

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO
CENTRO DE LETRAS E ARTES
INSTITUTO VILLA LOBOS
CURSO DE LICENCIATURA EM MÚSICA

**APLICAÇÃO DOS MÉTODOS DE STANISLAVSKI PARA O TEATRO
EM PREPARAÇÃO VOCAL E AULAS DE CANTO**

LAURA GUBERNIKOFF GUIMARÃES

Rio De Janeiro, 2013

**APLICAÇÃO DAS TÉCNICAS DE STANISLAVSKI PARA O TEATRO
EM PREPARAÇÃO VOCAL E AULAS DE CANTO**

por

LAURA GUBERNIKOFF GUIMARÃES

Monografia de Licenciatura em Música
apresentada ao Instituto Villa
Lobos/UNIRIO sob orientação do Prof.
Helder Parente

Rio de Janeiro, 2013

“O que as palavras nos dizem no interior onde ressoam?”

Valère Novarina

SUMÁRIO:

	Página:
INTRODUÇÃO	1
CAPÍTULO 1 - CONSTANTIN STANISLAVKI	2
1.1 Motivações	
CAPÍTULO 2 – “CONTEÚDO INTERIOR”	3
CAPÍTULO 3 - CORPO E MOVIMENTO – “AS AÇÕES FÍSICAS”	4
CAPÍTULO 4 – VOZ	5
4.1 A palavra	5
4.2 Fala e música	6
CAPÍTULO 5 - EXERCÍCIOS DE PREPARAÇÃO VOCAL CRIADOS A PARTIR DE STANISLAVSKI	8
5.1 - Disponibilização e consciência corporal/vocal	9
5.2 - Vocalizes	11
5.3 - Interpretação de canção	13
CONCLUSÃO	14
BIBLIOGRAFIA	15
ANEXO	16

RESUMO

Apresentamos nesta monografia as ideias centrais do autor, diretor e ator de teatro Cosntantin Stanislavski, que no início do século XX propôs a atores e cantores uma interpretação mais naturalista e verdadeira. A partir dos conceitos de “conteúdo interior” e das “ações físicas” como fonte para a representação, fazemos a ligação das artes cênicas com o canto através da criação de exercícios corporais e vocais que priorizam a expressividade artística. O canto e a fala, a música e o texto são abordados como uma coisa só promovendo uma formação artística integral ao aluno.

INTRODUÇÃO

“A palavra é o *que*, a música o *como*” (STANISLAVSKI, 1989:513)

Esta monografia apresenta um pouco do pensamento e dos métodos do autor, ator e diretor teatral Constantin Stanislavski como contribuição para o trabalho de preparação vocal e aulas de canto. O estudo tradicional de canto, com vocalizes que tem por objetivo aumentar a extensão vocal do aluno e habituar o ouvido e a voz à prática musical, não deve ser desprezado. As ideias propostas devem funcionar como auxiliares no estudo do canto e na formação de qualquer artista performático. O objetivo é ampliar os recursos do artista para que este alcance uma voz, além de hábil, expressiva. Defende-se aqui o estudo da voz como busca de expressividade humana em suas infinitas manifestações interiores e exteriores.

Contudo, o foco principal é o intérprete de canções. Este artista, além das habilidades musicais, vê-se em relação com texto e personagens. Do contrário, se não se estabelecer um contato com o universo da canção, da composição, sobre o que, de quem ou com quem ela fala, a execução terá poucas chances de transcendência artística.

Quando trabalhava no Estudio de Ópera, ligado ao Teatro Bolshói, entre os anos de 1918 e 1938, Stanislavski percebeu que apesar de habilidosos vocalmente, muitos cantores estavam pouco ou nada preocupados com a criação artística, tendo suas *performances* prejudicadas pela falta de unidade entre a música, o canto, a palavra e a ação. A finalidade do Estudio era então “elevar o nível das culturas vocal, musical e cênica do artista de ópera”. (STANISLAVSKI, 1989:513)

Stanislavski conseguiu mergulhar no universo da arte da representação teatral, identificando e esmiuçando os processos de criação do artista cênico e formulando métodos e técnicas de atuação registrados em quatro livros. Para concentrar-me nos objetivos deste trabalho, debruçei-me especialmente sobre os capítulos IV, V, VII e VIII do livro “A construção da personagem” e sobre o capítulo “O Estudio de Ópera do Teatro Bolshói”, da parte “O artista na maturidade” do livro “Minha vida na arte”.

CONSTANTIN STANISLAVKI

Nascido Konstantin Sergeievich Alekseiev em 1863, em Moscou, Rússia, Constantin Stanislavski dedicou sua vida ao teatro. Neto e uma atriz famosa outrora, desde a infância atuava e montava, com os irmãos, peças no teatro construído dentro de casa pelo pai. Na juventude, foi um dos diretores da Sociedade Musica Russa e da Sociedade Literária de Moscou, grupos dedicados ao estudo das artes, e, em 1897, fundou o Teatro de Arte de Moscou, onde desenvolveu uma profunda pesquisa sobre a arte da representação teatral. Em 1918, organizou um Estúdio de Ópera junto ao Teatro Bolshói, dirigindo cantores nas montagens de ópera e se aproximando da linguagem musical e vocal. Sofreu um ataque cardíaco em 1928, quando parou de atuar e se dedicou a direção e formação de atores e diretores. Nos últimos anos de vida, concentrou-se na redação e revisão de quatro livros que representam o que passou a ser chamado de Sistema Stanislavski. Morreu em 1938 na mesma cidade em que nasceu.

Motivações

Cansado dos exageros e da superficialidade de interpretação vigente nos teatros europeus durante a virada do século XIX para o XX, Stanislavski buscava uma maneira de atuação mais verdadeira. Para isso, começou observando os atores que consciente ou inconscientemente conseguiam realizar grandes atuações, e, a si mesmo. No decorrer de anos de sistemática observação e pesquisa, formalizou um sistema de técnica de interpretação teatral mais naturalista que hoje é a base didática de qualquer curso ou companhia de teatro do ocidente. Os livros traduzidos para o português por “Minha Vida na Arte”, “A preparação do Ator” e “A Construção da Personagem”, estão repletos de exercícios, sugestões e reflexões sobre a arte da representação que fogem dos convencionalismos, através do estudo e da observação de si mesmo e da vida humana em todos os seus aspectos. A esse conjunto de inovações e técnicas proposto por ele, os norte-americanos deram o nome de Sistema das Ações Físicas, ou Método Stanislavski. Preocupado pelo engessamento de suas ideias, o próprio autor defendia que os livros eram apenas guias para a pesquisa de cada um interessado e comprometido com sua arte, que deveria estar em constante renovação e transformação.

“O método que andamos estudando é muitas vezes denominado de “Sistema Stanislavski”. Mas isto não está certo. A própria força deste método está no fato de que ninguém o forjou nem inventou. Tanto pelo espírito como pelo corpo ele faz parte das nossas naturezas orgânicas. Baseia-se nas leis da natureza.” (STANISLAVSKI, 2009:381)

“CONTEÚDO INTERIOR”

Em suas publicações, Stanislavski consegue segmentar e esmiuçar cada aspecto da arte da atuação. “Caracterização física”, “Plasticidade do movimento”, “Dicção e canto”, “Tempo-ritmo”, “Ética do teatro”, são alguns exemplos de títulos de capítulos. Todos os assuntos são tratados com suas considerações específicas. Contudo, verifica-se uma fonte em comum para se conseguir todas essas habilidades: o conteúdo interior de cada ator e personagem. Esta é a fonte mais segura e inesgotável de uma técnica capaz de chegar aos sentimentos e ao espírito de um personagem. Para se entender a emoção relativa a um termo abstrato como “justiça”, por exemplo, o ator deve buscar primeiramente em sua própria experiência de vida e na de seus semelhantes, a expressão apropriado para o contexto em que a palavra aparece (no próprio texto a ser falado ou no subtexto, sobre o que falaremos mais adiante). Fazendo-se perguntas como em que momento da vida se sentiu injustiçado, ou que situações reais tenha testemunhado são exemplos de justiça ou de injustiça, a palavra ganha vida, através da memória mental e corporal de pensamentos, emoções e sensações físicas.

Além de suas próprias experiências, também é necessário entender as motivações e os fatores determinantes da ação de um personagem. Para isso, Stanislavski costumava usar a expressão “como se” para dirigir atores. Estes deveriam se colocar nas circunstâncias vividas pelos personagens, estreitando a relação entre ator e personagem. As associações mentais e emocionais de ambos passam então a se entrelaçar.

Se o ator crê e entende seu personagem, o mesmo ocorrerá na plateia. Através do exercício da busca interior, treinando o corpo e a mente, o artista não se torna refém de “momentos de inspiração divina”, ou de “um dia bom” para a *performance*.

“O estado criador, o subconsciente, a intuição, estas coisas não estão automaticamente às nossas ordens. Se conseguirmos desenvolver o método certo de chegar a elas, elas podem, pelo menos, impedir-nos de cometer os velhos erros. O ponto de partida é óbvio” (STANISLAVSKI, 2009:388)

CORPO E MOVIMENTO: AS “AÇÕES FÍSICAS”

O corpo é o instrumento do ator. É a partir das articulações, da movimentação do esqueleto e das cordas vocais, da energia muscular empregada em cada parte do corpo, do ritmo da respiração, da entonação das palavras e das feições, que uma história é contada e vivenciada no palco. Assim acontece com o cantor. O que um cantor tem a sua disposição para fazer música é seu corpo: laringe, cordas vocais, pulmão, músculos, cavidades ósseas, enfim, um mecanismo fisiológico capaz de realizar sons e expressividades infinitas. Ou seja, é a partir do conhecimento de seu próprio instrumento – o corpo – que a técnica pode se desenvolver.

Como o corpo se comporta frente a diferentes situações do cotidiano? Por exemplo, um simples caminhar pode tomar qualidades completamente diferentes de acordo com o estado emocional da pessoa ou dos estímulos (internos e externos) que a levam a caminhar. Estes estímulos podem ser exercitados com um simples metrônomo ou outra forma de marcação sonora do tempo, no caso de estímulo externo, por exemplo. O caminhar estimulado pela marcação de duas mínimas num compasso 4/4, por exemplo, cria um corpo diferente do que o estimulado pelas batidas nas oito colcheias. Perceber como o corpo todo se movimenta, dos pés, passando por tronco e braços até a cabeça, como se dá a articulação do esqueleto, qual nível de energia é empregada nos músculos e que sensações físicas cada caminhar provoca leva ao desenvolvimento do estudo.

Mas o ponto forte da observação de Stanislavski é que ações físicas puras podem levar a estados emocionais específicos. Através de propostas de ações físicas, treinando-se a percepção corporal e mental dessas ações como correr, girar e encolher têm-se, pelo canal da memória e da percepção sensível, material disponível para a construção de personagens, dando-lhes plasticidade exterior e conteúdo interior. O movimento de partes do corpo e das cordas vocais ao dizer palavras passa a ter significado quando o ator/cantor sente os efeitos de suas ações. “A essa sensação interior de uma energia passando pelo corpo chamamos o senso do movimento” (STANISLAVSKI, 2001:110)

As atividades nos exercícios das ações físicas corporais e vocais despertam estados de espírito e estimulam a imaginação, ou seja: ao se treinar o corpo e a voz, a imaginação está sendo treinada.

VOZ

“Ouvir é ver aquilo de que se fala; falar é desenhar imagens visuais”

(STANISLAVSKI, 2001:169)

“Quando um ator entra em cena, deve estar plenamente equipado e sua voz é um item importante do seu instrumento criador” (STANISLAVSKI, 2001:155). Está claro nesta afirmação a importância que Stanislavski dava ao treinamento vocal. No livro “A construção da personagem” dedica quatro capítulos exclusivamente a questões relativas à fala: “A dicção e o canto”, “Entonações e pausas”, “Acentuação: palavra expressiva” e “Tempo-ritmo no falar”. Neles, o autor traz ao leitor exercícios minuciosos e faz considerações sobre a linguagem musical, aproximando as duas artes dramáticas. “A fala é música. O texto de um papel ou uma peça é uma melodia, uma ópera ou uma sinfonia.” (STANISLAVSKI, 2001:128). Ao mesmo tempo, enquanto lecionava no Estúdio de Ópera, percebeu que os cantores, preocupados com a emissão correta de notas, só pensavam no resultado do som de suas vozes. Assim como os atores, muitos cantores desprezavam as palavras e as frases, apresentavam uma dicção desleixada que comprometia a compreensão do texto e tampouco se interessavam pelo aspecto musical de sua especialidade. “Os cantores, assim como as pessoas em geral, não sabem falar corretamente. É por isto que na maioria dos casos a beleza do seu canto é frequentemente estragada pela vulgaridade da dicção e da pronúncia” (STANISLAVSKI, 1989:512). Segundo o autor, a vantagem do cantor de ópera sobre o ator consistia em que ele trabalhava com três modalidades da arte: a vocal, a musical e a cênica, que deveriam se fundir e se orientar para um fim comum. O autor lamentava ainda o fato de que a maioria dos professores de canto da época não exigisse dos alunos uma boa dicção e os professores de dicção não tinham conhecimento sobre música vocal. “Se uma modalidade da arte influenciasse o espectador enquanto outras dificultavam tal influencia, o resultado seria o indesejável. Uma modalidade de arte destruiria o que a outra viesse a criar.” (STANISLAVSKI, 1989:512).

A palavra

Assim como o “senso do movimento”, o ator/cantor deve buscar “a sensação das palavras” para que elas possam exprimir sentimentos e pensamentos. O espectador não fixa sua atenção ao texto a menos que sua sonoridade esteja tomada de sentido.

Um dos exercícios iniciais do treinamento vocal proposto por Stanislavski consiste em entender que “as letras são símbolos de sons”. Os sons estão relacionados a experiências interiores do ser humano. A vogal *A*, por exemplo pode ser pronunciada com fluidez, como um alívio, um suspiro, um grito de angústia ou uma alegria. Cada uma dessas diferenciações sobre a mesma vogal *A* será pronunciada num corpo diferente. Da mesma forma que as vogais devem ser sentidas e liberadas pelo corpo, os aspectos das consoantes, imbuídas de atrito criado por língua, lábio, garganta e dentes, devem ser sentidos e definidos na pronúncia. Partindo das letras, as palavras ganham vida quando se observa o processo interior em que elas são pronunciadas. Buscando-se

o conteúdo interior através das próprias experiências de vida e dos sons que a própria palavra evoca, é possível se criar uma imagem visual para ela, como foi o exemplo da palavra *justiça* no segundo capítulo desta monografia. Uma palavra então é um som e uma evocação de imagens.

Outro exercício é contar uma pequena história que não tenha acontecido consigo, que pode ser cotidiana e banal, trazendo para o espectador a vivência dela. O ator precisa tornar a história dele, conhecendo-a e criando uma série de circunstâncias imaginárias e assim formar para si mesmo uma imagem nítida do que a imaginação vai sugerindo. Depois de encontrar as atitudes exatas para realizar o objetivo da história, o ator deve “desenhar” o que está sendo dito para o espectador, que deve capturar toda a verdade daquela história. As imagens mentais que estão no interior do ator devem ser como que descritas através das palavras e dos gestos, daí se explica o termo desenhar. Desta forma devem se relacionar também os colegas de cena, desenhando, pela fala, um para o outro as vivências dos personagens. A esta criação imaginária que revela o que está por trás das palavras de um texto chama-se o subtexto: “É a expressão manifesta, intimamente sentida de um ser humano em um papel, que flui ininterruptamente sob as palavras do texto, dando-lhes vida e uma base para que existam.” (STANISLAWSKI, 2009:163). A partir do entendimento de emoções, pensamentos e motivações da ação, o ator pode livrar-se das memórias das emoções sentidas e construir um método mais estável e forte de atuação: a criação de imagens interiores.

“Antes, eram as ações que serviam de isca para os nossos sentimentos quando estávamos construindo a ação e, agora, as imagens interiores é que servem de atração para os nossos sentimentos ao lidarmos com as palavras e a fala”. (STANISLAWSKI, 2009:178)

Fala e a Música

Stanislavski demonstra em seus livros um grande amor pela música e admiração por vários cantores, instrumentistas e maestros que conheceu em vida. Em seus exemplos nos capítulos que falam sobre o uso da voz do ator, como o tempo-ritmo no movimento e na fala, sempre faz referência à atividade musical. Ele compara um texto teatral a uma sinfonia do início ao fim, com dinâmicas diferenciadas, solos, pausas e cadências: à dificuldade de transmitir exteriormente o que se sente interiormente, como um discurso dito com a dosagem errada de energia, por exemplo, ele discorre sobre o pianista que toca em um instrumento desafinado, fazendo com que o que ele sente e ouve interiormente não tenha fidelidade com o resultado exterior; para dirigir a fala de um ator, mostra-lhe que ao invés de se pensar em volume alto e baixo existem várias camadas de dinâmica entre *ppp* e *fff*; apresenta o ralentar quando se precisa elucidar partes do texto mais complexas; frases pronunciadas com uma boa dicção e ritmo são exemplificadas através de duração de notas e ainda faz associações a estados de espírito: em frases pronunciadas em mínimas, “temos a calma”; em semi-colcheias, “nervosismo e agitação”(STANISLAWSKI, 301:2009)

“Letras, sílabas, palavras – estas são as notas musicais da fala, com as quais se formam compassos, árias, sinfonias inteiras” (STANISLAWSKI, 2009:301)

EXERCÍCIOS DE PREPARAÇÃO VOCAL CRIADOS A PARTIR DE STANISLAVSKI

Farei aqui registro de alguns vocalizes e aquecimentos vocais criados por mim em experiências realizadas com alunos de escolas de teatro e particulares. São apenas pontos de partida para ampliar as possibilidades do trabalho nas aulas de canto. As atividades tem como fundamento as ideias de Stanislavski sobre conteúdo interior, ação física e imaginação aliadas a exercícios tradicionais de canto. O objetivo é a disponibilização física e mental do cantor para se desenvolver a flexibilidade, aumentar a extensão vocal, estabilizar o som, definir timbres e afinação e abrir os canais perceptivos auditivos e sensoriais - tudo em prol da expressividade artística. Descreverei os exercícios conforme são explicados aos alunos, porém, é impossível descrever a totalidade de resultados possíveis em cada pessoa e seus desmembramentos.

Anexo à monografia estão os planos de aula para alunos da disciplina “Voz falada” da Cia de Teatro Contemporâneo, uma escola profissionalizante em artes cênicas, em 2012, em que introduzi também a linguagem musical num esforço de iniciá-los à formação musical e de fazer a união entre as duas modalidades artísticas. Mais detalhes sobre as atividades estão nesse anexo.

É fundamental que o professor esteja atento às maneiras de cada aluno, às tensões desnecessárias (e orientá-lo a desfazê-las), apontar as diferenciações sonoras devido a mudança de formas de lábios e boca, etc. Encontrar termos objetivos e claros para que o aluno compreenda e realize as propostas, deixá-lo a vontade para experimentar, permitir o erro e receber seu *feed back* é essencial para o sucesso das atividades.

Após as descrições dos exercícios, separados por três grupos, farei registro de algumas observações sobre a realização dos mesmos.

Os três grupos de exercício são:

- 1 - Disponibilização e consciência corporal/vocal
- 2 - Vocalizes
- 3 - Interpretação de canção

1- Disponibilização e consciência corporal/vocal:

- Do ar à voz:

Inspirar suave e lentamente imaginando o ar inspirado subindo desde a região pélvica até a cabeça. Os braços irão ilustrar o ar passando pelo corpo, com as mãos acompanhando o caminho da respiração até ultrapassar a cabeça. Ao sair por cima da cabeça (usando a imaginação), expirar o ar sempre com a mão acompanhando, para fora e descendo. Gradativamente, a cada ciclo de respiração, diminuir a quantidade de ar expirado e aumentar a produção vocal até que se encontre um som estável. A partir deste estágio de “voz pura”: sustentar a voz na vogal *A* com os braços esticados para frente e soltar, finalizando a vocalização; sustentar a voz vogal *A* com os braços esticados para frente e levar as mãos mais à frente, aumentando assim a pressão de ar e deslocando as articulações e soltar; sustentar a voz vogal *A* com os braços esticados para frente e levar as mãos para trás da cabeça, num gesto de “puxar” e soltar atrás; sustentar a voz vogal *A* com os braços esticados para frente, trazer as mãos próximas ao peito e puxar os braços na vertical – um para cima e o outro para baixo. Todos esses movimentos de mãos e braços são acompanhados por gestos vocais de glissandos.

Neste exercício, fazer o aluno observar o comportamento corporal e o som de acordo com a aparição, estabilização e flexibilização da voz (musculatura do tronco do corpo, abertura de garganta e boca, etc)

- Limpeza de muco, abertura e ativação da laringe com vibração de lábios ou língua:

Vibrar os lábios/língua imaginando uma mini bola, como a de *ping-pong*, passeando pelas diferentes partes do corpo. Imaginar e realizar vocalmente a trajetória da bolinha pelo corpo fazendo pausas respiratórias logo após passar pelos principais pontos de articulação (ombros, cotovelos, pulsos, pescoço, joelho, tornozelos) quando necessário; imaginar a bolinha se movimentar nas regiões: cabeça, peito e baixo ventre. As trajetórias da bolinha devem ser ilustradas em som. Este exercício pode ser realizado também em boca *ciusa*, som da consoante M)

O som tomando forma e sentido ou “sensação das palavras”:

- Vogais expressivas:

Apenas com a emissão de uma vogal é possível transmitir estados de espírito e enunciados bem definidos. A emissão pode e deve ser acompanhada de expressão facial e corporal. A dinâmica e a colocação da voz se dará naturalmente quando a decisão da ação física se estabelecer.

Exemplos de estados de espírito e enunciados (ação física): alívio, surpresa, reprovação, alerta, indignação, compreensão, prazer, satisfação.

Não se deve sugeri-los previamente, apenas fazer. Se necessário, o professor dá o primeiro exemplo.

Este exercício também pode ser realizado com boca *ciusa* (som da letra M) e é excelente para ser realizado em grupo. Forma-se uma roda e cada um a sua vez expressa um estado de espírito ou enunciado diferente através da mesma vogal.

- Jogo das consoantes:

O atrito das consoantes pode ser comparado ao atrito de bolas em contato com o chão, com a raquete ou a mão. A voz é representada pela bola; quando encontra a superfície de resistência é (são) a(s) consoante(s), que logo é(são) liberada(s) através de uma ou mais vogais. Por exemplo: pá, pou, trá, vi, su, tse. Neste exercício o cantor pode entender no corpo como as consoantes são emitidas com mais pressão de ar, devido ao atrito, e as vogais precisam fluir pelo espaço, numa emissão vocal viva e consistente, livre de tensões (obstáculos à vocalização). Deve-se imaginar e realizar com o corpo o jogo proposto, que pode ser basquete ou tênis, por exemplo.

- Palavras em ação:

Nesta atividade, cada aluno sorteia uma palavra – um verbo/uma ação, por exemplo: girar, alisar, pegar, tomar, agarrar, furar, chutar, bater, escorregar, espremer, sacudir, recolher, espalhar, desmaiar, acumular, dividir, soprar.

O aluno deve pensar em circunstâncias diferentes em que a palavra pode existir. Então ele irá realizar o exercício em quatro estágios: no primeiro, escolherá três circunstâncias; no segundo, fará a mímica dos três diferentes gestos (devido às três diferentes circunstâncias) da mesma palavra; no terceiro, fará as mímicas e simultaneamente falará a palavra (as características da mímica devem ser semelhantes às da fala); e no quarto, apenas falará, das três maneiras, a palavra.

Observações gerais:

A realização de exercícios vocais orientados pela expressividade e não pela fisiologia traz muitas surpresas. Poucos alunos apresentam uma resistência inicial por não entenderem bem o que está sendo pedido. Isso logo passa quando o professor dá um exemplo ou mesmo quando se colocam em atividade e percebem a via de conhecimento pelo corpo e não pela razão. O inesperado aparece com frequência e os alunos se impressionam ao conhecerem sons e possibilidades nunca antes percebidos ou realizados. É muito comum a emissão de um som vocal muito potente, ao que o aluno costuma responder com consternação. Isso o motiva a manter o interesse pelo estudo.

2 - Vocalizes:

Os vocalizes tradicionais, compostos por sílabas ou vogais (i, ô, ma, me, mi, num, crui, iô, ui, ôêô, daga, etc) quando acompanhados de gestos e/ou imagens interiores diminuem consideravelmente a dificuldade do aluno e o ajuda a estabelecer conexões entre o som e o seu corpo. Além disso, o aluno se torna dono da aprendizagem, pois é com sua vontade, mente e ação, ou seja, a partir dele mesmo que alcançará êxito.

Em qualquer sequência de graus pode-se substituir a melodia do vocalize por texto. Estas devem traduzir coerentemente o que ocorre na melodia. Geralmente, a dificuldade aumenta quando as tonalidades vão mudando. As palavras funcionam então como “desbloqueadoras”, permitindo a liberação da voz. Depois de realizar o vocalize com a palavra, ele é retomado com as vogais e sílabas originais. Por exemplo:

- Sequência de graus: 1 – 3 – 5 e 1 – 3 – 5 – 8 – 5 – 3 – 1
Texto: Alcançar
Imagem interior: Alcançar
Gesto: levantar o braço à frente e à cima e esticá-lo até “alcançar” o quinto grau, e “ mais longe” com a oitava superior.

1(dó)	3(mi)	3(sol)
Al-	can-	çar

1(dó)	3(mi)	5(sol)	8(dó)	5(sol)	3(mi)	1(dó)
Al-	can-	çar	Lá	Al-	Can-	çar

- Sequência de 1º grau repetido várias vezes.
Gesto: braços abertos
Imagem interior: Poder
Texto: *Belo belo belo, tenho tudo quanto quero* (verso do poema “Belo, belo”, de Manuel Bandeira)

(acentuar as primeiras sílabas de cada palavra)

1 (tônica)	1	1	1	1	1	1
Belo	Belo	Belo	Tenho	Tudo	Quanto	Quero

Repetir a mesma nota e manter a tonalidade nem sempre é fácil. Neste exercício pode-se treinar também a percepção de mudança de tonalidade: o verso todo é cantado em uma tonalidade e logo o acompanhamento instrumental vai para outra tonalidade mais de um semitom distante. A ideia de poder e a clareza das

consoantes ajuda a manter a nota e estabilizar a emissão vocal ativando o apoio abdominal.

- Sequencia de graus 5 – 5 – 5 – 5 – 3 – 1

Compasso ternário

Texto: vim bailar, vim bailar

Imagem interior: dançando valsa em uma corte no século XVIII

5(sol)	5(sol)	5(sol)	5(sol)	3(mi)	1(dó)
Vim	Bai-	lar	Vim	Bai-	lar

3 - Interpretação de canções

Independente do grau de dificuldade do aluno cantor (em termos de afinação, ritmo e técnica), as atividades sugeridas, fundadas nos métodos de Stanislavski, podem ajudar na qualidade da emissão e expressão vocal para a interpretação musical de uma canção.

A primeira coisa a se fazer é escrever o texto da música em um papel branco, para se fazer uma leitura imagética da canção. Ou seja, ao ler imaginar as situações, paisagens, os ambientes, os climas, as cores e as pessoas que o texto sugere. Depois disso feito, marca-se o texto, separando-o em partes e frases que contenham características imagéticas e fluxo de tempo semelhantes. O fluxo do tempo interiorizado pode ser indo (com esforço controlado ou livre), detendo ou interrompendo (LABAN, 1971:86). Essa percepção irá facilitar o cantor para colocar ritmo em seu canto, que pode variar ao longo da canção. Mesmo que o andamento não se altere, a sensação do fluxo do tempo pode enriquecer a dinâmica da canção. O cantor, então, se colocará nas circunstâncias, nos ambientes, junto às pessoas e cores sugeridas pela canção em associação às suas memórias de experiências de vida. A imaginação estará sempre acordada para dar impulso ao movimento: cantar. “A imaginação não descansa”, como disse Stanislavski (2009:179).

Gestos corporais como extensão e recolhimento de braços, mudança de plano do corpo e mudança de direcionamento do olhar são grandes colaboradores. Uma nota mal emitida por motivo de desafinação ou de salto melódico grande para uma região aguda, por exemplo, pode ser resolvida através de um simples gesto desses. Um alívio para a angústia de um cantor que percebe, ouve, que está cantando mal, mas não sabe absolutamente o que fazer para que sua execução fique o mais próximo possível do que idealiza interiormente em comunhão com a música que escuta.

A linha melódica pode ser imaginada visualmente ao se cantar, ou desenhada no espaço pelos dedos das mãos. Este recurso ajuda o cantor sem formação musical, pois facilita a percepção de notas pela conscientização (ele vai ouvir atentamente) e consequente materialização da melodia em sua mente (ele vai traduzir e representar – em gesto ou desenho imagético – o que ouviu).

Essa linha melódica pode ser imaginada como um personagem passeando pela harmonia. A harmonia, nem sempre fácil de se explicar ao aluno, pode ser traduzida pelas paisagens, cores e ambientações descritas no início da leitura do texto. Desta forma, inclinações e modulações são como mudanças climáticas, uma chuva passageira, o surgimento do sol após a tempestade, etc.

Sensação do movimento, sensação das palavras, conteúdo interior e imaginação (Stanislavski) somados ao estudo da técnica vocal e da música são as ferramentas do cantor intérprete.

CONCLUSÃO

Stanislavski nos ajuda a entender como a orientação de exercícios por via da ação e da expressividade é capaz de libertar a voz de um corpo tenso e de uma mente preguiçosa, proporcionando uma emissão de qualidade, tanto em termos sonoros quanto expressivos. A musicalidade se desenvolve junto com a compreensão/interiorização do texto. Vocalizes acompanhados de imaginação e ação física proporcionam resultados mais rápidos e qualitativos. O cantor sente sua arte integrada a si mesmo e ao mundo ao seu redor.

O sistema de técnicas que o autor edificou visava uma arte humana e não teatral. Ele fala isso em diversos trechos de seus livros. Através dele, todos os mistérios e surpresas emergem. “O ator não é dono de si. Sua natureza é que cria por ele”. (STANISLAVSKI, 2001:395). O que ele estava dizendo era que para o ator estar em cena, bastava observar, observar-se e a seu papel e viver de acordo com as leis naturais. Porém, as exigências cotidianas da vida fora do ambiente criativo e as precárias condições que os artistas encontram para trabalhar tanto materiais e financeiras como intelectuais (falta de conhecimento de pessoas envolvidas na produção artística, por exemplo) podem facilmente dificultar o desenvolvimento destes. Todo o seu sistema deve servir para reestabelecer as relações naturais, devolver o ator ao estado criativo de um ser humano normal. (STANISLAVSKI, 2001:383). Isso é possível através de trabalho intenso e da comunhão entre a vida no palco e fora dele. Tampouco era fácil para Stanislavski aplicar os métodos que desenvolvia com os atores com quem trabalhava:

“... se você chega a tocar na sua vontade e lhe propõe um problema espiritual para lhe provocar no íntimo uma emoção consciente ou super consciente, obrigando-o a viver o papel você encontrará resistência, a tal ponto a vontade do ator não foi exercitada, é preguiçosa e caprichosa” (STANISLAVSKI, 1989:468)

Em seus relatos, Stanislavski diz ter percebido nos artistas que admirava que “quanto maior é o talento do ator, mais ele se preocupa com sua técnica, sobretudo quanto às suas qualidades interiores.” (STANISLAVSKI, 2001:385); e proclamou no livro “A construção da personagem”, página 147: “Se você estiver em busca de alguma coisa, não vá sentar-se na praia à espera de que ela venha encontrá-lo. Você tem de procurar, procurar, procurar com toda a sua obstinação!”

BIBLIOGRAFIA

BANDEIRA, Manuel. *Testamento de passárgada: antologia poética* – 1ª Ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

GONÇALVES, Cristiano Peixoto. *A perspectiva orgânica da ação vocal no trabalho de Stanislavski, Grotowski e Brook*. 2011. Dissertação (mestrado em Artes) - Programa de Pós-Graduação em Artes, Escola de Belas Artes, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte.

GUBERFAIN, Jane. *A voz em Cena* – 1ª Ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2005.

LABAN, Rudolf. *Domínio do Movimento* – 5ª Ed. São Paulo: Summus, 1971.

NOVARINA, Valère. *Diante da Palavra*; tradução de Angela Leite Lopes. – 2ª Ed. Rio de Janeiro: 7 letras, 2009.

STANISLAVSKI, Constantin. *A construção da Personagem* – 18ª Ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2009

STANISLAVSKI, Constantin. *A Preparação do Ator*. tradução: Pontes de Paula Lima (da tradução norte-americana). 1ª Ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1964.

STANISLAVSKI, Constantin. *Minha vida na arte*. Tradução: Paulo Bezerra. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1989.

ANEXO:

PLANOS DE AULA DA DISCIPLINA “VOZ FALADA” NA CIA DE TEATRO CONEMPORANEO EM 2011

AULA 1:

Breve apresentação da professora e dos alunos (idade, experiência ou não com teatro, musica, outras artes)

Conversar sobre voz, o que é trabalhar técnica vocal - corpo/mente/voz

“Possuir-se” e não possuir uma técnica (Eugenio Barba)

Tecnica: ampliar as capacidades vocais do ator além do cotidiano – uso limitado do potencial, repressão de impulsos orgânicos que causam tensão muscular e mecanismos de defesa que o indivíduo cria. O extra-cotidiano – fazer ver para o espectador.

Observação e auto-observação constantes, conhecer os limites e as capacidades.

Recomendações para as aulas – beber água, roupa confortável, pré-disposição para o novo, o desconhecido

Postura

Respiração

Desequilíbrio e equilíbrio – observação do comportamento da respiração

Do ar à voz - seguida de obs. do comp. corporal* (Aqui, já percebemos que é o momento da expiração que deverá ser controlado pelo corpo)

Apresentação dos fonemas do nome – sustentar a voz em cada fonema – obs. do comp. Corporal*

Leitura de um conto – um parágrafo para cada aluno (o conto será trabalhado ao decorrer do semestre)

Para casa: observar sons produzidos pelo corpo, em especial pela voz humana e selecionar de 3 a 5 para levar à próxima aula.

*Observação do comportamento corporal

AULA 2:

Tateando e percutindo o corpo e percebendo a audição interna e a externa

Postura e respiração

Do ar à voz – desfazendo tensões musculares de face e postura

Sons vocais primitivos: suspiro, medo, choro, risada, grito, surpresa, susto, pavor, desespero, dúvida, tosse, vergonha, raiva, desdém, degustação – em roda, eu lidero, eles imitam.

Eles mostram os sons que trouxeram – todos imitam

AULA 3:

Alongamento

Postura

Respiração (segmentada e integral)

Exercícios de respiração:

Expira forte em f (3X)

Expira sustentando em s (3X)

Expira sustentando em f longo(1X)

Expira sustenta em v (3X) - 1 vez sustentando a nota, 2ª vez glissando para agudo

Obs: manter a postura, apoio abdominal, pode usar o gesto de tirar um fio de ar da boca com as mãos, abrir os braços em cruz ou apoiar as mãos na cintura.

Vibração de lábios

Vibração de língua

Vogais Expressivas:

1º, Eu lidero, eles imitam; 2º eles apresentam outras possibilidades, todos imitam. Uma vogal por vez. Observação das diferentes colocações vocais ligadas à configuração de forma, das variedades timbrísticas.

A respiração e a emissão de vogais – ritmo, intensidade

Respirar e abrir a boca para falar – usar diferentes velocidades e ritmos de respiração de acordo com a emissão que se fará

Staccato/legato, linha melódica ascendente, descendente,(grave, médio, agudo) desenho melódico. Melodia em staccato e legato

AULA 4:

Intro idem a aula 3 + expirar sustentando em v, z

As consoantes:

Ao se locomover no espaço de diferentes maneiras (qualidades de movimento- peso, intensidade, ritmo, equilíbrio/desequilíbrio) traduzir em som vocal as características/qualidades dos passos (andar com os joelhos dobrados mantendo a coluna ereta, andar num pé só, intercalando os dois pés, nas pontas dos pés, arrastando os pés, sem dobrar os joelhos, uma perna só pode dobrar o joelho, a outra arrasta;

imaginar e realizar: andar no gelo, no asfalto quente, na areia fofa, na grama, etc.

Consoantes combinadas a vogais e respiração – jogo das consoantes e vogais

Opções de jogo: ping-pong, tênis, basquete

AULA 5:

Intro aula 2, 3, 4 + pulsando f, s, x

Relembrar os conceitos trabalhados nas aulas 3 e 4

Jogo em roda: receber a bola imaginária com vogal expressiva e lançar (impulso) com consoante de impacto

Contar algo que aconteceu durante a semana em “língua de daga” (apenas consoantes e vogais, sem palavras formadas) e sons primitivos – individual.

AULA 6:

Aquecimento vocal com conversa em dupla usando a “língua de daga”

Contar uma história coletiva em roda em “língua de daga” com acompanhamento de instrumento de percussão

staccatos, legatos, melodias

Dinâmica – piano, médio, forte e suas variações

Leitura do conto da aula 1

AULA 7

Intro alonga+aquece

Palavras em ação (1- pensar em 3 maneiras diferentes da palavra, 2- fazer os 3 gestos, 3- gestos e voz, 4-só voz)

Leitura do conto, cada um com seu parágrafo, escolher palavras de destaque e mapear as frases com qualidades trabalhadas em sala – saccato legato (fluxo), melodia (traçado), peso/intensidade, ritmo , velocidade, etc)

Decorar seu parágrafo para semana que vem

AULA 8:

alonga+aquece

Jogo dos sons em roda e com deslocamento

Apresentação do conto

PRÓXIMAS AULAS:

Voz como tradução do estado de espírito, das emoções e do universo da personagem: estudo do texto a ser montado no final do semestre