

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LISBOA
ESCOLA SUPERIOR DE TEATRO E CINEMA



PROJETO - GRUPO DE TEATRO SÉNIOR MINA D'ARTE

TRABALHO DE PROJETO

MESTRADO EM TEATRO - ESPECIALIZAÇÃO EM TEATRO

E COMUNIDADE

HUGO CASTRO ANDRADE

Amadora, Agosto/2013

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LISBOA
ESCOLA SUPERIOR DE TEATRO E CINEMA

PROJETO - GRUPO DE TEATRO SÉNIOR MINA D'ARTE

TRABALHO DE PROJETO

HUGO CASTRO ANDRADE

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 Teatro e Comunidade, realizado sob a orientação científica de Mestre Rita Wengorovius, e com a coorientação de Prof. Doutor Ramon Aguiar.

Amadora, Agosto/2013

À MINHA MÃE

Por que Deus permite que as mães vão-se embora?

Mãe não tem limite. É tempo sem hora,

Luz que não apaga.

Quando sopra o vento e chuva desaba,

Veludo escondido na pele enrugada,

Água pura, ar puro,

Puro pensamento.

Morrer acontece com o que é breve e passa sem deixar vestígio.

Mãe, na sua graça,

É Eternidade.

Porque Deus se lembra

- mistério profundo -

De tirá-la um dia?

Fosse eu Rei do Mundo, baixava uma lei:

Mãe não morre nunca.

Mãe ficará sempre junto do seu filho

E ele, velho embora,

Será pequenino

Feito grão de milho.

Drummond de Andrade

AGRADECIMENTOS

Este grupo foi sem dúvida a causa maior para voltar e acabar o Mestrado de Teatro e Comunidade. Sem eles e em especial sem a ajuda de um dos elementos, eu não teria tido a possibilidade de aqui estar a escrever este mesmo relatório de projecto que tanto prazer e alegria está a dar.

Agradeço também à minha família (irmãos, sobrinhos, cunhados, tios e primos) pela força e estímulo que me deram ao longo destes longos anos, sobretudo quando escolhi a via do Teatro como carreira de actor e agora nesta especialização de Teatro e Comunidade, após um interregno de dez anos.

Não posso esquecer o meu irmão gémeo, Marco Castro Andrade, que também finaliza o Mestrado na área das Ciências da Educação (Inovação Pedagógica) na Universidade da Madeira, que é também a força e o ombro que me serviu de inspiração na realização deste Mestrado.

Para além do grupo, da família, tenho ainda que referir o incentivo que me foi dado pela Professora e agora orientadora Rita Wengorovius, ao Co-orientador Ramon Aguiar, assim como pelos Professores Eugénia Vasques e Armando Nascimento Rosa, responsáveis pelas cadeiras de Teatro e Comunidade I e II.

Agradeço também destacadamente o professor Zé Pedro Caiado, que foi a alma sonora, ao colaborar, disponibilizar, tempo e espaço na realização dos nossos trabalhos.

Ao Pedro Azevedo, à Conceição Alves Costa, Rute Reis. Magníficos profissionais de Produção.

Um muito obrigado à Associação dos Amigos da E.S.T.C. e à Câmara Municipal da Amadora, que graças ao Projecto de Teatro de Identidades, permitiu ajudar-nos a concretizar os nossos trabalhos e apresenta-los publicamente, assim como a Dr.^a Luísa Marques que foi também quem nos auxiliou.

E como não poderia esquecer dos meus Amigos de longa data que são muitos, os pilares daqueles dias que tudo parece desabar, o meu obrigado hoje e sempre pelo apoio prestado não somente agora mas desde que os conheci.

Às minhas amigas Ana Oliveira, Luísa Lopes e Marina Maltez que me incentivaram com palavras e pela crença deste projecto.

À amiga do Grupo Mina d'Arte, Rose, colaboradora e divulgadora do grupo de Teatro Sénior Mina D'arte, que disponibilizou o espaço do Centro de Estética para as nossas sessões e reuniões e por disponibilizar o *Café Ponto de Encontro*, como local dos nossos encontros.

Ao Paulo Maciel, Rosária Maciel, Bernardete, Marco Freitas, Pedro Augusto, Paulo Coelho, Ana, Francisco, Susana, César, Ângela, Rodrigo, Esmeralda, Débora, Ana Wheel, Ana Jóia, Edineuda, Frederico. Amigos que fui fazendo cá no Continente. Amigos, é dessa “massa” que é feita esta gente a quem agradeço.

À minha escola, onde destaco todo o pessoal da secretaria, o pessoal da segurança e da biblioteca, cantina, à D. Ilda (fotocópias), pelo carinho prestado nestes dois anos.

Aos meus colegas e Recursos Humanos da Empresa onde trabalho que trocaram alguns turnos para que não pudesse faltar às aulas.

O carinho demonstrado pelos amigos do facebook, que nos vão acompanhando com palavras de incentivo. Esta página que é pertença de Todas as Comunidades!

À mes amis Candice, Remi, Tiago et Nina. Merci Pour votre amitié sincere, pure e honête. Je vous remerci pour la vie!

A Todos,

MUITO OBRIGADO!

RESUMO:

O trabalho que se propõe apresentar percorre vários caminhos, etapas distintas que vão da escolha do projecto à sua apresentação: etapas decisivas, avanços e recuos, momentos-chave, razão de ser e ponto de chegada.

A grande motivação para a realização deste projecto foi a necessidade, por razões diversas, de trabalhar com idosos. Por outro lado, a constatação da possibilidade de poder realizar um trabalho que possa mudar e transformar o meio no qual o trabalho se desenvolve, tornando todos os participantes cidadãos mais activos e, sobretudo, mais felizes.

PALAVRAS – CHAVE:

Teatro sénior, teatro e comunidade, animação sociocultural, intervenção, artista pedagogo

RESUMÉ:

Le présent travail qu'il se propose traverse des multiples chemins, stades distincts allant du choix du projet vers sa présentation: des étapes décisives, progrès et des reculs, des moments clés, l'objet et le point d'arrivée.

La principale motivation de ce projet était la nécessité, de travailler avec les personnes âgées. D'autre part, la perception de la possibilité de faire un travail qui peut changer et transformer l'environnement dont le travail se déroule, ce qui rend tous les participants citoyens plus actifs et surtout plus heureux.

MOTS – CLÉS :

Théâtre principal, le théâtre et la communauté, l'intervention socio-culturel, l'artiste éducateur

ÍNDICE

Introdução	1
Capítulo I – Revisão teórica	
1. Teatro e Comunidade	2
1.1. Teatro e Comunidade	2
1.2. Teatro de Intervenção	4
1.2.1. O teatro do oprimido	4
1.2.2. Animação sociocultural (teatral)	5
1.3. O papel do artista pedagogo	7
2. O Teatro na Terceira Idade	8
2.1. O idoso	8
2.2. A memória	9
2.3. O teatro com seniores	12
3. Teatralidade, jogos e técnicas teatrais	13
3.1. Teatralidade	13
3.2. Técnicas teatrais e jogos	20
Capítulo II – Prática	
1. Grupo de Teatro Mina D’Arte	23
1.1. A necessidade construir um grupo, o processo de trabalho e a evolução ..	23
1.2. Cartas Bordadas para Mim	24
2. Projeto Teatro de Identidades	27
2.1. Uma Equipe de Projetos e Técnicos em Teatro Sénior	28
3. Técnicas Teatrais e Jogos	29
3.1. Técnicas e jogos	32
3.2. Técnicas de Clown aplicadas ao Sénior	
4. Teatro de Intervenção: Varreram-nos os cravos ... mas deixem-nos o trigo, porra!	33
5. Espetáculos	33

5.1. Cartas Bordadas para Mim	33
5.1.1. Preparação	33
5.1.2. Processo Criativo e Apresentação	34
5.2. Ser ou não Ser Aqui Estamos	38
5.2.1. Preparação	38
5.2.2. Processo Criativo e Apresentação	39
5.3. Exercício Final de Clown	42
5.3.1. Preparação	42
5.3.2. Processo Criativo e Apresentação	43
5.4. Varreram-nos os cravos... Mas deixem-nos o trigo, PORRA!	44
5.4.1. Preparação	44
5.4.2. Processo Criativo e Apresentação	45
Conclusão	48
Referências Bibliográficas	50
Anexos	56

Introdução

O relatório que agora se apresenta insere-se no âmbito do Mestrado de Teatro e Comunidade. A prática recaiu na vertente de Teatro Sénior, uma vez que este vetor se encontra muito pouco explorado em relação a outras vertentes como o teatro para e com crianças e jovens.

O principal objetivo foi a criação de um grupo de teatro sénior, Mina d'Arte, com o intuito de que o grupo formado se inserisse numa vertente mais dinâmica da prática teatral. Assim, pretendeu-se que este não fosse apenas mais um grupo de teatro, mas que através do teatro tivesse uma participação mais ativa na comunidade, não só local, mas também com uma visão para o mundo que os rodeia, ultrapassando por esta via a marginalização a que por vezes a comunidade lhes vota.

Este relatório encontra-se dividido em duas partes. No capítulo 1 é abordada toda a parte teórica, essencial como pilar de todo o processo prático desenvolvido. No capítulo 2 são explanados todos os passos e procedimentos efetuados para a prossecução do nosso projeto: Criação do grupo de teatro sénior.

No final de todo o processo foram efetuadas algumas entrevistas ao grupo de teatro sénior que acompanham todo o processo de criação do grupo, técnicas teatrais, exercícios e representação. Estas entrevistas encontram-se colocadas na sua totalidade em anexo digital, assim como todos os exercícios, espetáculos e outros elementos indispensáveis a todo o projeto.

Capítulo I – Revisão teórica

1. Teatro e Comunidade

1.1. Teatro e Comunidade

O termo teatro deriva do grego theatrón (lugar onde se contempla). Podemos conceber o teatro como um dos ramos da arte cénica – performativa, diretamente relacionado com a atuação/interpretação que medeiam o contacto entre a história a ser contada e o público ou plateia que observa; e onde se combina discurso, gesto, sons, música e cenografia (Rebelo, 1967). Marcelino de Sousa Lopes aprofunda: “O teatro, entendido, também, como uma grande obra polifónica, e no qual co-existem corpo, espaço cénico, guarda – roupa, luminotécnica e sonoplastia, tem por finalidade a comunicação de múltiplos sistemas de sinais, para despertar a consciência crítica dos espectadores” (Lopes, 2008: 342).

Isabel Alves Costa trabalhou como animadora/atriz no grupo Organon e lá tinha ateliers de expressão corporal e improvisação, pintura e escuta colectiva: “Esses ateliers, cujo objectivo principal era «realizar com as crianças um trabalho colectivo que viesse a ser reconhecido pela comunidade em que se encontravam inseridas»” (Costa, 2005: 97).

Anthony Cohen (1985: 15), debruçando-se sobre o conceito de comunidade, afirma que não se define apenas em termos de localidade, mas como uma entidade à qual as pessoas pertencem, transforma-se em algo maior do que as relações de parentesco, constituindo-se como mais imediata do que a abstracção que designamos de “sociedade”. É a arena onde as pessoas adquirem suas experiências mais fundamentais e substanciais da vida social, fora dos limites do lar.

Baz Kershaw (1992: 30-31) distingue dois tipos de Comunidade: Comunidade de local criada por uma rede de relacionamentos formados por interações face a face, numa área delimitada geograficamente e Comunidade de interesse formada por uma rede de associações que são predominantemente caracterizadas pelo seu comprometimento em relação a um interesse comum. A comunidade pode ter limites físicos ou não estar contida dentro de uma área geográfica específica. As comunidades de interesse tendem

a partilhar uma ideologia comum, sendo este o elemento de união entre os seus membros (Kershaw, 1992: 31).

O conceito de teatro aliado à comunidade contém em si uma função mais profunda e intrinsecamente ligada à vivência de cada indivíduo enquanto cidadão participante e ativo de uma comunidade. Márcia Pompeo Nogueira (2009) define três formas de teatro ligado à comunidade, que fogem ao cunho do teatro profissional, mas que se encontram intrinsecamente ligados à comunidade de onde são oriundos: (1) teatro para comunidades – este é modelo de teatro realizado por artistas para comunidades periféricas e das quais desconhecem o contexto, tem por característica ser um teatro de mensagem; (2) teatro com comunidades – é concebido após o estudo da comunidade sobre a qual vai incidir o espetáculo, sendo a linguagem, o conteúdo e outras manifestações incorporadas no espetáculo; (3) teatro por comunidades, possui o espírito de Augusto Boal, sendo as pessoas pertencentes à comunidade que elaboram o espetáculo. Estes três conceitos de teatro são uma realidade bastante presente, pois cada vez mais se assiste a estes tipos de teatro elaborados com as comunidades e pelas comunidades.

Para Van Erven (2001: 2) os diferentes estilos de Teatro na Comunidade unem-se pela ênfase nas histórias pessoais que são trabalhadas no início de [projecto] com as improvisações e vão ganhando forma teatral colectiva. Todos os materiais cenográficos, adereços, textos, elementos de festa, etc... “nascem” daquela comunidade da qual tenta se expressar.

Kershaw sublinha: os grupos de teatro têm como objetivo combinar a arte com a ação, estética e pragmática na comunidade local, cujo interesse seja comum a todos os residentes dessa comunidade. Essas práticas teatrais podem ser categorizadas como Teatro na Comunidade (Kershaw, 1992: 5).

O teatro na comunidade pode englobar quer um grupo homogéneo quer heterogéneo de indivíduos; é nesta medida que o grupo de teatro sénior se constitui enquanto elemento da comunidade e para a comunidade.

1.2. Teatro de Intervenção

1.2.1. O teatro do oprimido

O teatro de género interventivo ganhou ênfase em Portugal nas décadas de 70 e 80, derivado de correntes ativistas latino-americanas assentes nas ideias de Boal. Augusto Boal defende que o teatro deve ser utilizado numa vertente muito dinâmica, onde todos são passíveis de intervir e de dar o seu contributo através da representação de quadros ilustrativos de vivências diárias, muitas vezes duras e até sofridas: “[...] o teatro deve assentar nas vivências do povo e para o povo” (Lopes, 2008: 351).

O ato de representação serve, assim, como mecanismo de libertação que gera uma dinâmica onde o que foi oprimido pode inverter o seu papel e representar o opressor, aglutinando e envolvendo no processo todos os que observam o espetáculo:

“O Teatro do Oprimido, em todas as suas formas, busca sempre a transformação da sociedade no sentido da libertação dos oprimidos. É acção em si mesmo, e é preparação para acções futuras. “Não basta interpretar a realidade: é necessário transformá-la!” – disse Marx, com admirável simplicidade. Essas transformações podem ser buscadas também em acções ensaiadas, realizadas teatralmente, como teatro que é, mas de forma não revelada, ao público ocasional de transeuntes, não conscientes da sua condição de espectadores. Provoca-se a interpenetração da ficção na realidade e a da realidade na ficção: todos os presentes podem intervir a qualquer momento na busca de soluções para os problemas tratados” (Boal, 2009: 19-20).

Esta forma de teatro, cujas raízes se encontram na “pedagogia do oprimido” professada por Paulo Freire e adaptada ao teatro por Boal, encontra-se profundamente relacionada com o desenvolvimento do ser humano levando-o a levantar questões, receber informação, ter consciência do outro enquanto ser social e dos mecanismos sociais que geram opressão e que afetam profundamente as vivências e relacionamentos sociais:

“[...] Augusto Boal criou um método que ele próprio designa como um “sistema de exercícios físicos, jogos estéticos e técnicas especiais cujo objetivo é restituir e restaurar ao seu justo valor essa vocação humana, que faz da atividade teatral um instrumento eficaz para a compreensão e a busca de soluções para problemas sociais e intersubjetivos”” (Barbosa & Ferreira, 2012: 29).

Estando voltado para a comunidade pode ser considerado como o teatro de comunidade por excelência, indo um pouco mais longe poder-se-ia designar como um teatro de “consciência”.

1.2.2. Animação sociocultural (teatral)

Na esteira de Orlando Garcia, podemos definir animação sociocultural do seguinte modo:

“[...] é um processo que visa a consciencialização participante e criadora das populações. É um método de intervenção destinado a estimular as pessoas e grupos no sentido do autodesenvolvimento e da mobilização das faculdades que permitam resoluções criativas para alguns dos seus problemas colectivos. É a aquisição de capacidade necessária para que as comunidades sejam, elas próprias, agentes de mudança e de criatividade cultural” (Lopes, 2008: 144).

A animação sociocultural visa o despertar da consciência para a realidade social envolvente, nesta vertente, podemos apontar um certo cunho sócio-político na sua atuação: “Uma animação assim entendida, remete-nos para uma noção de participação comprometida com o processo de transformação da sociedade, com implicações de ordem económica, política, cultural e educativa” (Lopes, 2008: 95).

A animação sociocultural concebe o idoso como um ser humano que pertence a uma comunidade e que pode e deve ser interessado e interventivo na sociedade. Cada ser social constitui um manancial de experiências e conhecimentos interessantes e importantes de serem divulgados, mais ainda no caso de alguém cuja experiência de vida se soma à experiência vivida. Assim, é junto da Terceira Idade que a atividade sociocultural se torna premente pois constitui “[...] um enfoque de intervenção activo, *participativo e vitalista*, baseado no desfrute e aproveitamento criativo da vida pessoal através do grupo” (Ventosa Pérez, 2009: 335).

Aliado à animação sociocultural temos a animação de tipo teatral, que segue a linha do teatro de Boal no nosso país: “Seguindo esta linha, destacamos o teatro propaganda, o teatro didáctico, o teatro jornal, como modalidades teatrais, instrumentalmente associadas à estratégia da Animação” (Lopes, 2008: 351). Marcelino Lopes (2008: 351)

alia este género ao movimento “agitprop” (agitação e propaganda), muito ligado ao teatro de intervenção, profundamente ideológico e afirmativo do ponto de vista social. Neste sentido, o conceito de animação teatral extrapola o simples ocupar do tempo do idoso em jogos ou tarefas infantilizadas, abarca o seu potencial e leva-o a tomar consciência de si, do outro e do seu lugar por direito numa sociedade, que deve reaprender a valorizar todos os seres que a constituem e que a enriquecem.

Englobando todas as vertentes, a ação sociocultural pode ser concebida como promotora de atividade, participação num grupo e contribuição para a sociedade num processo dinâmico que atribui a cada indivíduo a capacidade de decidir, de contribuir de participar, de ser autónomo e livre nas suas vivências e processos de decisão. É o despertar destas dinâmicas que, em última análise, constitui as pulsões de Vida que permitem a cada ser humano sentir-se útil e integrado na sociedade que, no caso do idoso, ajudou a desenvolver e progredir:

“A animação tende, a nível individual: estimular a emergência de pessoas capazes de se imporem e comprometerem-se a encontrar as suas capacidades para a sua transformação e potenciar as pessoas como sujeitos sociais, autónomos e organizados, solidários e dialogantes com outras perspetivas e outros pontos de vista” (Lopes, Galinha & Loureiro, 2010: 101).

Augusto Boal afirmava que o teatro na comunidade podia ser praticado por todos, não somente pelos profissionais de teatro, mas também pelos que não tinham experiência teatral. Boal dizia que era uma comunhão, a partilha de uma festa pelos que assistiam e os que faziam:

“Era como se voltássemos aos tempos primórdios do teatro, onde não havia separação do público e dos actores. ‘Teatro’ era o povo cantando livremente ao ar livre: o povo era o criador e o destinatário do espectáculo teatral, que se podia então chamar “canto ditirâmico”. Era uma festa em que podiam todos livremente participar” (Boal, 2005: 11-12).

1.3. O papel do artista pedagogo¹

O artista pedagogo tem como objetivos: motivar, despertar, orientar grupos para uma participação ativa na sociedade através da arte. O artista pedagogo é aquele que para além de ter uma especialização numa determinada área artística (teatro, dança, música) não poderá nunca subestimar os elementos do grupo com o qual vai trabalhar.

Tem que saber se integrar no grupo a que se propõe trabalhar. Tem de ser sensível para intervir nas memórias, nos jogos, nos trabalhos que fará com o grupo. Não pode criticar de maneira destrutiva as ações propostas/apresentadas pelos elementos do grupo. Deve escutar mais e falar menos. Terá que ser um bom comunicador e valorizar cada elemento do grupo, trabalhando a auto-estima pessoal e grupal através da prática artística e da relação única que se estabelece com o grupo e com a comunidade onde se insere através da prática teatral realizada. Deverá planificar várias sessões de trabalho para um objectivo que o grupo venha a propor, sem que os elementos do grupo se sintam obrigados a participar (Lopes, 2008).

O artista pedagogo deve sim motivar, orientar, sugerir, conduzir e ensinar meios e métodos de trabalho para que o grupo possa desenvolver capacidades criativas não só para a vida quotidiana, como para o objeto artístico final a que se propõem.

Neste projecto desenvolvido com os idosos, há objetivos direcionados para o não isolamento ou individualismo, para que todos possam participar e envolver outros grupos da mesma idade e interesse (homogéneos) ou idades inferiores (heterogéneos). A intergeração é muito importante para a realização de um projeto e o papel do artista pedagogo, será de mediar e acompanhar as diferenças entre gerações, que muitas das vezes “chocam” devido às diferenças culturais ou temporais. Tem de promover essa “troca” de saber entre os grupos de diversas de diversas gerações. Nunca poderá ter o papel de detentor de todo conhecimento, ainda que seja especializado numa determinada

¹ Nota: O termo “artista pedagogo” é utilizado por Rita Wengorovius na sua tese página 67, *Per un Teatro Umano per un ponte progetuale tra Italia e Portogallo*. (2012). *Università dei Studi di Torino, Itália* e é adotado aqui neste relatório, com o sentido de explicitar o perfil de saída do mestrado e comunidade da ESTC que além desta vertente, reúne o encenador em teatro e comunidade e o produtor de projectos.

área, pois toda a gente é detentora de conhecimentos e sabedoria e que todos podem aprender uns com os outros, aceitando as diferenças e crenças de cada um, assim como a organização e comunicação de grupo.

O artista pedagogo também deve dinamizar e despertar o interesse na participação ativa sociopolítica, onde todos possam intervir como cidadãos interessados no lazer, bem-estar, e consciencializar e não apenas animar o tempo de ócio. Para além disto, o artista pedagogo tem de ser responsável, dinâmico, forte personalidade, objetivo, que inspire confiança, que dê ânimo ao grupo, que seja imparcial na relação com todos os elementos do grupo, que não se coloque num plano superior, honesto, correto, pontual, que favorece a comunicação, que coordena, sintetiza ideias.

Entre os diversos mecanismos que visam levar a uma postura positiva, o artista pedagogo tem ao seu dispor um fundamental que passa pelo simples interesse pelo indivíduo. É este interesse que gera uma dualidade de crescimento mútuo, pois há o benefício de interagir com alguém cuja riqueza de vida irá certamente enriquecer a nossa experiência e o próprio processo de desfilar memórias de vida e acontecimentos há muito esquecidos ou até então calados, que leva ao surgimento da consciência de si próprio como interventor no decurso de vida.

2. O Teatro na Terceira Idade

2.1. O idoso

O contacto com a Terceira Idade envolve a pré existência de uma profunda consciência social, a consciencialização de que o idoso é, como sempre foi no decorrer de todo o seu percurso de vida, um ser humano que contém em si um potencial riquíssimo, fruto das suas inúmeras vivências e memórias, pronto a ser libertado:

“O desafio central é, continua a ser, a mudança de atitude e, nesse sentido, há que romper definitivamente com a visão preconceituosa que recai sobre a população idosa e clarificar o seu estatuto na sociedade” (Palmeirão & Menezes, 2009: 24).

O processo da tomada de consciência de si próprio como interventor no decurso de vida permite ao idoso ir-se libertando aos poucos da “casca” da velhice e ir interiormente

modificando a sua consciência e o seu enfoque emocional: “[...] influência dos estados emocionais positivos que podem motivar comportamentos relevantes para o bem-estar subjectivo em relação à idade” (Galinha, 2009: 93).

A sensação de bem-estar perdura se o indivíduo estiver interessado em realizar uma atividade (processo de estar ativo), pois isso dá-lhe a motivação e a sensação de propósito que o predispõem a interagir em comunidade: “[...] os equilíbrios internos dependem das interações estabelecidas pelos seres humanos com o ambiente natural e sociocultural” (Galinha, 2009: 96).

O passo mais importante no percurso de valorização social prende-se, por conseguinte, com a socialização do idoso, uma vez que o homem é por natureza um ser social é na interação com outros indivíduos que se constitui como parte integrante de um todo e concebe um papel integrador que tem como espelho o outro, como parte de uma dialética existencial cuja função é ser integradora e geradora de Vida.

O sentido de pertença e de utilidade dentro da comunidade geram sentimentos positivos, que contribuem para o desenrolar de processos mentais que predispõem o indivíduo a ser ativo e ajudar todo o grupo com que contacta a construir um percurso que, em última análise, levará à felicidade e ao desenvolvimento emocional positivo – à qualidade de vida:

“Entendemos que a qualidade da vida percebida das pessoas depende da articulação de um conjunto complexo de factores organizacionais e relacionais com o objectivo nuclear o respeito e a promoção da dignidade de cada pessoa, na promoção e defesa dos direitos humanos, base fundamental do seu bem-estar subjectivo e qualidade de vida percebida onde as boas práticas dos profissionais têm uma relevante importância” (Lopes, Galinha & Loureiro, 2010: 170-171).

2.2. A memória

Ao equacionarmos a questão da memória na terceira idade verifica-se que, por vezes esta é intrinsecamente relacionada com a capacidade intelectual do idoso:

“Os testes de inteligência avaliam, entre outras competências, o raciocínio, a resolução de problemas, a memória, competências que registam um declínio com a idade. O facto de tais provas implicarem um determinado tempo de execução prejudica, também, o rendimento

dos gerontes, posto que estes processam a informação de uma maneira mais lenta e a sua velocidade de resposta motora é, igualmente, mais lenta” (Beason-Held & Horwitz, 2009).

No entanto a capacidade intelectual não é uma temática pacífica, Howard Gardner (Gama, 1998) defendeu a teoria das “inteligências múltiplas”, considerando que a inteligência humana não pode nem deve ser resumida ou rotulada por um simples teste de QI ou verificada por notas ou graduações escolares, que como elemento da avaliação de inteligência são bastante redutores por se basearem em formas e padrões uniformizados para todos os indivíduos.

Assim, Gardner concebeu diferentes modos de abordagem à inteligência humana, acreditando que todos os indivíduos são diferentes, pensam de modos diferentes e interessam-se por áreas diferentes; por conseguinte, não podem ser avaliados por um método único, quer escolar, quer lógico, etc., que tende a favorecer apenas uma variante de inteligência e não abrange todo o leque multifacetado de padrões de raciocínio e inteligência.

Gardner equacionou diferentes categorias profissionais, padrões culturais, diferentes habilidades humanas; estabelecendo as diferentes inteligências que levavam às diversas realizações em vários campos. Sendo um psicólogo de base construtivista e inteirado nas teorias de Piaget, a inovação de Gardner baseia-se na crença de que “processos psicológicos independentes são empregados quando o indivíduo lida com símbolos linguísticos, numéricos gestuais ou outros” (Gama, 1998); deste modo, um indivíduo pode demonstrar ser muito capaz numa determinada área, mas não em todas as áreas, sendo que todos os seres humanos sofrem influências culturais do meio em que são criados e desenvolvem as suas competências: “Num plano de análise psicológico [...] cada área ou domínio tem seu sistema simbólico próprio; num plano sociológico de estudo, cada domínio se caracteriza pelo desenvolvimento de competências valorizadas em culturas específicas” (Gama, 1998).

Para Gardner, o desenvolvimento cognitivo difere de indivíduo para indivíduo e cada um desenvolve áreas diferentes, dependendo da sua constituição, tendências genética e processo cognitivo. As diferentes áreas foram estruturadas por Gardner do seguinte

modo: inteligências a) linguística, caracterizada por uma grande sensibilidade aos sons e cadências discursivas, manifestando-se na capacidade de contar histórias; b) lógico-matemática, onde reside a capacidade de visualizar e analisar padrões e do raciocínio prático; c) espacial, capacidade de analisar o mundo que nos rodeia, de avaliar distâncias e perceber tudo a nível mental; d) musical; habilidade para tudo o que é musical e sonoro; e) cinestésica, habilidade para a resolução de problemas, liga-se também à motricidade grossa e fina e destreza no manuseio de objetos; f) interpessoal, relacionada com a interação social; e g) intrapessoal, habilidade de se conhecer a si próprio (Gama, 1998). Todas estas áreas estão à disposição do indivíduo, que as utiliza de forma combinada.

Nesta medida, a abordagem feita ao idoso deve levar em consideração todo um conjunto de fatores, entre eles a questão da memória, que ao contrário do entender geral não é algo estático, mas antes uma componente funcional do ser humano e como tal intrínseca a este:

“Um verdadeiro teste para a hipótese psicossocial da memória encontra-se no estudo das lembranças das pessoas idosas. Nelas é possível verificar uma história social bem desenvolvida: elas já atravessaram um determinado tipo de sociedade, com características bem marcadas e conhecidas; elas já viveram quadros de referência familiar e cultural igualmente reconhecíveis [...]. Note-se a coerência do pensamento de Halbwachs: o que rege, em última instância, a actividade mnémica é a função social exercida aqui e agora pelo sujeito que lembra. Há um momento em que o homem maduro deixa de ser um membro activo da sociedade, deixa de ser um propulsor da vida presente do seu grupo: neste momento de velhice social resta-lhe, no entanto, uma função própria: a de lembrar” (Bosi, 2010: 60-63).

O processo de reviver ou visitar memórias integra-se na modalidade teatral que pode inicialmente ser introduzida junto do idoso de forma subtil, pois o próprio despertar de recordações pode ser feito em grupo. Ao escutar o outro dá-se um processo de visitar as próprias memórias e de partilhá-las: ‘No meu tempo...’; ‘Costumava-mos fazer...’. Estes episódios de partilha, mediante a expressão oral, são já o embrião da representação; a verbalização surge, assim, como passo fundamental de contacto com o outro, de partilhar com o exterior o que está no interior, nas memórias arquivadas de toda uma vida:

“As capacidades de cada idoso, postas ao serviço do grupo e do projecto, promovem uma nova forma de ver o companheiro do lado, dão um novo estímulo à vivência colectiva, transformam o espaço em local de novas conversas e dão utilidade a todo o saber guardado nas “bibliotecas de memória”” (Lima, 2009: 164).

Considerando a teoria de Gardner (Gama, 1998) e aliando-a à reconstituição do processo de memória em grupo, o recordar torna-se em algo multifacetado que acaba por integrar o coletivo. Deste modo, o importante é o imbricar de memórias, quer reais, quer construídas no grupo, pois o que importa não é a verdade fatural, mas o leque de possibilidades que o coletivo de memórias vai gerando e, assim, aos poucos gera-se o processo criativo que une e vivifica todo o grupo.

2.3. O teatro com seniores

O caminho que leva ao envelhecimento ativo e saudável passa em primeiro lugar por gerar, dentro do próprio idoso, um estado emocional de caráter positivo, que substitua qualquer tipo de desalento que se tenha instalado:

A postura de cada idoso está vinculada com o modo como experienciou a sua história de vida e com a sua personalidade. Tais posturas não são estáticas: valores, crenças e conceitos são elaborados, revistos, substituídos, sublimados e actualizados sócio-cognitivamente. (Galinha, 2009: 98).

A participação ativa do idoso numa representação teatral (e no grupo) é algo que tem de ser construído de raiz, despertando o seu interesse pela atividade realizada. Este método de crescente partilha e integração tem de ser habilmente conduzido, pois este processo de desenvolvimento afetivo e social deve ser concebido e entendido como maleável de forma a poder acompanhar as necessidades e especificidades de cada grupo em particular; por conseguinte “[...] o condutor propõe estímulos contínuos e sabe seguir as referências e os caminhos de trabalho que o grupo mesmo lhe devolve; num progressivo processo de descoberta” (Bosco, 2012: 19).

Deste modo, é essencial que o teatro esteja relacionado com as vivências e experiências de quem participa, pois se estas estiverem ali integradas, também a sua vontade de cooperar estará desperta; num processo que se desenrola desde a criação dos cenários até à sua apresentação enquanto personagem/ator da peça:

“Parte importante deste processo, centra-se no estímulo da criação do espetáculo: é a transfiguração da pessoa em personagem, é a criação das roupas, dos cenários e das músicas, é o verificar que se é capaz e é ver personagens, representando algo que cada um tinha guardado nas suas memórias e que, provavelmente, pela primeira vez, vê retratado num espectáculo” (Lima, 2009: 166).

O processo de envolvimento progride sequencialmente, de forma a que cada atividade desenvolvida seja cada vez mais integradora e geradora de vontade de participar nas atividades do grupo. Assim, após o indivíduo se ter libertado do silêncio e voluntariado as suas experiências, sensibilidades e emoções, a ponte entre ele e o grupo começa a solidificar-se, aprofundando laços entre si onde cabe sempre a partilha de experiências e de histórias particulares que se juntam e criam um pólo de união entre os diferentes elementos, gerando um dialeto comum a todos os que o integram (Bosco, 2012: 22)

3. Teatralidade, jogos e técnicas teatrais

3.1. Teatralidade

- Coralidade

A dramaturgia contemporânea recorre à coralidade, esta ferramenta foi divulgada há cerca de vinte anos por Jean-Pierre Sarrazac em *L'avenir du drame* em 1981 (Mégevand, 2005) e constitui um recurso de carácter polifacetado e abrangente. A compreensão do género dramático na ótica da coralidade recorre a uma análise de pólos de conhecimento distintos (psicologia, sociologia, literatura, filosofia, etc.) e diferentes abordagens de carácter técnico e teórico, que se podem cruzar e interrelacionar mostrando novos horizontes, perspectivas, teorias e compreensões do objeto dramático:

“Deste modo, é possível, para abordar a coralidade, associar história das artes do espetáculo e retórica do drama contemporâneo, e até mesmo questionar o futuro pós-dramático do drama: interessa-nos então a literatura dramática e o lugar do texto na paisagem teatral contemporânea. Mas recorrer à noção de coralidade pode também servir para qualificar e explorar estéticas híbridas, próximas da instalação, que não se apoiam mais que sumariamente sobre textos” (Mégevand, 2005).

Nas cenas contemporâneas, o coro adquire uma função sociológica do domínio do rito, filosófica na junção entre a história e o drama: “a coralidade nasce onde o coro não é suficiente, por diversas razões ainda não determinadas (fim das utopias e das ideologias, dissolução da comunidade nas comunidades) e instala-se nas cenas ocidentais de modo permanente” (Mégevand, 2005).

No entanto, devido ao seu carácter abrangente, a coralidade carece que se sejam impostos limites, de ser delimitada, pois o seu carácter de dualidade polifónica foge ao encaixe dentro dos géneros discursivos (diálogo, monólogo): “O termo é útil em pontuar uma

maneira, que varia segundo cada autor, de suprimir as falhas do diálogo: evocar a coralidade de um dispositivo, é sobretudo encará-lo sob o ângulo da difração das palavras e das vozes num conjunto refratário a toda totalização estilística, estética ou simbólica. Neste sentido, a coralidade é o inverso do coro [clássico]” (Mégevand, 2005).

Apesar de se afastar do conceito clássico de “coro”, a coralidade recai nessa mesma função, afetando o tempo dramático, retardando o sustendo o avançar da cadência dramática, quebrando a linha de ação e interrompendo o diálogo. Este conceito é empregue por excelência no conceito de “drama estático”, de Maeterlinck, onde o conceito de tempo se distende em cadências que visam a sua própria desconstrução e reconstrução num contínuo sistemático de fragmentação.

A coralidade adapta-se, assim, à dramaturgia moderna pelo seu caráter de desconstrução fragmentária que foge à estética clássica de apresentação discursiva (exposição, conflito, desenlace):

“Mas parece difícil assinalar o ato do nascimento da coralidade na história das formas dramáticas: tratar-se-ia, de preferência, de uma tendência, cada vez mais apoiada historicamente, de fazer variar o diálogo em todos os tipos de figuras que se assemelham ao *étoilement* ([Maurice] Maeterlinck, *Les aveugles*), à dispersão aleatória ([Philippe] Minyana, *Les Guerriers*), à serialização ([Valère] Novarina), a uma disposição em escala das vozes ([Michel] Vinaver)” (Mégevand, 2005).

A coralidade é muito utilizada pela corrente expressionista pelo seu caráter de polissemia dramática.

- Foucault e heterotopias

Para Foucault, o estruturalismo não é “mais do que um esforço para estabelecer, entre aqueles elementos que poderiam ter sido associados num eixo temporal, um conjunto de relações que os faz aparecer justapostos, contrapostos, implícitos uns pelos outros – em suma, o que faz aparecer esses elementos com uma determinada configuração” (Foucault, 1984). Esta perspectiva pode ser aplicada ao espaço, assim podemos considerar que existe um espaço da disposição onde cada coisa é colocada no seu sítio específico. Os lugares imediatamente associados à vida real do homem, com as dicotomias entre lugares sagrados e lugares profanos, lugares protegidos e lugares

expostos, lugares urbanos e lugares rurais; nas teorias cosmológicas, existiam os lugares supracelestes, opondo-se aos celestes e estes, aos terrestres. E ainda havia também lugares onde certas coisas eram colocadas porque tinham sido deslocadas, por sua vez, de uma forma violenta, e, pelo contrário, lugares onde as coisas encontravam as suas base e estabilidade naturais.

Para Foucault este pré conceito de espaço é de difícil dessacralização, uma vez que, na sua perspectiva, é difícil devolver às realidades temporais a sua aptidão original, pois estão submetidas ao poder religioso. Nesta medida o conceito de espaço contém dicotomias “inultrapassáveis, invioláveis” que as instituições ainda não tiveram coragem de dissipar” e que “se mantêm devido à presença oculta do sagrado” (Foucault, 1984).

Podemos, então, conceber o espaço sob a ótica de utopias e de heterotopias. As utopias podem ser entendidas como sítios sem lugar real. São sítios que têm uma relação analógica direta ou invertida com o espaço real da Sociedade. Apresentam a sociedade numa forma aperfeiçoada, ou totalmente virada ao contrário. Seja como for, as utopias são espaços fundamentalmente irreais. O exemplo por excelência de uma utopia é o espelho, pois consiste num lugar sem lugar algum:

“No espelho, vejo-me ali onde não estou, num espaço irreal, virtual, que está aberto do lado de lá da superfície; estou além, ali onde não estou, sou uma sombra que me dá visibilidade de mim mesmo, que me permite ver-me ali onde sou ausente. Assim é a utopia do espelho” (Foucault, 1984).

As heterotopias consistem em espaços que existem e que são formados na própria fundação da sociedade – que são algo com contra sítios, espécies de utopias realizadas nas quais são simultaneamente, representados, contestados e invertidos. Este tipo de lugares está fora de todos os lugares, apesar de se poder obviamente apontar a sua posição geográfica na realidade. Denominam-se espaços heterotópicos devido a estes lugares serem totalmente diferentes de quaisquer outros sítios, que eles refletem e discutem. O mesmo espelho pode ser uma heterotopia, uma vez que consiste num objeto que marca a sua existência na realidade:

“[...] o espelho existe na realidade, e exerce um tipo de contra acção à posição que eu ocupo. Do sítio em que me encontro no espelho apercebo-me da ausência no sítio onde estou, uma vez que eu posso ver-me ali. A partir deste olhar dirigido a mim próprio, da base desse espaço virtual que se encontra do outro lado do espelho, eu volto a mim mesmo:

dirijo o olhar a mim mesmo e começo a reconstituir-me a mim próprio ali onde estou. O espelho funciona como uma heterotopia neste *momentum*: transforma este lugar, o que ocupo no momento em que me vejo no espelho, num espaço a um só tempo absolutamente real, associado a todo o espaço que o circunda, e absolutamente irreal, uma vez que para nos apercebermos desse espaço real, tem de se atravessar esse ponto virtual que está do lado de lá” (Foucault, 1984).

As heterotopias podem assumir diversas formas, Foucault classifica duas: (1) Heterotopias de crise – “*id est*, lugares privilegiados ou sagrados ou proibidos, reservados a indivíduos que estão, em relação à sociedade e ao ambiente humano que ocupam numa situação de crise: adolescentes, mulheres menstruadas ou grávidas, idosos, etc.” (Foucault, 1984); (2) Heterotopias de desvio – “nas quais os indivíduos, cujos comportamentos são desviantes em relação às normas ou médias necessárias são colocados. As casas de repouso ou os hospitais psiquiátricos, e claro está, as prisões, as casas de terceira idade, que se encontram numa fronteira diáfana entre a heterotopia de crise e heterotopia de desvio, afinal de contas, a terceira idade, é uma crise mas também um desvio, visto que na nossa sociedade, sendo o lazer a regra, a ociosidade é uma espécie de desvio” (Foucault, 1984).

A heterotopia consegue sobrepôr, num só espaço real, vários espaços, vários sítios que por si só seriam incompatíveis: No teatro – “[...] no rectângulo do palco, em que uma série de lugares se sucedem, um atrás do outro, um estranho ao outro [...]”; No cinema – “[...] essa divisão rectangular tão peculiar, no fundo da qual, num ecrã bidimensional se podem ver projecções de espaços tridimensionais”; No jardim – “[...] talvez o exemplo mais antigo deste tipo de heterotopias, destes sítios contraditórios [...]” (Foucault, 1984).

Dentro das heterotopias associadas ao tempo podemos apontar algumas de carácter fugaz como o festival: “as feiras, os circos, sítios vazios colocados nos limites das cidades que duas vezes por ano, pululam com barraquinhas, montras, objectos [...]” (Foucault, 1984).

As heterotopias constituem-se como abertas ou herméticas cujo acesso se processa sob determinadas condições. Pode-se penetrar dentro de uma heterotopia de forma compulsória, (prisão, caverna) ou mediante um modelo sistemático de ritual e

purificação onde se tem de pedir permissão para penetrar mediante a repetição de certos gestos rituais. Outras heterotopias funcionam como exclusão, “que ainda que à primeira vista pareçam ser aberturas, servem de forma velada a curiosas exclusões. Todos podem entrar nestes sítios ... mas essa é apenas uma ilusão: pensamos que entrámos ali onde somos, simplesmente pelo facto de ali termos entrado, excluídos” (Foucault, 1984).

Por fim, resta-nos focar a heterotopia de compensação, que cria “[...] um espaço ilusório que espelha todos os outros espaços reais, todos os sítios em que a vida é repartida, e expondo-os como ainda mais ilusórios (...) Ou então o de criar um espaço outro, real, tão perfeito, meticuloso e organizado em desconformidade com os nossos espaços desarrumados e mal construídos [...]” (Foucault, 1984).

- Espaço Mnemónico

Ramon Aguiar (2008) fala-nos do conceito de espaço mnemónico e que, no nosso entender, é importante aqui introduzir, pois abrange a interpretação efectuada por parte de quem vê o espectáculo e está inserido, como cidadão, no contexto cultural desse espectáculo”.

O processo de criação do espectáculo para uma audiência e a interpretação que o espetador faz gera uma dialética interpretativa criadora de diálogo e de dissonâncias heterogénias com enfoque quer na cultura, quer nas experiências vividas – quer por parte do encenador/ator, quer por parte de quem observa o espectáculo (comunidade ou espetador):

“Em todos os casos, há uma proposição temporal, uma idéia e concepção de mundo e de sociedade que se deseja, seja “lida” pelo espectador. Essa “leitura” poderá levar à catarse, à identificação ou ao distanciamento crítico. Para isso, parte-se do pressuposto de que o universo encenado e/ou da encenação em si – caso não exista texto – pertence a um possível caldo cultural no qual o espectador se perceba inserido. Desse modo, o teatro garante o seu objectivo: a comunicação artística” (Aguiar, 2008: 219).

Na dinâmica interpretativa que se estabelece entre o espetador e o que observa há espaço para diferentes interpretações, dependendo de quem está a visualizar o espectáculo. Cada ser humano encerra em si um conjunto de vivências e experiências que utiliza para estabelecer um nexos interpretativo do que o rodeia. Assim, apesar de numa audiência haver elementos que podem ser interpretados do mesmo modo, estes são

sempre filtrados pelo que cada pessoa experienciou anteriormente. Aguiar, para argumentação do seu espaço mnemónico, recorre a delimitações propostas por Patrice Pavis: “o *espaço dramático* é relacionado ao contexto imaginário do jogo proposto no texto; o *espaço cênico e gestual* é percebido e visualizado durante a encenação; o *espaço interior* está localizado individualmente, em cada espectador” (Aguiar, 2008: 223).

Por espaço mnemónico, Aguiar define como sendo o espaço

“[...] compreendido na perspectiva da memória em sua relação temporal e espacial e é estabelecido não somente no plano individual, mas sobretudo, na esfera do colectivo: a dimensão da memória social que é deflagrada nos espectadores durante a assistência da encenação e depois dela, nos desdobramentos possíveis. O espaço mnemónico se estabelece transversalmente no conjunto do espaço teatral, reverberando durante e, possivelmente em outras narrações: a de quem assistiu a encenação.” (Aguiar, 2008:225).

- Estado de Flow

A Doutora Sara Bahia² explana a teoria de Mihaly Csikszentmihalyi, que aborda uma percepção “familiar” – o estado de flow ou fluxo e que importa aqui aprofundar.

Mihaly Csikszentmihalyi, um psicólogo Húngaro investigou sobre a felicidade, a criatividade e o bem estar subjectivo, e é mais conhecido como o arquitecto da noção de “flow” e pelos anos de investigação sobre este estado. O professor Mihaly juntou duas perguntas que são muito difíceis de serem respondidas pela maior parte de todos nós e que aparecem nas nossas cabeças em momentos de ócio ou frustração: “Porque é tão difícil ser feliz?”, “Qual o significado da vida?”.

Através da arte, religião, filosofia e outras fontes de conhecimento, Mihaly investigou quais os elementos que contribuíam para uma vida de felicidade, ou pelo menos que valesse a pena ser vivida. Chegou à conclusão que a psicologia seria a ferramenta para responder a estas duas perguntas – através de mensagens para paggers de voluntários que em momentos diversos do dia, respondiam ao questionário que Mihaly apresentou a

² Aula dada por convite do Professor Doutor Armando Nascimento Rosa, na cadeira de “Teatro e Comunidade II”.

vários artistas com uma das perguntas: “O que faz as pessoas sentirem que vale a pena passar a vida fazendo coisas que não trarão fama ou fortuna?”. Os voluntários descreviam o que estavam a fazer e como se sentiam a fazer essas coisas. Mihaly e a sua equipa através deste estudo descobriram um grupo de “actividades boas” ou estado de “*flow*”.

O estado de *flow* alcança-se quando se faz algo de que se gosta e o trabalho que se está a desenvolver na altura flui. Este estado traduz-se por uma sensação de bem-estar:

“Nosso sistema nervoso não pode processar mais do que uma certa quantidade de dados por segundo. Quando estamos realmente envolvidos num processo completamente “engajado” de *flow*, ele não tem muita capacidade de monitorar como seu corpo está se sentindo, se está com fome, cansado ou mesmo pensar em seus problemas [particulares ou burocráticos]. Assim, a existência é suspensa temporariamente” (Arata, 2012).

Aconteceu-me algo parecido com este estado em que todo o processo está a ser vivido de uma maneira muito satisfatória, com uma alegria, de troca de energias que me deixam num estado de êxtase em que não penso em mais nada. Perco a noção de tempo e às vezes de espaço, ou melhor, que tudo se resume ao espaço do projeto. Esqueço-me que tenho fome, que tenho sono, as horas passam como se fossem segundos e nada “existe” para além da criação, preparação, construção do espetáculo na maneira como decorre todo o processo com o grupo de projeto. Faço aqui um paralelismo como ator, antes de entrar em cena, durante a cena a “encarnar” um personagem (êxtase ou estado de *flow*) e quando abandono o teatro após a representação.

O estado de *flow* atinge-se de forma inconsciente, sendo um processo espontâneo. Este é o estado ideal que se deseja que todos os elementos do grupo atinjam, neste caso com elemento da terceira idade, gerando “[...]uma adrelinha que nem deverá deixar espaço para pensar, como se estivesse em “piloto automático”, onde o pensamento é nulo, inexistente” (Arata, 2012). As atividades desenrolam-se e não há consciência do passar do tempo, pois está-se completamente dentro do processo em estado de “fluidez”.

Aqui faço uma vez mais uma comparação com este projeto das *Cartas Bordadas para Mim* e o meu trabalho atual, que nada tem a ver com o teatro. Neste projeto o tempo passa rápido e tudo flui para que as coisas progridam de uma maneira natural, positiva,

numa felicidade que não quero que acabe, e quando acaba entro num outro estado de vontade para que a semana passe rapidamente até ao próximo encontro com o grupo:

“L'état de flow est un état optimal de motivation intrinsèque, où l'individu est entièrement immergé dans son activité. C'est un sentiment que chacun peut éprouver, caractérisé par une grande impression de liberté, de joie, d'accomplissement et de compétence, et durant laquelle le temps semble disparaître” (Arata, 2012).

Quando vou para o trabalho, que é por ironia o meu sustento, vou contrariado e o tempo custa a passar, tudo é chato, a produtividade é reduzida, para além da pouca afluência de clientes, devido a esta crise que nos afeta a todos, e até uma apatia por não me identificar mais com a Empresa onde trabalho.

3.2. Técnicas teatrais e jogos

No que concerne às diferentes técnicas e jogos teatrais a que o artista pedagogo pode recorrer, citaremos maioritariamente Marcelino Sousa Lopes (2008), que tão bem os ilustra e descreve:

- Jogos:

- Jogos de desinibição: trata-se de um conjunto de técnicas que podem ser trabalhadas como jogos ou, simplesmente, como exercícios e têm por objectivo a eliminação ou redução de bloqueios, ansiedades, inibições, depressões que derivam, muitas vezes, de situações geradas por obstáculos não ultrapassáveis. Destes jogos/exercícios, destacam-se os relacionados com o ritmo, coordenação de movimentos, técnicas de relaxamento, técnicas de expressão corporal, técnicas de expressão oral, técnicas ligadas à psicomotricidade (Lopes, 2008: 355).

- Dramatização/jogo dramático: trata-se de uma técnica muito versátil e com uma grande variedade de aplicações. Num sentido lato, pretende promover os recursos expressivos/comunicativos da pessoa, em situações de jogo, derivadas quer do quotidiano, quer imaginárias, quer literárias. Pode, ainda, partir-se de um texto, de um contexto ou de um pretexto. Há uma estreita relação entre jogo e drama. Sem jogo não existe conflito dramático e, por isso, a acção dramática depende do jogo; todavia existe jogo para além do dramático (Lopes, 2008: 355).

- Técnicas:

-Técnica de relaxamento: esta técnica permite um auto controlo progressivo sobre o corpo e a mente. O estado de relaxamento é adquirido de uma forma progressiva, mediante exercícios que impliquem contração/descontração, e através da projeção mental de determinadas imagens que abstraem os pensamentos da realidade concreta. A técnica de relaxamento exige uma forte atividade psicofísica para que as pessoas incrementem uma capacidade de autocontrolo (Lopes, 2008: 355).

- Técnicas de estimulação sensorial e exploração física, pessoal e interpessoal: trata-se de um conjunto de técnicas que pretendem trabalhar e aprofundar os diferentes sentidos, ampliando o mundo das sensações que os rodeia, destacando-se a visão, a audição, o olfato, a confiança, a coordenação e a noção de espaço (Lopes, 2008: 355).

- Técnica vocal: procura-se, a partir da articulação da voz, facilitar a descoberta do “eu” com o objectivo de encontrar formas ajustadas à interacção expressiva e comunicativa com os outros. Enquadrar o trabalho da oralidade numa relação directa com as técnicas respiratórias que, por sua vez, não se podem separar da componente da expressão corporal (Lopes, 2008: 355).

- Técnica de clown (palhaço), Bosi (2010: 60-63) descreve-a da seguinte forma: “é uma das técnicas mais difíceis e sérias que um intérprete, um actor pode experimentar. O palhaço é. Não representa, não imita. Procura no seu interior emoções, sensações, movimentos, exteriorização da infantilidade (jogo, brincadeira,) que não utiliza no quotidiano”.

- Exercícios:

- Aquecimento: feito a partir de exercícios de aquecimento do corpo, que geralmente são acompanhados de música para melhor desinibirem e se concentrarem em cada parte do corpo, músculos, postura, tensões, ... (Lopes, 2008: 355).

-Mímica: através da mímica, procura-se exprimir e comunicar sem recorrer à palavra. Há uma maior vontade de procurar movimentos que não se utilizam no quotidiano para

melhor se expressar ou fazer se entender quando não há texto falado. Observar-se a si e ao outro é fundamental neste exercício e a comunicação embora seja mais complexa e exija um esforço de expressão corporal acrescido, a comunicação é mais completa, pois os olhos são o principal foco de comunicação entre dois seres. A sensibilidade é superior, pois os sentidos estão em “alerta” para que haja comunicação (Lopes, 2008: 355).

Capítulo II – Prática

1. Grupo de Teatro Mina D'Arte

1.1. A necessidade construir um grupo, o processo de trabalho e a evolução

A Amadora pertence ao distrito de Lisboa. Com 175 872 habitantes, é a quarta cidade mais populosa de Portugal e o município com mais elevada densidade populacional do país. Este município é limitado a nordeste pelo município de Odivelas, a sueste por Lisboa, a sul e oeste por Oeiras e a oeste e norte de Sintra. Está subdividido em 11 freguesias são elas: Alfovelos, Alfragide, Brandoa, Damaia, Falagueira, Mina, Reboleira, São Brás, Venda Nova e Venteira. Uma cidade com grandes problemas socio económicos, com forte exclusão social, absentismo e insucesso escolar, mistura de etnias, elevada taxa de criminalidade, consumo e tráfico de substâncias entre outros.

Com base nesta realidade e juntamente com a senhora Vereadora da Camara Municipal da Amadora Dr.^a Carla Maria Nunes Tavares numa reunião na Escola Superior de Teatro e Cinema no dia 13 de Janeiro de 2012, surgiu a necessidade imediata de agirmos para com estas comunidades com grandes carências. Desta forma surgiu o protocolo entre a Câmara Municipal da Amadora e a Escola Superior de Teatro e Cinema.

Numa reunião marcada com a técnica superior Rute Goncalves, foi-nos transmitido que havia uma oportunidade de trabalharmos com a instituição ASSORPIM e, por questões de logística (transportes e segurança) e profissionais (horários), decidimos aceitar.

A ideia de construir um grupo³, era algo que me fascinava, sobretudo num projecto que se desenvolvesse com um grupo de 3^a idade, facto que poderia ser bastante enriquecedor. A realização do projecto na Amadora, tinha como objetivo trabalhar com

³ Ver página no *facebook*: <http://www.facebook.com/TeatroSeniorMinaDarte?ref=hl>.

a Comunidade na escola (ESTC) e que a Escola abrisse à Comunidade portas para um projeto comum que a todos poderia enriquecer.

A ASSORPIM (Associação de Solidariedade Social Reformados Pensionistas Idosos da Mina), com sede na Av. dos Combatentes Grande Guerra nº 29 – A, Amadora promove várias atividades como a língua inglesa, informática, arraiolos, pintura vitral e teatro. Alguns dos intervenientes deste grupo (Mina d’Arte), pertenciam já ao grupo de teatro amador “Flores de Outono”, na ASSORPIM. Outros aderiram ao nosso projeto (meu e do Pedro Augustos), após verem afixados cartazes de divulgação espalhados em vários estabelecimentos locais (cafés, padaria, junta de freguesia, tabacaria ...).

Este grupo (Teatro Sénior Mina d’Arte) foi integrado, juntamente com outros dois centros de dia (Rainha Santa Isabel e Quinta de S. Miguel) do concelho da Amadora, formando no sua totalidade o projeto de Teatro de Identidades, que foi estabelecido em parceria com a Câmara Municipal da Amadora e Associação dos Amigos da Escola Superior de Teatro e Cinema.

1.2. Cartas Bordadas para Mim

Este projeto nasce da continuidade do trabalho realizado com um grupo de idosos do Concelho da Amadora no Laboratório de Teatro e Comunidade II, que culminou na apresentação do espetáculo “Cartas Bordadas para Mim” (**Anexos – A, 1 e 8**), a 21 de Julho de 2012 no Auditório João Mota na ESTC, após um trabalho intenso num total de 93 horas divididas por dois dias da semana, nas Águas Livres (Sextas-feiras das 10h-12h) e na Escola Superior de Teatro e Cinema (Sábados 14h-17h) (**Anexo B**).

A meio do processo, a pedido do grupo, foram também realizados ensaios de interpretação de textos aos sábados de manhã na escola com o intuito de ser efetuada a direção de actores (10h-13h).

Algumas pessoas já faziam parte do grupo de Teatro da Associação de Solidariedade Social Reformados, Pensionistas e Idosos da Freguesia da Mina (ASSORPIM) com o nome *Flores de Outono*. Como o grupo era muito pequeno, decidimos apelar outros

idosos através da divulgação de cartazes colocados estrategicamente em diferentes locais da Freguesia, que rapidamente responderam via telefónica (**Anexo – C**).

O grupo tem idades compreendidas entre os 62 e 85 anos. É um grupo muito participativo que não falta aos ensaios e formação, aberto a novas metodologias teatrais motivado pela descoberta e criatividade. No Teatro e Comunidade, ao contrário das animações ou teatro amador, as pessoas aparecem de livre vontade, sem qualquer pressão da nossa parte (orientadores), a única obrigatoriedade consiste quando se prepara uma apresentação pública e inerentemente haja a necessidade de ensaios.

No decorrer do processo de criação, alguns elementos partiram ou deixaram o projeto por razões pessoais alheias ao grupo. Outros elementos vieram juntar-se mais tarde por curiosidade ou por terem ligações a nível familiar aos que já se tinham iniciado no projeto (**Anexo D**).

Relativamente ao percurso de vida, vêm de áreas e experiências muito diferentes. O grupo é heterogéneo nas habilitações escolares, que vão desde o analfabetismo até escolaridade de liceu e ensino secundário. Une-os o desejo de continuarem a fazer algo de novo e na terra (local) onde vivem. As pessoas pertencentes a este grupo podem ser definidas como possuidoras de uma consciência pessoal social e de intervenção na comunidade onde residem; esta preocupação sempre foi provocada e aprofundada no nosso trabalho em Teatro e Comunidade.

No trabalho, *Cartas Bordadas para Mim* (**Anexos A e 8**), que realizei com o colega mestrando Pedro Augustos, procuramos apresentar algumas reflexões sobre a ideia de Teatro e Comunidade no processo de um grupo de teatro formado por idosos não-atores. A linguagem teatral foi utilizada como recurso na compreensão das subjectividades desses idosos, a partir da encenação das suas memórias, das suas lembranças. Criou-se, desse modo, um novo canal de comunicação de memórias baseadas na ideia de Tempo e em coisas que se perderam com o tempo como o hábito de “escrever cartas”. Este foi o Tema central para a construção dramatúrgica do espectáculo. Trabalhar a partir de um tema comum ao grupo é unificador e motivador de uma estratégia que se trabalha na composição das narrativas em Teatro e Comunidade:

“Ele [idoso], nas tribos antigas, tem um lugar de honra como guardião do tesouro espiritual da comunidade, a tradição. Não porque tenha uma especial capacidade para isso: é seu

interesse que se volta para o passado que ele procura interrogar cada vez mais, ressuscitar detalhes, discutir motivos, confrontar com a opinião de amigos, ou com velhos jornais e cartas...” (Bosi, 2010: 82).

‘Tempo’ é a expressão mais utilizada por aqueles que recordam – “No meu Tempo ... na minha altura, quando era criança, jovem ...”. José Jorge afirma: “já há muito tempo não escrevia cartas, quando era mais novo, isso passava muito tempo a escrever. Mas agora foi, foi bom recordar, embora a minha mobilidade me limite um bocado. Foi bom recordar até através do que, da intervenção dos outros elementos do grupo” (Entrevistas – **Anexo 9**).

A apresentação desse espetáculo repetiu-se a 18 e 19 de Outubro no Grande Auditório da ESTC, a pedido da Camara Municipal da Amadora, que promoveu junto das suas Juntas de Freguesia a afluência a esta sala num total de cerca de 400 pessoas (**Anexo A e 2**), de várias faixas etárias.

Para o grupo esta apresentação foi um concretizar de um sonho no mundo da representação, para outros representar na Escola Superior de Teatro, foi como abrir uma “porta que julgava estar fechada ou escondida ... o sonho e a promessa de vida e de Arte, mesmo que com alguma utopia como pertence a quem é jovem” (**Anexo E**).

Fernanda Severino diz: “ já era um desejo que eu tinha há bastante tempo de testar as minhas capacidades de estar perante outras pessoas. A dar alguma coisa de mim. E penso que o teatro é isso mesmo: é a gente se calhar esquecer-se quase da pessoa que somos e viver na pele de uma personagem” (Entrevistas – **Anexo 9**).

Ainda para outros foi experienciar um outro registo de teatro a que não estavam habituados no grupo de teatro onde estavam inseridos: “[...] um espectáculo numa espécie de urgência [...] de «convocação de memórias»” (Costa, 2005: 147).

Ter muitos espetadores na sala foi uma satisfação para todos, este momento de devolução à comunidade faz parte do método de trabalho nesta área pois proporciona a partilha e o reconhecimento por parte da comunidade local e de interesse.

Os intérpretes foram pois reconhecidos pelos vizinhos e familiares que desconheciam os ‘artistas’ do bairro, da família e até das Instituições locais como o senhor comandante dos bombeiros que “também ali estava”.

No final e com a intenção de partilhar o processo criativo e a dinâmica do mestrado, houve uma conversa entre os participantes da peça e os alunos do 1.º ano de Teatro e Comunidade I, convidados pela professora que seguiu de perto este projeto das *Cartas Bordadas para Mim*, Rita Wengorovius.

Os alunos fizeram perguntas direcionadas aos mestrados e aos intérpretes que responderam com muito agrado sobre a forma como este espetáculo lhes transformara o dia-a-dia pela experiência formativa nesta nova linguagem, pela importância e responsabilidade que sentiram para responder a uma boa apresentação.

O grupo sentiu-se orgulhoso e feliz pela participação ativa na Comunidade escolar/artística, assim como pelos comentários deixados pelos alunos que proferiram palavras de incentivo, pelo facto de terem visto um espetáculo “lindo, emocionante e simples”.

Também foi criada uma página no *facebook* com o mesmo título para divulgação do trabalho nas redes sociais e foi pedido à Comunidade virtual, que nos enviassem cartas para o endereço da escola. O desafio foi muito bem aceite, tendo as cartas, que eram esperadas pelo grupo com alguma surpresa e ansiedade, vindo de todos os lados. O mais importante nesta ação, não foi tanto o saber o conteúdo do que nos escreviam, mas, antes, saber que alguém nos escrevia⁴.

2. Projeto Teatro de Identidades

Porquê da criação deste grupo de teatro sénior? Para estimular e promover o interesse, o entusiasmo pelas artes cénicas na 3ª e 4ª idade, devolver Felicidade, devolver ao idoso uma participação ativa na Comunidade, auto-estima, autonomia, formar cidadãos plenos, conscientes dos seus direitos e de valores dos seus grupos, mas com

⁴ Ver página no *facebook*: <http://www.facebook.com/cartasbordadasparamim?ref=hl>

possibilidade de questionarem esses valores, ampliando a sua visão do mundo. O objetivo não é definitivamente, formar artistas, ou torná-los profissionais do Teatro. O Teatro é para todos, é de Todos.

2.1. Uma Equipe de Projetos e Técnicos em Teatro Sénior

O contato entre as pessoas deste grupo foi mantido ainda durante as férias de Verão de 2012, através de mensagens e telefonemas que me foram dirigindo, transmitindo-me que não queriam quebrar esta ligação de afetos, nem interromper os trabalhos que nos uniram. Pediam-me para voltar para dar continuidade ao grupo na criação de outros trabalhos, mesmo sem termos a certeza da minha continuidade neste Mestrado, devido à falta de condições financeiras e outras condicionantes pessoais à semelhança do que destaca também da sua realidade Isabel Alves Costa: “A nossa maior dificuldade, para além da falta de dinheiro, era mesmo um local fixo para trabalhar. As reuniões eram feitas nos cafés, nos jardins, nas casas uns dos outros” (Costa, 2005: 117).

Entre este grupo de idosos foi sempre mantido o contato nessas férias e com eles vieram outras pessoas: amigos e familiares. Estes elementos eram mais novos com idades entre os 23 e 45 anos, o que permitiu uma troca de conhecimentos intergeracionais (**Anexo 3**). Pensámos num nome a atribuir ao grupo, até que por unanimidade concluiu-se que se iria chamar Mina d’Arte, Grupo de Teatro Sénior Mina d’Arte, que é também o objeto desta tese de mestrado, porque o grupo é maioritariamente originário da Freguesia da Mina e pelo facto de alguns elementos terem já experienciado algumas vertentes artísticas como a música, o canto, a representação e trabalhos de artesanato na ASSORPIM (Associação Solidariedade Social de Reformados, Pensionistas e Idosos da Mina).

Pensamos ser fundamental no 2º ano de trabalho fornecer aos elementos do grupo técnicas e métodos de trabalho em teatro; por conseguinte, foram abordadas três grandes áreas: Corpo, Mente e Voz.

Procuramos desenvolver o projeto através de um processo de investigação/ação numa ponte constante entre a prática e a teoria (práxis): “Os homens são seres da praxis ... são seres do que fazer é exactamente porque seu fazer é acção e reflexão. É praxis. É

transformação do mundo” (Freire, 1972: 173). Álvaro Ruivo diz: “melhorei, eu senti que melhorei, quer pela aprendizagem que tenho tido, quer portanto nos exercícios físicos, e portanto melhorei ... e ginastiquei mais a memória, que estava parada desde que me reformei” (Entrevistas - **Anexo 9**).

Passamos a encontrar-nos às segundas-feiras na ESTC das 16:00h às 20:00h para fazermos alguns jogos teatrais, ensaiar, fazer exercícios de aquecimento corporal e vocal, relaxamento ou simplesmente para falar, conviver, confidenciar: “O teatro é sempre subversivo –, Viv[e]-se nos pequenos nada: [...] mas [passa] também pelas nossas conversas a propósito de tudo o que lhes [interessa]: família, política, amor, sexualidade...” (Costa, 2005: 115).

3. Técnicas Teatrais e Jogos

3.1. Técnicas e jogos

Paralelamente ao trabalho teatral realizamos sempre um trabalho plástico por defendermos as inteligências múltiplas de Gardner (Gama, 1998) e o teatro como linguagem pluridisciplinar. Quisemos voltar ao trabalho plástico e dar visibilidade ao grupo de teatro sénior, realizando no café *Ponto de Encontro*, uma instalação temática alusiva ao Natal conseguindo assim intervir junto da Comunidade reforçando os laços que nos unem ao bairro da Mina. Neste espaço criámos uma instalação, onde estiveram expostas várias caixas acrílicas, preenchidas de bolas de esferovite, com a fotografia dos elementos pertencentes ao grupo e daqueles que ajudaram de forma directa (luz, som, produção, vídeo e orientação) e indirecta (no apoio); assim como a apresentação do espetáculo em DVD para que os clientes desse estabelecimento, que não viram o espetáculo pudessem conhecer o grupo.

Após um mês exaustivo de trabalho plástico e de ensaios que culminaram em 58 horas (30 horas na construção de cenário e adereços + 28 horas de ensaios). Neste café organizámos também um jantar, que foi mais um encontro entre todos os elementos do grupo e colaboradores para celebração do Natal (que será o mesmo que dizer união, confraternização, amizade, inclusão, participação...) (**Anexo 5**).

No início do ano, fomos para o Centro Cultural da Mina, um espaço da Camara Municipal da Amadora para continuarmos a ensaiar outros trabalhos, ou pelo menos continuarmos com as nossas sessões no trabalho de ator (voz, respiração, plasticidade do corpo, mente, interpretação, improviso, movimento, gesticulação, construção da máscara – músculos da cara): “O actor tem de saber manifestar o menor dos seus impulsos. Tem de saber expressar, através do som e do movimento ... tem de ser capaz de construir a sua própria linguagem psicanalítica de sons e de gestos” (Grotowski, 1975: 32).

Os exercícios, desde Stanislawski, são práticas que “serviam para transformar o corpo-mente cotidiano dos actores em um corpo-mente cénico” (Barba, 1994: 156). Algumas destas técnicas, metodologias e exercícios, aprendi na minha formação enquanto ator na Escola Profissional Balle teatro e em alguns cursos que fui fazendo ao longo da carreira como ator profissional (**Anexos 6 e 11**):

- Respiração e voz: Foi observado que os idosos tinham algumas fragilidades na expressão vocal, assim, considerámos importante, realizar alguns exercícios de respiração e aquecimento vocal, para que o grupo tivesse ferramentas para melhor se expressar no seu dia-a-dia, como o articular melhor as palavras, o projetar melhor as frases, para que fossem audíveis e compreensíveis. Dada a timidez ou vergonha, o idoso tende a baixar a voz e a não articular bem as palavras.

O idoso tende a ser submisso ao que lhe pedem e no Teatro e Comunidade, temos que contrariar isso, devolvendo-lhe a postura e a voz, para que através de uma correta postura, ganhe segurança e bem-estar. A respiração e a postura são, por conseguinte, muito importantes para a técnica vocal, assim como para a saúde do indivíduo e, como tal, há um reaprender a respirar, relaxar o corpo, assumir uma postura natural, soltar ombros e descontrair os músculos.

Reaprender a respirar (ato que maioria faz de modo natural) e a respiração diafragmática. Inspirando pelo nariz e expirando pela boca. Segurar a respiração durante segundos expelindo em pequenos f. Este exercício de respiração é um remédio natural para combater o *stress* e ansiedade, relaxar os músculos, melhorar a oxigenação

cerebral, libertar o subconsciente e o inconsciente, melhorar a concentração, a memória e a cognição.

Ter uma boa postura, causa menos fadiga, pois os músculos e os ossos posicionam-se de modo que haja mínimo esforço e tensão; transmite maior segurança; respira-se melhor; traz bem-estar psicológico e físico a todo o organismo e beneficia a saúde vocal. Francisco Duarte frisa: “[...] acho que uma coisa que me tem feito bem, até certo ponto, que é aqueles exercícios de ginástica, digamos assim, de movimento corporal, de braços, de pernas, tudo isso nos dá uma certa vitalidade” (Entrevistas – **Anexo 9**).

Para qualquer profissional que utilize a voz como instrumento de trabalho, há que ter um cuidado a redobrar com este instrumento, e ainda que se possa pensar que o idoso não irá colocar em prática estas lições, fica a conhecer pelo menos o aparelho fonador, como aquecer a voz, que cuidados a ter com a voz e a postura, para uma vida com qualidade no seu dia-a-dia.

- **Reprogramação corporal:** “A reprogramação corporal é uma técnica de relaxamento para descontrair o corpo, vencer o *stress*, combater a ansiedade, libertar “culpas” e medos, reparar e diminuir as algias, mialgias, melhorar a memória e a cognição, a qualidade e a quantidade do sono. Ao relaxar o corpo liberta-se a si próprio permitindo um aumento da temperatura corporal, maior capacidade de concentração, melhoria significativa na percepção, memória e cognição, diminuição da hormona do *stress*, um aumento de serotoninas” (Marujo, 2009: 190-193).

- **Meditação / Concentração/ Energia (presença do actor idoso na cena):** Música e meditação são imprescindíveis para os exercícios de concentração, interiorização, criação. “Na mente imaginamos o bem-estar ou a dor, a alegria ou a tristeza, o riso ou o choro, o bom ou o mau, amor ou ódio que nos liberta ou escraviza. ... pela meditação é possível tornar a mente num autêntico oásis ou num éden porque pela meditação a mente liberta-se de medos, de angústias e de negatividades” (Marujo, 2009: 188). As músicas propostas nas sessões foram clássicos para crianças, “Classics for children”, onde se criou várias “paisagens sonoras” em que os atores tinham de se expressar pelo corpo através da mímica, sem recorrer às palavras, “viajando” no seu interior à

descoberta de gestos, de movimentos que não realizam no seu quotidiano, ou que pensavam já ter esquecido.

Quando os atores estão num estado de concentração plena é como se estivessem num estado de transe, aquilo que Grotowski entendia como “capacidade de concentração num sentido teatral particular, e que pode atingir-se com um mínimo de boa vontade” (Grotowski, 1975: 35). Todo o nosso corpo é fonte de energia mas muitas das vezes o ator não a utiliza devidamente, ou cria barreiras que são prejudiciais para o desempenho teatral até mesmo para a saúde do indivíduo. Eugénio Barba afirma que:

“Para um actor, ter energia significa saber como modelá-la. Para ter uma ideia e vivê-la como experiência, deve modificar artificialmente os percursos, inventando represas, diques e canais. Estes constituem resistências contra os quais pressiona a intenção – consciente ou intuitiva – e que permitem a sua expressão. O corpo todo pensa/age com uma outra qualidade de energia. Um corpo-mente em liberdade afrontando as necessidades e os obstáculos predispostos, submetendo-se a uma disciplina que se transforma em descobrimento” (Barba, 1994: 79).

- Ponto de fuga / Foco/ Protagonista/ Coro/ Coralidade: O actor pode estar só em cena (monólogo – protagonista), mas nunca está só numa sala de espetáculo e para isso a atenção é redobrada, tem de encontrar vários focos que podem estar no proscénio (esquerda baixa e direita baixa) e ao fundo (esquerda alta e direita alta) e um ponto de fuga que normalmente está no centro da plateia. O ator ao representar “sai de si, para voltar a si” mas não esquece as indicações dadas pelo encenador, pelas luzes, som e principalmente pelas “deixas” de outros atores.

“O actor ao representar percebe direcções, sente as mudanças. Sente-se continuamente orientado. Neste sentido, o personagem é uma sucessão de impulsos, de movimentos do sentir. O actor é posto à prova quando deve parar estes movimentos como consequência da fala de outro actor” (Barba, 1994: 79).

3.2. Técnicas de Clown aplicadas ao Sénior

O trabalho de clown ou palhaço é um trabalho árduo e são precisos muitos anos para se aprender as várias técnicas desta figura universal. Porquê o palhaço? Porque através desta personagem o adulto cria, brinca seriamente através do drama, da mímica, perde o medo do ridículo, encontra segurança em valores e comportamentos numa aprendizagem divertida sem as normas da educação formal.

Não quisemos criar o palhaço como normalmente muitos grupos o preferem, começando por pintar a cara e vestir uma roupa característica do palhaço, consoante a condição social dele, rico ou pobre, com roupas já fabricadas como as do carnaval. O processo de criação e construção desse boneco começa precisamente no interior de cada um, a fim de evitar os “clichés” e maneirismos do palhaço, “esses estereótipos que bloqueiam a criação” (Grotowski, 1975). Tal como o palhaço, o idoso, não finge: **É!** (**Anexos 6 e 11**)

4. Teatro de Intervenção: Varreram-nos os cravos ... mas deixem-nos o trigo, porra!

“(...) Por detrás da poesia do texto, está a poesia pura sem forma e sem texto. (...) Não se trata de suprimir a palavra articulada, mas de conferir às palavras, aproximadamente, a importância que têm os sonhos...”
Antonin Artaud

Esta performance é uma forma de teatro que recusa a textualidade: “Na evolução da arte teatral, o texto foi um dos últimos elementos a surgir” (Grotowski, 1975: 30). Foi realizada fora dos espaços convencionais do teatro (**Anexo 7**). Para existir teatro, bastanos a perceção directa, a comunhão entre os actores e espectadores: “O teatro pode existir sem maquilhagem, sem figurinos nem coreografias especiais, sem uma área separada de representação (palco), sem iluminações ...” (Grotowski, 1975: 16).

A proposta para a realização deste trabalho surgiu das conversas, improvisações, dramatizações e jogos realizados nas sessões com algumas técnicas de Teatro do Oprimido (**Anexos 6 e 11**).

5. Espetáculos

5.1. Cartas Bordadas para Mim

5.1.1. Preparação

Grotowski define teatro enquanto encontro como “a essência do teatro ... entre gente que cria” (Grotowski, 1975: 52). O trabalho de laboratório teatral foi o primeiro a ser

realizado com o grupo. Neste trabalho, para que houvesse uma maior desinibição e entrega entre os elementos do grupo e os artistas pedagogos, partiu-se de jogos de dinâmica (e quebra-gelo, aquecimento e movimento corporal) como base essencial para um trabalho nesta área.

Desenvolveu-se também trabalho com os 5 sentidos como estratégia para redescobrir os próprios sentidos, para sentir tudo o que se toca, escutar o que se ouve, ver tudo o que se olha e dinamizar mais sentidos em conjunto (**Anexos 1 e 11**).

Numa segunda fase fizeram-se jogos focalizados no contato corporal. A confiança recíproca é um passo fundamental para a integração dos membros do grupo, fortalecendo-os e unindo-os (**Anexos 6 e 11**).

Já numa terceira fase, quando o grupo já se conhecia, trabalhou-se a empatia. Nestes exercícios o objetivo é o redescobrir de si mesmo, assim como dos outros (**Anexos 6 e 11**).

Na quarta fase, foi pedido ao grupo objetos trazidos de casa. O objetivo principal foi transformar um objeto em vários objetos, ou seja, dar novos sentidos ao objeto já existente. Desses objetos, uma carta deu origem a outras cartas e ao nome do espetáculo “*Cartas Bordadas para Mim*”.

5.1.2. Processo Criativo e Apresentação

O material recolhido (cartas, fotos, textos por eles escritos) para a dramaturgia teatral, foi cruzado com outros textos e indutores teatrais, textos de autor como Fernando Pessoa *Cartas de Amor a Ophélia Queiroz*; Ricardo Reis, “*Para ser grande, sê inteiro*”; frases de um texto apócrifo extraído da net (que não é do autor a quem é atribuído) a Gabriel Garcia Marquez, mas pertence a Johnny Welch, “*La Marioneta, a falsa despedida de Garcia Marquez*” (Welch, 2012); Natália Correia “*Creio nos Anjos que Andam pelo Mundo*”; um outro texto “*Redacção: a faca*”⁵ (**Anexo F**). Para além destes textos, a Fernanda Severino, um dos elementos do grupo, partilhou uma das cartas do

⁵ Este texto foi publicado na Revista Pão com Manteiga, Rádio Comercial, nº 17, fevereiro 1983.

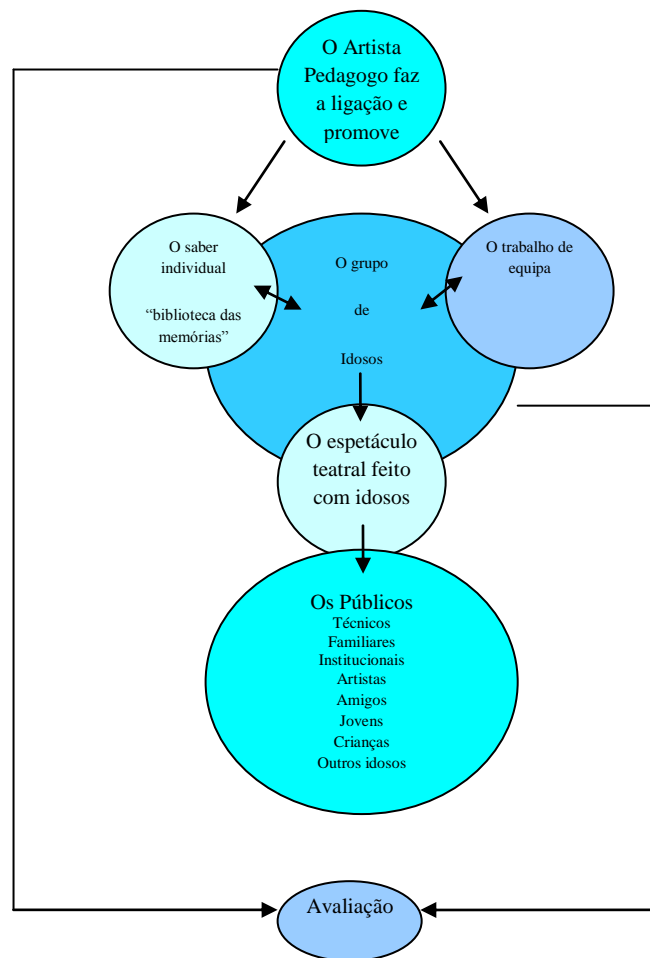
seu pai (datada de 1924), parte da qual foi utilizada no espetáculo, assim como ajudou na dramaturgia e na composição dos textos originais elaborados pelos restantes colegas de grupo (**Anexo G**). Também recorreremos às memórias de todos eles, que foram designadas de “bibliotecas da memória”:

“Essas bibliotecas da memória”, cujas gavetas guardam experiências, vivências e conhecimentos, de toda uma vida, não podem ficar fechadas, desaparecendo com quem as possui. É essencial que o conhecimento individual, que cada um de nós detém, seja partilhado para que outras gerações possam perceber a diversidade e a riqueza que cada ser humano guarda nas suas “gavetas da memória” (Pereira & Lopes, 2009: 163).

Foi preciso ter muita cautela da nossa parte (orientadores) ao “abrir” essas memórias, tivemos de recorrer à nossa sensibilidade para intervir, moderar e orientar os debates, as conversas no grupo. Algumas destas memórias serviram para a criação de textos para a realização do espetáculo que começava a ganhar forma. Não era nossa intenção fazer um espetáculo, para nós orientadores deste trabalho, o mais importante seria o processo de trabalho:

“[...] entre nós, cada um tem sempre algo a ensinar aos outros e a aprender com eles. Pretende-se que cada elemento do grupo possa estar disponível para várias solicitações do trabalho comum. Trata-se de alargar e delimitar em cada momento as actividades do grupo de acordo com as disponibilidades de cada um. Ou seja, o projecto comum depende das capacidades dos seus membros, não se delimitando independentemente delas, antes procurando aproveitá-las a todas, sejam quais forem” (Costa, 2005: 119).

Aliás, Pompeo, em *Teatro e Comunidade*, afirma: “todos os projectos, o objectivo não é formar [actores], a arte é encarada numa ótica aberta. Não se busca uma profissionalização” (Nogueira, 2008: 46). Ouvir, falar, vir aos encontros também são formas de participação. Se, por acaso, originar um espectáculo, então deverá o artista pedagogo reunir o grupo para efectuar uma avaliação final do projecto (Pereira & Lima, 2009: 167).



Adaptado de Pereira & Lopes, 2009

O papel do artista pedagogo será a orientação de um projeto de criação, onde todos os elementos são ajudados a participar, provocar discussões e consciências, para uma mudança social e cultural positiva, em que o processo de trabalho seja mais importante, que o produto final (espetáculo). Ouvir as histórias dos participantes, abrindo o diálogo, onde todos possam aprender com todos. O artista pedagogo usa as suas capacidades como ferramenta para as comunidades explorarem de forma criativa as suas vidas.

Ao longo deste processo de criação, foram dados alguns exercícios corporais ministrados pelo Pedro Augusto, responsável pelo aquecimento, alguns jogos de dinâmica de grupo, que deram origem à coreografia da valsa final e do “fado do estudante”. Pedro Augusto foi também o ensaiador do movimento do “relógio” (**Anexo**

A); e do movimento de fundo no quadro intitulado “despedida”, com música de Jacques Brel e M. Mathieu.

A dança foi também uma das expressões utilizadas neste trabalho, porque para nós era fundamental ir à base que liga todo o ser humano: a música é o elemento que, por excelência, desempenha esse papel. A expressão corporal e a dança é fundamental para a vida do idoso e segundo a Joana Pezinho “ gosto muito de ginástica e tenho gostado muito [dos exercícios que fazemos]. São coisas que a gente já não faz há muito tempo”.

(Anexo 9)

O conhecimento que adquiri na Escola Contemporânea Balleteatro ajudou-me a “alinhar” este espectáculo entre a encenação e coreografia como técnica de coreografia dramática. Como nos descreve Jooss:

“A Linguagem da Dança-teatro: Um trabalho de arte, para que tenha significado, necessita de um assunto concreto. Existem dois modos de representar um tema no teatro - de maneira realista ou através da fantasia. O realismo domina o drama ocidental; o caminho da fantasia é usado em todas as formas de teatro estilizado, como no teatro oriental, na ópera ocidental e ainda mais na dança-teatro. O coreógrafo cria o tema do trabalho de dança, traduz e estrutura este tema em movimentos rítmicos harmoniosamente compostos em dança” (Partsh-Bergsohn, 1988).

Pina Baush foi a inspiração para um dos quadros de dança mais fortes no espectáculo intitulado “despedida”. Nesta cena, de Fernando Pessoa e Ophélia, os protagonistas encontram-se num movimento de linhas retas, em dois corredores desencontrados até ficarem frente a frente. Quando se levantam para se despedir, os protagonistas e o coro pegam na cadeira que funciona como se fosse um bocado do outro, transformando essas cadeiras e xales em outros objectos de tauromaquia (capas e estoques ou bandarilhas). “Cada objecto tem múltiplas aplicações ... O número dos adereços é extremamente limitado; cada um tem múltiplas funções” (Grotowski, 1975: 65). O desejo de não querer partir entre o par de amorosos, num instante se transforma numa “luta” de arena, onde estão presentes o amor e o ódio, o desejo e a repulsa:

Os trabalhos de Pina, são a desconstrução de pequenos gestos comuns transformando-se assim em pequenas células de movimento que se tornam cenas com grande composição-espectáculo (...) Os espectadores identificavam-se sempre com as situações que viam em palco. Misturava também nos seus espectáculos outras artes, tais como o cenário, o teatro e a música, com o objectivo de tocar o espectador através da reflexão sobre a vida comum e os seus valores morais, éticos e estéticos (Wikipédia, 2012).

O público que assistiu à estreia recebeu envelopes que podiam preencher com as suas moradas para no fim enviarmos via CTT, um bocadinho do “bolo” que foi o papel de cenário pintado pelo grupo ao longo do processo de trabalho. Pensamos nesta interação para interligar todos os que participaram direta e indiretamente no nosso projeto. Assim, concebemos que quando se envia uma carta deve haver sempre um retorno, a nossa resposta foi o envio de uma parte do projeto. Este envio de uma parte do “espetáculo” levou o nosso trabalho ainda mais longe uma vez que os que não puderam visualizar a representação devido à distância física, sentiram que também lá tinham estado. (**Anexo 1**)

No fim do espetáculo as pessoas desciam para o palco e escolhiam esse bocado de “bolo” para posteriormente ser enviado pelo correio. Todas aquelas pessoas que nos escreveram cartas, a nosso pedido pelo facebook, também receberam um bocado desse “bolo” e com um selo personalizado pelo grupo, de uma árvore desenhada por um dos elementos nas sessões de trabalho (**Anexo A**).

Logo após esta ação, houve uma celebração no pátio da escola com chás e frutas frescas. A festa é também um dos rituais do Teatro e Comunidade, pois a “ festa tem como característica a não separação entre quem faz e quem vê” (Nogueira, 2008: 90). (**Anexo 1**)

Entre frutas e chás, as pessoas foram convidadas a escrever acerca do tema central da peça “O Tempo” que tem a ver com todos nós. As pessoas puderam ainda escrever frases, palavras alusivas ao Tempo, que eram penduradas na árvore da Vida, que ficou exposta no átrio da escola durante os dois meses de férias (**Anexo A**).

5.2. Ser ou não Ser Aqui Estamos

5.2.1. Preparação

No processo de criação de um trabalho como este, que tínhamos agendado para dia 23 de Novembro de 2012, e o anterior, *Cartas Bordadas para Mim*, nada é mais prazenteiro do que vê-los trabalhar, criar, recriar, investigar, construir, questionar e, por vezes, surgir conflitos que de imediato se desfazem com gargalhadas. Todos trabalham com o mesmo objetivo ou finalidade: apresentação do trabalho a um público e quando

alguém está mais atrasado no trabalho plástico ou tem alguma dificuldade motora para o executar há sempre o colega do lado que oferece ajuda. Nestas sessões pude observar que há uma colaboração entre os gerontes e dois dos elementos que são de meia-idade, logo com mais força e destreza física.

Para além deste horário e para um trabalho que nos foi solicitado pela Escola (Encontro de Teatro e Educação na Comunidade) iniciamos outros trabalhos na oficina para a construção dos cenários e adereços, das 14:00h às 18:30h, às terças, quintas e sextas-feiras, horário que o grupo utilizava livremente. O trabalho plástico foi muito importante, pois transformou estas actividades (pinturas, colagens, recortes, decoração, montagem de cenário, figurinos,...) em acção participativa como nos diz Márcia Pompeu:

“o trabalho artesanal, por meio das mãos, seria um dos recursos utilizados pelo grupo na busca dessas raízes. O que se procurava é a recuperação dessa mitologia arquetípica através de processos criativos, que se manifestam tanto pelas imagens gráficas, pelos desenhos como por meio de manifestações corporais, imagens que surgiam nas improvisações” (Nogueira, 2008: 88).

5.2.2. Processo Criativo e Apresentação

Foi proposto ao grupo a criação de um espectáculo (**Anexos H, 4 e 8**) para apresentar neste “Encontro-Te”, que rapidamente aceitou o desafio dado o reduzido tempo para ensaiar, montar o espectáculo e apresentar, para além da criação de cenários e da temática em homenagem a Isabel Alves Costa, a partir das casas de bonecas e jogos de infância: “O espaço do jogo – de todos os jogos – onde «brincar aos teatros» teve um lugar preponderante, estimulado e empurrado pelo grupo heterogéneo de amigos e pelo ambiente sociocultural [...]” (Costa, 2005: 21).

Logo, foi proposto por mim um texto, “O Actor” de Herberto Hélder (2012), que por ironia e sem sabermos, fazia anos na data da apresentação ao público. Este poema foi o mote para o título da peça. Ser ou não Ser..., o quê? Actor? Artista? Idoso? Jovem? Sendo ou não amador de teatro, a vontade de intervir através desta expressão era maior. O mais importante para o grupo era estar ali, no palco, a representar, a jogar, interpretar: “[a] verdade que muitos dos amadores de teatro encontram nesta actividade a sua forma de intervir na comunidade a que pertencem” (Marques, 2010: 141).

Nunca partimos de um texto de autor, a menos que como neste caso, devido ao pouco tempo ou sentindo falta de consistência dramática, procuramos um ou outro texto como complemento. Interrogamo-nos também se este grupo, como outros grupos amadores, embora não tendo um ordenado e a técnica como os profissionais, não teriam um elo comum e forte que é Amar a representação? O que é o Actor afinal? Então o poema de Herberto Helder respondeu-nos isso mesmo e foi isso que quisemos transmitir a uma plateia que, no dia 23 de Novembro, testemunhou um trabalho com seniores que podia ser representado por outros actores amadores ou profissionais, seniores ou jovens. Não nos importava SER, mas ESTAR, estar em comunhão connosco e com os outros. O poema foi distribuído por 6 elementos que rapidamente o decoraram. Os jogos, as memórias de infância, deram origem aos jogos de quintal como a roda, a falua, a cabra-cega e as casas de bonecas. Como nos diz Mário Cameira Serra:

“Os jogos tradicionais, também conhecidos por jogos populares, são práticas lúdicas que foram transmitidas oralmente, de geração em geração, em sucessivos processos de enculturação. (...) um jogo poderá ser considerado tradicional num contexto social específico e não noutros ... grande parte dos exercícios lúdicos mantidos pela tradição foi entrando em desuso e muitos deles, apenas são recordados pelos mais idosos” (Serra, 2009: 155-156).

Essa exaltação ao prazer do jogo, esse desejo de teatro que tão bem nos fala Isabel Alves Costa (2005). Afirma ainda Marcia Pompeu Nogueira que: “Através do teatro, é permitido o contacto com as experiências lúdicas ... ter um espaço para o jogo e para a brincadeira, representa um momento de descontração importante para o [idoso], que já [possui] tantas responsabilidades” (Nogueira, 2008: 126).

Foram criadas quatro cenas de representação dentro do espaço cénico, sugerindo um bairro de noite, em que as conversas banais de vizinhos, ou frases ecoassem numa coralidade de vozes, com o poema de Mário de Sá Carneiro “*O Outro*” (2012), logo depois, deu lugar ao quintal, “espaço livre e privilegiado para esse contacto com as imagens arquetípicas. É um espaço de convivência de contatos com a cultura popular e com os elementos da natureza (ar, água, terra e fogo), que favorecem as imagens e as lembranças ... da infância, traz a memória das brincadeiras, das cantigas de roda, dos jogos” (Nogueira, 2008: 92). João Moreira afirma também que é sempre bom recordar o

passado, em especial na idade infantil: “Foi agradável, porque quando eu era miúdo fazia muitos jogos de infância como havia antigamente. Vários jogos, de pião, saltar a corda, muita coisa, muita coisa. E então gostei imenso de reviver aquilo que fiz” (Entrevistas – **Anexo 9**).

Depois “abriram-se” as casas e criou-se um ambiente de liberdade, integrando através do convite à plateia no espaço de representação para que cada um dos atores falasse da sua verdadeira história “a história pessoal quando é relatada, representada, passa a pertencer aos outros – resgata elementos culturais que estão submersos no inconsciente” (Nogueira, 2008: 103).

Estas histórias foram contadas através de símbolos como fotografias, relógios, bonecas, jornais, elementos que encontramos no quotidiano e em qualquer casa e que foram de certa forma objetos marcantes no passado de cada ator. O contar histórias também faz parte dos encontros com o grupo. Os idosos têm muitas histórias, muitas delas são memórias individuais, que rapidamente se tornam em histórias ou memórias colectivas. No final, voltou-se a fechar o círculo, sugerindo uma sala de aula no espaço cénico, onde os atores puseram a máscara, não para se esconderem, mas para se revelarem (**Anexos 4 e 8**).

Este jogo do simbólico, génese do teatro passa-se entre a memória de cada um e o desejo de dizer coisas sérias brincando. “Eu não sou eu nem sou o outro”, brincamos a ser outros para voarmos e voltarmos a nós: “Se o ator está consciente do seu corpo, não pode penetrar em si próprio, nem revelar-se. O corpo tem de estar liberto de toda a resistência. Tem de virtualmente, deixar de existir” (Grotowski, 1975: 33).

Somos o que pensamos e fazemos o que sentimos. Mudar a linguagem é uma nova etapa na vida do idoso. Urge ter pensamentos positivos e aproveitar a resiliência para vencer e ultrapassar as perdas e vencer os medos. Escutar o medo é fundamental para que o receio não iniba o idoso de representar de ser feliz. Aprender a destronar o medo e a sentir o amor tem uma curva de aprendizagem (tentativa e erro, competência e confiança, domínio e experiência e estagnação e apatia) que passa por verbalizar o medo e sentir a dádiva do amor do outro a entranhar-se na pele e o sentimento do amor por si próprio a enraizar-se na alma. Conceição Mariano afirma que nunca se imaginou a fazer

certas coisas com a idade que tem e que só através do teatro consegue libertar-se de certos preconceitos: “eu como me sinto, tenho muita pena de dizer isto, pena, se calhar não, não sinto a idade que tenho” (Entrevistas – **Anexo 9**).

Este trabalho performativo insere-se no projeto de “Teatro de identidades”, projeto iniciado pela Professora Rita Wengorovius, que estabelece um protocolo a partir da colaboração da Escola Superior de Teatro e Cinema com a Câmara Municipal da Amadora (Gabinete de Intervenção Social) para a investigação e desenvolvimento de um projeto-piloto em Teatro e Comunidade Sénior nesta área de intervenção garantindo a avaliação e divulgação do mesmo.

5.3. Exercício Final de Clown

5.3.1. Preparação

Inicialmente foi pedido ao grupo que desenhasse e pintasse um palhaço. O grupo nos diferentes trabalhos que realiza, pinta e desenha muito, porque através da pintura há a busca das imagens internas, ou seja, ao ser desenhado um boneco, coloca-se um pouco do “eu” pessoal, uma espécie de identidade que é única e intransmissível. A força está no seu conteúdo e não na técnica do desenho (**Anexos I, 1 e 4**).

Também temos o hábito de colocar música ao mesmo tempo que se desenha ou pinta, pois a “viagem” ao interior processa-se de uma maneira mais concentrada e introspetiva:

“Mas foi a partir do corpo que tudo começou! Corpo volume, que ocupa espaço e se move, anda e dança – como esquecer a vertigem de abandonar completamente o corpo, movimentando-me ao som do Bolero de Ravel? Corpo que confia nos outros – como esquecer «O Baile dos Cegos»? (Costa, 2005: 129).

A figura do palhaço não tem que ter necessariamente a cara pintada de branco ou nariz vermelho. O palhaço não finge, É. Tudo o que faz é de forma natural, sem recorrer a fingimentos ou interpretações e o idoso quando está em cena, fá-lo também de uma maneira natural. As emoções, sensações têm de vir do interior e não das imitações. Grotowski afirma que: “Se quereis ter emoções a todo o custo, se quereis ter uma

“psique” rica, isto é, se estimulais de maneira artificial o “processo interior”, imitais apenas emoções” (Grotowski, 1975: 181).

Os elementos do grupo tiveram que procurar algo mais íntimo, expondo seus sentimentos, com e sem palavras, através dos gestos e tinham “que ter consciência da acção que está por trás das palavras”. Todos os exercícios de interiorização ou busca dessas emoções tinham de ser ilustradas não para outros verem como estavam lindos ou pela competição entre colegas a fim de ver quem faz melhor: “O actor tem de entregar-se e não deve representar para si; nem para o espectador. A sua pesquisa tem de ser dirigida de dentro de si para fora, mas não para os de fora” (Grotowski, 1975: 192).

Após estes trabalhos de mímica, introspecção e procura do “eu” interior, o idoso poderá exteriorizar sem medos e sem exibicionismos os seus sentimentos, abrindo-se, revelando-se ao ponto de se sentir confortável com o ridículo das suas acções e aí poder então criar um clown de interesse e mais credível, sem cair nos estereótipos que vê no circo, na televisão, etc...

5.3.2. Processo Criativo e Apresentação

Passadas estas sessões, o grupo teve a oportunidade de se maquilhar, pintar-se (máscara) de acordo com aquilo que encontrou no seu “interior”. A partir deste “boneco” cada elemento, encontra novas maneiras de movimentar-se, de falar, agir, deslocar-se, com ele próprio e na interação com o outro (**Anexo 6**).

Como exercício final deste tema, aproveitaram-se as músicas das sessões, para apresentar um trabalho de paisagens sonoras.

Os sons e a música, propõem vários cenários como as três das quatro estações do ano (Primavera, Verão e Inverno) e a cidade. (**Anexos I, 8 e 11**) As personagens clownescas, através da mímica e tendo em conta os pontos de fuga, a coralidade e protagonismo, agiam de uma forma natural, como se de uma peça teatral se tratasse, aumentando assim, a comicidade e veracidade do *clown* que cada um tem e sem que o reconhecesse.

5.4. Varreram-nos os cravos... Mas deixem-nos o trigo, PORRA!

5.4.1. Preparação

É chamado de teatro do oprimido porque apresenta opressores, oprimidos e os problemas apresentados nos exercícios são resolvidos por outros elementos ou públicos durante a apresentação. Estes exercícios também serviram para estimular e transformar o espectador passivo num sujeito ativo criador e protagonista da ação dramática (espectador). Neste caso, os idosos quiseram dar como exemplos o atendimento nos serviços públicos como o hospital, ou situação de burla, casos reais em que se sentiram oprimidos (**Anexo 11**):

“Em todas as suas formas, busca sempre a transformação da sociedade no sentido de libertação dos oprimidos. É ação em si mesmo, e é preparação para ações futuras. Essas transformações podem ser buscadas também em ações ensaiadas, realizadas teatralmente, como teatro que é, mas de forma não revelada, ao público ocasional de transeuntes, não conscientes da sua condição de espectadores. Provoca-se a interpenetração da ficção na realidade e a da realidade na ficção: todos os presentes podem intervir a qualquer momento na busca de soluções para os problemas tratados” (Boal, 2005, 19-20).

O teatro de intervenção neste grupo ou para outros grupos que Augusto Boal denominava de “temáticos”, é uma forma de participação, ética e política, na construção de uma comunidade solidária, capaz de sonhar e criar transformação. O teatro é instrumento de sensibilização, capaz de surpreender, despertar emoções, invadir espaços e mostrar aquilo que o grupo quer ser e não aquilo que os outros querem que seja.

Dada a situação que o país atravessa e sendo os idosos as principais vítimas destas reformas aplicadas pelo Governo, houve uma necessidade de reservar uma hora em cada encontro, para conversarmos acerca dessas medidas ou outras situações de discriminação, violência física ou psicológica; para mais, numa altura em que os idosos são apelidados por “peste grisalha” por aqueles que os governam. Era então lançado um tema ou um artigo de jornal ou uma notícia de televisão, rádio ou “um vizinho que disse”.

Debatíamos vários assuntos como a falta de dinheiro para a compra de medicamentos e de alimentos, os cortes nas pensões e reformas, na morte, no aliciamento dos bancos e nas burlas e na falta de apoio à educação, saúde e cultura.

5.4.2. Processo Criativo e Apresentação

Decorrendo destas conversas/desabafos/debates houve o desejo de colocar em prática e de forma artística, um trabalho de “reflexão e acção dos homens sobre o mundo para transformá-lo. Sem [a prática], é impossível a superação da contradição opressor-oprimidos” (Freire, 1972: 53).

Como é que chegamos a essa superação? Criticando através de símbolos: Pão, Reformas, Medicamentos, Cartões de Crédito, Caixaão e um Canudo (diploma): “Os objectos têm voz” (Grotowski, 1975: 65) (**Anexos J e 7**).

O teatro ensina e dá a possibilidade de sonhar, de transcender, superar limites, mostra novos conhecimentos, identifica e consciencializa para o mundo em que vivemos, amplia os horizontes de quem o pratica, melhora a sua auto-estima e saúde, colabora para um sentido crítico e aberto do mundo em que se vive. Com o teatro, estes idosos, dizem ter aprendido coisas que a vida por si não lhes ensinou, como a utilização de um diálogo no sentido se ser verdadeiro, usando o coração. Maria do Céu acrescenta-nos: “o teatro ajuda muito...fico distraída, procuro estar mais contente ... eu sofro de depressão e quando estou aqui, chego à casa mais contente” (Entrevistas – **Anexo 9**).

Muitas vezes ouvimos dizer que o ator utiliza a arte da representação para mentir ou omitir. Defendemos que não, antes pelo contrário, o ator representa e só pode representar com a verdade. Através de um personagem bom ou mau, o ator, empresta as suas palavras ao personagem. No teatro de intervenção e neste especificamente a personagem não pertence só ao ator, mas a toda a Comunidade que representa. Desperta e faz reflectir a quem assiste, envolvendo-os na participação do espectáculo.

Não tivemos a intensão catártica que nos falava Aristóteles ou de simples entretenimento, mas a intenção de apelar a quem viu, que através deste trabalho, também os idosos pensam e participam ativamente na Sociedade e que através do Teatro têm voz para se revoltar contra um sistema opressivo. Quando num país os jovens já não têm esperança e são “bombardeados” com notícias arrasadoras sobre as suas hipóteses de futuro, os adultos são confrontados com situações de instabilidade, que os levam a abandonar o seu país natal, os idosos que se sentem excluídos, o teatro

poderá servir, não como um “ muro de lamentações”, mas como um grito para despertar as mentes.

O Teatro de Intervenção aproxima-nos mais do Teatro e Comunidade, do que o Teatro em todas as outras formas ou géneros. Como já foi referenciado, por diversas vezes, não queremos formar atores, nem tão pouco pedir às pessoas para memorizarem textos ou frases que não deixam espaço para a própria expressão de sentimentos.

De um lado tínhamos os opressores, que inicialmente varreram os cravos, símbolo de Liberdade em Portugal, após o 25 de Abril, como se estivessem a varrer a liberdade conquistada perante a situação que se vive de crise e opressão no país, onde um povo é esmagado, pisado e manipulado como se fosse marionetas perante os risos e decisões tomadas por esses mesmos opressores. Do outro lado, os oprimidos, que neste caso estavam em baixo, numa hierarquia de posições, como dependência daqueles que os oprimiam. Os oprimidos, aqui representados pelo grupo de seniores e duas jovens, quiseram mostrar através de símbolos, do movimento e da “máscara” aquilo que os oprimia nas suas vidas e nas dos outros: “é preciso conhecer não apenas as suas próprias, mas também as opressões alheias” (Boal, 2005: 16).

Alguns elementos do grupo não tiveram que passar pelas situações que representaram como a fome, o aliciamento da banca, a falta de acesso aos serviços que ali se faziam representar por símbolos, mas tinham a consciência que os colegas ou vizinhos e até familiares as passavam. Para além do grupo estar a fazer teatro, estava mais que tudo a cumprir o seu dever de Cidadania.

A música de Zeca Afonso, serviu como *leitmotiv*, para que não se deixasse jamais esquecer que é através das expressões como o teatro e a música que se deve combater a inércia, a passividade, para uma prática ativa de descontentamento Social, contra uma política austera e opressora. A arte tem o papel e o dever de educar, informar, incitar e atuar.

Ainda como símbolo tivemos o trigo. O trigo dá-nos a farinha que dá o pão. O alimento básico. O título deste trabalho, *Varreram-nos os cravos, mas deixem-nos o trigo, porra!* é um grito de desespero à dignidade humana. As pessoas podem viver sem liberdade, mas não sem o alimento. Mas o espírito também precisa de alimento, da liberdade de

expressão. “Varrer” e “partir” os cravos é gesto de “morte” à Democracia, mas ainda tínhamos o trigo, como a semente que deitada à terra faz renascer, quem sabe, uma nova revolta, um novo pensar, uma participação mais activa de todos por um desejo utópico mas não impossível, de uma Sociedade sem opressão, ao que significa “humanizar a Humanidade” (Boal, 2005: 25).

No final do trabalho, foi distribuída uma sopa de trigo, que é novamente símbolo de festa, de partilha entre quem realiza o trabalho e de quem o observa (**Anexo 7**). Há uma comunhão entre os actores e o público, num ritual à volta de uma sopa de trigo, símbolo do pão, que é o bem alimentar mais precioso e faz com que as pessoas ganhem uma consciencialização de mudança social, na solidariedade daqueles que nada têm, contra uma sociedade de consumo e cada vez mais individualista.

Conclusão

Todos estes estímulos, incentivos pela criatividade, imaginação e consciência social, são necessários à vida do idoso, porque ele vê valorizado o seu papel, o seu contributo para com o colega do lado, para o grupo e para a Comunidade. O partilhar com os outros as experiências que teve em criança ou jovem, contribuir com as suas memórias, os seus conhecimentos e a participação ainda que não seja representar, faz dele um ser VIVO, ATIVO e até TRANSFORMADO, pelas competências que redescobre e pensava já não as possuir.

O teatro envolve a magia da criação, ajuda a enfrentar, solucionar problemas através da linguagem teatral. Todas as pessoas têm de passar à prática, ao fazer. Têm de fazer parte de um processo de transformação, inicialmente individual, passando ao colectivo, para a Comunidade.

Definir Teatro e Comunidade é muito complexo, mas tem uma forte componente social, que é a valorização de todos, das Comunidades. O teatro não pertence somente aos atores profissionais ou amadores. O teatro deverá ser feito por todos e em todos os espaços fechados ou abertos. No teatro e Comunidade, ninguém é excluído, não há castings ou audições. O teatro apela às pessoas e vai às pessoas, que, através das suas histórias, das suas tradições, crenças, trabalham dramaturgicamente, de forma a devolver à Comunidade, para que ela se veja refletida no Teatro que é de todos, das suas gentes, daquele lugar a que pertencem (**Anexo K**)

Todos nós temos vontade de mudar o mundo. Onze meses podem não ser e não serão certamente o tempo para fazer uma transformação no mundo, mas concluímos que neste tempo, houve mudanças, transformações em cada um dos elementos do grupo. Este grupo é mais autónomo do que há um ano atrás, valendo assim, o processo desenvolvido em todas as actividades, de criação, de diálogo e participação activa na Comunidade.

A maior parte destes elementos são vizinhos há anos e só agora e porque o teatro ao uniu, encontram-se no café para conviver, vão ao teatro em grupo para assistirem a peças de teatro ou outros eventos culturais, pelo que concluímos que o Teatro e

Comunidade forma antes de tudo públicos e pessoas com caráter cultural, constrói uma identidade de grupo, em que todos possam participar independentemente da idade, género ou estatuto social (**Anexo 10**).

Referências Bibliográficas

Aguiar, Ramon Santana de. (2008). Espaço e memória: a construção de um espaço mnemônico na história do espetáculo. *In Espaço e teatro*, pp.213/228. Lima, Evelyn Furquim Werneck (org). Rio de Janeiro: 7 Letras.

Arata Jr., Seiiti. (2012). *Mihaly Csikszentmihalyi: Estado de Flow (Fluxo) como elemento de realização e alta performance*. Retirado em julho, 25, 2012, de <http://www.arataacademy.com/port/mihaly-csikszentmihalyi-estado-de-flow-fluxo-como-elemento-de-realizacao-e-alta-performance/>.

Artaud, Antonin. (2006). *O Teatro e seu Duplo*. São Paulo: Fenda Edições e Editions Gallimard.

Barba, Eugénio. (1994). *A Canoa de Papel, Tratado de Antropologia Teatral*. São Paulo: Editora Hucitec.

Barbosa, I. & Ferreira, F.I. (2012). *Teatro e intervenção social*. Chaves: Intervenção.

Beason-Held, L.L. & Horwitz, B. (2009). In Lopes, M.S. & Pereira, J.D.L. *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves: Editor Intervenção – Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.

Boal, Augusto. (2005). *Teatro do Oprimido e outras poéticas políticas*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.

Bosco, A.C. (2012). Teatro Social e Comunidade. In Pereira, J.D.L., Vieites, M.F. & Lopes, M.S. (coord.). *Teatro e Intervenção Social*. Chaves: Intervenção.

Bosi, Éclea. (2010). *Memória e Sociedade: Lembranças de Velhos*. São Paulo: Companhia de Letras.

Carneiro, Mário de Sá. (2012). O Outro. Retirado em outubro, 10, 2012, de <http://www.citador.pt/poemas/7-mario-de-sacarneiro>.

Cohen, Anthony. (1985). *The symbolic construction of community*. Londres: Routledge.

Correia, Natália. (1999). Creio nos Anjos que Andam pelo Mundo. *Poesia Completa*. Retirado em maio 12, 2012, de http://triplov.com/poesia/natalia_correia/vespera-prodigio/index.htm.

Costa, I. Alves. (2005). *O desejo de teatro*. Lisboa: Edições Afrontamento.

Foucault, Michel. (1984). De outros espaços (1967), Heterotopias [Conferência no Cercle d'études architecturales, 14 de março 1967]. *Architecture, Mouvement, Continuité*, 5, 46-49. Retirado em junho 12, 2012, de http://www.virose.pt/vector/periferia/foucault_pt.html.

Freire, Paulo. (1972). *Pedagogia do Oprimido*. Porto: Afrontamento.

Galinha, S. (2009). A Inter-relação Qualidade de Vida Percebida, Bem-estar Subjectivo no Envelhecimento Activo, Animação e *Coaching*. In Pereira, J.D.L. & Lopes, M.S. *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves: Intervenção.

Gama, Maria Clara S. Salgado. (1998). A Teoria das Inteligências Múltiplas e suas implicações para Educação. In *Psy_Coterapeuta On Line*. Retirado em junho, 2, 2013, de <http://www.homemdemello.com.br/psicologia/intelmult.html>.

Grotowski, J. (1975). *Para um Teatro Pobre*. Lisboa: Forja.

Hélder, Herberto. (2012). O Actor. Retirado em outubro 10, 2012, de <http://dererummundi.blogspot.pt/2011/03/o-actor-de-herberto-helder.html>.

Kershaw, Baz. (1992). *The Politics of Performance: Radical Theatre as Social Intervention*. London and New York: Routledge.

Lima, D. (2009). O Teatro na Terceira Idade. In Pereira, J.D.L. & Lopes, M.S. *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves: Intervenção.

Lopes, Marcelino Sousa. (2008). *Animação Sociocultural em Portugal*. Amarante: Intervenção.

Lopes, M.S. & Pereira, J.D.L. (2009). *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves: Editor Intervenção – Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.

Lopes, M.S., Galinha, S.A. & Loureiro, M.J. (2010). *Animação e Bem-Estar Psicológico*. Chaves: Intervenção.

Marques, António Gomes. (2010). Teatro Português. In Pereira, José Dantas Lima, Lopes, Marcelino Sousa, Rodrigues, Roberto, *O Estado do Teatro em Portugal*. Chaves: Intervenção – Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.

Marujo, J.P. (2009). Movimento de corpo, espírito e alma. In Pereira, J.D.L. & Lopes, M.S. *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves: Intervenção.

Mégevand, Martin. (2005). Choralité. In Ryngaert, Jean-Pierre (org). *Nouveaux territoires du dialogue*. Arles: Actes Sud-Papiers, 36-40. Blog do Ateliê de Dramaturgia, iniciado como Ciclo de Estudos da Dramaturgia Contemporânea: Papel fere pedra. Retirado em junho, 2, 3013, de http://papelferepedra.blogspot.pt/2010/07/coralidade-parte-i_13.html.

Nogueira, Marcia Pompeo. (2008). *Teatro com meninos e meninas de rua*. São Paulo: Editora Perspectiva.

Nogueira, Marcia Pompeo. (2009). Teatro e Comunidade. In Florentino, Adilson & Telles, Narciso (orgs.). *Cartografias do Ensino do Teatro*, pp. 173-183. Uberlândia: EDUFU.

Palmeirão, C. & Menezes, I. (2009). A Interação Geracional como Estratégia Educativa: um Contributo para o Desenvolvimento da Atitudes, Saberes e Competências entre Gerações. In Pereira, J.D.L. & Lopes, M.S. *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves: Intervenção.

Partsh-Bergsohn, Isa. (2004, abril). A Dança-Teatro de Rudolph Laban a Pina Bausch. In *Revista Digital Art&*, 2(1). Retirado em maio 15, 2012, de <http://www.revista.art.br/site-numero-01/trabalhos/pagina/03.htm>.

Pereira, J.D.L. & Lopes, M.S. (2009). *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves: Intervenção.

Pereira, J.D.L., Lopes, M.S & Rodriguez, R.P. (coord.). (2010). *O estado do teatro em Portugal*. Chaves: Intervenção.

Pérez, V.J. (2009). Animação Sociocultural e Terceira Idade. In Pereira, J.D.L. & Lopes, M.S. *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves: Intervenção.

Rebello, Luiz Francisco (1967) *História do Teatro Português*, 3.^a ed. revista, Mem Martins: Publicações Europa-América.

Serra, Mário Cameira. (2009). Jogos tradicionais na terceira idade. In Pereira, J.D.L. & Lopes, M.S. *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves: Intervenção.

Spolin, V. (2000). *Jogos Teatrais – O Fichário de Viola Spolin*. São Paulo: Perspectiva.

Van Erven, Eugene. (2001). *Community theatre: global perspectives*. Londres: Routledge.

Ventosa Pérez, Victor. Pereira. (2009). Animação sociocultural e Terceira Idade. In J.D.L. & Lopes, M.S. *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves: Intervenção.

Welch, Johnny. (2012). La Marioneta, a falsa despedida de Garcia Marquez. Retirado em maio 12, 2012, de <http://www.observatoriodaimprensa.com.br/artigos/fd200820001.htm>.

Wikipédia. (2012). Pina Bausch. Retirado em maio 12, 2012, de http://pt.wikipedia.org/wiki/Pina_Bausch.

Sonoplastia

Cartas Bordadas para Mim

The Last Emperor - OST - 06 Rain (I want a Divorce) - Retirado em junho 11, 2012 de <http://www.youtube.com/watch?v=1JgGtjvp0JE&feature=related>

Danças Ocultas – Alento – 1996/2011 - Folia

Trio Odemira – Cartas de Amor - Retirado em junho 11, 2012 de http://www.youtube.com/watch?v=yqZEnRxn_8I

Instrumental de piano - música e autor desconhecidos

Baaba Maal – Baayo, “Yero Mama”

SPK– Post Mortem - Retirado em junho 11, 2012 de <http://www.youtube.com/watch?v=c8f2lwMIMAE&feature=related>

Jacques Brel & Mireille Mathieu – Ne me Quitte pas - Retirado em junho 11, 2012 de <http://www.youtube.com/watch?v=2bCtYcr9t1g>

Valsa Strauss, Dança da Primavera- Retirado em junho 11, 2012 de <http://www.youtube.com/watch?v=urpFyDeZZ7A>

Ser ou Não Ser ... Aqui Estamos

- Zero L- Filme na Rua Zero L – Visões Úteis – Albrecht Loops'99
- Bem Malmequer – Porto Monocromático- Albrecht Loops'99
- Músicas da Carochinha - Retirado em novembro 6, 2012 de <http://www.youtube.com/watch?v=wNKrMs2zmlE>
- Funiculi Funiculà – Retirado em novembro 6, 2012 de <http://www.youtube.com/watch?v=okzEr0RpNoo>
- The Happiest Days of Our Lives – 2011 Pink Floyd Music Ltd./ Pink Floyd (1987)
- Another Brick in the Wall – 2011 Pink Floyd Music Ltd./ Pink Floyd (1987).
- O Outro – Adriana Calcanhoto – 2000 BMG Brasil Ltda.

Varreram-nos os cravos, ... mas deixem-nos o trigo, porra!

- Venham mais cinco – Zeca Afonso - Retirado em maio 7, 2012 de <http://www.youtube.com/watch?v=E47asLfITQA>
- Os Vampiros – Zeca Afonso - Retirado em maio 7, 2012 de <http://www.youtube.com/watch?v=XIu2aJIqc8g>
- Som de fundo de Vila Morena Grândola (41 segundos) – Retirado em maio 7, 2012 de <http://www.youtube.com/watch?v=gaLWqy4e7ls> com gravação em estúdio da voz de Fernanda Severino

Páginas de *Facebook* – Links

<http://www.facebook.com/cartasbordadasparamim?ref=hl>

<http://www.facebook.com/TeatroSeniorMinaDarte?ref=hl>

Ecos sobre o Projeto

<http://animacaosociocultural.pt/wp/teatro-comunidade/>

<http://www.tvamadora.com/Video.aspx?videoid=1770>

<http://www.ipl.pt/media/noticias/o-trigo-que-nos-tiram>

ANEXOS