



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA ARTE
ESCOLA DE TEATRO E DANÇA
CURSO DE LICENCIATURA EM TEATRO

PEDRO HENRIQUE DIAS DE MACEDO REIS

TEATRO DOS TÍMIDOS: Trajetória de um corpo-sombra

BELÉM-PA
2023

PEDRO HENRIQUE DIAS DE MACEDO REIS

TEATRO DOS TÍMIDOS: Trajetória de um corpo-sombra

Artigo de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Teatro, da Escola de Teatro e Dança, da Universidade Federal do Pará, como requisito parcial para a obtenção do título de Licenciado (a) em Teatro.

Orientador (a): Prof.^a M^a Cláudia do Socorro Gomes da Silva.

BELÉM-PA

2023

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD
Biblioteca Universitária da ETDUFPA-Belém-PA**

R375t Reis, Pedro Henrique Dias de Macedo
 Teatro dos tímidos: Trajetória de um corpo-sombra / Pedro
 Henrique Dias de Macedo Reis – 2023.
 31 f.

 Orientadora: Prof^a. M^a Cláudia do Socorro Gomes da Silva.

 Artigo de Conclusão de Curso (Graduação) – Universidade
 Federal do Pará, Instituto de Ciências da Arte, Escola de Teatro e
 Dança, Curso de Licenciatura em Teatro, Belém, 2023.

 1. Atores – Formação profissional. 2. Memória autobiográfica. 3.
 Interação social. 4. Psicologia analítica. I. Título.

CDD - 23. ed. 792.028

Elaborado por Rosemarie de Almeida Costa – CRB-2/726


ATA DE AFERIÇÃO DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

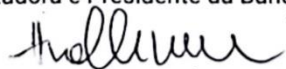
ATA DE AFERIÇÃO DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

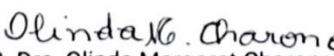
Ao décimo nono dia do mês de junho do ano de dois mil e vinte e três, às onze horas, reuniu-se na sala 04 – Laboratório de Práticas Corporais 02, a Banca Examinadora composta pelos professores: Prof.^a. Ma. Cláudia do Socorro Gomes da Silva (Orientadora e Presidente), Prof.^a. Dra. Ivone Maria Xavier de Amorim Almeida (Examinadora), e Prof.^a. Dra. Olinda Margaret Charone (Examinadora) para a avaliação do Trabalho de Conclusão de Curso de autoria do aluno Pedro Henrique Dias Reis, intitulado: "**Teatro dos Tímidos: trajetória de um corpo-sombra**". Após a apreciação do trabalho escrito e da apresentação pública oral e expositiva, a banca promulga o seguinte resultado:

O trabalho foi aprovado com conceito Buena com as seguintes observações considerações banca e após constar, foi lavrada a presente Ata, que depois de lida e aprovada, será assinada pelo presidente e demais membros da banca examinadora.

Belém, 19 de junho de 2023


Prof.^a. Ma. Cláudia do Socorro Gomes da Silva
Orientadora e Presidente da Banca


Prof.^a. Dra. Ivone Maria Xavier de Amorim Almeida
Examinadora


Prof.^a. Dra. Olinda Margaret Charone
Examinadora

Autorizo, exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, a reprodução total ou parcial deste artigo de conclusão de curso por processos fotocopiadores ou eletrônicos, desde que mantida a referência autoral. As imagens contidas neste trabalho, por serem pertencentes a acervo privado, só poderão ser reproduzidas com expressa autorização dos detentores do direito de reprodução.

Assinatura: Pedro Henrique Dias M. Reis

Belém-PA, 17 de junho de 2023.

TEATRO DOS TÍMIDOS: TRAJETÓRIA DE UM CORPO-SOMBRA¹

Pedro Henrique Dias de Macedo Reis²

RESUMO

O presente artigo tem como objetivo expor uma reflexão sobre meu processo-percurso de desenvolvimento pessoal e artístico entre os atravessamentos do Teatro em minha trajetória na Escola de Teatro e Dança da UFPA, levando em consideração a minha relação com a timidez. Um relato pessoal sobre as dificuldades de expressão e comunicação que se apresentaram desde a infância causando alguns conflitos sociais, transformando-me no que chamo de “corpo-sombra”. Para melhor compreensão desse “corpo-sombra” e das interações sociais enquanto conflito pessoal – a timidez - busco analisar teoricamente estudos de comportamentos diante das situações sociais a partir da visão da Psicologia Analítica Junguiana (1875-1961) – os arquétipos; e do Sociólogo Erving Goffman (1922-1982) – representação social. E por fim traçar experiências artísticas dentro da Escola de Teatro e Dança.

PALAVRAS-CHAVE: timidez; teatro; sombra; escola de teatro; psicologia analítica; interação social.

¹ Artigo de Conclusão de Curso Apresentado ao Curso de Licenciatura em Teatro da Universidade Federal do Pará. Orientado por: Prof.^a M^a Cláudia do Socorro Gomes da Silva. Belém-PA, 2023.

² Graduando em Licenciatura em Teatro pela Escola de Teatro e Dança da Universidade Federal do Pará.

Corpo-sombra é aquele que está à margem do visível, à margem do claro e absoluto. Corpo-sombra é o que se vê, mas nem sempre pode-se tocar. Corpo-sombra não sabe se é real ou uma fantasia. É a busca por uma luz através do errado e do proibido, do medo e da solidão. Corpo-sombra sabe que existe, mas resiste para existir-se.

Corpo-sombra é estranho, é distante, é sem semblante, não tem forma, mas tem essência. Corpo-sombra gosta de fugir. Corpo-sombra sonha em ficar. Corpo-sombra quer se encontrar sem ser achado. Corpo-sombra se esconde de gente sem querer. Corpo-sombra não é escuridão, é sua versão intro, introversão. Corpo-sombra bebe água com o medo, mas almoça com o almejo. Corpo-sombra é o corpo da razão em combate com a sombra da emoção.

(Sobre Timidez por Pedro Henrique Dias Reis)

1. INTRODUÇÃO

“Corpo-sombra”, aqui neste trabalho, está como uma metáfora conceitual representando a pessoa tímida (timidez), a pessoa que não gosta de se expor, de aparecer e, por vezes, cria mecanismos para se esconder. Esse conceito também representa qualquer tipo de comportamento psíquico e social (no humano como um todo) que está na zona do “proibido”, do não aceito no padrão social de princípios morais, de pensamentos, de comportamentos e atitudes – negando o verdadeiro “eu”.

Trago a palavra “sombra” neste contexto fazendo uma relação ao arquétipo de sombra do psiquiatra Carl Jung (1875-1961), no qual sombra é o lugar do nosso inconsciente onde estão as matérias “negativas”, aquelas que não são aceitas pela nossa consciência por razões normalmente do princípio moral indivíduo-sociedade, fazendo com que esse conjunto de coisas sejam reprimidos. Como se fosse o “lado negativo” da nossa personalidade. Para Jung todos nós seres humanos temos uma sombra, mas cada um tem uma maneira de lidar.

Pode-se perceber que desejo criar uma relação da palavra “sombra” com a ação de tornar não visível tudo aquilo que é negativo, errôneo, proibido. Desta forma a pessoa tímida normalmente tem a tendência de fazer-se não visível, tornando-se sombra(s) por julgar-se de forma negativa, não aceita, e se reprime. O “corpo-sombra” é uma introjeção da própria existência, uma dificuldade de expor seus verdadeiros sentimentos, pensamentos, aflições, desejos, inveja, ódio, culpa, vergonha, agressão, perversão, amor, vontades etc.

O termo “corpo-sombra” nasce dessa maneira de compreender esse indivíduo (esse corpo) que esconde aquilo que considera não aceito em relação a sociedade por motivos múltiplos: seja por motivos religiosos, étnico raciais, identidade de gêneros, orientação sexual, morais etc., de uma sociedade que defende o padrão.

A sombra, então, está em tudo aquilo que não aceitamos em relação a nós mesmo e conseqüentemente no outro.

Assim como todas linguagens artísticas, o teatro é uma grande e eterna busca pela forma de expressar a natureza humana, seja através de desejos, inquietações, motivações, controvérsias, amor, ódio, sonhos, angústias, prazeres, medos etc. Essas formas de se expressar é também um caminho para enxergar o mundo e trabalhar o conhecimento pessoal através da relação com o outro, pois, não se faz teatro sozinho. A arte do teatro é sobre ver o outro e olhar para si, ouvir o outro e se ouvir, enxergar o outro e se enxergar. Tomando para si, no seu corpo, a natureza humana de outros. O teatro é um processo de acontecimentos e experimento que parte do estímulo de uma realidade ou até mesmo irrealidade do mundo para com quem o faz. Muitas vezes, perpassando de uma individualidade que se transforma em respostas, perguntas ou mistérios para quem o observa.

Neste trabalho buscarei traçar uma análise sobre minha trajetória enquanto aluno-artista no curso de Graduação de Licenciatura em Teatro e no curso Técnico em Teatro dentro da Escola de Teatro e Dança da Universidade Federal do Pará (Etdufpa), com o objetivo de criar uma relação do meu processo pessoal, social e artístico, enquanto uma pessoa tímida, e as relações sociais dentro deste meu percurso, aplicando uma pequena lupa em minhas vivências dentro da Escola de Teatro, e como se deram alguns processos pessoais e artísticos, levando em consideração uma certa dificuldade com a timidez, até chegar à caminhos de (re)conhecimento do meu eu-indivíduo e o meu eu-artista acadêmico em relação à esses espaços pedagógicos de sala de aula, criação, pesquisa e à sociedade em modo geral.

Desta forma, compreendo o meu-indivíduo como atuante da sociedade

Para tais análises, acho interessante fazer referências à teóricos que exploram as construções sociais, em relação a interpretação psíquica individual (individualidade, construção de personalidade, caráter, o *self*) que é o caso de Carl Gustav Jung (1875-1961) – psiquiatra suíço fundador da Psicologia Analítica que observa o funcionamento psíquico dividido entre uma construção psíquica coletiva irracional do indivíduo, a construção psíquica pessoal irracional (os inconscientes) e a construção racional e afetiva (a consciência) e a partir desse funcionamento é construído o *self* do indivíduo ou o si mesmo. Trazendo também a ideia do processo

de individualização que leva à construções e relações sociais; personalidades e comportamentos.

Buscarei também compreender as relações de interação social do sociólogo Erving Goffman (1922 – 1982) que estuda os comportamentos humanos que são construídos de acordo com cada situação ou objetivo social. Goffman diz muito a respeito sobre a utilização de máscaras sociais ou “fachadas” que desenvolvemos em nossas relações, no qual desempenhamos múltiplos papéis ou personagens que deveriam estar de acordo com determinada situação de interação social, criando uma comparação com a performance teatral ou a representação de cenários e personagens.

O intuito de abordar esses dois autores é para perceber como as relações são construídas e as diferentes formas de comportamentos que apresentamos em determinado ambiente, ora por razões de complexos psicológicos e/ou objetivos sociais. Assim, a pessoa tímida pode ter essa característica tanto por influência pessoal (relações afetivas, por exemplo) quanto por influência externa (traumas, medos etc.) e até mesmo biológicas.

E por fim, analisar causas ou motivados da origem da minha timidez, mesmo que possa ter causas simples ou diversas, considerando que neste trabalho não se trata de pesquisas clínicas ou respostas clínicas, mas sim uma reflexão sobre minha trajetória artística em relação a timidez e o teatro.

2. MARACANÃ E A CAIXINHA

Primeiramente, antes de apresentar-lhes minha trajetória como aluno-artista nos cursos de graduação e técnico em teatro na Etdufpa (Escola de Teatro e Dança da Universidade Federal do Pará), penso que poderia lhes falar um pouco sobre minha relação com o mundo e meu encontro com a arte, porém, de uma maneira um tanto diferente. Sendo assim, gostaria de apresentar uma persona³ que será a personagem representante dessa história:

Maracanã era um menino negro que morava em Belém, no bairro de São Brás, e vivia com sua mãe e sua avó na casa de seus bisavôs, no lar onde eles construíram e criaram seus nove filhos. A casa era sempre movimentada com filhos, sobrinhos,

³ Persona neste caso representa uma figura fictícia.

netos, parentes, amigos, indo e vindo. Era um lugar de agregação, afeição, celebrações, comidas, e de vez em quando, algumas desarmonias como em toda família. Maracanã gostava muito de brincar dentro de casa e na rua com os coleguinhas, ele nunca foi de ter muitos amigos, mas sempre teve aqueles que eram especiais, inseparáveis desde o momento em que se encontravam até o momento de cada um ir para sua casa, para o seu canto.

As brincadeiras para Maracanã eram os momentos mágicos, os momentos de encontrar os amigos para inventar maneiras de se sentir crianças felizes, de brincar de jogos populares: pira-pega; pira-se esconde; amarelinha; pula-corda etc. Maracanã tinha uma imaginação muito aflorada, assim como a sua criatividade, mas não sabia muito como manifestá-las de forma expressiva para os outros, pois, não tinha muito hábito por encontrar maneiras de expressar sua criatividade, como: desenhar, pintar, dançar, contar aos outros suas pequenas imaginações que tinha dentro da sua caixinha pessoal de imaginações, desejos, fantasias, sentimentos, pensamentos e segredos.

A arte sempre esteve próxima de Maracanã mesmo sem nem perceber do que se tratava, quando ouvia discos, assistia televisão, dançava ou via os outros colegas dançar em uma apresentação de escola, era como brincar para ele – momentos mágicos. Maracanã nunca foi de ter muitos amigos, repito. Então inventava quando estava só, suas próprias brincadeiras, Maracanã adorava imitar. Imitava as pessoas do seu convívio, pessoas da rua, personagens da televisão, vozes dos discos, e assim também criava seus próprios personagens imaginários, seu próprio mundo.

Na escola Maracanã era quieto, quase não falava, gostava de observar. Não sentia o menor prazer em “chamar atenção” dos outros, conversava com poucos colegas, mas sempre foi o mais acanhado e talvez Maracanã se sentia mais confortável em seu próprio mundo, na sua caixinha. Quando havia algum exercício em que Maracanã tinha que se apresentar perante a classe, ele morria de vergonha, parecia assustador, tinha uma vontade de sair correndo! “Nossa, senhora!” – Ele pensava. As pessoas eram legais com Maracanã, mas outras nem tanto, talvez, por não saberem o que poderia ter errado com ele.

Maracanã foi crescendo e descobrindo que nem tudo pode ser uma brincadeira. As pessoas crescem e começam a enxergar a vida de outras formas, e a própria vida começa a fazer cobranças e colocando as pessoas em lugares que

condizem com suas realidades. Alguns laços são cortados, outros se perdem e outros se encontram. Maracanã nunca foi bom com mudanças, precisava de tempo para se acostumar. Novas escolas, novas pessoas, novos espaços, às vezes, assustavam Maracanã. Ele precisou mais uma vez ter de se apresentar perante os novos colegas e ele morria de vergonha, parecia cada vez mais assustador, tinha uma vontade de sair correndo! “Nossa, senhora!” – Ele pensava. Maracanã se sentia mais confortável em seu próprio mundo, mas ele percebeu que era possível dividir com os outros o seu mundo, sua caixinha de imaginações, ideias, devaneios.

Maracanã começa a compreender que todo mundo tem sua caixinha, de cores, formas, tamanhos diferentes e todos tem seu próprio mundo. E então, Maracanã decide que quer abrir sua caixinha. Primeiramente para quem ele ama, depois para as pessoas próximas, logo as conhecidas e, por fim, as desconhecidas. Ele precisa de um novo espaço, não é? Com novas pessoas! Maracanã fica disposto a não se sentir confortável em lugares que ele gosta. Já disse que Maracanã gosta de arte, é próximo dela. Então, o teatro pode ser um bom lugar para começar! É um espaço novo, com pessoas novas, e Maracanã provavelmente ficará desconfortável em ter que se apresentar perante os colegas, morrendo de vergonha, com vontade de sair correndo, mas para brincar.

3. FALANDO SOBRE A TAL DA TIMIDEZ

A palavra timidez vem do latim “*timidus*” que significa medroso (a), “é aquele que tem medo de algo”. Assim, a timidez acaba por ser um estímulo de alerta e fuga, então, é de se considerar a timidez como uma característica de receio e/ou desconforto de alguém em frente às situações de socialização – dependente ou não do tipo de interação social – que causa uma inibição pessoal daquele indivíduo. Dependendo do grau e da situação, a timidez varia de pessoa para pessoa, agindo não só como instinto psíquico, como também corporal, fazendo com que a pessoa fisicamente reaja à esta tensão social. Podendo identificar o desconforto no acanhamento, a voz baixa e tremula, suor, vermelhidão no rosto, batimento cardíaco mais acelerado, e até mesmo sensação de ansiedade e desespero.

Durante esta pesquisa, a definição de timidez mais recorrente que me apareceu fala sobre o medo de se sentir vulnerável, o medo de ser vulnerável, o medo de estar vulnerável, e por assim dizer, a vulnerabilidade está ligada à grande

preocupação com o desempenho pessoal e social da pessoa tímida, podendo se estender em várias áreas da sua vida: as relações interpessoais, a profissional, a familiar, a afetiva e de si consigo mesmo – o tímido com medo de ser vulnerável acaba se tornando vulnerável. Assim como identifica a Psiquiatra Ana Beatriz B. Silva:

Apesar de existirem muitas teorias sobre a timidez, ninguém sabe exatamente o que ela significa. Por outro lado, todos são unânimes em reconhecer sua força. Isso porque a timidez pode transformar toda uma existência. Enquanto ela evoluir ao longo da vida, é capaz de estender seus “tentáculos” por todos os aspectos da vivência humana. Isso inclui os planos profissionais, reduzindo ou impossibilitando aspirações e desempenhos; as questões pessoais e sociais, como dificuldades em relacionamentos afetivos (noivados, casamentos, criação de filhos); a vida acadêmica e até o estabelecimento de elos de amizade e companheirismo. A timidez costuma se transformar, ou melhor, se intensificar, à medida que amadurecemos e enfrentamos novos desafios. (SILVA, 2011, p. 68)

A timidez, segundo alguns estudiosos, advém de causas multifatoriais tendo como alguma dessas causas o fator da predisposição genética ou tipicamente próprio (personalidade), ou seja, a pessoa já nasce com tendência a ser tímida. Tem o fator social/ambiental em que as relações interpessoais e o ambiente em que convivem influenciam neste comportamento. E também tem a combinação entre as experiências vividas e a imagem de si – este último, refere-se ao instinto de sobrevivência à determinadas circunstâncias. A retração/retraimento, umas características da timidez, em minha visão é também, de forma direta ou indireta, um mecanismo de defesa para o tímido, mesmo que normalmente pensa-se que está ligado à fuga e anulação. Mas é o modo no qual o tímido tem de observar e reagir às certas situações.

A timidez pode causar diferentes tipos de reações sendo mais comum: a dificuldade de expressar seus sentimentos e desejos, assim, não se impondo, anulando suas opiniões, se reprimindo; dificuldade de adaptação, causando ansiedades, indisposição ao novo e desconhecido; medo do julgamento alheio, causando insegurança, vulnerabilidade, podendo parecer inapto a falar em público, tendência à autocrítica excessiva, medo do fracasso; evitar qualquer tipo de “protagonismo” social, sendo os tímidos em sua maioria quietos, introspectivos e observadores.

Timidez hoje não é vista como uma patologia, mas como um estado reativo diante de uma experiência social em que se desencadeia através do medo e da ansiedade causando bloqueios emocionais e uma significativa preocupação do “eu” em relação ao outro (aprovação) e do “eu” em relação a si (insegurança, baixa

autoestima). Diferentemente da introversão que se caracteriza pela forma da pessoa introvertida se voltar mais para si mesma sem preocupação com o olhar do outro, mas que mesmo assim, normalmente, tem habilidades sociais. A maioria dos tímidos são introvertidos no sentido de se sentir mais confortáveis isolados, mas nem todo introvertido é tímido, pois muitas vezes não tem bloqueios sociais.

Pessoas introvertidas não são necessariamente tímidas. Elas têm as habilidades de convívio social e autoestima suficiente para obterem êxito nos relacionamentos interpessoais, porém preferem explicitamente ficar sozinhas. Os introvertidos se sentem bem, e até mesmo revigorados, pela solidão voluntária e não apresentam qualquer ansiedade ou necessidade de aprovação quando estão na companhia dos outros. A inibição, os pensamentos de derrota e a ansiedade sobre o desempenho, tão frequentes nos tímidos, não ocorrem com os introvertidos. (SILVA, 2011 p. 69)

A minha relação com timidez é caso antigo, imagino que se tornou recorrente na adolescência, a fase mais complexa e confusa que todo ser humano passa. Então, sem entender nada sobre tudo, desconfiava que era na adolescência em que a nossa personalidade era formada – até hoje não sei se existem teorias certas sobre o desenvolvimento da personalidade. Mas a adolescência definitivamente foi um período de bastantes dúvidas e questionamentos. Assim como a persona/personagem “Maracanã” (na seção 2 do artigo), nunca fui de ter muitos amigos, porém, de alguma forma em determinados ambientes sentia vontade de me tornar mais sociável, algumas coisas me impediam além de mim mesmo e, talvez, uma pequena indisposição em me abrir para o novo e o desconhecido.

O tímido teme se posicionar e enfrentar os outros, não explicita suas necessidades e desejos e deixa de impor limites, não responde a agressões e não se coloca. Acaba se isolando, magoado, e se fecha sem expressar o que verdadeiramente sente, causando dificuldades nos relacionamentos.[...] Para que seja possível o aprofundamento nas relações, o tímido precisa superar os sentimentos de menos valia, pois corre o risco de não se colocar disponível ao outro, acreditando que não tem nada a oferecer[...] (MASCARENHAS, 2007 apud ESTEVES, 2012 p. 21)

Lembro-me de ser uma criança “nervosa”, no sentido de coisas bobas me atingiam facilmente, era obediente, mas inquieto, chorava com facilidade, me magoava rápido e depois esquecia. Pensando bem, sempre tive uma tendência a procurar validação dos outros, principalmente de quem eu gostava. Na escola me perdia fácil na explicação com falas muito longas, só pensava na hora do lanche. Toda escola tem aqueles que são mais populares, sempre quis ser também, mas não tinha

coragem nem de conversar com a menina que sentava na cadeira da frente. Gostava de observar, mas coisas específicas, eu era praticamente mudo dentro de sala, mas quando encontrava os amigos no intervalo, era um palhaço.

Em casa sentia um pouco mais de liberdade, e menos tédio – que é algo que reconheço que em algumas situações sociais, sentia uma sensação de tédio. Na infância vivia em uma casa cheia de gente, era até bom. Enquanto que na adolescência já não convivia com tanta gente, mesmo assim, depois de sair do ambiente social – a escola – me trazia uma sensação de alívio em estar só em meu quarto, na minha própria companhia. Se bobear até falava sozinho e com as paredes que pareciam me compreender.

Entendo que a timidez não é uma escolha minha, mas a introversão sim. Se for tentar analisar possíveis causas da minha timidez, acredito que possa haver um fator genético, como também experiências de decepções e ansiedade em meio à construção de relações genuínas e confiáveis. Em casa, no período de adolescência, não era comum falar sobre sentimentos, principalmente os negativos, era somente senti-los e amortecê-los até depois fingir que não existiam, mas eles estavam lá. Então a medida que fui crescendo minha mente foi reprimindo os sentimentos e eu enquanto indivíduo não dava a chance de conseguir uma maneira de expressá-los, o que seria o mais adequado.

É interessante perceber também em minhas experiências o quanto que eu me preocupava com as opiniões alheias, o gasto de energia que tinha para eu tentar me encaixar em pelo menos alguma das categorias de comportamentos e/ou construções sociais tidas como “padrão”, seja pela aparência, classe social, popularidade, cor racial, sexualidade, valores, se formar em profissões que tivessem mais ganho econômico, se casar, etc. E penso o quão desgastante todo esse processo de comprimento “adequado” do desenvolvimento pessoal e social é.

Quando chego no último ano do ensino médio onde as atenções e tensões se voltam para a preparação do futuro, que é a ingressão no ensino superior, esse lugar no qual se tem a ideia de “trilha para a realização profissional”, que muitas vezes, a sociedade pressiona as pessoas para “serem alguém” na vida e principalmente em relação ao status econômico – causando estresse, ansiedade, tensão, autocrítica, propiciando como consequência para possíveis aparição de transtornos psicológicos, como a depressão, por exemplo.

No meu caso a tensão e ansiedade sobre o futuro foi de proporção relativamente grande, pois, aos dezesseis anos não sabia onde ou como poderia encontrar minha realização pessoal, muito menos social – tendo em vista que é uma situação bastante comum.

A escolha profissional é multifatorial: é influenciada por aspectos políticos, econômicos, sociais, educacionais, familiares e psicológicos. Além disso, nas diferentes culturas existem muitas ofertas, tanto no mundo do trabalho quanto no dos estudos, que caracterizam um momento histórico, em que os sujeitos, condicionados por suas condições materiais, têm de eleger, selecionar e decidir sobre seus objetos de preferência. A escolha está permeada por um processo maior, que é o de desenvolvimento de carreira. (PELISOLI; RODRIGUES, 2008, p. 2)

Chega o momento em que devo me perguntar: o que gosto de fazer? E o que passaria uma boa parte da vida fazendo, mas com prazer? Pensei em diversas possibilidades, mas dentro de mim sempre habitava um eu-artista como o “Maracanã” (seção 2 do artigo) que desde pequeno gostava de fingir, fazer de conta, criar personagens, atuar e inclusive neste mesmo ano ganhei de presente uma câmera digital e me atrevia a escrever roteiros e chamava os amigos vizinhos para participar do que posso de chamar de miniprojetos, e dava a eles personagens para confabular estorinhas que nunca tiveram um fim. Embora era só o começo.

4. COMEÇO DA TRAJETÓRIA

Em 2014 com dezessete anos de idade, já cursando o ensino superior em bacharel em Artes Visuais na Universidade da Amazônia (UNAMA), decido fazer vestibular para entrar no curso de teatro na Escola de Teatro e Dança da Universidade Federal do Pará. Para ingressar no curso que, na realidade, era o curso de licenciatura em teatro, era necessário passar por uma prova de habilidade: o candidato tinha de apresentar uma cena de até cinco minutos em que tinha que ter adereços cenográficos e/ou figurino, e cantar um trecho de qualquer música. Poderia apresentar cenas retiradas de dramaturgias já prontas ou inéditas. Como eu costumava criar roteiros por diversão com os amigos, decidi escrever minha própria cena para apresentar para a banca avaliadora.

Minha avó, professora de psicologia na Universidade Estadual do Pará (UEPA), que conhecia muitos artistas da cidade de Belém, concidentemente ministrava aula no mesmo campus que o ator, encenador e dramaturgo paraense Henrique da Paz – que faleceu em 2021 (gradidão eterna!). E minha avó pediu a ele que pudesse dirigir/orientar a cena que criei, já que mesmo brincando de atuar, eu nunca de fato tinha interpretado na frente de ninguém, e não tinha “jeito” para apresentar para os outros. Gentilmente, Henrique se disponibilizou uma tarde inteira para me ajudar e se não fosse por essa força, talvez nem teria este lugar para contar essa história.

Alguns meses depois, em janeiro de 2015, se não me engano, era uma manhã de sábado. Os nervos estavam à flor da pele, fugi para academia para tentar dispersar a tensão do grande e esperado listão da UFPA. Quando cheguei em casa o listão tinha saído alguns minutos antes. Só lembro de receber a ligação da minha tia Ana Lúcia que morava no município de Maracanã-PA, me parabenizando, e eu em estado de não-reação por alguns segundos e vi meu nome no listão. Depois foi só festa.

Em março deste ano de 2015, começava o semestre. Eu estava feliz por estar finalmente prestes a entrar nesse mundo do teatro, porém, foi um primeiro ano complicado. Eu sempre me percebia como artista, sempre fui interessado na arte, no teatro, no cinema, na música, etc. Era algo que eu queria, mas eu simplesmente não conseguia aparecer nas aulas nos primeiros dias. Sentia um bloqueio, um frio muito grande na barriga só de chegar perto do prédio cor de rosa da Escola de Teatro e Dança, que me dava vontade de fugir sem nem mesmo adentrar aquele espaço.

A timidez tomou conta de mim de uma forma que ainda não tinha experienciado – “a palavra timidez vem do latim *timidus*, é aquele que tem medo”. Nas primeiras semanas a sensação que eu tive, por causa da timidez, era de medo, o medo do desconhecido. Então, acho pertinente expressar esses sentimentos de dúvidas e medos nesta pesquisa de tal forma que faz eu me questionar: como posso ter medo de fazer algo que desejo, principalmente, em detrimento do olhar do outro? Como pode eu querer ser artista (de teatro) tendo medo da relação e julgamento do outro?

Para além de abordar a timidez como parte de mim e da minha trajetória na Escola de Teatro e Dança, busco relacionar as minhas experiências, o meu processo de desenvolvimento pessoal, social e artístico na Etdufpa, no campo da subjetividade ligada à construção social e às relações interpessoais neste ambiente artístico-

acadêmico, com objetivo de trazer essa comparação e analisar teoricamente possíveis respostas para os meus questionamentos, buscando também a compreensão do que representou e representa dentro da instituição acadêmica esse corpo tímido, inseguro, acanhado, no qual chamo “corpo-sombra”.

Asseguro-me a dizer que minha trajetória na Escola de Teatro e Dança teve seus altos e baixos, principalmente quando se trata na dificuldade de me expressar. Foi um processo um tanto delicado, em que o mais fácil era me esconder. Trago neste trabalho uma reflexão pessoal em que busco saber, afinal, do quê ou de quem me escondia de uma tal forma que me impedia de ser “eu” naquele espaço (Etdufpa), como também em outros espaços onde era preciso que eu me expusesse e/ou me posicionasse criticamente. Como relatei anteriormente, a exposição era algo extremamente medonho, capaz de me paralisar.

Fazer teatro não é para qualquer um. Expor a olho nu nossa humanidade não é para qualquer um. “A tarefa do artista é expor ao seu público a significação profunda dos acontecimentos, fazendo-o compreender claramente a necessidade e as relações essenciais entre o homem e a natureza e entre o homem e a sociedade” (FISHER. 1987, p. 51-52)

Para compreender melhor o processo de desenvolvimento do meu eu-artístico em relação ao meu eu-indivíduo, me apegarei à duas teorias de natureza diferentes, mas que de algum modo possam fazer sentido enquanto visão de comportamento em cada circunstância social. Sendo mais claro, buscarei relacionar o teatro com a Psicologia Analítica Junguiana e o conceito de Interação Social segundo Erving Goffman. Deixando claro que, por vezes, podem haver comparações metafóricas durante o discorrer desta análise com a intenção de fazer-se ser compreendida quaisquer comparações/relações entre teatro e a vida cotidiana real. Sendo assim, peço-lhes que embarquem em quaisquer devaneios.

O psiquiatra e psicoterapeuta suíço Carl Gustav Jung (1875 – 1961) em seu estudo explora a construção da *psique* humana com base em experiências vividas historicamente pela sociedade. *Psique* está relacionada a todos fenômenos que ocorrem na mente humana, é a energia psíquica constante que funciona como o “motor” da mente e distribui a energia de suas funções, desde interpretações (simbólicas), associações com o mundo exterior e principalmente o eixo indivíduo e o “eu”. Jung nos seus estudos, diz que a *psique* humana é composta por uma parte consciente e uma parte inconsciente. Assim, no inconsciente do indivíduo estão as

camadas mais profundas da mente que são divididas em inconsciente pessoal e inconsciente coletivo.

Jung, então, denomina o inconsciente pessoal o campo individual psíquico derivado de experiências vividas, impulsos sexuais, conflitos psicológicos etc., como se fossem as manifestações mentais bem mais íntimas que, às vezes, não está ao alcance da consciência, sendo uma junção do desenvolvimento pessoal psíquico e o inconsciente coletivo. Já o inconsciente coletivo refere-se ao que é herdado, já nasce com o indivíduo como padrões de comportamento, assim como outros seres: a intuição, os instintos, algo mais primitivo, até mesmo animalesco.

O consciente é o campo da mente que relaciona o indivíduo com mundo exterior, é a percepção da sua existência enquanto indivíduo em contato com a sociedade. O consciente é um sistema de individualização no qual identificamos nossos pensamentos, sentimentos, sensações, sentidos, memória etc. E todo esses complexos da *psique* forma o *Self* do indivíduo, que explicando de forma sucinta é o composto entre o inconsciente pessoal, o coletivo e o consciente – *self* também conhecido como o “eu” ou “si mesmo”. “[Consciente] é a ponta do iceberg da psique. Tem como núcleo central o *eu*. Geralmente uma pequena parcela de nossas ações é consciente. A maior parte é inconsciente” (RAMOS, 2002, p.13)

Jung em sua teoria dispõe ao estudo da Psicologia Analítica que a consciência – que é parte do *Self* – é o que associa o mundo interior ao mundo exterior sendo, em minha compreensão, é aquilo que está refém dos inconscientes e da relação social, assim, o indivíduo e o “eu” em “características sociais”, ou seja, o “eu” diante da sociedade. Para o psiquiatra existe um elemento agente que organiza o campo consciente – o Ego. O Ego nada mais é como um filtro que “monitora” o que possa ter de acesso pelo consciente diante meios individuais e sociais. Jung para compreender melhor o padrão de comportamento da *psique* humana relaciona ao que ele chama de “arquétipos” utilizado para representar esses papéis:

[..]Tratam-se de núcleos instintivos passados de forma psicobiologia de geração a geração, trazendo padrões de comportamento herdados da humanidade desde seu surgimento. São inúmeros os arquétipos, porém, Jung nomeia alguns que estão permanentemente presentes nas nossas vidas, influenciando de forma inconsciente nossas condutas: a *persona*, a *sombra*, a *anima*, o *animus*, e o *Self* (si mesmo). (RAMOS, 2002 p. 14)

O arquétipo *persona* é a nossa máscara social, utilizamos dela para demonstrar o que se espera de nós enquanto seres sociais, para isso, dependendo da

situação social, a *persona* é como se fosse um personagem que desenvolvendo mesmo sem ter plena consciência. A *persona* não faz parte da nossa verdadeira identidade, pois, são apenas máscaras. Já a *sombra* é o lado “obscuro” de nossos comportamentos, é na *sombra* que escondemos nossos defeitos e atitudes irracionais principalmente em momentos de interação com o outro, e geralmente, a *sombra* é projetada no outro, por exemplo, quando criticamos atitudes dos outros que na verdade seriam atitudes que poderíamos muito bem ter. O arquétipo *anima* é a projeção do inconsciente feminino, normalmente tem relação com a figura da mãe e ou da irmã. O *anima* indica a forma que inconscientemente lidamos com nosso “lado feminino”. O *animus* é o oposto, é a projeção do inconsciente masculino e tem a ver com a figura do pai e ou do irmão, sendo assim como lidamos com o “lado masculino”.

Voltando ao arquétipo de *sombra*, como dito antes, também relaciono com título desse trabalho em função da “sombra” como mecanismo de tornar alguma coisa (coisa no sentido de tudo que se faz existir) não visível. Jung em sua teoria aborda que *sombra* como parte do inconsciente coletivo, são negações de um comportamento ideal no qual o *Ego* filtra para que a consciência tente não se relacionar com essa parte do *Self*.

A consciência está em cima, digamos assim, e a *sombra* embaixo. E como o que está em cima sempre tende para baixo, e o quente para o frio, assim todo o consciente procura, talvez sem perceber, o seu oposto inconsciente, sem o qual está condenado à estagnação, à obstrução ou à petrificação. É no oposto que se ascende a chama da vida (JUNG, 1912/1980, p. 65)

Tudo aquilo que o indivíduo deseja construir enquanto forma de personalidade que poderá lhe fazer projetar ao mundo coisas positivas ou aceitáveis de si é parte da sua *persona*, porém, a *sombra* já é natural do ser humano, seria uma ideia de que “sombra” é tudo aquilo que o indivíduo não gostaria de ser, mas é. Já falando da timidez, entendo como “sombra” parte de um comportamento de reprimir-se diante das situações e guardando para si, mas nesse caso, não só seus defeitos (negativo), mas também as qualidades (positivo) com receio da não aceitação do outro, sendo que esse processo de aceitação começa consigo mesmo. A “sombra” também acaba por se tornar uma projeção.

Aquilo que é rejeitado pela consciência do *ego* torna-se a *sombra*, e aquilo que é aceito, torna-se parte da consciência e da *persona*. *Persona* e *sombra*, desta maneira, são usualmente, e majoritariamente, o oposto exato uma da outra, mas, ao mesmo tempo, tão próximos como dois gêmeos. Para a teoria

Junguiana, esta díade irá determinar, em grande parte, a saúde psicológica de um sujeito, indicando em qual grau este integrou sua *sombra*. Se por um lado sua integração pode significar um problema moral, por outro lhe trará uma experiência mais completa e transformativa de vida. Em oposição, rechaçar a *sombra*, traz uma vida mais correta, mas terrivelmente incompleta, rasa em termos de abrangência psíquica. Nisto consiste o dilema, sobre o qual o ser humano deveria despendar mais energia em “resolver” (Stein, 2006, apud SOUZA, 2020 p.15).

Quando pensei em estabelecer o conceito de “corpo-sombra” neste trabalho como uma relação metafórica que junta a palavra “corpo” e a palavra “sombra”, na verdade, busco fazer uma triangulação com a timidez. A palavra “sombra” que designa a falta de clareza em um determinado espaço, logo o que não está sendo clareado, não se enxerga por completo. Então, seria a ideia do que está/foi escondido, associando também ao arquétipo da *sombra* na linguagem de Jung. Já a palavra “corpo” está na ideia de um “alguém” físico no espaço, tratando da presença física, psicológica e cultural. Esse corpo representa a junção do físico e do mental, que só de ocupar um espaço, ele expressa sua existência – falando também da expressão artística, vocal, corporal, etc. “Corpo-sombra” no contexto deste trabalho representa o corpo como expressão; a sombra como o “não visível” e a timidez que, neste caso, carrega consigo um “corpo-sombra” – um corpo que muitas vezes tem dificuldade de se expressar e por receio, se esconde. Configurando um tipo de comportamento social.

Quando se fala nas formas de comportamentos e as relações sociais, Jung nos estudos das estruturas psicológicas identifica que existem tipos de personalidades que cada indivíduo tende a desenvolver, no qual são essas que a consciência entra em contato com o mundo e consigo. Assim, cada tipo psicológico, segundo Jung, é como se fosse tendências a criar tipos de mecanismos para relativizar tais atravessamentos externos e a disposição interna de cada personalidade, que ele denomina o tipo extrovertido e o introvertido.

As teorias acerca desses tipos psicológicos, no entanto, acabam por haver divergências já que as personalidades são de grande variedade e nem tanto uma, quanto a outra poderia ser uma definição absoluta por serem opostas e complementares, entretanto, existem alguns elementos que Jung leva em consideração: o pensamento, o sentimento e intuição, de cada personalidade. O tipo extrovertido se comporta na relação “eu e o outro” de forma que a libido (energia psíquica) está voltada para o exterior, o impulsivo, irracional, sentimental, que prefere

falar que escrever, são de “espírito livre”. O introvertido – o contrário: libido voltada para o interior, o metódico, racional, intuitivo, prefere o não verbal, vistos como “rude”. Jung entende que o tipo extrovertido está mais conectado com o seu consciente, enquanto o introvertido com o seu inconsciente.

Relacionando a introversão com a timidez, acredito que haja mais probabilidade de um processo de introspeção, apesar de uma pessoa introvertida não ser necessariamente tímida. Uma pessoa introvertida gosta de estar só, mas não tem dificuldades em interagir com outras. Já a pessoa tímida, dependendo do nível de introversão e disposição, foge de situações sociais. Porém, é interessante olhar por essa perspectiva da teria dos tipos psicológicos (intro/extro), pois, ajuda de certa maneira a compreender alguns tipos de comportamentos.

Assim como Carl Jung nos seus estudos entende que como seres sociais temos padrões de comportamentos em relação ao nosso mundo interior e exterior, o sociólogo canadense Erving Goffman (1922 – 1982) na sua teoria de interação social, analisa a vida social como uma representação performática, no qual somos atores que desempenhamos papéis sociais em determinadas ocasiões. Para ele estamos representando o tempo todo através de “máscaras sociais”, bastante parecido com o arquétipo de *persona* conceituado por Carl Jung.

Goffman metaforiza a ideia de que nossa vida social pode ser um teatro, com palco, personagens e plateia. Quando estamos em determinados lugares agimos de formas diversas, como por exemplo: um professor não age dentro da sala de aula da mesma maneira que agiria na sala da sua casa, pois, o papel do “professor” exige que esse indivíduo se porte como seria um professor. A ideia desse personagem “professor” é um estereótipo socialmente construído e para não haver um “desvio” de idealização da figura do professor, esse ator utiliza de uma fachada em que deve se comportar de tal maneira, falar de tal maneira, se vestir de tal maneira etc.

Goffman parte do pressuposto de que uma interação, ou seja, a influência recíproca dos indivíduos em contato, é estabelecida de acordo com uma definição prévia de hierarquias, papéis e expectativas envolvidas em cada encontro. Uma vez negociado e compreendido o que está em jogo em uma dada interação, o indivíduo passa a gerir a apresentação do seu Eu (*Self*) em relação às impressões anteriormente estabelecidas, com vistas a alcançar objetivos formulados previamente, de maneira consciente ou não. Desse modo, cada interação social se estabelece de acordo com os atores (reunidos ou não em equipes), com a plateia, e com as expectativas estabelecidas entre eles. (MACIEL, Diogo Barbosa; BERBEL, Gustavo dos Santos, 2015, p.01)

A máscara social também pode ser entendida como fachada social e é composta por uma fachada pessoal e o cenário/ambiente. Fachada pessoal é a expressão de si em determinada situação, é como nos apresentamos nos lugares de uma forma por vezes fixas, ou seja, sempre tentamos nos comportar no lugar “x” da mesma forma, para criar uma identidade, uma *persona*, dependendo do objetivo. A fachada social pode acontecer de forma intencional ou até mesmo de forma inconsciente, causando a impressão do indivíduo – esta impressão podendo ser dadas de maneira verbais (a fala) e não verbais (a aparência).

Goffman pensa que nossas interações são de certa maneira arquitetadas, já que normalmente antes de estabelecer relações, estudamos/analizamos os outros indivíduos e o ambiente para depois decidir como vamos agir, sendo assim, criamos *PERSONA*gens de acordo com nossos objetivos sociais que podem ou não demonstrar nosso verdadeiro *Self*.

O que tudo isso tem a ver com minha trajetória no teatro?

Pegando essas reflexões de Jung e Goffman, compreendo que nossas maneiras de comportamento é um processo que está tanto na relação sociedade para indivíduo, ou seja, de fora para dentro enquanto cultura coletiva, quanto do indivíduo para o mundo enquanto subjetividade(s). Autoanálise que são diferentes as formas que me comporto dependente do ambiente em que me encontro, assim, em uma situação mais íntima sinto-me mais confortável em me despir de determinadas máscaras sociais, permitindo que os impulsos da minha *sombra* fiquem mais livres do julgamento pessoal e social. Como relatei em alguns tópicos desse texto, desde mais novo no ambiente escolar, sempre pareci mais introvertido e tímido que em outros ambientes. Era mais confortável fazer o papel de observador e quieto.

A medida que fui desenvolvendo meu *Ego* – filtro da mente – algumas barreiras sociais foram se intensificando e outras sendo rompidas de maneira que minhas interações foram ficando mais específicas. O objetivo social da maioria das pessoas é ser aceito, em maior parte dos grupos e intuições, e para tal, precisamos ir nos moldando para causar impressões positivas, fazendo com que criemos “Personas” ou personagens que possam condizer com nossos objetivos. Jung tem uma ideia de *persona* como projeção de personalidade flexível, mutável. Já Goffman

que se identifica com a ideia da representação, entende que as máscaras sociais servem como representação de personagens fixos para cada situação.

Na adolescência é muito comum qualquer pessoa enfrentar uma crise de identidade por ter dificuldade em saber como causar impressões positivas na maioria dos ambientes e na relação com o outro. Pessoas tímidas como a mim, tem ainda mais dificuldade, pois, ao meu ver estamos constantemente receosos ao olhar e julgamento do outro. Sendo mais natural ter medo de mostrar seu verdadeiro “eu”, criando mais barreiras e se escondendo atrás de máscaras, podendo ter de criar personagens para passar despercebidos em alguma situação social em que pode haver momento de “protagonismo”.

O teatro é a arte da presença e da ação, onde o artista antes de vestir máscaras ou representar personagens, deve se despir, se desfazer por um determinado tempo do seu “eu” social e emprestar seu corpo para novos outros. A timidez nessas perspectivas é uma barreira entre o verdadeiro eu – o *Self* – e a interação social. Assim, a pessoa tímida tem medo de não ser aceita e esconde atrás de máscaras a sua *sombra*, o seu lado obscuro, os seus medos e vivencias negativas, mas também esconde suas virtudes, seus sonhos, sua intimidade pelo mesmo motivo – a desaprovação.

Minha relação com o teatro é conseguir me expor no mundo de maneiras diferentes onde ao invés de criar personagens e vestir máscaras para esconder meu verdadeiro *self*, seja expressar esse *self* cheio de qualidades negativas e positivas através da atuação, então, é criar personagens para falar das minhas intimidades. Ao mesmo tempo que no cotidiano tenho medo de me expor, no palco, quero me sentir vivo, vulnerável, humano, diferentemente do cotidiano em que não sinto-me confortável o suficiente para me sentir vulnerável, humano.

Minha trajetória com teatro tem alguns poucos anos, estes que ajudaram-me a melhorar enquanto ser social e enquanto indivíduo, pois, o teatro olha para nós principalmente por quem somos verdadeiramente e compreender o outro da mesma forma, “para vestir uma personagem é preciso despir-se de outro”. No processo dessa pesquisa olhei para minha trajetória querendo falar sobre a timidez e o quanto que ela fez parte desse percurso positivamente e negativamente que me fez olhar para essa “condição” como uma representação do meu “eu” em interação com o outro.

Na Escola de Teatro e Dança eu não estava sendo eu mesmo na maioria do tempo, talvez muitas pessoas também se sentiam assim, mesmo estando em um

espaço de expressividade, mas ainda assim é uma instituição, um ambiente escolar, com hierarquias e regras. A minha *persona* dentro de sala tinha uma tendência parecida com que tinha nas classes anteriores da minha vida, porém, sempre que podia eu tentei expressar nos processos criativos, seja nas disciplinas práticas, performances, espetáculos, o meu verdadeiro *self* ou uma “personalidade” parecida.

Achei interessante fazer um pequeno diálogo com os estudiosos Carl Jung e Erving Goffman por ambos em suas teorias acreditarem que estamos muitas vezes a mercê das “regras” sociais ou das estruturas sociais e que a partir de nossas individualidades podemos querer mostrar ou esconder nossas partes obscuras – nossa *sombra* – e como queremos que o outro nos veja e vice-versa.

5. PROCESSOS DE CRIAÇÃO DE ESPETÁCULOS DA ETDUFPA

No curso técnico em teatro, este que antes mesmo de existir o curso superior na ETDUFPA, sempre foi um marco importante quando se fala na história do teatro na cidade de Belém. O curso técnico que foi consolidado pela instituição, foi sendo formado por grandes artistas da cena teatral da cidade que inicialmente almejavam uma maior visibilidade profissional daqueles que viviam para a arte, tanto o artista de teatro quanto da dança. Além do técnico em teatro, a ETDUFPA oferta cursos técnicos em dança, técnico em cenografia e técnico em figurino, e dramaturgia – que são linguagens artísticas que se complementam.

Em 2018 adentrei ao curso técnico nível médio em teatro, cursando simultaneamente com a graduação durante dois anos. Diferente da licenciatura, o curso técnico tem foco na formação do artista em técnica de atuação, ou seja, na formação de ator. Dentre as disciplinas do curso tem palhaçaria; canto; construção dramática; técnicas vocais e corporais; cenografia e outras, mas a disciplina que é mais esperada pelos alunos e pela Escola de Teatro e Dança é a “Criação de espetáculo”, que tem em todos os cursos técnicos e acontecem no último semestre de cada ano. Como dito a criação de espetáculo é junção dos técnicos para construir um espetáculo, por mais ou menos dois meses os professores-encenadores de teatro e da dança escolhem ou criam dramaturgias com suas turmas para apresentar no final do semestre com ajuda dos alunos dos outros cursos (cenografia, dramaturgia e figurino)

Neste mesmo ano de 2018, participei pela primeira vez como ator em um espetáculo construído com minha turma do curso técnico. O texto escolhido para apresentar neste ano foi *A Casa de Bernarda Alba*, última dramaturgia de Federico García Lorca (1898 – 1936), escrita em 1936 no mesmo ano de seu assassinato. A dramaturgia é dividida em três atos – são nove mulheres trancadas em uma casa, após o falecimento do marido da matriarca, Bernarda Alba, junto com suas cinco filhas, sua mãe, a governanta e a criada, tendo de passar o luto de oito dias sem poder sair de casa, em um vilarejo no interior da Espanha. Lorca, neste texto, expõe e faz uma crítica social contra a opressão e o papel da mulher na sociedade daquela época, que infelizmente não é tão diferente dos dias atuais.

A peça *A Casa de Bernarda Alba*, é ambientada em uma localidade rural de Andaluzia, está demarcada no espaço interno da casa de Bernarda Alba, matriarca de 60 anos que vive com suas cinco filhas solteiras, a mãe e duas empregadas. Um drama dividido em três atos, que se configura numa luta humana-psicológica; uma guerra para defender o livre arbítrio dessas figuras femininas encarceradas pela personagem tirana de Bernarda Alba - “Vale lembrar que Bernarda Alba é a personificação da tirania, isto é, inimiga do livre arbítrio.” (LORCA, Garcia, 1957, p. 321).

A peça *A Casa de Bernarda Alba* há apenas personagens mulheres que vivem o drama. Na verdade, há homens que são mencionados, mas não participam da encenação, como é o caso do Marido de Bernarda, os homens dos campos e Pepe Romano – personagem fantasma que ajuda a desenvolver o enredo da dramaturgia. Desta forma, para construir o espetáculo, as professoras-encenadoras dividiram a turma em quatro elencos para interpretar as personagens: o elenco masculino, que tinham dois elencos, pois alguns atores trocavam personagens; e o elenco feminino também era dividido em dois, pela mesma razão. Ou seja, alguns atores representavam diferentes personagens dependendo da sessão de apresentação.

Para ser definida qual personagem cada ator iria representar, tivemos de fazer testes em grupo, no qual cada ator tinha de escolher uma personagem que lhe interessasse, e escolher uma cena da dramaturgia para apresentar em grupo, dupla ou trio, dependendo da cena, para as professoras-encenadoras. Nas aulas seguintes as professoras-encenadoras Larissa Latiff Plácido Saré e Ana Karine Jansen de Amorim, definiram a/as personagem de cada ator/atriz. Para mim elas decidiram que eu faria a personagem “Madalena”, uma das filhas de Bernarda Alba.

Para a construção da personagem “Madalena”, primeiramente fiz uma análise dramaturgica, busquei compreender através do próprio texto pistas que eu pudesse identificar nas falas e na descrição do autor, características da personagem, como: idade, comportamento, relação com a mãe, relação com as irmãs e as demais personagens e principalmente quem era essa mulher e o papel dela no discurso da dramaturgia. Foi interessante o fato de descobrir como seria esta personagem no meu corpo, como representar uma mulher dos anos trinta no interior da Espanha, com costumes e pensamentos específicos da época.

Antes mesmo de começar os ensaios para o espetáculo as professoras-encenadoras trabalharam com os elencos técnicas e exercícios de interpretação onde tivemos contato com o “Sistema Stanislavski”, método criado pelo russo Constantin Stanislavski (1863 – 1938) em que o ator para se preparar para desenvolver uma personagem pode utilizar de algumas técnicas que o ajuda a “sustentar” personagem conciliando seus objetivos na dramaturgia através da ação e da subjetividade. Trabalhamos a imaginação – “como seria Madalena quando acorda?”, “Qual coisa faz primeiro após levar?”, “Que música Madalena escutava?”, “Qual sua cor favorita?” Enfim, elementos dessa personagem que poderiam caracterizar sua personalidade inventada na cabeça do ator para além do que estava escrito no texto. Trabalhamos a memória emotiva – ao se deparar com situações que se desenrolam na dramaturgia, para se aproximar da personagem o ator pode utilizar de suas memórias, experiências vividas por ele que se assemelham com a situação da personagem, representando não só psicologicamente, mas também fisicamente tais experiências pessoais no seu corpo. Seria “se colocar no lugar da personagem”; “como eu (ator) poderia agir em tal situação em que a personagem se encontra? ”, sendo o objetivo não era mostrar ao espectador como o ator agiria, mas sim a partir de suas vivencias criar possibilidades de ações que as representasse.

Cada indivíduo desenvolve uma caracterização exterior a partir de si mesmo e de outros; tirando-a da vida real ou imaginaria conforme sua intuição, e observando a si mesmo e aos outros. Tirando-os da sua própria experiência de vida ou da de seus amigos, quadros, gravuras, desenhos, livros, contos, romances ou de algum simples incidente, tanto faz. A única condição é não perder seu eu interior enquanto estiver fazendo essa pesquisa exterior. (Stanislavski, 2001, p. 32)

Como dito, o espetáculo tinha quatro elencos e assim eram quatro Madalenas diferentes, no sentido de criação de cada ator que interpretou essa personagem. No

começo do meu processo pessoal tive algumas dificuldades, pois ao observar os outros colegas que estavam também desenvolvendo esse mesmo papel, entendi que o ator não deve “imitar” a criação do outro, então, tive de criar minha própria “Madalena” sem fugir da essência da personagem, e esse momento de pesquisa resolvi analisar certos padrões que todos atores, normalmente atrizes que interpretaram essa personagem tinham, e com a ajuda das diretoras trabalhamos os quatro atores algumas ações físicas que todos fariam em determinados momentos do espetáculo para não tornar a mesma personagem totalmente divergentes em cada criação e que fizesse sentido para o espetáculo. Um ator criou Madalena mais sarcástica; outro mais divertida; outra mais fria etc.

Após dois meses de ensaio e preparação as práticas de montagem (ou criação de espetáculo) da Escola de Teatro e Dança que geralmente acontecem no mês de dezembro, estrearam. A *Casa de Bernarda Alba* foram dezesseis sessões que aconteceram no espaço do Instituto de Ciência das Artes, no bairro de Campina, em Belém. Meu primeiro espetáculo que depois de muita pesquisa e estudo finalmente me senti um artista, mesmo estando nesse espaço artístico desde 2015, foi um momento em que senti orgulho de mim em ter tido coragem mesmo com uma certa insegurança de estar em cena. O espetáculo foi bem recebido pelo público tanto que fizemos uma segunda temporada de apresentações, mais curta, no começo do ano seguinte, desta vez não sendo finalização de uma disciplina, mas um espetáculo construído por uma turma a caminho do profissional.

A CASA DE BERNARDA ALBA





As três fotografias acima foram registadas durante as apresentações por Danielle Cascaes.



As duas imagens acima são registros pessoais durante os ensaios.

Em 2019, no segundo e último ano do curso técnico durante a disciplina de técnicas de atuação II, disciplina que antecede a criação de espetáculo II, foi proposto pelas professoras Andréa Bentes Flores e Marluce Souza de Oliveira de sair do teatro convencional, não construir um espetáculo realista a partir de dramaturgias já conhecidas. Elas propuseram junto à turma em criar uma dramaturgia coletiva, onde todos pudessem participar não só como atores, mas também como dramaturgistas do espetáculo a ser apresentado no final do semestre. A Professora Andréa Flores nos apresentou um projeto artístico seu em que falava sobre pertencimento e migração. Esse projeto tinha como conceito questionar o pertencimento de corpos marginalizados que por conta do capitalismo e da urbanização eram obrigados a

deixar suas terras, terras essas que eram o ideal do paraíso na Terra. A turma achou bastante interessando essas reflexões e junto com a Professoras decidimos seguir com a proposta.

No começo da disciplina de técnicas de atuação II, experimentávamos corpos não-cotidianos e jogos/exercícios de interpretação em que o foco era desconstruir o corpo normativo. Fomos criando uma relação com o projeto proposto, sendo instigados a se questionar: “Que corpos são esses que são obrigados a sair do lugar de pertencimento?”; “Para onde vão?”. A base do nosso processo de criação foi cem por cento o experimento, o jogo dentro de sala, a partir de inquietações.

Um tempo depois algumas coisas vinham surgindo coletivamente, hipóteses e possibilidades. Primeiro tivemos de pensar uma terra imaginária que parecia um paraíso, mas alguma começou a acontecer que essa terra já não era a mesma, e acaba se tornando um lugar difícil de ser habitado. O segundo passo era pensar nas personagens, que povo era esse que vivia nessa terra.

Durante um período tivemos alguns encontros para pensar na dramaturgia do espetáculo com a ajuda de estagiários do Curso de Licenciatura e os alunos do Curso de especialização em dramaturgia da Etdufpa. Não foi fácil criar um espetáculo do zero, mas como dito, ele foi surgindo no experimento, na troca coletiva que durou praticamente um semestre inteiro para ser elaborado.

Cada ator durante a construção e o experimento teve o trabalho também criar suas próprias criaturas que viviam na terra de “Aruanda” – terra ancestral. Existiam diversas criaturas: A mãe cobra; as filhas da cobra; os fugitivos; os humanoides; apátrida (aquele que não tem pátria); as feiticeiras; a mãe d’água; o bilheteiro e outras mais.

E assim foi surgindo o espetáculo *Aruandê: Rio de Minh’alma*, um espetáculo coletivo considerado um espetáculo híbrido não-tradicional apresentado em um porto no bairro da Cidade Velha, em Belém. A ideia era justamente sair do tradicional, o espetáculo foi criado para ser um Teatro de Rua, ou como também chamamos Teatro de Porto. Para além dos experimentos dentro de sala, como processo de construção fizemos alguns encontros no Portos da Cidade Velha para observar e analisar essas criaturas da vida real e do cotidiano que trafegam pelos portos da vida, seja a pessoa que mora em outro município que vem à capital para trabalhar; seja a pessoa que vem para resolver coisas burocráticas como ir ao banco, até mesmo ir ao hospital mais adequado; observamos os funcionários dos portos, vendedores e camelôs que tiram seus “ganha pão” nesses lugares.

Para construção da minha criatura trabalhei com imagens-espelhos, essas imagens na minha concepção, foram imagens que peguei para criar uma narrativa para minha criatura, ou seja, não foi a narrativa que utilizei para criação da personagem, e sim o contrário. No mundo imaginário de “Aruanda” depois de algumas reflexões dentro de sala, imaginei que essa criatura, metaforicamente ou não, vivia acorrentada, presa, e assim, angustiada e temerosa. *Arauandê* é um espetáculo político que falava sobre a realidade de corpos amazônidas, a migração, o pertencimento, então, minha criatura não conhecia o mundo como é e por isso preferia estar encarcerada.

O *Arauandê*, na verdade, surge de dois desejos. Desejo meu e da Professora Marluce. A gente junta os desejos nossos. Primeiro é de proporcionar uma experiência que seja diferente da experiência que a turma já tinha vivido. Ou seja, tinham vivido um espetáculo que tinha um texto pronto, dentro do Teatro, onde é um espaço mais convencional – nem tanto – mas mais convencional e que tinha uma pegada mais realista. Daí a gente queria jogar um desafio corporal para a turma. Que é um processo que não tivesse um texto prévio, que tivesse indutores, que fosse provocado a construção o tempo todo pelo corpo, por imagens, por textualidades, por sonoridades. Uma dramaturgia que se construísse no processo. O outro desejo era que a gente fincasse os pés no acontecimento do mundo, na realidade nossa. Não só essas questões mobilizando tanto a gente, políticas, mas também a nossa realidade amazônida, a gente olhar para si. Então vem uma palavra, que é a palavra ancestralidade. (FLORES, Andréa Bentes, 2019)

ARAUANDÊ: Rios de Minh'Alma





As imagens acima foram registradas durante as apresentações por Danielle Cascaes



As imagens acima são registros pessoais do ensaio

Considero *Araundê: Rios de Minh'alma* um ato, um protesto cheio de visualidades e sonoridades que pôde movimentar o Porto Shalom (no qual foi encenado), em que tivemos familiares e conhecidos dos atunes, cenógrafos, dramaturgistas e figurino em seu último trabalho para conclusão dos seus respectivos cursos, foi um acontecimento naquele espaço onde pessoas que viajavam puderam fazer parte. Aqueles que estavam no Porto fazendo seus traslados, além de testemunhar esse ato, participaram da própria encenação. O cenário do espetáculo era o próprio Porto. Essas criaturas que vieram da beira do rio, estavam ali para contar suas histórias.

“*A Casa de Bernarda Alba*” e “*Araundê*” foram experiências completamente diferente tanto por motivos já citado acima quanto em relação a própria encenação.

A Casa de Bernarda Alba foi um espetáculo mais “comum” apesar de ter um elenco masculino representando mulheres, aconteceu em um espaço mais familiar que cenograficamente remetia à uma Casa, o figurino era vestidos longos e pretos com um céu na cabeça representando o luto. A dramaturgia com falas mais rebuscadas, às vezes, até difícil de falar. A sonoplastia vinha das caixas de som e as maquiagens com tons mornos e mais sombrios. O processo de construção foi desafiador por nunca ter participado de um espetáculo, ensaio todos os dias, marcações de lugar para não sair do foco da luz, ações bem pensadas e um verdadeiro calor na coxia, e o público sentado bem bonitinho nas cadeiras em frente ao palco.

Já *Arauandê* foi um acontecimento, um ato fora do tradicional, no trapiche de um Porto na beira do rio com um barco velho do lado, onde não se sabia o que poderia acontecer fora das condições da dramaturgia: a chuva, o sol, o som, o rio, os transeuntes. O figurino era feito de materiais reutilizáveis não homogêneo entre o elenco, representando criaturas que vieram da beira do rio, da lama. A dramaturgia construída coletivamente criando cenários e histórias diferentes como acontece em um porto no seu cotidiano, as criaturas não gostavam dos que tinham o poder. A sonoplastia vinha das movimentações externas e também do tambor que batia de acordo com cada momento dessas criaturas. As maquiagens eram diversas e coloridas, mas tinha um elemento em comum dessas criaturas: a argila. O público estava espalhado nas laterais do trapiche e os viajantes transitando durante todo o espetáculo, um dia mais gente, outro dia menos gente.

Em termos de preparação para ambos os espetáculos foram desafiadores, porém *Arauandê* por ser um espetáculo em que o elenco estava em cena o tempo todo, não havia cenas que separavam especificamente o elenco, pois aquelas criaturas estavam naquele porto juntas para contar suas histórias, então fisicamente era de um gasto de energia maior.

Das experiências com a personagem “Madalena” filha de Bernarda Alba, durante a encenação eu claramente me preocupava com representação, porém foi mais divertida de interpretar, enquanto minha criatura de *Arauandê* foi definitivamente mais desafiador, porém ambas as experiências foram importantes para o meu processo artístico-pessoal e artístico-pesquisador.

Como o curso técnico em teatro está voltado para o desenvolvimento artístico, e o curso de licenciatura para a educação, durante esse meu percurso na Escola de Teatro e Dança, fui atravessado por ambos e foi interessante perceber que mesmo

com finalidades diferentes, eles se complementam. A licenciatura é uma base forte para a compreensão teórica de uma prática, pois, para além de estarmos sendo formados para ir à sala de aula, a grade curricular também abrange diversas possibilidades de discussões e metodologias que o ator pode e deve utilizar para o seu trabalho. Enquanto que o curso técnico pode oferecer de forma inversa: saber a técnica e expandir para a teoria, de forma que esse professor poderá ter mais domínio também na prática e levar para a sala de aula.

No período em que estava fazendo os dois cursos, de segunda à sexta, o técnico pela tarde e a licenciatura pela noite, lembro-me que foi um período um tanto sofrido, porém, acredito que tenha sido na minha trajetória, o período em que mais senti sede de teatro e arte como um todo. O curso técnico me ajudou a desatar vários nós, enquanto um melhoramento na minha expressão corporal, na minha comunicação e na minha liberdade de criação, na minha timidez, o que conseqüentemente melhorou meu desempenho no curso de licenciatura, me tornando mais aberto para as demandas do curso, possibilitando até uma boa performance nas minhas vivências nos estágios.

A licenciatura por outro lado indagou-me para olhar pelo lado do papel de educador, a perceber o aluno, perceber os tipos de comportamentos dos alunos, a timidez ou não deles, suas limitações etc. Como disse, os dois cursos foram experiências diferentes que me agregaram de muitas formas, o curso técnico foi importante para meu eu-artístico e a licenciatura para o meu-indivíduo.

6. CONCLUSÃO

Ao desenvolver este trabalho, pensando em minha trajetória na Escola de Teatro e Dança da UFPA, quis trazer uma reflexão das maneiras que o Teatro me atravessou principalmente em relação a minha timidez. Acredito que a arte é um difusor de transformação não só como meio de expressão e comunicação, mas transformadora de mundos, sejam eles internos e/ou externos. O teatro é a arte do encontro, onde a humanidade e a imaginação segura na mão de quem o faz ou quem testemunha. Percebi durante esses anos o quanto que o Teatro agrega até mesmo quem não quer ou tem receio, como eu. Demorei para me encontrar nesse lugar de quem se tornou, por momentos, um fazedor de Teatro.

Conheci muitas pessoas que entram no curso de teatro um pouco perdidas, como eu, e saíram daquela Escola completamente transformadas, vivas e prontas para enfrentar suas lutas com uma outra visão de sociedade, gênero, raça, religião, afeto, humanidade. Quando penso que o teatro é a arte do encontro, penso nas variadas possibilidades de encontro: O encontro consigo mesmo; encontro com seus conflitos; encontro com seus amores; encontro com outros corpos; encontro com muitas possibilidades de se tornar quem e o que quiser dentro e fora do palco.

Não posso afirmar que me “livrei” da timidez, ela ainda está aqui e talvez possa ser parte de mim, mas é de uma tal sorte a forma com que quando estava em cena, ela “dava um tempo”, uma hora e meia que fosse! Quando o jogo com outro e a brincadeira tomavam o meu corpo, a timidez era quase não cabia nele. O nervosismo é normal quando se está diante de pessoas estranhas. Quando se vai apresentar um espetáculo, sempre dá um frio na barriga, a mão que treme e um pouco de suor, o coração que bate forte antes de entrar em cena. No começo pensei que fosse uma sensação minha (por excesso de medo), mas é do humano.

O medo é racional, então, toda pessoa tímida racionaliza demais as demandas sociais e se enche de ansiedade. Quando o ator está trabalhando, ele deve evitar mais a racionalidade, como uma técnica de qualidade, e também para não pensar e apenas fazer – o teatro é ação. Desta forma penso que a timidez é uma mistura de sensações, porém, a racionalidade do medo, seja, de se expor, de errar, de não ser aceito etc. faz com que a pessoa não faça, apenas pense (e de forma negativa). Aprendi que fazer teatro não é fazer o que der na telha, mas sim trabalhar esses impulsos e transformar em algo a mais, uma ação que faça sentido para quem faz e para quem assiste.

O conceito do arquétipo *sombra* de Carl Jung, qual manifesta nossos defeitos, por vezes inconscientemente, o termo “sombra” para ele, representa nossas projeções negativas e algumas virtudes positivas também. É na *sombra* que fica alguns de nossos desejos e pensamentos que conscientemente não iríamos expor por uma questão de caráter, moral, ética etc, então entendo a *sombra* como o lugar de esconder nossos “podres”, nossas imoralidades. Porém, utilizo desse termo, no título do trabalho, a sombra sendo o que não é exposto, não é visto, logo tende a se esconder.

A relação que trago do meu “corpo-sombra” se faz diante da timidez, do medo principalmente de se expressar – expor os verdadeiros sentimentos, pensamentos e

comportamentos, me escondendo do julgamento do outro. E pensando assim, não só pessoas tímidas tem medo de se expor, todos nós temos nossas “sombras” e nossas maneiras de lidar com elas, fazendo com que muitas vezes criemos máscaras.

Gosto muito da metáfora da máscara para falar não só sobre esconder algo ou o disfarce, mas também sobre ter a liberdade de escolher o que cada indivíduo quer mostrar. A máscara no teatro já foi vista de diversas formas desde a expressividade simbólica, como também a representação ritualística de divindades; a inibição da identidade do ator, ressaltar trabalho expressivo do corpo do ator etc. Entendo que a máscara tanto pode inibir identidades ou personalidades quanto criar outras personas para o mesmo ator do palco da vida.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ESTEVEES, Ana Letícia. **A timidez na perspectiva da Psicologia Analítica**. São Paulo, 2012. 119 p. Tese (Mestrado em Psicologia Clínica) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

FLORES, André Bentes. **Entrevista**. Concedida durante os ensaios em 2019.

FISCHER, Ernst. **A necessidade da arte**. 9ª Ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1987.

LORCA, Federico García. **Obras completas**. Madrid: Aguilar, 1957.

GOFFMAN, Erving. **A representação do eu na vida cotidiana**. 10ª Ed. Tradução de Maria Célia Santos Raposo. Petrópolis: Vozes, 2002.

JUNG, Carl G. **Arquétipos e o inconsciente coletivo**. 11ª Ed. V.9/1. Tradução de Maria Luiza Appy, Dora Mariana R. F. S. Petrópolis: Vozes, 2016.

LINHARES, Thiago A. S. Moreto. **Stanislavski – Vivência/análise de uma metodologia consolidada**. Brasília, 2016. 53 p. TCC (Licenciatura em Artes Cênicas) – Universidade de Brasília.

MACIEL, Diogo Barbosa & BERBEL, Gustavo dos Santos. 2015. "A representação do eu na vida cotidiana". In: **Enciclopédia de Antropologia**. São Paulo: Universidade de São Paulo, Departamento de Antropologia. Disponível em: <http://ea.fflch.usp.br/obra/representação-do-eu-na-vida-cotidiana> Acesso em: 12/05/2023.

MASCARENHAS, Denise. **Da timidez à expressão de si mesmo**. Belo Horizonte: Editora Leitura, 2007.

RAMOS, Luís Marcelo Alves. **Apontamentos sobre a psicologia analítica de Carl Jung**. ETD – Educação Temática Digital, Campinas, V.4, n.1, p.110-144, 2002. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/etd/article/view/616/631> Acesso em: 16/05/2023

RODRIGUES, Daniel; PELISOLI, Catula. **Ansiedade em vestibulares: um estudo exploratório** In: Revista de Psiquiatria Clínica. São Paulo, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpc/a/MmbMrMMtGFSF8vPSqxTVPdf/?lang=pt> Acesso em: 02/06/2023

SOUZA, Marcos Bráulio. **Sombra e persona na psicologia junguiana**. Caxias do Sul, 2020. 49 p. TCC (Graduação em Psicologia) – Universidade de Caxias do Sul.

STANISLAVSKI, Constantin. **A construção da personagem**. 10^a Ed. Tradução de Pontes de Paula Lima. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2001.