentação há uma degustação partilhada com o público sorteado para tal.

CRIAÇÃO, DRAMATURGIA E ENCENAÇÃO

Rui Gonçalves

APOIO À DRAMATURGIA E DIREÇÃO DE ATORES

Luís Campião

INTERPRETAÇÃO

Rui Gonçalves e Telma Saião

ILUMINAÇÃO

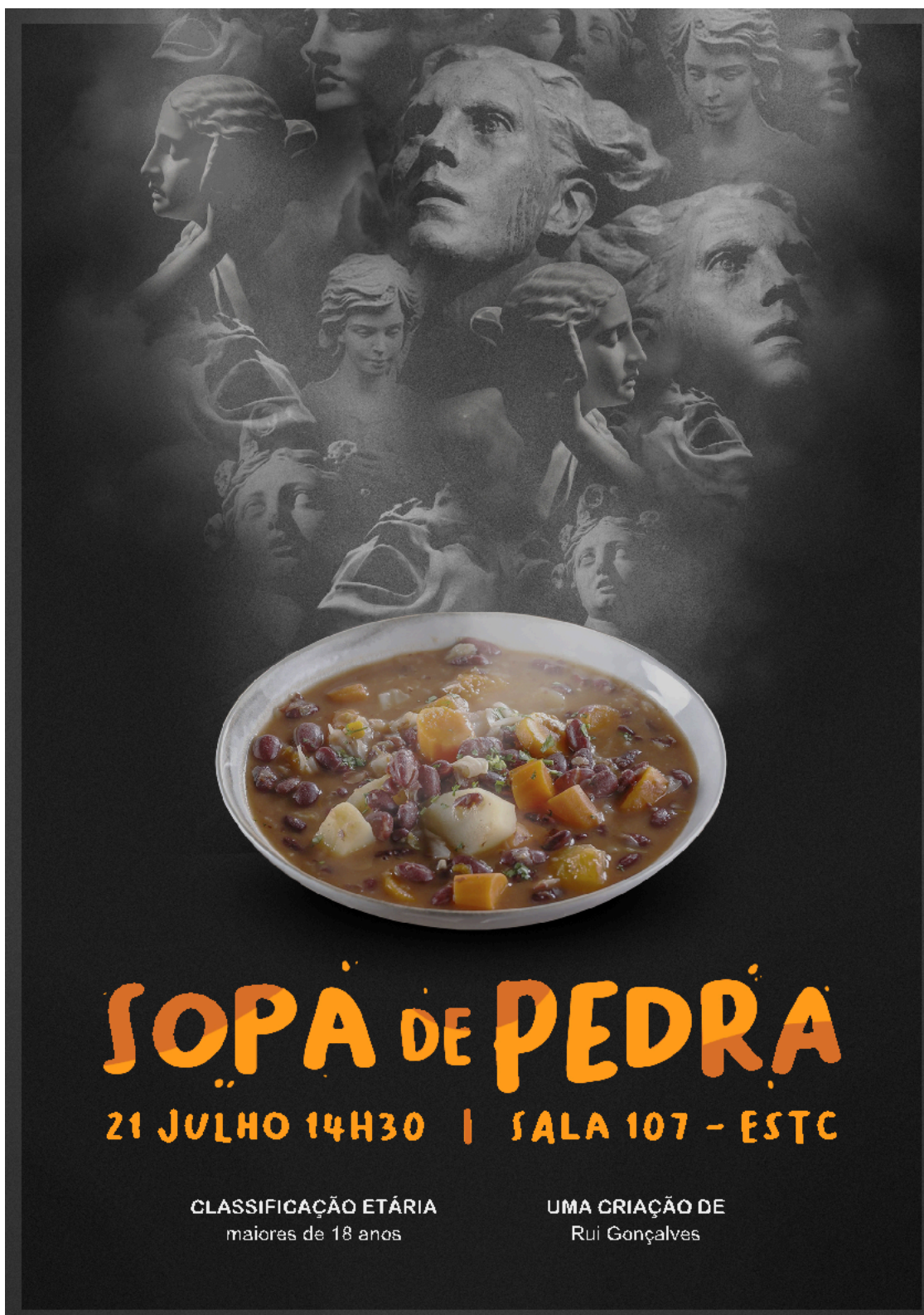
Rui Gonçalves

DESIGNER

Tiago Gonçalves



CARTAZ

The poster features a central image of a white bowl filled with a hearty soup, containing beans, potatoes, and vegetables. Above the bowl, a collection of classical marble busts and statues is arranged in a circular pattern, set against a dark, atmospheric background. The overall aesthetic is one of historical and cultural depth.

SOPA DE PEDRA
21 JULHO 14H30 | SALA 107 - ESTC

CLASSIFICAÇÃO ETÁRIA
maiores de 18 anos

UMA CRIAÇÃO DE
Rui Gonçalves