



Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP)
Instituto de Filosofia, Artes e Cultura (IFAC)
Departamento de Artes Cênicas (DEART)
Bacharelado em Artes Cênicas (COBACE)

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

**ANÁLISE DE ESTRUTURAÇÃO DE PERSONAGEM DO ESPETÁCULO *MEU VAZIO*
EM TI, COMPLETA (Ouro Preto – MG):
Cérebro mágico, conexões neurais, memórias afetivas e padrões efetores das emoções.**

MAYARA APARECIDA SCHUAB DA SILVA

OURO PRETO – MG

2023

Mayara Aparecida Schuab da Silva

**ANÁLISE DE ESTRUTURAÇÃO DE PERSONAGEM DO ESPETÁCULO *MEU VAZIO*
EM TI, COMPLETA (Ouro Preto – MG):
Cérebro mágico, conexões neurais, memórias afetivas e padrões efetores das emoções.**

Artigo apresentado(a) como Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) ao Curso de Artes Cênicas – **Bacharelado** do Departamento de Artes Cênicas (DEART) do Instituto de Filosofia, Artes e Cultura (IFAC) da Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), como requisito parcial para a obtenção do diploma de **Bacharelado** em Artes Cênicas.

Orientador: Prof. Marcelo Eduardo Rocco de Gasperi

OURO PRETO – MG

2023



FOLHA DE APROVAÇÃO

Mayara Aparecida Schuab da Silva

**ANÁLISE DE ESTRUTURAÇÃO DE PERSONAGEM DO ESPETÁCULO MEU VAZIO EM TI, COMPLETA:
Cérebro mágico, conexões neurais, memórias afetivas e padrões efetores das emoções**

**Artigo apresentado ao Curso de Bacharelado da Universidade Federal
de Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel**

Aprovada em 29 de março de 2023

Membros da banca

[Doutor] - Marcelo Eduardo Rocco de Gasperi - Orientador (UFOP)
[Titulação] - Letícia Mendes de Oliveira - (UFOP)
[Titulação] - Ricardo José Correia Maia) - (Pesquisador Externo)

Marcelo Eduardo Rocco de Gasperi, orientador do trabalho, aprovou a versão final e autorizou seu depósito na Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UFOP em 30 de maio de 2023.



Documento assinado eletronicamente por **Marcelo Eduardo Rocco de Gasperi, COORDENADOR(A) DE CURSO DE LICENCIATURA EM ARTES CÊNICAS**, em 04/05/2023, às 14:58, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **0519452** e o código CRC **DE023457**.

**ANÁLISE DE ESTRUTURAÇÃO DE PERSONAGEM DO ESPETÁCULO *MEU VAZIO EM TI, COMPLETA* (Ouro Preto – MG):
Cérebro mágico, conexões neurais, memórias afetivas e padrões efetores das emoções.**

Mayara Schuab Andrade¹

RESUMO

Este artigo analisa a construção da personagem Denise dos Santos no espetáculo “*Meu vazio em ti, completa*”. Para isso, este trabalho parte dos conceitos de *cérebro mágico, subtexto, padrões efetores respiratórios e expressivos* das principais emoções básicas, advindos dos estudos de Dorys Calvert (2014). Tais conceitos tratam de elementos que constituem a partitura cênica na metodologia de Calvert. Neste aspecto, o recorte do artigo se baseia na relação entre o teatro e a neurociência das emoções, na busca da constituição de personagem. Tal recorte pode contribuir para a pesquisa na cena contemporânea, a partir da união dos conceitos supracitados.

PALAVRAS-CHAVE: Cérebro mágico, Conexões neurais, Memória afetiva, Neurociência das emoções, Padrões efetores respiratórios e expressivos das emoções.

ABSTRACT

This article analyzes the construction of the character Denise dos Santos in the show “My Hollow in You, Complete”. For this, this work starts from the concepts of magical brain, subtext, respiratory and expressive effectors patterns of the main basic emotions, arising from the studies of Dorys Calvert (2014). Such concepts deal with elements that constitute the scenic score in Calvert's methodology. In this aspect, the article's outline is based on the relationship between theater and the neuroscience of emotions, in the search for the constitution of a character. This cut can contribute to research in the contemporary scene, based on the union of the aforementioned concepts.

KEYWORDS: Magical brain, Neural connections, Affective memory, Neuroscience of emotions, Effector respiratory and expressive patterns of emotions.

¹ Discente do curso de bacharelado em Artes Cênicas pela Universidade Federal de Ouro Preto, UFOP.

BREVES PREÂMBULOS

O presente artigo tem como principal objetivo uma análise estruturada acerca das estratégias, estudos e aprendizados obtidos a partir da apresentação do espetáculo “Meu Vazio em Ti, Completa”, apresentado em 2020, no auditório do Centro de Convenções da UFOP (Ouro Preto – MG).

Para tal, foi desenvolvida uma revisão da literatura que fomentou o contexto científico, trazendo diversas provocações a partir das influências de dois métodos de atuação, não só na busca dos resultados dos objetos deste estudo ou na técnica de atuação, mas, também, em minha carreira iniciante como atriz. Antes de adentrar propriamente na pesquisa, eu gostaria de traçar um breve panorama nas artes cênicas até o trabalho de conclusão de curso, para nortear melhor o leitor sobre a presente investigação.

Começo dizendo que eu não tive contato com o teatro antes de ingressar na graduação de Bacharelado em Artes Cênicas em 2018, na Universidade Federal de Ouro Preto (Ouro Preto – MG). Ao longo do curso, tive a oportunidade de me deparar com diversas fontes de inspiração para meu próprio método de atuação, mas ainda não estava contemplada. Deparei-me com um colega de curso que, em seu método de atuação, acessava o choro através da respiração, enquanto eu, aos dezoito anos, vinda da zona rural do interior de Minas Gerais, não sabia sequer direcionar a minha respiração para o diafragma, aliás, eu sequer sabia a função do diafragma.

Anteriormente, tive uma infeliz experiência com o método de memória afetiva de Stanislavski (1995), que consistia em ir para o centro da roda, fechar os olhos e me lembrar de uma memória dolorosa para mim, em seguida deixar aquela emoção vir à tona. Pois bem, eu me saí bem no exercício, pois a cena “funcionou”. Entretanto, fiquei muito mal após essa e outras experiências com a memória afetiva, transpassando o campo da atuação para um ardor no campo cotidiano. Sendo assim, caí no desfecho de que eu não possuía “talento” para algo que eu gostava tanto. Porém, concluí que não bastava ter talento: era preciso trabalho e estudo para a formação de um profissional da área e busquei reivindicar isso.

Tratava-se de uma junção das minhas experiências teóricas diárias, da interação com as minhas próprias inseguranças e seguranças técnicas e a troca de informações entre colegas e entre professores. Além disso, a pesquisa aprofundada de temas e conceitos capazes de estruturar o meu sincero método de atuar. Dispuse-me, então, a tal busca.

INTRODUÇÃO: caminhos da pesquisa

A busca por um método próprio de atuação pautou grande parte das discussões abordadas neste trabalho. Ao passo que funciona como um combustível para o entendimento de um processo mais minucioso e detalhista que eu imaginava, e que despertava em minha mente algumas perguntas: qual método usar para atuar? Qual deles possibilitará ser prazeroso estar em cena ao invés de se manifestar de forma dolorida para mim? As respostas para estas perguntas trariam um direcionamento para a evolução não só em questão de desempenho, mas de satisfação em não precisar relembrar algo que foi penoso em minha vida para conseguir acessar minhas emoções, como proposto por Stanislavski (1995).

Sendo assim, durante a investigação, me deparei, em meio à quarentena da COVID- 19, com o curso de *Teatro e Neurociência para Atores e Performers* de Dorys Calvert (2014)².

Grosso modo, este treinamento reúne práticas contemplativas, exercícios psicofísicos, treinamento emocional propriamente dito e construção/execução da partitura cênica. É importante ainda ressaltar que, durante todas as etapas deste treinamento, as singularidades, as limitações pessoais e os condicionamentos adquiridos são cuidadosamente examinados e trabalhados durante todo o processo de aprendizado. O Treinamento Neuro-emocional para Performers é uma proposta pedagógica em constante evolução que tem por objetivo principal oferecer ao artista performático uma ferramenta concreta e objetiva para o desenvolvimento de sua autonomia artística e emocional. É importante ressaltar que a dinâmica deste treinamento é, assim como a verdade em ciência, sempre provisória. Isto significa que o TNeP não é um modelo fechado ou um conjunto de procedimentos e técnicas psicofísicas pré-estabelecidas e aplicáveis indistintamente. Trata-se, antes de tudo, de uma metodologia em permanentemovimento evolutivo, que não cessa de testar formas capazes de promover, de maneira cada vez mais objetiva e eficaz, o desenvolvimento das habilidades artísticas e emocionais do performer, sempre respeitando os limites individuais de cada indivíduo. (CALVERT, 2020, p.267)

²Dorys Calvert Possui três graduações: Odontologia pela Universidade Federal Fluminense (2009); Artes Cênicas pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (1999) e Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (1994). Mestre (2000) e Doutora (2014) em Estudos Teatrais pela Université de la Sorbonne Nouvelle - Paris 3. Pós-doutora em Interdisciplinaridade pela Universidade Federal do Rio de Janeiro e pela Turku University of Applied Sciences, Finlândia. Especialista em Saúde Mental pela Escola Nacional de Saúde Pública. Atriz e bonequeira, tem experiência na área de artes e desenvolvimento emocional da criança, atuando principalmente nos seguintes temas: pedagogia teatral, psicobiologia, teatroterapia, teatro de animação e neurociência das emoções aplicada ao trabalho do ator. Criadora e diretora do Limbiseen Studio, centro de pesquisa interdisciplinar dedicado ao estudo das emoções do ator e da eficácia terapêutica do teatro através do uso de dispositivos neurocientíficos de biofeedback. Autora do livro "Théâtre et Neuroscience des Émotions" (L'Harmattan, Paris). Professora Doutora Convidada do Curso de Pós-Graduação em Neurociências Aplicadas da UFRJ. Criadora e instrutora do Treinamento Neuro-emocional para Performers, formação 100% online.

Informações coletadas do Lattes em 25/04/2022. Disponível em: <https://www.escavador.com/sobre/5703304/dorys-faria-calvert>. Acesso em: 25.fev.2022.

Através de entendimento e treinamento, tal método funcionou de forma prazerosa e satisfatória para mim. E não somente no campo de atuação, mas no entendimento, inclusive, de questões pessoais em minha vida. O presente trabalho busca discutir a busca por um método próprio de atuação na área da performance, que possa não só auxiliar no desempenho, mas, também, trazer satisfação pessoal ao artista.

A partir deste ponto, se apresenta o curso de “*Teatro e Neurociência para Atores e Performers*” de Dorys Calvert (2014), que propõe uma abordagem interdisciplinar unindo teatro e neurociência das emoções, oferecendo uma ferramenta concreta e objetiva para o desenvolvimento da autonomia artística e emocional fazer performer.

Durante a investigação, o referido curso foi apresentado como uma alternativa interessante para a busca por um método próprio de atuação. O treinamento desenvolve práticas contemplativas, exercícios psicofísicos, treinamento emocional propriamente dito e construção/execução da partitura cênica. É importante destacar que durante todas as etapas deste treinamento (as singularidades, as limitações pessoais e os alojamentos adquiridos) são cuidadosamente examinados e trabalhados durante todo o processo de aprendizado.

Trata-se de uma proposta pedagógica em constante evolução, que tem por objetivo principal oferecer ao artista performático uma ferramenta concreta e objetiva para o desenvolvimento de sua autonomia artística e emocional. Esta metodologia busca compreender o que são as emoções e como acessá-las através dos padrões efetores respiratórios e expressivos das emoções, além de fornecer um entendimento do próprio corpo e estímulos.

É importante ressaltar que a dinâmica deste treinamento é sempre provisória e em constante evolução. Sendo assim, não se trata de um modelo fechado ou um conjunto de procedimentos e técnicas psicofísicas pré-estabelecidas e merecidas indistintamente, mas, antes de tudo, de uma metodologia em permanente movimento evolutivo.

UM POUCO SOBRE A METODOLOGIA DE DORYS CALVERT

A neurociência das emoções tem se mostrado um tema cada vez mais relevante no

estudo das artes cênicas, em especial no trabalho do ator. Dorys Calvert em seu artigo "*A neurociência das emoções no trabalho do ator*" (2014), aborda a importância do conhecimento sobre as emoções e seu funcionamento no cérebro humano para a formação e desenvolvimento do ator.

A autora destaca que as emoções são fundamentais na construção do personagem e na transmissão de suas intenções ao público. Além disso, a capacidade do ator de expressar emoções de forma afetiva e convincente pode ser um fator determinante para o sucesso de sua performance. Nesse sentido, o conhecimento sobre o funcionamento do cérebro humano em relação às emoções pode ser um recurso valioso para o ator. Através da neurociência, é possível compreender como as emoções são geradas e processadas no cérebro, bem como as consequências de sua expressão em termos de comportamento e comunicação.

Um dos aspectos mais relevantes para o trabalho do ator é o papel das emoções no processo de tomada de decisão. Segundo Calvert (2014), as emoções são responsáveis por fornecer informações valiosas para o cérebro em situações de meditação ou ambiguidade, permitindo que o indivíduo escolha a melhor opção de acordo com suas necessidades e objetivos. Essa capacidade de tomar decisões com base nas emoções é fundamental para a construção do personagem e para a criação de uma performance autônoma.

Outro aspecto importante é a influência das emoções no processo de aprendizado e memória. De acordo com Calvert (2014), emoções intensas podem ter um efeito marcante na formação de memórias, tanto positivas quanto negativas. Isso significa que o uso consciente das emoções pode ser um recurso valioso para o ator na criação de personagens e na transmissão de sua mensagem ao público.

O estudo da neurociência das emoções também pode ajudar o ator a compreender e controlar suas próprias emoções durante uma performance. Através da prática de técnicas de regulação emocional, é possível melhorar a qualidade e a consistência da performance, evitando reações adversas ou infecciosas.

Nesta direção, os eixos que guiam este trabalho se referem ao método de Dorys Calvert (2014), atriz, pesquisadora e tem experiência na área de neurociência das emoções aplicada ao trabalho do ator. A autora criou o *Limbiseen Studio*, ou seja, um centro de pesquisa interdisciplinar que tem como uma das funções se dedicar ao estudo das emoções do ator. Calvert contribuiu com a formação de "*Treinamento Neuro-emocional para Performers*".

A metodologia apresentada por Dorys Calvert (2014) no curso supracitado, me possibilitou experienciar o trabalho do ator, e absorver mais uma técnica. Nesta direção, trago para este trabalho os componentes do curso que eu utilizei para a personagem Denise dos Santos no espetáculo “*Meu Vazio em ti, completa*”, sabendo que, há diversos outros componentes que fazem parte da partitura cênica proposta por Calvert (2014).

Os conceitos e práticas que descreverei e analisarei abaixo, foram escolhidos por mim devido à formatação por do tempo exíguo, da construção da personagem e do objetivo que eu pretendia para o trabalho de conclusão de curso, que consiste na experimentação dos elementos que contituem o método da partitura cênica de Calvert (2014), e o não uso de memórias afetivas no campo de atuação, método e conceito este que pertence a Stanislaviski (1995). Diante disso, a atuação analisada teve como foco os *padrões efetores respiratórios* e expressivos das emoções, *cérebro mágico* e *subtexto*, conceitos que serão abordados no item a seguir.

COMPONENTES DA ESTRUTURAÇÃO DA PERSONAGEM

Para início de tudo, há uma grande importância na definição do que é uma emoção. Em virtude. a palavra emoção deriva do latim *emovere* que significa *movimento para fora*. Mas não há um construto consensual sobre a definição da palavra emoção, Em 1981, Kleinginna e kleinginna após pesquisas declaram as seguintes formulações de conceitos:

As emoções são o resultado da interação de fatores subjetivos e objetivos, realizados por sistemas neuronais ou endócrinos, podendo: a) induzir experiências tais como o sentimento de vigília, de prazer ou de desprazer; b) gerar processos cognitivos tais como reorientações pertinentes no plano perceptivo, avaliações, categorizações; c) ativar ajustamentos fisiológicos globais; d) induzir comportamentos que são, geralmente, expressivos, dirigidos a um objetivo e adaptativos. (KLEINGINNA e KLEINGINNA, 1981, p. 355)

Desse modo, é possível afirmar que as emoções são respostas adaptativas a eventos do ambiente e funcionam para nos ajudar a lidar com eles. Esses estados envolvem mudanças em nossos pensamentos, sentimentos, comportamentos e respostas regulatórias - como batimentos cardíacos acelerados, sudorese e liberação de hormônios. Por exemplo, o medo pode nos ajudar a evitar situações perigosas, enquanto a felicidade pode nos motivar a buscar recompensas e conexões sociais positivas. As emoções também desempenham um papel importante na comunicação interpessoal, permitindo que as pessoas expressem e interpretem sentimentos e intenções uns dos outros.

a) Padrões efetores respiratórios e expressivos das emoções básicas

As emoções básicas são recebidas e compartilhadas por todos os seres humanos, independentemente de sua cultura ou origem étnica. Paul Ekman (1934), um dos principais pesquisadores no campo da emoção, identificou seis emoções básicas: alegria, tristeza, raiva, medo, nojo e surpresa. Cada uma dessas emoções apresenta um padrão efector respiratório e expressivo característico.

Os padrões expressivos das emoções básicas referem-se às mudanças na expressão facial e corporal que ocorrem durante a experiência emocional. Na alegria, ocorre um sorriso genuíno, com as rugas em torno dos olhos e lábios curvados para cima. Na tristeza, ocorre uma expressão facial de lábios caídos e olhos sem brilho. Na raiva, ocorre um olhar fixo e uma expressão facial tensa e apertada, com sobrancelhas franzidas e maxilares cerrados. No medo, ocorre uma expressão facial de olhos arregalados, sobrancelhas levantadas e boca aberta. Essas mudanças na força muscular são mediadas por mudanças no sistema nervoso autônomo, especificamente, pelo aumento ou diminuição da atividade do sistema nervoso simpático e parassimpático.

Além dos padrões efetores respiratórios e expressivos, as emoções também podem afetar outros aspectos do comportamento, como a postura corporal, a tonalidade da voz e a linguagem corporal. Tais padrões são altamente dependentes do contexto social e cultural em que ocorrem, o que pode influenciar a expressão e a interpretação das emoções e a compreensão deles pode ser útil em várias áreas, como psicologia, medicina, antropologia, sociologia, comunicação e atuação.

No campo de atuação os padrões abordados aqui se referem aos movimentos e expressões corporais que são usados para transmitir emoções na atuação e o uso consciente desses padrões pode ajudar o performer a criar personagens mais complexos e autênticos. Por exemplo, um personagem que está sentindo raiva pode apresentar uma expressão facial mais rápida e superficial, expressão facial tensa e corpo rígido. Ao incorporar esses padrões em sua atuação, o performer pode transmitir a emoção de forma mais convincente para o público.

Além disso, com compreensão, consciência e treino é possível ter acesso ao controle das emoções em cena, aumentando a capacidade de lidar com situações desafiadoras e potencializando a presença cênica. Em resumo, o uso consciente dos padrões efetores expressivos e respiratórios das emoções pode ser uma ferramenta valiosa na atuação, permitindo ao performer criar personagens autênticos e transmitir emoções de forma mais convincente para

o público, já que o ator estará trabalhando a emoção em sua forma real, ativando todos os músculos e demais elementos que garantem a veracidade da emoção.

b) O cérebro mágico – conceito aplicado no campo de atuação

O cérebro mágico é um conceito criado pelo neurocientista francês contemporâneo Roland Jouvent (2013), que o criou baseado em estudos do nosso sistema de recompensas, esse sistema no cérebro é o responsável pela sensação de prazer. Então quando me refiro em um item acima a busca de um método que me raga prazer, aqui está: “O mágico que há em nós é nosso primeiro terapeuta. Ele nos ajuda em cada momento da vida cotidiana a nos animar, a nos consolar e a continuar adiante.” (JOUVENT, 2013, p.10).

O cérebro mágico está ligado à imaginação e ao prazer piscuico, como descrito por Jouvent (2013), Ou seja, há momentos que nós temos o poder de nos fornecer dopamina, que é o hormônio do prazer e oferece uma auto-recompensa. Citarei o exemplo de estar em um lugar que não lhe agrada e se imaginar em outro mais aspicioso. Esse outro lugar gera ao corpo prazer, e isso é eficaz, pois comprovadamente o cérebro não diferencia uma situação real de uma realidade criada pela própria mente.

Calvert (2014) usa o conceito de cérebro mágico para descrever a capacidade do cérebro de criar e imaginar histórias. O cérebro mágico é essencial para a criação de personagens complexos, pois permite que os atores imaginem e entendam a história interna, os pensamentos e as emoções do personagem. Como dito anteriormente, o cérebro não consegue distinguir entre um evento real e um criado em nossas mentes, tornando-o uma ferramenta eficaz para agir. Sendo, então, um importante elemento na construção de personagem pela ótica que o método desenvolvido por Calvert (2014) que se baseia, no contexto de se estruturar um passado, identidade e vivências da própria personagem. Jouvent (2013) destaca que o poder de usar o cérebro mágico pode ser usado para benefícios ou malefícios, dependendo do propósito.

b) Subtexto

Esse método de construção e atuação se baseia na própria história da personagem, ou propriamente, na composição de uma história. Quando o ator elabora a partitura, itens que precisam constar são a identificação do objetivo da personagem, o local que ela se encontra, para quem ela está direcionando o texto e etc. O item *subtexto* faz parte de outros vinte³ que

³ 1)Memorização do texto escrevendo-o à princípio sem emitir som 2)Identificar: objetivo da personagem, local,

estão contidos dentro do curso ministrado por Calvert (2014):

Aquilo que os atores chamam de subtexto (voz interna do personagem produzida pelo ator) é um instrumento de extremo valor para a manutenção da presença cênica, do seu foco durante uma representação teatral. Essa voz interna, que pode ser produzida a partir de dados da própria biografia do ator ou totalmente criada pelas vias imaginativas, exerce uma força imensa sobre o trabalho emocional do artista. Lembre-se: Imaginar é ver, imaginar é fazer. (CALVERT, 2019 P.40)

O método de atuação e construção de personagem desenvolvido por Calvert é um modelo que se baseia na própria história do personagem para elaborar uma performance convincente e autônoma. Segundo Calvert, a construção de um personagem deve começar com uma compreensão profunda de sua história, motivações e objetivos.

O processo de construção do personagem é dividido em três etapas distintas: análise da história, elaboração da partitura e ensaio. A análise da história envolve uma pesquisa detalhada da história do personagem, incluindo sua biografia, contexto histórico e social, relacionamentos e conflitos pessoais. Essa etapa é fundamental para o ator compreender a história do personagem e sua jornada emocional.

A segunda etapa é a elaboração da partitura, que consiste em transformar a análise da história em ações concretas que serão executadas na performance. Nesta etapa, o ator deve definir o objetivo do personagem, o local em que ela se encontra, para quem ela está direcionando o texto e outras informações relevantes para a compreensão do personagem. É quando o subtexto do personagem é desenvolvido, sendo este definido como os pensamentos e emoções internas do personagem que não são explicitamente expressos na fala.

Por fim, a etapa de ensaio é o momento em que o ator experimenta e aprimora a performance, utilizando uma partitura previamente elaborada como guia. Consiste em o ator

para quem fala etc.3) Identificar palavras de valor 4) Acrescentar os aspectos não-verbais às palavras de valor 5) Escolher 2 emoções básicas para a criação da partitura emocional + estados emocionais neutros (emoção neutra) 6) Dividir o texto em “unidades emocionais” 7) Localizar as pausas, momentos de silêncio 8) Sempre marcar silêncio antes e após o texto 9) Obrigatório: atividade cognitiva (subtexto, imaginário, lembrança, percepção das emoções etc.) e/ou ação física, gesto, movimento. 10) Criação de subtexto 11) Criação de ações físicas/movimentos/gestos 12) Criação de ELOS (o que leva a valorização da palavra, ou a uma emoção, e o que faz sair desse contexto): Fala, subtexto, imaginar a reação do interlocutor, percepção das emoções, imaginação, memória afetiva do personagem etc. 13) Começar a executar a partitura provisória : testar, experimentar, deslocar pausas, acrescentar novos elementos etc. 14) Gravação para auto-observação 15) Descobriu uma pausa nova? Uma nova entonação? Uma nova palavra de valor? ACRESCENTE na estrutura da partitura cênica 16) Repetir por pequenos módulos (cuidado com a ansiedade! GERE PRAZER!). 17) Realizar o mesmo processo de ajuste da partitura cênica para cada trecho. 18) Executar e repetir toda a partitura cênica 19) Gravação definitiva (Ver PDF Guia para gravação) 20) Sobretudo, divirta-se”

precisar se manter ainda mais na história do personagem e explorar suas emoções e motivações.

De acordo com Dorys Calvert (2014), o subtexto é uma das ferramentas mais importantes para o ator em sua construção de personagem e performance. O subtexto é definido como os pensamentos e emoções internas do personagem que não são explicitamente expressos na fala, mas que estão implícitos em suas ações e palavras. O subtexto pode ser considerado como a camada mais profunda do personagem, que revela suas motivações, medos, desejos e conflitos internos. É a partir do subtexto que o ator consegue compreender a complexidade emocional da personagem e construir uma performance autônoma e convincente.

A função do subtexto na construção do personagem é criar uma história interna para o personagem, que vai além do texto e das palavras ditas. É através do subtexto que o ator pode transmitir a riqueza emocional do personagem, criando uma conexão mais profunda com o público e tornando a performance mais impactante. O subtexto também é fundamental para a comunicação entre os atores em uma cena. É através do subtexto que os atores conseguem compreender as intenções uns dos outros e criar uma interação escrita e fluida.

Em suma, Dorys Calvert (2014) apresenta conceitos importantes relacionados à atuação, como a relação entre *padrões efetores respiratórios e expressivos das emoções, cérebro mágico e subtexto*. Esses conceitos são fundamentais para o ator entender e construir personagens mais complexos e autônomos. O subtexto é definido como os pensamentos e emoções internas do personagem que não são explicitamente expressos na fala, mas que estão implícitos em suas ações e palavras. É a partir do subtexto que o ator consegue compreender a complexidade emocional da personagem e construir uma performance autônoma e convincente.

Já o cérebro mágico é uma metáfora utilizada por Calvert para descrever a capacidade do cérebro de criar e imaginar histórias. O cérebro mágico é fundamental para a criação de personagens complexos, pois permite que o ator imagine e compreenda a história interna do personagem e seus pensamentos e emoções.

Os padrões efetores respiratórios e expressivos das emoções estão relacionados aos movimentos e expressões corporais que são usados para transmitir emoções na atuação. Esses padrões são fundamentais para criar performances inspiradoras e convincentes, pois permitem que o ator transmita emoções de forma clara e verossímil. Esse fato provoca um questionamento sobre qual seria o reflexo das emoções a ele, o que é abordado adiante.

O QUE DIZEM AS EMOÇÕES? - Stanislavski (1995) e Calvert (2014)

Stanislavski (1995) é um dos mais importantes diretores e teóricos teatrais da história. Ele acredita que a atuação realista requer uma compreensão profunda da psicologia e emoções humanas, bem como a habilidade de retratá-las de forma autônoma no palco. De acordo com Stanislavski (1995), a emoção não pode ser simplesmente invocada por um ator através de técnicas de atuação. Em vez disso, ela é o resultado de uma série de ações físicas que o ator realiza em cena. Ele acreditava que, ao se concentrar nas ações físicas, um ator pode alcançar um estado emocional autêntico, que é refletido em sua atuação.

O método de Stanislavski envolve várias práticas físicas destinadas a ajudar os atores a alcançar uma conexão mais profunda com seus personagens. Por exemplo, ele usou técnicas de relaxamento e concentração para ajudar os atores a entrar em um estado emocional adequado para uma cena. Ele também usou improvisação e exercícios de memória sensorial para ajudar os atores a desenvolver um senso de veracidade em suas atuações. Uma frase famosa de Stanislavski é “Não me venham com emoções, pois é impossível fixá-las. Pode-se fixar e recordar apenas as ações físicas” (TOPORKOV, 2016, p. 183). Stanislavski (1995) acredita que a ação vem antes da emoção e crê que a emoção não pode ser simplesmente invocada, mas deve ser baseada em uma experiência física autônoma.

Já a percepção de emoções para Calvert (2014) se apoia na teoria do filósofo e psicólogo americano William James⁴ (1910). A definição de emoção e como ela se propaga, atualmente também acordada pela neurociência para James em “*What is an Emotion?*”. Utilizando o

⁴ As alterações corporais são tidas como sendo a “manifestação” dessas várias emoções, a sua “expressão” ou “linguagem natural”, e essas mesmas emoções, sendo tão fortemente caracterizadas tanto como vindo de dentro e de fora, podem ser chamadas de “emoções padrão”. Nossa maneira natural de pensar sobre essas emoções padrão é que a percepção mental de algum fato desperta a afeição mental denominada emoção, e que esse estado de espírito é que dá origem à expressão corporal. Minha tese, pelo contrário, é que as mudanças corporais seguem diretamente a PERCEPÇÃO [Sic.] do fato excitante, e que a nossa percepção dessas mesmas mudanças assim que elas ocorrem é a emoção. O senso comum diz: se perdemos a nossa fortuna, lamentamos e choramos; se encontramos um urso, nos assustamos e corremos; se somos insultados por um rival, nos irritamos e atacamos. A hipótese a ser defendida aqui diz que essa ordem de sequência é incorreta, que um estado mental não é imediatamente induzido por outro e que as manifestações corporais devem ser interpostas entre eles primeiro, e que a afirmação mais racional é que nos sentimos desolados porque choramos, zangados porque atacamos, temos medo porque trememos, e não que nós choramos, atacamos, ou trememos, porque lamentamos, temos raiva ou medo, conforme o caso. Sem os estados corporais seguindo-se à percepção, ela seria puramente cognitiva em sua forma, pálida, incolor, destituída de calor emocional. Nós então poderíamos ver o urso, e julgar que é melhor correr, receber o insulto e considerar justo o ataque, mas nós não poderíamos realmente nos sentirmos com medo ou raiva.

exemplo citado por James (1910), ao se deparar com um urso, há em algumas pessoas o instinto de correr, pois o corpo apresentou todos os padrões efetores do medo como forma de defesa do perigo, mas somente após a fuga acontecer que a pessoa percebe o seu estado emocional e percebe que sentiu medo e, por isso, correu. A emoção vem antes da ação física, porém a percepção da mesma ocorre depois. Através da neurociência das emoções, Calvert (2014) mostra que a existência das emoções antecede ações. No método apresentado por Calvert, o ator pode despertar as emoções a partir do treinamento dos padrões efetores respiratórios e expressivos de cada emoção; em conjunto com a consciência corporal e cerebral, subtexto e imaginação.

O método de atuação, a partir dos padrões efetores das emoções desenvolvidos por Calvert (2014), se diferencia bastante dos métodos para atuação de Stanislavski (1995), principalmente na forma como as emoções são utilizadas. Para compreender essa diferença, é preciso comparar a abordagem adotada por cada um desses métodos.

Stanislavski defende a ideia de que as emoções deveriam ser vivenciadas pelo ator de forma realista e natural, como se fossem suas próprias emoções. Esse processo de "viver" as emoções era conhecido como "memória afetiva" e consistia em utilizar experiências pessoais para se conectar emocionalmente com o personagem que estava sendo interpretado.

Já o método de Calvert (2014) parte de uma abordagem mais científica e objetiva. Ele se baseia nos padrões efetores das emoções, ou seja, nas reações físicas que ocorrem no corpo quando determinada emoção é experimentada. A metodologia consiste em identificar esses padrões e usá-los para gerar as emoções necessárias para a cena. Essa abordagem de Calvert é bem diferente da utilizada por Stanislavski, uma vez que ela não busca a vivência real das emoções pelo ator, mas sim a sua reprodução a partir de um conhecimento científico sobre o comportamento do corpo humano diante das emoções. É importante destacar que ambas as abordagens têm seus pontos fortes e podem ser utilizadas com sucesso na atuação, dependendo das características da cena e do estilo do ator.

A relação entre emoção, ação e percepção é um tema de grande interesse na psicologia e na neurociência. James (1910) apresentou um exemplo clássico para ilustrar essa relação: ao se deparar com um urso, algumas pessoas têm o instinto de correr, mesmo antes de perceberem que

estão sentindo medo. Esse exemplo mostra que a resposta emocional precede a ação física e que a percepção da emoção ocorre depois da ação.

A neurociência das emoções, como apresentada por Calvert (2014), traz uma abordagem mais detalhada sobre essa relação. Segundo esse modelo, as emoções são desencadeadas por padrões efetores específicos, ou seja, por um conjunto de mudanças físicas no corpo, como a fisioterapia, a postura e as expressões expressivas. Esses padrões efetores são, por sua vez, controlados por circuitos neurais específicos no cérebro.

O treinamento dos padrões efetores respiratórios e expressivos de cada emoção, em conjunto com a consciência corporal e cerebral, subtexto e imaginação, pode ser utilizado para despertar as emoções no ator. Isso permite que ele crie uma representação mais convincente e autônoma do personagem que está interpretando. O modelo apresentado por Calvert (2014) é consistente com a ideia de que a emoção precede a ação, mas é seguida pela percepção. Isso significa que, mesmo antes de perceber que está sentindo uma emoção, o indivíduo pode agir de acordo com essa emoção. Por exemplo, ele pode se encolher de medo sem ainda ter consciência de que está sentindo medo. Essa percepção pode vir depois, quando acontece o reflexo sobre a experiência ou quando recebe feedback do ambiente.

Há muito que foge do escopo deste trabalho que não será abordado nele, desenvolvido com enfoque apenas no fato de que as emoções podem ser acessadas e que as mesmas antecedem as ações. Acima de tudo, reflete na funcionalidade ligada a neurociência, onde, fazendo o uso dos padrões efetores das emoções, se pode chorar e sorrir em cena. E isso não diz respeito à como performer está por dentro, mas é verossímil aos olhos do público, pois o padrão efetor, quando bem executado, é reconhecido pelo cérebro. É neurociência juntamente com teatro, o que fomenta a abordagem a seguir, acerca dos conceitos de memória afetiva e conexões neurais.

MEMÓRIA AFETIVA E CONEXÕES NEURAIAS

Em comparação de método com Stanislavski (1995), o de Calvert (2014) não se há necessidade de recorrer às memórias afetivas do próprio ator, ponto este que para o meu trabalho de atriz, é extremamente destoante entre os dois pesquisadores. A neurociência tem se mostrado cada vez mais relevante no estudo da memória afetiva. As emoções estão intrinsecamente relacionadas ao funcionamento do cérebro e têm um forte laço com a formação

de memórias. As emoções podem ser pensadas como "marcadores somáticos" que ajudam a codificar e armazenar experiências emocionais no cérebro (DAMASIO, 1994).

A memória afetiva, por sua vez, está relacionada ao acesso de informações emocionais guardadas na memória, que podem influenciar nossas reações e comportamentos em determinadas situações. Essas memórias são formadas por meio de conexões neurais que se fortalecem com o tempo e a repetição e podem ser reativadas por estímulos semelhantes a experiências originais.

Nesse sentido, é importante mencionar que o uso de memórias afetivas na atuação pode ter efeitos negativos para alguns atores, como a geração de gatilhos negativos e a reativação de conexões neurais prejudiciais. Cada indivíduo tem uma maneira única de processar e lidar com suas emoções, e é preciso considerar as particularidades de cada um na utilização de técnicas de atuação que envolvem a memória afetiva.

a) Neurônios espelhos e expressões emocionais na atuação

Os neurônios espelhos são células do sistema nervoso que se ativam tanto quando uma pessoa realiza uma ação, quando ela observa outra pessoa realizando a mesma ação. Eles desempenham um papel importante na compreensão das intenções e emoções das outras pessoas, permitindo a imitação e a empatia. Na atuação, a observação e a imitação das expressões emocionais são fundamentais para a criação de personagens verossímeis. As microexpressões, que são as expressões emocionais de curta duração, são difíceis de serem percebidas pela maioria das pessoas, mas os neurônios espelhos são capazes de captá-las e reproduzi-las.

No entanto, é importante lembrar que a expressão emocional na atuação não se limita apenas à imitação das expressões faciais. Ela também envolve a compreensão e a representação das emoções por meio de gestos, posturas e entonações de voz. No contexto da atuação, os neurônios espelhos desempenham um papel importante na transmissão de emoções de um ator para o público. Através da observação das macro-expressões e postura corporal do ator, o público é capaz de reconhecer as emoções que estão sendo retratadas no palco. E há momentos em que o público não considera verossímil o que se está sendo apresentado. Dentre várias alternativas, uma delas é que os neurônios espelhos do público foram ativados e não reconheceram a emoção mostrada em cena como verdadeira pois foge do padrão efetor da mesma.

É um processo complexo que envolve tanto a observação das emoções dos outros quanto o acesso às próprias emoções para transmiti-las de forma convincente ao público. A memória afetiva é um tema importante para o estudo da neurociência, pois está relacionado às emoções e à forma como elas são guardadas e processadas no cérebro. Através da conexão de neurônios, as emoções são codificadas e associadas a memórias específicas, formando redes neurais que podem ser reativadas no futuro.

No contexto da atuação teatral, a memória afetiva tem sido objeto de estudo de diversos pesquisadores, entre eles Stanislavski e Calvert. Enquanto Stanislavski defende a importância de o ator se conectar com suas próprias memórias afetivas para dar veracidade à cena, Calvert propõe a utilização da imaginação e execução dos padrões efetores das emoções para criar a emoção necessária para a cena.

No entanto, como mencionado no início deste trabalho, para mim, a atriz em questão, a utilização de próprias memórias afetivas é prejudicial, pois pode gerar gatilhos negativos e prejudicar o bem-estar emocional. Além disso, a neurociência indica que a reativação constante de memórias dolorosas pode fortalecer as conexões neurais associadas a essas emoções, tornando mais difícil superar o trauma e desenvolver resiliência emocional.

Por outro lado, a utilização da imaginação e da empatia proposta por Calvert pode ser uma alternativa viável para a criação de emoções verossímeis em cena, sem causar danos emocionais ao ator. Ao imaginar a história e a bagagem emocional do personagem que está sendo interpretado, o ator pode acionar as mesmas redes neurais que seriam ativadas em situações reais, criando emoções autônomas e coerentes com a história que está sendo contada.

Em resumo, a relação entre neurociência e memória afetiva é complexa e ainda objeto de muitos estudos. No contexto da atuação teatral, é importante que o ator encontre o método que melhor se adapte às suas necessidades e restrições, sem prejudicar seu bem-estar emocional e sua capacidade de desenvolver resiliência emocional. De posse da consciência desta importância, é possível uma contextualização do espetáculo, objeto deste estudo, avaliando sua estrutura, técnicas e nuances, bem como sua relevância científica, em seguida.

Vinda até “*MEU VAZIO EM TI, COMPLETA*”

“*Meu vazio em ti, Completa*” foi um espetáculo produzido para trabalho de conclusão de curso em montagem teatral de Jéssica Egoshi, Jonas Estevão e eu, discentes do curso de Artes

Cênicas - Bacharelado pela Universidade Federal de Ouro Preto. UFOP, realizado pelo grupo de pesquisa e extensão: "*Midiactors e Coletivo Interfaces*", apresentado nos dias 27 e 28 de outubro de 2022 no Teatro Ouro Preto - Centro de Artes e Convenções da UFOP.

O espetáculo⁵ "*Meu vazio em ti, completa*" trabalha um período distópico, no ano de 2500, em que o Metaverso deixará de ser uma extensão da realidade para ser a única possível. Entretanto, as mil maravilhas desse mundo se baseiam em uma estrutura desumana que já foi esquecida há muito tempo.

Neste contexto, *NBR25021998* é um avatar do Setor 29 que descobre que não é mais do que um conjunto de dados armazenado, de uma pessoa que serviu como fonte de energia por mais de 400 anos. Essa pessoa sai do seu atual estado e percebe que não sabe quem é, ao mesmotempo em que tem que lidar com a possibilidade de uma projeção ser mais real do que seu corpofísico.

A personagem Denise dos Santos foi uma mulher que decidiu abdicar da própria vida para não morrer e vinda de situação de vulnerabilidade econômica, se entrega para ser fonte de energia de um mundo que está para vir em troca de sobrevivência. Quando desperta ela percebe que não possui memórias e seu objetivo é descobrir o que ela é. Denise dos Santos é uma personagem que está vazia de minhas memórias afetivas, pois não as utilizei na construção e atuação dessa personagem. Denise é guiada por suas emoções porque ela não tem memórias de seu eu passado e usa suas emoções em sua forma mais pura, que é para proteção e direção.

Ela é assombrada por suas próprias conexões, pois apesar de ter suas memórias tiradas, havia uma memória, não necessariamente a única, que permaneceu escondida em seu cérebro para preservá-la. Essa memória foi a que mais foi reforçada ao longo de toda a sua vida passada. Por isso a específica canção "Se essa rua fosse minha".

⁵ Tendo em ficha técnica com nomes e, respectivamente, funções executadas: Jéssica Egoshi - Concepção, Direção, Dramaturgia e Cenografia; Jonas Estevão - Atuação e Dramaturgia; Mayara Schuab Andrade - Atuação e Dramaturgia; Emerson José - Atuação; Lucas Lacerda - Iluminação; Welltrick Schneider - Sonoplastia, Preparação vocal, Técnico de som, Concepção musical e Beatmaker; Pedro Methner - Direção de elenco, Videomaker e Videomapping; Pedro Henrique - Videomaker; Clara Schaefer - Figurino e Caracterização; Bernardo Silva - Sonoplastia, Concepção musical e Beatmaker; Bernardo Espindola - Designer gráfico, Comunicação e Mídias Sociais; Helena Canuta - Registro fotográfico; Kai Vianna - Produção; Bento - Assistente de maquiagem; Marcos Maturro - Orientação musical; Marisa Martinho - Intérprete de Libras; Bruna Christófaro - Orientação do Trabalho de Conclusão de Curso de Jonas Estevão e Coordenadora do Grupo MIDIATORS; Marcelo Eduardo Rocco de Gasperi - Orientação do Trabalho de Conclusão de Curso de Jéssica Seina Egoshi e Raquel Castro de Souza - Orientação Trabalho de Conclusão de Curso de Mayara Schuab Andrade.

Trata-se de uma canção popular brasileira, considerada música infanto-juvenil e que aparece duas vezes na peça, fazendo-a estremecer e se lembrar da letra:

Se essa rua. Se essa rua fosse minha. Eu mandava. Eu mandava ladrilhar. Com pedrinhas. Com pedrinhas de brilhante. Para o meu. Para o meu amor passar. Nessa rua. Nessa rua tem um bosque. Que se chama. Que se chama solidão. Dentro dele. Dentro dele mora um anjo. Que roubou. Que roubou meu coração. Se eu roubei. Se eu roubei teu coração. Tu roubaste. Tu roubaste o meu também. Se eu roubei. Se eu roubeiteu coração. É porque. É porque te quero bem. (Autor Desconhecido)

Só isso é o que Denise dos Santos – personagem - se lembra de sua vida passada. Confiei nas conexões neurais que foram reforçadas ao longo da vida de Denise. Um episódio significativo do qual sempre nos lembramos reforça as conexões dos neurônios, dificultando o esquecimento dessa memória, e, geralmente, está associado a episódios traumáticos.

Denise dos Santos, em "*Meu Vazio em Ti, Completa*", foi um experimento para eu usar esse método adaptado por mim. O pouco tempo que tive para a concepção e montagem da apresentação trouxe consequências, inclusive a dificuldade de externar o que eu estava trabalhando por dentro, mas como experimento deu certo. E isso me deixou com apetite para continuar essa pesquisa dentro de mim.

A personagem Denise dos Santos é um estudo de caso interessante por ser uma pessoa sem lembranças de seu passado. Isso levanta questões sobre a natureza da identidade e como as memórias moldam nosso senso de identidade.

Como atriz, a experiência de usar esse método na criação de um personagem foi bem-sucedida, mas também destacou os desafios de exteriorizar processos internos em um curto espaço de tempo. Isso enfatiza a importância do tempo e do espaço no processo criativo e a necessidade de experimentação e exploração para desenvolver novos métodos e abordagens.

**ANÁLISE DOS FRAGMENTOS CÊNICOS DO ESPETÁCULO “*MEU VAZIO EM TI
COMPLETA*”**

Cena: “*Nascer do ser sem memórias*”

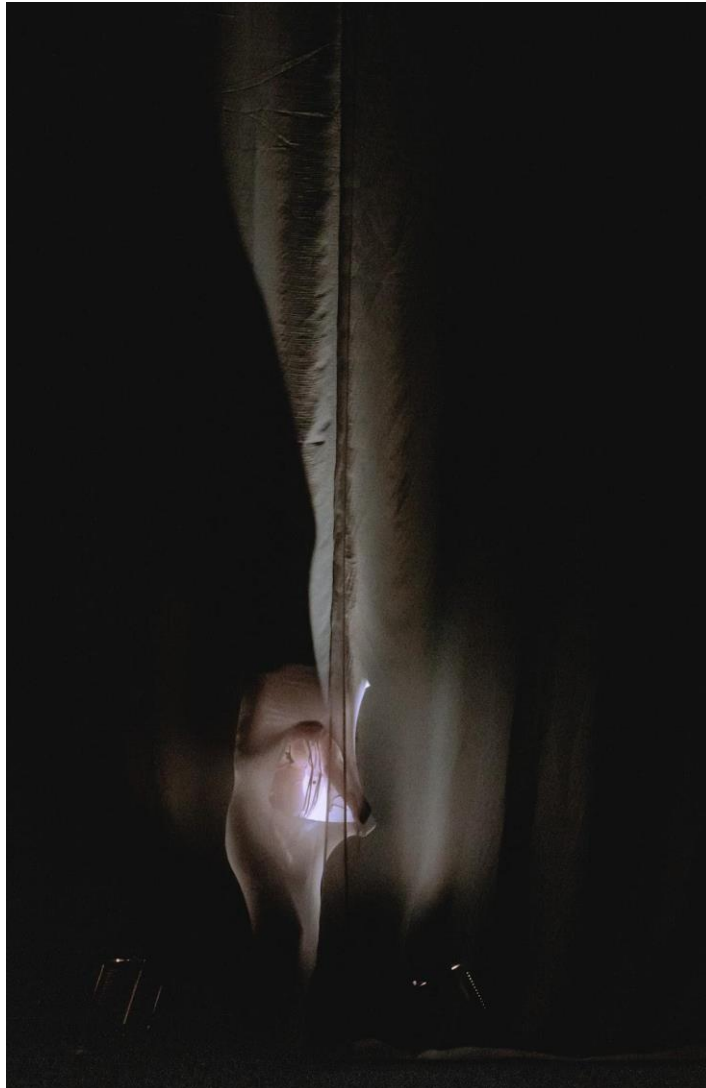


Figura 1 - Cena: “Nascer do ser sem memórias”. Espetáculo teatral: “Meu vazio em ti, completa”. Fotografia: Helena Canuta (2022)

- a) **Descrição da cena:** luz branca que vem do chão e ilumina a atriz que está envolta em um casulo fechado em todos os lados, feito de tecido branco, e ela o rasga em cena, à frente da mesma, outro tecido branco em cascata;
- b) **Análise da cena: a relação entre “Nascer do ser sem memórias” com memóriacorporal e cérebro mágico embasado no padrão efetor do medo:** Descritivamente, a cena da figura 1 acontece na introdução da Personagem Denise dos Santos ao espetáculo, em cena, Denise dos Santos é despertada pelo sistema. Porém, ainda está dentro de uma espécie de cápsula, e cabe a ela sair ou morrer. A personagem é guiada

pelos instintos de sobrevivência, percebendo só em cenas seguintes que não possui memórias do passado e somente após sair do casulo, o corpo da personagem tem a percepção de ter sentido medo. A análise da cena pode ser feita a partir da relação entre a memória corporal, o cérebro mágico e o padrão efetor do medo. A memória corporal é uma forma de lembrança que está guardada em nossos músculos e tecidos do corpo. Nesse sentido, a atriz utilizou sua memória corporal para sentir a sensação de estar presa e sufocada, a partir do exercício proposto pelo professor Marcelo Rocco. E por Dorys Calvert para incorporar a ideia de uma armadura de ferro que dificulta o movimento do corpo, o que intensifica a sensação de estar presa na cápsula. O cérebro mágico, por sua vez, é um recurso que se utiliza da imaginação para criar experiências que podem ser percebidas pelo cérebro como reais. Na cena descrita, a atriz utilizou o recurso do cérebro mágico para criar uma sensação de afogamento e colocar para fora toda a água que imaginava estar em seu corpo. O padrão efetor do medo é uma resposta automática do corpo a uma situação percebida como ameaçada, que pode ser desencadeada por meio de uma memória ou por uma situação atual. Na cena descrita, a atriz utiliza o padrão efetor do medo como guia para seu personagem, que está tentando sobreviver em uma situação de perigo. Tivemos um retorno de parte dos espectadores e os mesmos disseram que a cena causava agonia e que eles sentiam a necessidade de subir em cima do palco e retirar a atriz de dentro do casulo, pois parecia que ela iria morrer se continuasse lá. A sensação de perigo e a necessidade de sobreviver são transmitidas de forma intensa, a partir do uso desses recursos. Em suma, a cena do *"Nascer do ser sem memórias"* apresenta elementos complexos e interligados, que envolvem a memória corporal, o cérebro mágico e o padrão efetor do medo. O uso desses elementos pela personagem Denise dos Santos contribui para a intensidade e a veracidade de sua atuação, gerando uma resposta emocional forte nos espectadores.

Cena: *"O Meu Corpo Tem Olhos"*

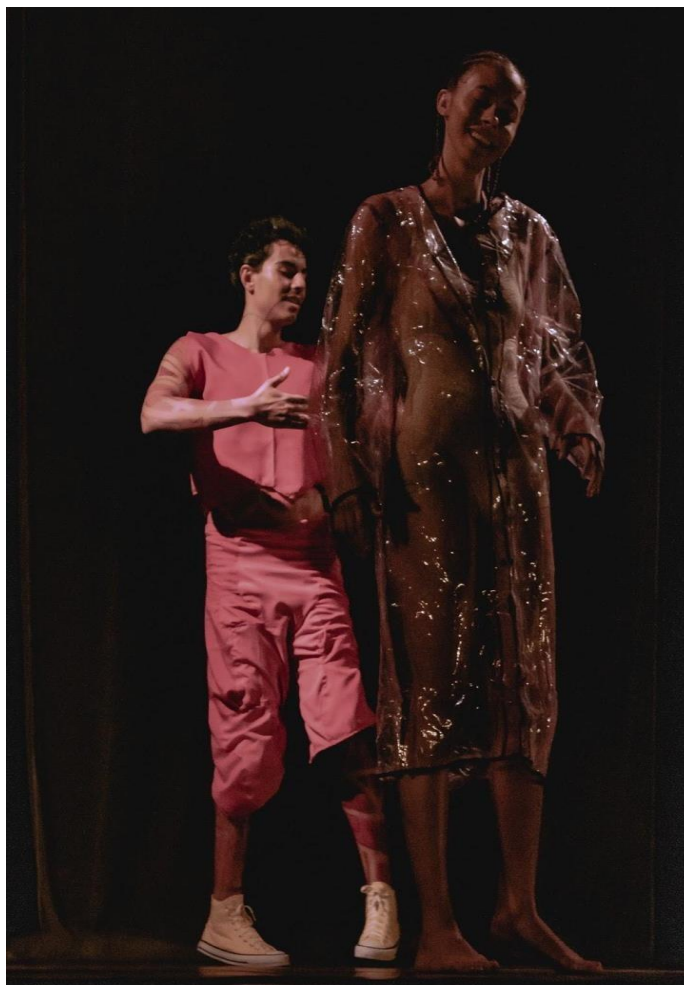


Figura 2 - Cena: "O Meu Corpo Tem Olhos". Espetáculo teatral: "Meu vazio em ti, completa". Fotografia: Helena Canuta (2022)

a) Descrição da cena: fundo preto, destaque nos dois personagens: indivíduo e NBR25021998. Com indivíduo à frente do NBR25021998 e em posição de cabeça levemente deitada para a esquerda, olhos fechados e sorriso pacífico, o corpo inicia uma movimentação. Já o avatar, NBR25021998, se configura em uma movimentação de dança de valsa, ao ter no rosto um direcionado sorriso;

b) Análise da cena: a relação entre "o meu corpo tem olhos" com Cérebro mágico, subtexto, padrões efetores respiratórios e expressivos da emoção ternura. A emoção é um fenômeno complexo que envolve diferentes aspectos cognitivos, fisiológicos e comportamentais. O cérebro é uma parte fundamental na regulação e expressão das emoções, já que ele processa as informações sensoriais e as interpreta com base em experiências anteriores, memória e

cognição. A emoção de ternura está diretamente relacionada com o cérebro mágico, uma área do cérebro responsável pelo processamento emocional e que tem a capacidade de gerar sentimentos intensos e positivos. Nesse caso, o personagem experimenta uma sensação de bem-estar ao ouvir a música, mesmo sem saber o porquê, o que pode ser atribuído à ativação dessa parte do cérebro. Ao analisar a cena com a perspectiva do *Cérebro Mágico*, podemos compreender que a música que está sendo ouvida pode estar ativando o sistema límbico do personagem, que é responsável pelas emoções e pela formação de memórias emocionais. Isso pode explicar a sensação de ternura e paz que ela está experimentando. A pausada e regular, juntamente com os padrões efetores expressivos e corporais relaxados, também podem estar confiantes para a sensação de tranquilidade e bem-estar da personagem. Esses padrões podem ser acionados de forma inconsciente ou consciente ao praticar o método direcionado por Calvert (2014). A relação entre o cérebro mágico, subtexto, padrões efetores respiratórios e expressivos da emoção ternura é fundamental para entender a forma como as emoções são expressas e controladas pelo ser humano. O cérebro mágico refere-se às funções aéreas que permitem a criação de imagens espirituais, ideias e pensamentos que não correspondem necessariamente à realidade objetiva. Essas imagens animadas podem ser influenciadas pelo subtexto, que são compostas por pensamentos, memórias, desejos e crenças que estão presentes no inconsciente e que influenciam a forma como uma pessoa percebe e interpreta o mundo ao seu redor. No caso da cena descrita, o personagem apresenta um padrão efector da emoção ternura, que é representado por uma expressão facial relaxada, um leve sorriso, um olhar focado no objeto, uma cabeça levemente inclinada e ombros e pescoço relaxados. Além disso, o padrão de ternura inclui uma ritmada respiratória, com inspiração e expiração pelo nariz, pausas respiratórias regulares e um ritmo regular. Esse padrão é frequentemente usado para reduzir a ansiedade e o nervosismo. Na partitura cênica da personagem, o subtexto inclui frases como "essa sensação é ótima, sinto meu corpo leve". Essas frases demonstram que a música que ela está ouvindo causa uma sensação muito boa, mesmo que ela não saiba de onde vem ou nunca tenha ouvido essa música antes. Em termos de expressão corporal, o personagem fecha os olhos, o que indica que ela está se permitindo sentir uma emoção de maneira mais intensa e profunda.

Cena: “*Sent(indo) Dissol(ver)*”



Figura 3 - Cena: “O Meu Corpo Tem Olhos”. Espetáculo teatral: *Meu vazio em ti, completa*. Fotografia: Helena Canuta (2022)

- a) **Descrição da cena:** fundo preto, personagem avatar se encontra no chão, sem atividade que suponha que ainda está vivo. Denise do Santos à frente em um foco de luz, distante do NBR25021998. Possui os ombros caídos e as mãos em conchas vazias, levantadas na altura do quadril, seu rosto expressa tristeza e a boca se encontra aberta por estar emitindo a canção “*se está rua fosse minha*”;
- b) **Análise da cena:** a relação entre “*Senti(ndo) Dissol(ver)*” com subtexto, conexões neurais e padrão efetor respiratório e expressivo da emoção tristeza. Os padrões efetores respiratórios e expressivos da emoção tristeza consistem respectivamente em inspiração pelo nariz e expiração com a boca aberta (suspiro), respiração entrecortada podendo invadir a expiração, pausa respiratória e breve ou ausente. Olhar desfocado (podendo olhar para baixo), cabeça cede à ação da gravidade e ombros podem sacudir (tensão *versus* relaxamento). Na cena, é possível identificar um subtexto que sugere uma atmosfera de desolação e dor. A canção em questão reforça essa ideia de perda e nostalgia. É possível observar componentes dos padrões

efetores da tristeza presente, tanto na postura de Denise quanto na expressão de seu rosto e na forma como canta a música. O ritmo é mais profundo e pesado e os movimentos são mais lentos e retraídos, transmitindo uma sensação de tristeza e melancolia. Essa combinação de elementos cria uma atmosfera de profunda tristeza e melancolia, que transmite ao espectador uma sensação de perda e desespero, não só pela morte do avatar, mas também por ter se lembrado de um trauma que sofreu no passado. A lembrança do trauma é explicada pela hipótese de que essa memória foi muito mantida por conexões neurais na vida passada de Denise dos Santos. Isso significa que essa experiência traumática deixou uma marca profunda em seu cérebro, tornando-a mais acessível e influenciando sua reação emocional no presente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Acredito que cada ator/atriz acaba encontrando um método que funcione para si próprio. Então, durante o tempo que se seguiu em trabalhos teatrais ou audiovisuais, fui utilizando o método de Calvert (2014), mas de uma forma adaptada por mim e sempre aprendendo e experienciando. Ao final das apresentações teatrais, me veio a contemplação: “quero fazer isso para o resto da minha vida”. Sei que tudo na vida, assim como na ciência, “está” e não necessariamente “é”. No entanto, o fato de estar percorrendo um caminho de conhecimento das minhas próprias experiências, mesmo que lentamente, me traz satisfação. Todo experimento direcionado é pesquisa e todo o meu direcionamento é aprimorar o meu saber teatral. Tenho comigo a experiência de ter mais um ponto bordado na que pretendo que seja uma extensa caminhada teatral, estou feliz pelos resultados do trabalho, mesmo analisando que há muito ainda o que se fazer, e sempre terá. Destaco a importância de se entender como o cérebro e o corpo funcionam para a atuação, e como isso pode ser crucial para o desenvolvimento de habilidades e técnicas que auxiliam na interpretação de personagens.

Assim, é possível concluir que a atuação é uma área que requer dedicação, experimentação e busca constante por conhecimento e aprimoramento, e que o sucesso do ator/atriz depende da adaptação de técnicas e métodos que sejam eficazes para cada indivíduo. E

o entusiasmo das Artes e relação dele com outras áreas pode trazer uma contribuição importante

para o desenvolvimento de profissionais da cena. Além disso, o uso de conexões neurais e seu reforço ao longo da vida é um conceito intrigante que pode ser explorado em pesquisas futuras.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BLOCH, Susana. **Al Alba de las Emociones**: respiración y manejo de las emociones. Santiago: Uqbar Editores. 2008.

CALVERT, Dorys . **LUZ, CÂMERA, EMOÇÃO!**: diálogos entre performance e neurociência. Limbiseem. 2019.

_____. **Educação Emocional & Teatro de Bonecos**: diálogos entre teatro e neurociência. Limbiseem. 2019.

_____. **Treinamento neuro-Emocional para Performers (TNeP)**: uma proposta pedagógica interdisciplinar unindo teatro e neurociência das emoções. Universidade Federal do Rio de Janeiro – UFRJ. 2020.

_____. **Teatro e neurociência**: o despertar de um novo diálogo entre arte e ciência. Université de la Sorbonne Nouvelle Paris 3. 2014.

CANAVEZZI, Gustavo. Como James pode me ajudar? O fluxo, um “rio” chamado consciência. **MGP**, 2017. Disponível em: <https://www.mgpconsultoria.com.br/como-james-pode-me-ajudar-o-fluxo-um-rio-chamado-consciencia/>. Acesso em: 25.fev.2023.

DAMÁSIO, A. **O erro de Descartes**: emoção, razão e o cérebro humano. Nova York: Grosset/Putnam. 1994.

GALLESE, V. **Simulação incorporada**: dos neurônios à experiência fenomenal. Fenomenologia e Ciências Cognitivas. 2005.8 milímetros. O que é o método Stanislavski? Disponível em: <https://www.8milímetros.com.br/o-que-e-o-metodo-stanislavski/#:~:text=Stanisl%C3%A1vski%20acreditava%20que%20a%20a%C3%A7%C3%A3o,de%20relaxamento%20f%C3%ADsicas%20e%20vocais>. Acesso em: 25.fev.2023.

SILVA, Raphael JAMES, William. **Tradução: “O que é uma emoção?” (William James, 1884)**. Universidade Federal de Sergipe. 2013.

SOFIA, Gabriele. **Por uma História das Relações entre Teatro e Neurociência no Século XX**. Universidade Paul Valéry Montpellier 3. 2014.

STANISLAVSKI, Konstantin. **A criação de um papel**. 5.ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira. 1995.