



Licenciatura em Teatro
UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA



Anita Cione Tavares Ferreira da Silva

TEAA95

Técnicas Vocais

TÉCNICAS VOCAIS

UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA
ESCOLA DE TEATRO
LICENCIATURA EM TEATRO

ANITA CIONE TAVARES FERREIRA DA SILVA

TÉCNICAS VOCAIS

Salvador
2022

UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA

Reitor: João Carlos Salles Pires da Silva
Vice-Reitor: Paulo César Miguez de Oliveira
Pró-Reitoria de Ensino de Graduação
Pró-Reitor: Penildon Silva Filho
Escola de Teatro
Diretor: Luiz Cláudio Cajaíba

Superintendência de Educação a
Distância -SEAD
Superintendente
Márcia Tereza Rebouças Rangel

Coordenação de Tecnologias Educacionais
CTE-SEAD
Haenz Gutierrez Quintana

Coordenação de Design Educacional
Lanara Souza

Coordenadora Adjunta UAB
Andréa Leitão

Licenciatura em Teatro

Coordenador:
Prof. Mateus Schimith

Produção de Material Didático

Coordenação de Tecnologias Educacionais
CTE-SEAD

Núcleo de Estudos de Linguagens &
Tecnologias - NELT/UFBA

Coordenação
Prof. Haenz Gutierrez Quintana

Projeto gráfico
Prof. Haenz Gutierrez Quintana
Imagem de capa:

Equipe de Revisão:
Julio Neves Pereira
Simone Bueno Borges

Equipe Design
Supervisão: Haenz Gutierrez Quintana;
Danilo Barros

Editoração / Ilustração:
Amanda dos Santos Braga; Ingrid Barretto;
Tamara Noel; Norton Cardoso; Sofia Virolli;

Luana Lopes; Carla Juliane Silva; Gabriela
Cardoso

Design de Interfaces:
Danilo Barros

Equipe Audiovisual

Direção:
Haenz Gutierrez Quintana

Produção:
Amanda Gomes

Câmera, teleprompter e edição:
Gleyson Públio

Edição:
Juliana Costa

Videografismos e Animação:

Rafaela Feliciano; Melissa Araújo; David
Vieira



O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001. Esta obra está sob licença *Creative Commons CC BY-NC-SA 4.0*; esta licença permite que outros remixem, adaptem e criem a partir do seu trabalho para fins não comerciais, desde que atribuam o devido crédito e que licenciem as novas criações sob termos idênticos.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Sistema Universitário de Bibliotecas da UFBA

S586 Silva, Anita Cione Tavares Ferreira da.
Técnicas vocais / Anita Cione Tavares Ferreira da Silva. - Salvador: UFBA,
Escola de Teatro; Superintendência de Educação a Distância, 2022.
66 p. : il.

Esta obra é um Componente Curricular do Curso de Licenciatura em
Teatro na modalidade EaD da UFBA.

ISBN: 978-65-5631-081-7

1. Teatro - Estudo e ensino (superior). 2. Teatro - Vocalização. 3. Teatro
- Dicção. I. Universidade Federal da Bahia. Escola de Teatro. II. Universidade
Federal da Bahia. Superintendência de Educação a Distância. III. Título.

CDU: 792

SUMÁRIO

MINI CURRÍCULO DA AUTORA	07
APRESENTAÇÃO	08
UNIDADE 1 - INTRODUÇÃO AO ESTUDO DA VOZ	09
1.1 – Breve apanhado histórico da produção bibliográfica e do ensino de técnica vocal no Brasil	09
1.2 – Aparelho fonador	11
1.3 – Elementos do estudo da voz	13
1.3.1 Respiração	13
1.3.2 Ressonância	15
1.3.3 Emissão adequada da voz/ Impostação	16
1.3.4 Projeção e apoio vocal	18
1.3.5 Articulação vocal	21
1.3.6 Equilíbrio do corpo no espaço	23
1.3.7 Ritmo	24
1.3.8 Qualidades do som vocal	26
UNIDADE 2 - ABORDAGENS DE TÉCNICAS VOCAIS COM VIÉS FONOAUDIOLÓGICO	28
2.1- Método Espaço Direcional	28
2.2 - Núcleo sonoro	30
2.3 - Camadas da voz, estados psicofísicos e fatores de movimento associados a criação vocal	32
UNIDADE 3 - ABORDAGENS ANCORADAS NA IDENTIDADE E IMAGINÁRIO DO ATOR	40

3.1 – A voz é um espelho do que compõe você	43
3.2 – A emissão vocal possui direcionamento	48
3.3 – Proposta de preparação da voz para o teatro	51
3.4 – Processo criativo de voz e personagem a partir de pessoas do cotidiano	59
3.5– - Atividade final - exercícios de criação de cena a partir da voz	61
CONSIDERAÇÕES FINAIS	63
REFERÊNCIAS	65

MINI CURRÍCULO DA AUTORA

Graduada no Bacharelado em Artes Cênicas com habilitação em Interpretação Teatral pela UFBA. Mestre e Doutora em Artes Cênicas pelo Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da Universidade Federal da Bahia, PPGAC- UFBA, na linha de Processos Educacionais em Artes Cênicas. Especialista em Metodologia do Ensino de Artes pela Faculdade Dynamus de Campinas-SP e Licenciada em Artes Visuais pelo Centro Universitário ETEP. Professora de Teatro e pesquisadora, realizou suas investigações de Mestrado e Doutorado voltadas para o ensino de teatro e a formação de professores, desenvolvidas via Cursos de Extensão ministrados à jovens de comunidades periféricas no estado da Bahia, utilizando metodologias oriundas das pedagogias críticas, como o Teatro do Oprimido e o Teatro em Comunidades. Pesquisadora do Grupo Interdisciplinar de Pesquisa e Extensão em Contemporaneidade, Imaginário e Teatralidade da UFBA-GIPE-CIT e do Grupo de Estudos em Teatro do Oprimido – GESTO.



Ilustração: Sofia Virolli

APRESENTAÇÃO

Oi pessoal! Sou Anita Cione, este é o ebook da nossa disciplina de Técnicas Vocais, no curso de Licenciatura em Teatro (EaD) da Universidade Federal da Bahia. Artistas e educadores necessitam aprimorar a voz em seus diversos aspectos para se expressar mais plenamente em cena e no trabalho docente. Assim, é fundamental que atrizes e atores, professoras e professores, possam cuidar da sua voz e expandir seu potencial vocal.

Estaremos aqui explorando as principais teorias e práticas da voz para o teatro. Existem diferentes abordagens pedagógicas para o trabalho vocal, as mais antigas possuem um foco técnico em maior grau ancorado na fonoaudiologia, e as mais recentes, criadas por profissionais do teatro, orientadas para a preparação do ator num sentido mais profundo e integral. O objetivo principal deste componente é que você consiga ter sucesso em conhecer e aprender a utilizar técnicas de emissão vocal para a criação cênica.

Além disso, temos outros objetivos, como compreender o funcionamento do aparelho fonador; aprofundar o estudo dos principais elementos da voz; estudar a teoria vocal e as propostas das autoras selecionadas; praticar jogos e exercícios voltados para o desenvolvimento da voz; construir processos criativo vocais para a elaboração de cenas e promover avaliações coletivas, reflexivas e críticas ao longo do processo. Na primeira unidade, veremos um apanhado dos estudos iniciais de técnica vocal no Brasil e seu desenvolvimento, conheceremos o funcionamento do aparelho fonador, responsável em nosso corpo pela emissão vocal. Serão observados elementos do estudo das técnicas vocais, como respiração, ritmo, articulação, projeção, entre outros.

Na segunda unidade, estudaremos a técnica vocal a partir do olhar das teorias mais tradicionais e fonoaudiológicas. Já na terceira unidade estudaremos o desenvolvimento vocal do ator a partir de abordagens mais recentes e focalizadas no ator de teatro, considerando sua subjetividade, imaginário, ancestralidade e observando formas de composição criativa de cenas a partir de jogos e exercícios de voz. Vamos!

Anita Cione



Ilustração: Sofia Virolli

UNIDADE 1 - INTRODUÇÃO AO ESTUDO DA VOZ

A disciplina de Técnicas Vocais é voltada para o uso da voz na cena, utilizando bases teóricas e práticas criativas direcionadas para a composição cênica. Ressalto que a técnica vocal para o teatro não é a mesma que para o canto, são objetivos e procedimentos muito diferentes. Além disso, é interessante compreendermos que a voz não está separada do nosso corpo, ela é uma extensão, como um membro invisível que rompe o espaço atingindo o próximo, podendo gerar emoção e comoção, ao estar atrelada ao indivíduo como um todo. É composta subjetivamente por tudo que o compõe também: sua história, experiências e memórias.

Nesta unidade, aprofundaremos aspectos básicos sobre o estudo da voz, observando a construção da emissão vocal pelo aparelho fonador, estudando as variáveis que interferem e auxiliam no desenvolvimento da voz, como a respiração, ritmo, articulação, projeção e apoio vocal, impostação, equilíbrio, timbre, altura e intensidade. Inicialmente, conheceremos um pouco da história do ensino de voz no Brasil, para depois observar o aparelho fonador e as variáveis fundamentais do estudo da voz.

1.1 Breve apanhado histórico da produção bibliográfica e do ensino de técnica vocal no Brasil

Para compreendermos um pouco da história da técnica vocal para a cena no Brasil, vamos conhecer duas vertentes principais: os escritos sob uma ótica mais técnica e fonoaudiológica, e os textos elaborados por profissionais das artes cênicas, como atores e diretores. Do primeiro eixo, cito o livro *Manual de Voz e Dicção* (1971), de Lilia Nunes e o livro *Expressão Vocal e* (1992), de Glorinha Beuttenmüller e Nelly Laport, cujas obras focam as técnicas vocais e no condicionamento do aparelho fonador. Esta última

possui um formato de manual técnico que versa sobre o âmbito do corpo assimilado em conjunto com a voz em sua relação com o espaço.



Figura 1: Obras fundamentais de ensino de técnicas vocais

Fonte: Domínio Público

Cerca de quinze anos mais tarde, é publicada a obra *Estética da Voz – Uma Voz para o Ator* (1989) de Eudósia Acuña Quinteiro, livro de fonoaudiologia em que é tratada a temática da voz do ator especificamente. Nesta obra, são elaborados conceitos e reflexões a respeito do treino e desempenho do ator na esfera vocal e corporal. Já no final dos anos noventa, é lançada a obra *Voz: Partitura da Ação* (1997) de Lucia Helena Gayotto, na qual por intermédio de uma base fonoaudiológica são propostos procedimentos para a construção de uma partitura na ação vocal. Em obras seguintes, a mesma autora desenvolve uma técnica vocal para o teatro traçando conexões com a teoria de Rudolf Laban (1978) ao propor exercícios abarcando equilíbrio e movimentação espacial.

Em referência à segunda vertente de obras escrita por atores e/ou diretores teatrais, há uma ampla gama de textos a respeito da voz na cena, mas como fragmentos pertencentes a investigações maiores, como, por exemplo, na obra de Constantin Stanislavski, Bertolt Brecht, Eugênio Barba, Antonin Artaud e Jerzy Grotowski. Estes autores compartilham da ideia de *ação vocal*, termo cunhado por Stanislavski decorrente da sistematização de seu método das ações físicas.¹

¹ O método das ações físicas de Stanislavski consiste na realização de ações físicas como percurso para se construir a personagem, em que à medida que a ação vai sendo lapidada a emoção da personagem vai emergindo.



Dica

Atenção para a ideia de ação vocal, pessoal!

A ação vocal comporta a habilidade do ator de contagiar o parceiro com suas próprias imagens. Para fazer isto, o ator em primeira pessoa deve ter uma visão clara para obrigar o parceiro a ver aquilo do qual ele fala. A esfera da ação vocal é ilimitada... A transmissão do próprio pensamento é ação. (STANISLAVSKI in TOPORKOV (1991), citado e traduzido por GONÇALVES 2004, p. 27)

Ao interpretar um papel, o ator deve conceber imagens internas impulsionadoras das emoções da personagem, que devem ser compostas durante o processo criativo a partir da elaboração de imagens para cada trecho do texto, trabalhando as percepções da personagem a cada momento da cena. A ação vocal é integrante chave desse processo, com o propósito contagiar o público e o colega de cena com o que a personagem está sentindo ou vendo, para transmitir a sensação de verdade vocal, termo cunhado pela Profa. Dra. Meran Vargens, pesquisadora, atriz e diretora. Sua tese apresenta um prisma diverso do fonoaudiológico, oriunda de profissionais de teatro focados nas problemáticas da preparação do ator.

A tese de Vargens, *O exercício da expressão vocal ao alcance da verdade cênica: construção de uma proposta metodológica para a formação do ator ou a voz articulada pelo coração* (2005), obra posteriormente transformada em livro, propõe uma perspectiva que contém a essência dos autores de voz de teatro quanto ao sentido da preparação para a cena e vai além, atrelando a origem da emissão vocal fundada no indivíduo como um todo: sua subjetividade, história, experiências e memórias. Em nosso ebook vamos conhecer um pouco dessas vertentes.

1.2 Aparelho fonador

Para que se tenha consciência vocal e corporal, é necessário compreender os elementos que edificam o ato de emissão da voz e os movimentos do corpo; por isso, primeiramente,

é relevante entender a fisiologia do aparelho fonador. A voz é ar transformado em som, mas para que isso aconteça, todo um mecanismo biológico comandado pelo sistema nervoso central deve acontecer.

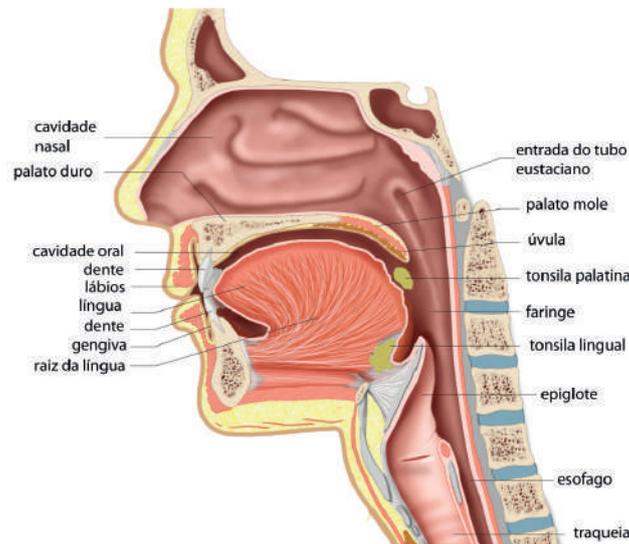


Figura 2: Aparelho fonador

Fonte: https://biology-forums.com/gallery/14755_10_09_12_7_07_44_8467742.jpeg (alterado por Sofia Virolli)

O aparelho fonador é composto de fato por todo o aparelho respiratório, incluindo pulmões, caixa torácica e diafragma, onde em um movimento do diafragma semelhante a um fole, o ar é liberado para a emissão vocal. Funciona de maneira similar a um instrumento musical complexo, de sopro e de cordas, onde o pulmão fornece o ar necessário para ser transformado em som, emitido pelas vibrações das cordas vocais.

No movimento da expiração o ar empurra as cordas vocais e sua pressão gera a vibração dessas cordas, durante o movimento da fala as cordas vocais são movimentadas, o que altera seu tamanho e posicionamento. Há espaços que funcionam como caixas de ressonância, como a faringe, cavidades nasais e boca, modulando o som produzido, expandindo algumas frequências e enfraquecendo outras. Esse processo é considerado completo quando a voz em contato com o palato e todos os componentes da boca, moldando o som de forma acabada.

Segundo Beuttenmüller e Laport (1992), o ato fonatório desperta sensações internas sobre as quais o ator deve adquirir consciência. As autoras nomeiam essa consciência de esquema vocal corporal, apontando para alguns locais do corpo durante a emissão vocal.

Os músculos do abdômen juntamente com as costelas devem seguir o deslocamento do diafragma ao longo do ato respiratório. Na cavidade torácica, é preciso perceber uma vibração, especialmente em tons mais graves da voz.

O ar deve chegar de forma livre até o palato duro, que possui o formato de uma concha acústica, o véu palatino erguido e em toda a estrutura de ossos do rosto sente-se uma sensação de vibração, em particular na arcada dentária superior. As autoras atentam para que seja combatida a flacidez abdominal e também a rigidez das costas ou abdominal, além de tensões na coluna ou pescoço, evitando a projeção do peito para frente e evitando qualquer desconforto, dor, ardência ou esforço na laringe.



Sabendo um pouco mais

Para aprofundar o entendimento de como funciona a emissão da voz, recomendo assistir ao vídeo abaixo sobre aparelho fonador:

Link: <https://youtu.be/NF1OXivKM30>

1.3 Elementos do estudo da voz

Vamos entrar agora na parte técnica de caráter mais fonoaudiológico, de acordo com o trabalho de Beuttenmüller e Laport (1992), Nunes (1971) e Quinteiros (1989), conhecer um pouco de suas propostas, conceitos e exercícios a partir dos elementos que observamos ao estudar e treinar a voz.

1.3.1 Respiração

A forma de respirar afeta muito a voz. É determinante que o ator possua uma boa capacidade respiratória, afinal, o ar é o que impulsiona a emissão vocal, influenciando diversos aspectos como altura, projeção e sustentação do som. Nunes indica diversos exercícios respiratórios para a expansão do tônus corporal, capazes de retificar o que considera como falhas e imperfeições vocais, observando que esses exercícios adaptam-se

a partir da demanda da prática para cada indivíduo, de sua constituição física e capacidade respiratória.



Fonte: Pexels

Para preparar, purificar, amornar e umidificar o ar, Nunes recomenda (1971) que a inspiração seja realizada pelo nariz. Dentre os exercícios de respiração e relaxamento sugeridos, indico alguns bem simples e eficientes:

Primeiro exercício: Em pé, com a coluna reta, separar as pernas e erguer os braços até a altura dos ombros, em processo de inspiração. Em seguida, expirar vagarosamente retornando à postura inicial.

Segundo exercício: Realizar a inspiração do ar, suspendendo os braços para cima da altura da cabeça, deixando os braços descerem ao expirar.

Terceiro exercício: Com as pernas afastadas e pés bem plantados no chão, erguer os braços unindo as mãos acima da cabeça ao inspirar, deixando cair os braços para frente e com força, imitando o movimento de corte com um machado, mas curvando o corpo e chegando com o machado até embaixo, adentrando com as mãos até atrás dos joelhos.

Quarto exercício: Realizar inspiração do ar, erguendo os braços lateralmente até a altura dos ombros, realizando pequenos giros, finalizando com um giro mais amplo na expiração.

Quinto exercício: com o corpo estendido na horizontal, suspender os braços sobre a cabeça ao inspirar, retornando à postura original ao expirar.



Reflexão

Pratique os exercícios acima procure responder as seguintes questões:

Como você se sentiu após essa sequência? Consegue perceber alguma ampliação na capacidade de respiração? Nota uma relação entre o relaxamento muscular e a melhora na qualidade respiratória?

1.3.2 Ressonância

Um elemento primordial no trabalho com técnica vocal é a percepção e estudo da ressonância da voz, que consiste em sua vibração sendo percebida em outras partes do corpo. Ao ser emitida pelas cordas vocais, a voz é amplificada principalmente pelas cavidades nasais, pela boca e pela faringe, gerando ressonância. Ela é responsável por moldar o timbre da voz, que revela características próprias, como beleza ou insegurança. Beuttenmüller e Laport (1992) afirmam que o corpo inteiro é capaz de emitir ressonância. As autoras recomendam a realização de exercícios capazes de promover essa percepção nos diferentes níveis do corpo: *alto*, compreendendo a cintura escapular e membros superiores; *médio*, representado pelo plexo solar e *baixo*, envolvendo a cintura pélvica e membros inferiores.

A cabeça, considerada como um nível à parte, o *nível superior*, e é um local de ressonância crucial, pois concentra os orifícios responsáveis pela emissão dos sons produzidos pelo aparelho fonador. As autoras afirmam que no crânio acontece a última fase de ressonância, consistindo em uma vibração dos sons por todo a cabeça, sobretudo nas zonas dos palatos, promovendo o lançamento dos sons. Beuttenmüller e Laport (1992) recomendam interessantes exercícios ressonanciais, descritos a seguir. Destaco a importância de que os sons emitidos nos exercícios de ressonância constituam-se em zumbidos, para a melhor percepção da vibração vocal.

Primeiro exercício: entrelaçar as mãos na nuca, emitindo o zumbido, observando a ressonância nesse local.

Segundo exercício: com as mãos na cabeça, emitir o zumbido até perceber a vibração no local.

Terceiro exercício: locomovendo-se pelo espaço, emitir o zumbido buscando sentir a ressonância nos pés, mãos e nas partes já observadas nos exercícios acima.

Quarto exercício: Coloque as mãos na cintura pélvica, pressionando levemente, com a intenção de perceber a vibração sonora neste local do corpo. Comece lançando a voz para o centro do espaço, e depois projete o som de um lado para outro, voltando, por fim, a lançar o som na direção do centro do espaço.

Quinto exercício: repetir o anterior, mas mudando a área de percepção para a cintura escapular, procurando sentir como o som reverbera nesse local.

Essas propostas são passíveis de diversas variações, mas deve-se procurar emitir o som durante a expiração do ar, projetando-o de forma a dominar todo o espaço cênico. É oportuno que estas ações sejam iniciadas por exercícios respiratórios e de relaxamento, com uma postura corporal equilibrada, de forma a potencializar os resultados.



Atividade

Pratique a sequência de exercícios proposta acima e procure refletir consigo mesmo sobre as seguintes perguntas:

Conseguiu sentir a vibração sonora da ressonância nas partes do corpo sugeridas pelos exercícios? Teve mais facilidade ou dificuldade de senti-la em qual nível do corpo?

1.3.3 Emissão adequada da voz/ Impostação

A emissão mais adequada da voz corresponde à sua emissão natural a ser realizada sem esforço. Funciona com a pressão da coluna de ar fazendo vibrar as cordas vocais, com a epiglote e gargantas bem abertas para o lançamento do som. A língua permanece

preferencialmente relaxada e o véu palatino suspenso, com a extremidade da língua tocando levemente os dentes frontais inferiores.

Desta maneira, para uma emissão ideal da voz é indispensável verificar se os órgãos vocais não apresentam tensões, com a língua relaxada e bem posicionada, o queixo e a musculatura do pescoço descontraídos, caso contrário haverá bloqueios complicadores do fluxo vocal natural. É fundamental que o ator desenvolva seu condicionamento em relação à respiração, alongamento dos órgãos vocais e harmonia no funcionamento do diafragma. Ao cumprir esses requisitos seria alcançada a situação descrita por Beuttenmüller e Laport (1992) como *abraço sonoro*, quando a emissão vocal se dá de forma similar ao jorro de uma fonte, que se ergue a partir do diafragma, flui pela garganta até chegar na boca, lançando um esguicho sonoro para o público.



Figura 4: Espetáculo *Meu Nome é Mentira* (2011)

Fonte: Cedida para a autora

As autoras defendem que a voz é o eco sonoro dos sentimentos, e estou de acordo; acrescento ainda que a voz é uma expressão bastante particular de cada indivíduo, na qual estão presentes sua história, emoções, memórias, subjetividade, entre outros elementos. A ideia de chuva de sons sobre o público é uma metáfora que afina-se com a imagem de um abraço sonoro sendo dado no público. O ator, ao reter visualmente essa ideia, é capaz de se inspirar e de ampliar as condições vocais em várias das suas dimensões expressivas. Para expandir e aperfeiçoar a voz é essencial a realização periódica de práticas de respiração, ressonância e relaxamento.

Nunes (1971) afirma que a partir da familiaridade do ator com o conhecimento do aparelho fonador e com os exercícios respiratórios, é possível exercitar práticas de impostação de voz. A autora salienta a relevância de se considerar o tecido vocal de cada indivíduo para o trabalho de impostação vocal, agindo a favor do que é natural para o sujeito. Cada voz possui uma característica pessoal e intransferível, e cada qual pode desenvolver seu potencial e alcançar o virtuosismo dentro de suas tendências e possibilidades corporais.

1.3.4 Projeção e apoio vocal

Para uma boa projeção de voz, a fim de alcançar com folga até a última cadeira da plateia, é imprescindível um apoio vocal bem sustentado e que o ator tenha a consciência da necessidade desse suporte. O apoio vocal funciona como base para o impulso da voz ser projetado, localiza-se na maioria das vezes na região do diafragma. A projeção vocal está ligada ao alcance e clareza com que a voz consegue atingir o ambiente, dispondo de variadas técnicas para o desenvolvimento da consciência e do fortalecimento do apoio na emissão para uma voz cada vez mais clara e potente.

Muitos indivíduos têm bloqueios para a projeção vocal adequada, com vozes “para dentro”, “abafadas”. Para dissolver esses padrões e abrir o livre fluxo da expressão vocal, é requerido ter-se a noção de *apoio vocal*; ele sustenta e amplia o alcance vocal, permitindo que a sua projeção aconteça de forma eficiente. Eudósia Quinteiro (1989) desenvolve a questão do apoio vocal, recomendando ao ator manter o apoio respiratório entre o diafragma e a cintura pélvica, pressionando levemente a região do baixo ventre e em seguida a contração suave na área glútea. A autora elucidada:

É para esta região pélvica que o ator deve encaminhar sua atenção quando desejar uma projeção mais resistente. O cinturão pélvico, como costumamos chamar essa disposição corporal, é indispensável para a fala cênica. Quando o ator dirigir sua fala para o grito ou para o sussurro, recomenda-se um cingimento máximo do cinturão pélvico. (QUINTEIRO, 1989, p. 62)

Acrescento que ser importante estar com os pés bem firmados no chão para conseguir sustentar o apoio de forma favorável e lançar com eficiência toda a potência vocal que for possível, com tranquilidade e sem esforço. Possuindo uma base forte, ou seja, um bom apoio vocal, o ator consegue lançar a voz com eficiência, mas, muitas vezes, por falta de conhecimento técnico, o ator pode manter apoios em locais inadequados, como

a garganta. Por ser um ponto de ressonância de grande vibração nas cordas vocais, este local não pode conter tensões, e essa ação específica termina por colocar muita força na região, prejudicando o livre fluxo vocal e enrijecendo a área.



Fonte: Wikimedia Commons

Beuttenmüller e Laport (1992) esclarecem que a projeção vocal é realizada pelas vogais, por serem sons puros, sem obstáculos, capazes de se alongarem continuamente, ou serem interrompidos; como também serem acentuados entre o grave e o agudo, proporcionando harmonia e andamento ritmado na fala, imprimindo cores e texturas na emissão vocal. As autoras oferecem diversos exercícios para se chegar ao que denominam expressão vocal adequada, que ocorre quando o ator conquista com propriedade a voz da personagem. Tente realizá-los sentindo o apoio no diafragma e liberando a garganta de qualquer tensão:

Exercício: uso de vogais para trabalhar a expressividade de dentro para fora durante a emissão da voz:

- Sentir *admiração* vocalizando a vogal /a/
- Sentir *alívio* vocalizando a vogal /a/
- Sentir *espanto* vocalizando a vogal /o/
- Sentir *tristeza* vocalizando a vogal /o/
- Vaiar alguém vocalizando a vogal /u/
- Instigar alguém vocalizando a vogal /i/

-Advertir alguém vocalizando a vogal /e/

Realize a sequência de exercícios acima. Durante esse exercício os participantes precisam instalar as expressões faciais e as posturas corporais correspondentes aos sentimentos envolvidos, trabalhando ao mesmo tempo a expressão do corpo e da voz.



Reflexão

Como foi experimentar a projeção das vogais sustentando o apoio e instalando as expressões e sentimentos de cada proposta? Que grau de aprofundamento na instalação das emoções você conseguiu? Como a emissão de vogais auxiliou esse processo?

As autoras reiteram que, ao iniciar os exercícios de expressão vocal, o aluno já deve ter noções claras a respeito de práticas de respiração, relaxamento e ressonância vocal, posicionamento correto da língua e consciência de apropriação dos espaços pessoal, parcial e total, conquistando uma direção sonora eficiente ao manter constante a noção de que a força dos sons advém do diafragma como apoio e sua fluência é distribuída nas regiões dos palatos.

Quinteiro (1989) também preconiza exercícios de fortalecimento do apoio vocal com a emissão de vogais, para o aquecimento do ator antes de entrar em cena, como sugestão para um início leve e descontraído. Abaixo está o exemplo de um deles.

Exercício: Respire levemente e permaneça com sua visão vendada, repouse as mãos unidas pelas pontas dos dedos no centro da testa emitindo a vogal /u/. A autora, em seguida, indica a vocalização da vogal /e/ com as mãos na garganta, agindo da mesma maneira que na vogal anterior. Posteriormente, vocalizar a vogal /o/ com as mãos no osso esterno, no peito. Depois para a vogal /i/, com as mãos sobre o estômago e a vogal /a/ na região pélvica.

Recomenda-se por breves momentos retirar as mãos e, em seguida, recolocá-las no mesmo local, para perceber algumas características significativas como a ampliação da intensidade do som, a facilidade de escutá-lo, a constância na continuidade e na emissão do som, além da descontração corporal e emocional. Observe, durante o exercício, o

ritmo da respiração e tente perceber como ela auxilia na sustentação do apoio vocal. Você consegue notar a ressonância em algum local do corpo ao repousar as mãos durante a prática? E a força que o apoio vocal no diafragma dispense para dar o suporte do som?

Esses exercícios, segundo a autora, promovem um aumento da potência emocional das personagens antes de entrarem em cena, por estarem em conexão com regiões consideradas centros de energia do corpo na filosofia oriental, conhecimento em que a autora também se respalda. Além disso, esse exercício amplia a concentração antes do espetáculo

1.3.5 Articulação vocal

A articulação clara das palavras, sílabas, frases ou sons em geral é absolutamente relevante para a compreensão eficiente da expressão oral.



Glossário

O que é articulação vocal? Está relacionada à emissão vocal e pronúncia das palavras e dos textos de forma o mais completa e clara possível, articulando consoantes corretamente de maneira a tornar a palavra de fácil compreensão.

Nesse panorama, as consoantes têm um papel fundamental para a clareza da articulação vocal. Beuttenmüller e Laport (1992) definem as consoantes como sons cuja característica é a oposição de obstáculos ao livre fluxo do ar, em diferentes locais da boca. Elas recomendam que as consoantes sejam faladas com atenção para que as palavras sejam bem compreendidas e tenham a sua expressão própria. Comparando a diferença entre consoantes e vogais em uma metáfora de um jogo de pingue pongue: a raquete, representando a consoante, e a bolinha, representando a vogal, integram o mesmo jogo, mas possuem funções diferentes. As pesquisadoras completam que não se pode jogar sem a bola, mas o impulso da raquete é indispensável para a projeção do som.

Nunes (1971) aconselha práticas que exercitam a articulação de palavras que possuem abundância de determinadas letras em sua composição, como o exemplo a seguir:

Exercício: repetir as palavras abaixo, primeiramente, com a arcada dentária fechada, expandindo a movimentação da língua e dos lábios. Em seguida, mordendo uma rolha e por fim, livremente, com articulação potencializada e boa velocidade:

-R-

Braço-brecha-brita-brota-bruto

Barca-berço-birba-bordo-burgo

Barra-berro-birra-bôrra-burro

Babar-beber-subir-rubor-abur [...]

-S-

Sarça-serva-sirvo-sorte-surdo

Assar-tecer-tossir-açor-Assur

Sara-cera-Ciro-soro-suru

Sarro-serra-cirro-sorro-surra [...] (NUNES, 1971, p.85-86)

Quinteiro (1989), por sua vez, compõe um exercício de articulação vocal para o ator que está trabalhando com um texto pronto, orientando que após o indivíduo ter organizado a partitura do texto, tendo marcado os momentos de respiração e definido a curva de entonação de cada frase, pratique o exemplo a seguir:

Exercício: realizar a emissão vocal do texto teatral colocando a vogal /u/ antes de cada vogal. Exemplo:

Texto original: “Está muito frio, eu acho que vai chover, e você?”

Fala do ator: “Uestuá muuituo fruiuo, ueu uachuo que vuai chuovuer, eu vuocê?”

Este tipo de exercício fortalece toda musculatura vocal e condiciona o aparelho fonador, em especial as caixas de ressonância, a emitirem uma vocalidade mais limpa e clara após os exercícios.



Atividade

Realize os diferentes exercícios propostos acima, utilizando uma frase de sua escolha para a segunda proposta. Que diferença na emissão vocal você observou após as práticas? Procure alternar as velocidades na voz durante os exercícios e responda à mesma questão novamente.

1.3.6 Equilíbrio do corpo no espaço

Beuttenmüller e Laport (1992) alertam que o equilíbrio físico e postural é vital para a dinâmica do corpo de maneira geral. Se existe algum problema dessa ordem, isso se reflete em distúrbios aleatórios no organismo do indivíduo e também no aparelho fonador. Além disso, o equilíbrio também influencia e é influenciado pelas emoções, agindo na homeostase geral do corpo. As autoras asseguram que para estar equilibrado o corpo precisa estar bem ancorado no seu centro de gravidade, situado na área pélvica, estruturado na vertical pelos membros inferiores.

Para atingir o equilíbrio do corpo e obter uma emissão vocal satisfatória, Quinteiro (1989) faz recomendações específicas sobre postura básica do ator, no sentido de manter os pés afastados de forma cômoda, recebendo o peso do corpo de forma bem distribuída por toda a extensão dos pés. Os músculos têm que estar descontraídos, a cintura pélvica não pode estar pendendo para frente nem para trás, o tórax estabilizado sobre o diafragma e a cabeça erguida sobre a cintura escapular, mantida relaxada, com o queixo paralelo ao solo.

Com esses cuidados, o ator mantém o equilíbrio de forma geral e sustenta o impulso corporal e vocal no diálogo cênico. As ações vocais e corporais devem ser entendidas e notadas do ponto de vista auditivo, visual e em relação à percepção dos movimentos musculares, portanto é indispensável trabalhar as percepções dos sentidos e conquistar uma boa percepção sensorial para além do aprimoramento da relação voz e corpo. A percepção visual, por exemplo, é determinante em relação ao espaço total para o lançamento adequado da voz; sem ela a emissão vocal não consegue se projetar de maneira efetiva. Segundo Beuttenmüller e Laport (1992), para se conseguir um equilíbrio

eficiente entre voz e corpo, é imperativo desenvolver o eixo sensorial contido na união visão-audição.

1.3.7 Ritmo



Fonte: Freepik

Toda frase é sustentada pela respiração, tendo um ritmo de emissão vocal e uma cadência, passíveis de variações. Beuttenmüller e Laport (1992) trazem o conceito de *tempo rítmico*, e explicitam que é por meio do ritmo da respiração compreendida como pulsação que se pode conseguir um equilíbrio vocal e corporal apropriado para a função de ator, em que por meio de exercícios seria possível a expansão da capacidade criativa rítmica.



Glossário

Tempo rítmico: ideia que define que cada ação ou movimentação possui um tempo rítmico em si mesmo, variando em potência e alcance.

O texto teatral possui um ritmo a ser decodificado pelo ator, que irá construir sua partitura vocal a partir dele, juntamente com o movimento corporal. As autoras recomendam:

Nos ensaios ou exercícios, deverão ser trabalhados ao mesmo tempo a imagem corporal e os silábicos em vários ritmos diferentes. Para isso, deverão ser usadas palavras com várias acentuações e sentidos diferentes, pois a palavra é sempre um estímulo em função do ritmo que cada uma delas contém. [...]

O uso da fala como impulso para o movimento rítmico criador deve ser treinado com o uso de trovas poéticas, poesias de vários tipos, trava-língua e mesmo palavras isoladas acompanhadas com o bater de pé, palmas, estalar a língua, estourar bochechas, pressionar os lábios e outros estímulos. (Beuttenmüller e Laport, 1992, p.91)

O atrelamento da emissão vocal ao movimento rítmico potencializa a própria voz e os processos criativos de construção de cena, pois o movimento impulsiona e molda a voz, que será um reflexo do movimento. A voz e a movimentação do corpo são maneiras de expressão de ritmo, e a apropriação dessas pulsações de movimentação fortalece a comunicação em cena.

As autoras apresentam exercícios para trabalhar ritmo empregando o próprio corpo como instrumento musical, orientando a produção de som aliada à percepção do tato, visão e audição, para provocar ruídos de intensidades e velocidades variadas. Exemplos: bater com os pés no chão, bater os calcanhares no chão, bater palmas, batucar sobre um objeto, bater em locais distintos do corpo. Beuttenmüller e Laport (1992) preconizam repetição desses exercícios com movimentação pelo espaço, integrando o ritmo da voz com o dos membros superiores e inferiores, percebendo a vocalização de sílabas e acentuação associadas ao envolvimento sonoro do corpo. Selecionei os dois exercícios abaixo:

Primeiro exercício: vocalização de sílabas associadas a batidas dos pés e mãos:

Ca-ta-pá (batendo mais forte os pés e mãos na sílaba tônica)

Qué-té-pé (batendo mais forte os pés e mãos na sílaba tônica)

Qui-ti-pí..... (batendo mais forte os pés e mãos na sílaba tônica)

Có-tó-pó..... (batendo mais forte os pés e mãos na sílaba tônica)

Cu-tu-pú (batendo mais forte os pés e mãos na sílaba tônica)

As autoras sugerem a repetição destes exercícios alternando a sílabas tônicas para outras posições, mudando a acentuação.

Segundo exercício: sentar-se no chão, erguendo os braços e imaginando que tem nas mãos uma grande bola muito leve, e, então, jogar a bola para o alto soltando um som

pela boca, usando a força do impulso de jogar a bola para a emissão desse som. Este é um exercício efetivo para o lançamento da voz associada ao impulso dos movimentos.

Para além do trabalho com a rítmica do texto, o ritmo por si só é uma maneira viável de exercitar o contato com o outro, Essa troca com o próximo é muito relevante ao proporcionar um potencial de criação multiplicado. Aqui estão alguns exemplos de exercício vocal sem palavras, apenas com sons:

Primeiro exercício: Em roda, cada integrante escolhe um ritmo vocal. O primeiro participante exhibe seu som e o mantém; o próximo, ao entrar na roda, deve afinar, ao primeiro, seu som rítmico, e assim por diante, de forma a ir se formando uma composição coletiva, até todos estarem emitindo seu som rítmico ao mesmo tempo e se integrando à roda, de modo pulsante.

Segundo exercício: Em roda, repete-se o exercício anterior, mas em vez de um ritmo vocal, o participante deve atrelar um movimento rítmico corporal à sua emissão vocal, integrando-se aos ritmos da roda e sustentando sua célula rítmica em conjunto com o grupo.

Esses jogos vocais trabalham, por meio do relacionamento rítmico entre os participantes, a construção de ambientes sonoros nos quais o ritmo interno de cada participante se integra a um ritmo externo, gerando uma composição rítmica agregadora.



Atividade

Experimente na prática os exercícios acima e avalie as seguintes questões. Como foi sua experiência em relação à sustentação do ritmo? E a coordenação entre o ritmo nas vocalizações e movimentos físicos? Sentiu quais diferenças nos trabalhos entre palavra e som puro?

1.3.8 Qualidades do som vocal

Nunes (1971) especifica o que chama de “qualidades do som vocal” (p.38), que são *intensidade, altura e timbre*. Para a pesquisadora, a intensidade é a capacidade de um som se manifestar de maneira mais ou menos perceptível. As variáveis que tornam a

intensidade maior ou menor são a força da respiração e as características das zonas ressonanciais. Já Quinteiro (1989) explica que a intensidade vocal é medida pela força que o ar da traqueia exerce nas cordas vocais e a resistência que as últimas oferecem durante a fonação.

Para Nunes (1971) a altura é relativa à escala vocal mais confortável de cada voz, é o tom que utilizado para falarmos, que pode ser predominantemente grave, médio ou agudo. Para Quinteiro (1989), a altura está relacionada com a vibração da onda sonora emitida, variando entre o som grave, de uma vibração frequencial mais reduzida, com a frequência superior do som agudo. Esse equilíbrio entre a amplitude da altura do som necessita ser exercitado dentro da estrutura vocal apropriada de cada ator.

O timbre, segundo Quinteiro (1989), é uma qualidade do som gerada pela ressonância, capaz de permitir a percepção da diversidade das vozes: mais anasaladas, mais graves, mais entusiasmadas. E para Nunes (1971), consiste nas características que nos possibilitam diferenciar uma voz da outra, quando ambas possuem a mesma altura, a depender do aparelho fonador de cada um.

Observar as qualidades vocais é um exercício relevante não apenas para aprimorar a potencialidade vocal do ator mas também para ampliar leitura da voz que está em cena. Ao conhecer não apenas as qualidades da voz, mas todos os elementos que fazem parte do seu estudo, expandimos nosso repertório de apreciação artística, de desenvolvimento pessoal como artistas da cena e ainda como professores de teatro.

Síntese da Unidade I

Abordamos nesta unidade os principais elementos a serem observados no estudo da voz, estudando os aspectos básicos das técnicas vocais. Na primeira seção, nos dedicamos a uma breve retrospectiva histórica sobre bibliografias publicadas no Brasil e o ensino de voz. Já na segunda seção, nos ativemos ao aparelho fonador e seu funcionamento para a emissão vocal. Na terceira seção, por sua vez, examinamos os elementos de estudo da voz, como a respiração, ressonância, ritmo, equilíbrio corporal, articulação, apoio e projeção vocal, impostação e qualidades do som, imprescindíveis para o desenvolvimento de práticas de técnicas vocais.



Ilustração: Sofia Virolli

UNIDADE 2 - ABORDAGENS DE TÉCNICAS VOCAIS COM VIÉS FONOAUDIOLÓGICO

As primeiras obras em português elaboradas para o ensino de voz possuem uma abordagem mais focada no âmbito técnico e fonoaudiológico, bastante eficientes, mas um tanto homogêneas, por não considerarem a subjetividade dos atores. Ainda assim, são trabalhos pioneiros, que influenciaram as gerações seguintes de professores de voz e preparadores vocais para o teatro, continuando a ser referenciais técnicos e artísticos para o desenvolvimento da potencialidade vocal do artista da cena, e muito úteis para o entendimento do funcionamento vocal e dos elementos a serem estudados na voz

2.1 Método Espaço Direcional

Beuttenmüller e Laport (1992) criaram o Método Espaço Direcional, pioneiro na época, que associa o *espaço* e o *tempo* ao desenvolvimento da ação corporal e vocal, analisando o emprego da voz no espaço cênico, local de trabalho do ator. Para ser emitida, a voz deve ser lançada conscientemente no espaço onde estão os indivíduos receptores. Os tipos de espaços referido pelas pesquisadoras são compreendidos em diferentes categorias:

-*Espaço pessoal*: é o espaço do corpo para dentro, que contém o repertório pessoal de experiências do indivíduo, onde ele encontra material para guiar sua atuação. Quando o ator possui tensões físicas ou outros bloqueios, estes prejudicam o fluxo vocal no espaço.

-*Espaço parcial*: representa o espaço ocupado pelo corpo do ator em sua máxima extensão, com os membros expandidos.

-*Espaço total*: ocupado pelo corpo em seu deslocamento.

-*Espaço sonoro*: está associado às sensações provenientes do espaço pessoal, que extrapolam o espaço parcial visando alcançar o espaço global-sonoro.

-*Espaço global-sonoro*: representa o espaço total ocupado pela voz do ator, onde está a plateia.

Para uma excelente emissão vocal é imprescindível que o ator tenha constantemente a noção do ambiente a abranger. Primeiramente o colega de cena com quem seu personagem contracena precisa ser alcançado, porém o objetivo maior é chegar em todos os espectadores, no espaço global, dirigindo a voz ao centro do local. Dessa maneira, a voz dialoga com o parceiro de cena, além de também ser totalmente compreendida pela plateia, ao atingir o palco e a totalidade do público, ainda que seja um sussurro.



Fonte: Adobe Stock

É pertinente constatar que, quando o corpo do ator está enrijecido, tenso ou bloqueado em algum ponto, essa condição irá afetar de alguma forma a emissão vocal do indivíduo, enfraquecendo e mantendo a voz no espaço pessoal ou parcial, sem alcançar o espaço global-sonoro. Como consequência, o uso da voz é feito de maneira equivocada, ocasionando problemas como ausência de voz, dores, ardência ou voz rouca. As autoras oferecem exercícios para apropriação e conscientização do espaço, facilitando a posterior emissão vocal. A seguir apresento um desses exercícios de conhecimento de espaço:

Exercício: o ator deve sentir o espaço, explorar o local e se deslocar para compreender seus limites e se apropriar dele em sua atuação. É proveitoso que o ator sinta o peso do próprio corpo ao se locomover, de modo a ganhar segurança em si próprio e no espaço em que está. Em seguida, o ator deve empurrar os pés no solo e assumir atitudes ou posturas emitindo voz após cada uma delas, notando como se deu a emissão da voz, se ela pareceu

forte, suave, insegura, extrovertida, agressiva, para depois relacionar essas características à postura corporal realizada.



Atividade

Realize o exercício acima e procure refletir sobre as seguintes perguntas: Como sentiu a exploração do espaço e a percepção de seus limites físicos? Durante a experimentação das atitudes posturais, conseguiu perceber uma relação entre o impulso de emissão da voz e o estímulo corporal para assumir a atitude física?

2.2 Núcleo sonoro

Beuttenmüller e Laport (1992) trazem o conceito de *núcleo sonoro*, que seria o ponto central na plateia aonde o ator deve lançar a voz. Em primeiro lugar, o ator deve tomar consciência do espaço cênico onde será desenvolvida sua ação, para então produzir o som, enviando-o para o núcleo, no centro do espaço. O sucesso do alcance da voz estaria diretamente vinculado à essa percepção espacial, que aperfeiçoa o direcionamento da emissão vocal.

As pesquisadoras propõem jogos e exercícios que treinam o disparo do som para o núcleo sonoro, dedicando-se à integração do reconhecimento visual do espaço em conjunto com a articulação dos sons, fazendo com que assumam o formato do ambiente atingido a partir de um impulso que surge do movimento gestual na cena. Esses exercícios são importantes para saber lançar o som na direção dos espectadores, para que o fluxo sonoro vocal realmente alcance o núcleo sonoro necessário.

Exercício: De olhos fechados, lançar o som para o centro do espaço. Deslocar-se de olhos fechados emitindo som em direção ao núcleo de quando em quando, tentando encontrar o núcleo sonoro mesmo em movimento.

Quando a emissão vocal é eficiente e completa, envolve o público no que a autora chama de **abraço sonoro**, englobando todos os espectadores. O impulso de alcance vocal leva a voz a se expandir e chegar a todos os espectadores, como uma pedra ao ser jogada

na água cria circunferências ondulantes que vão se ampliando. Nesse método, está subentendido que o ator está em um ambiente fechado, e as condições deste espaço em termos de reverberação da voz e sua escuta são cruciais. Beuttenmüller e Laport (1992) postulam o uso do corpo como um todo no ato de emissão vocal, projetando a voz como um jato sonoro sobre o público, envolvendo a plateia e ocupando todo o local.

Além disso, assume-se que o som é uma reação ao impulso do movimento corporal no espaço cênico, apresentando exercícios de produção de som concomitantemente ao movimento do corpo, para que essa relação seja percebida.



Atividade

Experimente emitir som utilizando formas de deslocamentos variadas, como se arrastar, andar em quatro apoios, correr, caminhar, saltar, arrastar-se, diferentes ações. Em seguida, avalie:

De que maneira o movimento corporal influenciou a sua emissão vocal? O que você percebeu no seu corpo nos momentos de emissão sonora? Como você se sentiu ao testar diferentes formas de usar a voz?

Nestes exercícios, é possível perceber a relação entre as qualidades do som emitido em relação ao movimento executado: gestual suavizado tende a gerar uma voz leve, e gestos fortes trazem uma voz mais vigorosa. Esse método está fundamentalmente direcionado para a percepção dos sentidos, e para o desenvolvimento da sensibilidade como ferramentas de investigação, no intuito de orientar o indivíduo a perceber seu corpo e voz para o desenvolvimento da expressão artística.

As autoras defendem que a prática de exercícios de relaxamento diariamente para evitar tensões, mostrando procedimentos como exemplo e reafirmando que relaxamento não representa inércia, mas sim estados ativos e dinâmicos do corpo e da mente, favorecendo a percepção dos sentidos. Para tal, também indicam exercícios de respiração e postura, para melhorar o condicionamento respiratório e a conscientização corporal dos participantes, colocando o corpo à disposição do trabalho vocal.

Nunes (1971) também oferece exercícios de relaxamento, entre eles:

Primeiro exercício: permanecer sentado, deixando a cabeça bem solta e pendendo suavemente para frente e para trás, por algumas vezes. Permitir que a cabeça gire de um lado para outro devagar, inspirando ao suspender a cabeça e expirando ao derrubá-la.

Segundo exercício: para relaxar a mandíbula, solte o maxilar inferior deixando cair com a força de seu próprio peso, afastando e em seguida fechando a boca, diversas vezes.

Terceiro exercício: permanecer em pé, abrindo os braços lateralmente, em seguida, dobrar o tronco soltando os braços. Erguer um braço de cada vez, ainda na posição curvada e deixar cair de novo com a força do próprio peso.

Ao experimentar esses exercícios, tente se acostumar a observar como seu corpo se comporta e se existem tensões corporais. Procure comparar como ele estava antes e como ficou depois das práticas. O livro de Nunes abarca um vasto manual prático de exercícios vocais, para ser consultado continuamente.

2.3 Camadas da voz, estados psicofísicos e fatores de movimento associados a criação vocal

Na perspectiva das abordagens direcionadas para a área teatral, é relevante examinar as contribuições da pesquisadora Lucia Helena Gayotto (2004, 2005), que renovou o campo da pedagogia da voz ao desenvolver um trabalho aliado ao pensamento do teórico da dança Rudolf Laban (1978), reunindo corpo e voz no trato do equilíbrio e do movimento.

A autora sustenta a ideia de que a voz possui camadas constitutivas, na qual uma audição atenta nota essas nuances e perspectivas de expressão. Essas camadas levaram Gayotto (2005) a refletir e pesquisar acerca do potencial do impacto da voz no outro e como isso ocorre, ao aprofundar o estudo a respeito das movimentações dos sons e vozes que guiam a expressão. Esses aspectos só podem ser observados por meio da investigação das camadas constitutivas da voz.

A pesquisadora nos esclarece que os elementos técnicos de estudo da voz permitem a sua leitura, mas através deles não se consegue alcançar o entendimento de toda a sua complexidade, justamente por ser formada de camadas e faixas de expressão oriundas de diferentes experiências e características, de maneira que apenas via elementos técnicos não se apreende a totalidade dos seus sentidos.



Fonte: Commons Wikimedia

A voz não é formada apenas por ar transformado em som, mas também por reflexos e espelhamentos emocionais e subjetivos do indivíduo, contendo muitas camadas e complexidades. Neste trecho, a autora nos leva a perceber que a voz contém características que não são totalmente abarcadas pela visão técnica, que é um tanto limitante do ponto de vista da inteireza do ser humano em sua expressão vocal plena, constituindo-se de camadas com diferentes profundidades.

As camadas da voz são perceptíveis principalmente pela ressonância e pela articulação vocal, e podem servir como estudo das emissões vocais que apresentam alguma dificuldade, como a voz “abafada” por exemplo. Em uma voz “abafada”, as camadas de ressonância estarão muito baixas, as camadas de articulação possuirão pouca abertura, devido as características da voz.

Para além dessas características, a autora afirma que ao pesquisar a voz com algum problema ou bloqueio, o fato nos leva à observação do corpo e das atitudes físicas, que ajudam a moldar os traços sonoros. A voz faz parte de um corpo possuidor de uma história, e de elementos físicos e emocionais perturbadores da emissão vocal, conduzindo a uma reflexão sobre quem é esse indivíduo, como ele se relaciona e se comunica diante de diferentes ambientes e situações, suas ânsias de se expressar, suas carências e vontades imbricadas no ato de comunicação. Todas essas camadas compõem o indivíduo como um todo, e a voz faz parte desse todo. Dessa maneira, a autora enxerga essas camadas como elementos de união norteadores da pesquisa da voz como propagadora da expressão.

Gayotto (2004) traz alguns conceitos basilares para o estudo vocal e para nossa compreensão de sua teoria. Um deles é o *corpo vocal*, abordando as associações vocais com o corpo, presumindo que a voz é oriunda de uma ação corporal. A ideia principal é

a de corpo e voz indissociáveis. Esse conceito auxilia a experimentação e investigação de atitudes posturais do corpo vocal, com a intenção de expandi-lo. Já a ideia de *dinâmicas do movimento* da voz abarca a diversidade de movimentações sonoras realizadas pela voz por intermédio de seus potenciais e possibilidades.

O conceito de *ação vocal*, também abordado pela autora, está orientado para as associações vocais com a expressão, o personagem e o texto, ocupando-se das circunstâncias da cena e da construção do personagem, suas motivações e expressões.

A pesquisadora chama a atenção para o entendimento das consequências e encadeamentos da investigação do corpo vocal nas dinâmicas de movimento de voz. Uma das intenções práticas do corpo vocal é a pesquisa sobre os efeitos das atitudes corporais na emissão vocal, na percepção e preparação da movimentação vocal. Essa movimentação é oriunda de dentro para fora, quando o corpo e a voz estão bem aquecidos através de exercícios. Tais movimentos levam o corpo a fabricar sons e a compreender que a voz é edificada por bases posturais, com o próprio corpo. Esse pensamento leva à concepção de trabalho com a voz em seu potencial de expressão nos parâmetros físicos e emocionais, possibilitando diferentes percursos de investigação das dinâmicas de movimento da voz indicados pela autora.

Um desses percursos de estudo é intitulado por ela de “estados psicofísicos” (GAYOTTO, 2005, p.404), que compreendem um arranjo de componentes integrando âmbito físico, vocal e psicológico. Os estados psicofísicos abrangem a esfera sensorial, sentimental, circunstancial, estados emocionais e condicionamentos. São imponderáveis e de complexa especificação.

Dessa maneira, o termo *estados psicofísicos* refere-se à pesquisa dos estados da voz, e podem ser usados para a definição de nuances de percepção de investigação, ao deixar transparecer o estado da personagem, quais são os seus sentimentos e suas emoções naquele momento. Apesar de existirem diversas maneiras de expressar cada estado, Gayotto (2005) sugere que o estudo dos estados psicofísicos seja separado em dois eixos gerais: os estados de expansão e os de retração. A autora explicita a respeito das propensões dos estados:

A) Quando os estados fazem expandir, otimizam, potencializam, fazem promover a expansão das forças vitais, com ânimo, aumento de forças, pode-se chamá-los de ESTADOS DE EXPANSÃO.

B) Quando são de contração, limitação, de mímica, desvitalização ou retração, defesa, guarda, de diminuição de forças, serão nomeados de ESTADOS DE RETRAÇÃO. (GAYOTTO, 2005, p.405)

Através dessa compreensão dual a autora simplifica a compreensão dos estados psicofísicos, pois ao dividi-los de maneira cada tipo de estado necessariamente vai se enquadrar em um dos dois grupos. Para analisar as vozes oriundas de cada um desses dois estados é oportuno também considerar os fatores que edificam as dinâmicas do movimento corporal, representadas pelo segundo percurso de estudo: as apropriações das dinâmicas de movimento corporal, de Laban (1978), direcionadas para o campo vocal, concretizadas pela autora. Os dois percursos focam na movimentação física e nos elementos vocais, como articulação, altura, ressonância, observando as movimentações vocais e seu caráter sensorial e emocional.



Sabendo um pouco mais

Quem foi Rudolf Laban? Nascido na Eslováquia em 1879, Laban foi bailarino e coreógrafo, considerado o maior teórico da dança do século XX e conhecido como o pai da dança-teatro. Dedicou sua vida ao estudo e sistematização linguagem do movimento em seus diversos aspectos: criação, notação, apreciação e educação. Suas teorias sobre o movimento e a coreografia estão entre os fundamentos principais da Dança Moderna e fazem parte de todas as abordagens contemporâneas de dança.

Fonte: <https://spcd.com.br/verbete/rudolf-laban/#:~:text=Rudolf%20Laban%2C%20tamb%C3%A9m%20conhecido%20como,o%20pai%20da%20dan%C3%A7a%2Dteatro.>

Laban (1978) elaborou um estudo acerca de dinâmicas de movimento para o corpo físico que Gayotto (2004) adequa para o trabalho vocal. Os fatores do movimento descritos por Laban são: *peso/energia, espaço, tempo e fluência*, estes fatores integram elementos do movimento incluindo opostos, como *forte e leve, flexível e direto, rápido e lento, contínuo e entrecortado*, respectivamente.

Esta autora adapta essas categorias como dinâmicas de voz: o fator peso, no corpo transparece pelas qualidades forte e leve, já na voz é representado por sua intensidade e variações. O fator *tempo*, constituído pelas qualidades *lento* e *rápido* no corpo, na voz está associado à extensão e modificações de elementos como hiatos, fluidez, respiração, aceleração ou vagareza e modificações na articulação vocal.

No corpo, fator espaço relaciona-se às qualidades de *flexibilidade* e *direção*, e na voz é compreendido como expressão das mudanças de altura e manifestação dos elementos que a alteram, como entonação e ressonância. Por último, o fator *fluência*, que é associado no corpo às qualidades *contínua* ou *entrecortada*, na voz é vinculado às mudanças na inspiração/ expiração, nas conexões na articulação, interrupções e continuidade. Para a maior parte dos estudos da autora, o fator *fluência* é somado ao fator *tempo*, formando um gênero só.

Esses elementos e fatores que a autora categoriza e classifica não são isolados, estão imbricados e se atravessam. Como forma de esclarecer os caminhos de estudo e seus usos, a autora demonstra com exemplos como as dinâmicas do movimento de Laban transpostas para a voz se mostram nos estados psicofísicos, abordando tanto o estado da expansão como o da retração.



Fonte: Commons Wikimedia

Gayotto (2005) dá exemplos do que ocorre com a voz quando estão sob estados psicofísicos de expansão: *alegria*, *paixão* e *simpatia*. A seguir apresenta exemplos de estados de retração: *tristeza*, *indiferença* e *antipatia*. Nos estados de *alegria* e *paixão* nota-se como característica vocal uma emissão de voz com o fator de movimento peso gerando uma qualidade forte, em geral com boa articulação e potência.

Já os estados psicofísicos de *tristeza* e *indiferença* têm em comum uma voz de peso de qualidade suave. A autora chama atenção para o modo como a emissão vocal afeta o estado psicofísico, dando o exemplo que o indivíduo de estado *antipático* (Id., 2005, p.406), ao utilizar o fator *energia* na qualidade forte, pode se tornar *grosseiro*, transformando seu estado psicofísico inicial de *antipatia* para algo mais pesado. Sobre fator *tempo*, percebe-se que a qualidade *rápida* aparece mais ligada aos estados de *antipatia* e *indiferença*, já o tempo *lento* muitas vezes associa-se ao estado da *tristeza*.

Esses fatores e qualidades formadores do movimento do corpo interferindo no movimento vocal e o impulsionando combinam-se entre si para gerar ações, utilizando verbos para impulsioná-las, adicionando características aos verbos para potencializar a manifestação dos estados psicofísicos. Exemplo: Laban (1978) sugere o verbo *deslizar* para investigar o estado psicofísico da *tristeza*. Para a pesquisa da voz, enquanto se analisa o estado de *tristeza* com o corpo deslizando, essas ações vão guiando os movimentos vocais a partir do aprofundamento do estado psicofísico e dos impulsos advindos das ações físicas investigadas. Dessa maneira, o trabalho é concomitantemente corporal e vocal. A pesquisadora completa informando que verbos de ação são indicados por acarretarem uma probabilidade maior para o ator se expressar.

A integração entre os estados psicofísicos e os fatores e qualidades do movimento de Laban permitem recursos para o trabalho vocal ser efetivado sob a ótica dos estados emocionais como impulso de movimentação e como uma ação vocal. Gayotto (2005) orienta não se perder de vista a noção estrutural de que a voz se compõe de camadas interativas com as sensações corporais e com as possibilidades de manifestação artísticas do ator.

Na dissertação de Clarice Lopes (2009), a autora descreve as características de um jogo que abarca a teoria de Gayotto quando em associação com as ideias de Laban, incluindo as qualidades e fatores de movimento e as camadas constitutivas da voz.

Primeiro exercício: Em uma roda, cada participante deve sortear uma indicação contendo uma ação com as seguintes qualidades labanianas: *peso*, *tempo* e *espaço*. Exemplo: apertar- suave- sustentado- direto. A partir dessa diretriz serão trabalhadas três camadas que compõem a voz, a primeira é chamada de *camada de movimento corporal* (Id., 2009, p.121) onde cada participante cria uma movimentação no corpo a partir das qualidades de movimentação que lhe foi atribuída. Após o movimento ter sido criado é apresentado para os outros participantes, que tecem considerações se a criação realmente compreende os fatores e qualidades solicitados no princípio. Em caso negativo,

o participante deve tentar novamente, até que produza um movimento que contendo as qualidades labanianas.

Segundo exercício: A segunda fase do exercício é intitulada de *camada de movimento sonoro* (Ibid., p.122), no qual se emprega a movimentação criada no primeiro momento do exercício e se adiciona a elaboração de uma sonorização simultânea ao movimento físico. O grupo deve julgar da mesma maneira se o movimento sonoro contempla claramente o verbo fisicalizado e se o movimento físico e o sonoro estão bem ajustados.

Terceiro exercício: A última fase do exercício é chamada de *camada de texto* (2009, p.122), em que se utilizam de palavras, sentenças, poemas, trechos de textos teatrais ou qualquer outro material verbal para serem incluídos na movimentação já construída nas duas primeiras fases do jogo, sustentando o movimento corporal e vocal definidos, apresentando a criação final ao grupo.

Esse jogo representa apenas uma dentre as infinitas possibilidades de exercícios abrangendo as dinâmicas de movimento de Laban, associadas à com a criação vocal. A conexão traçada por Gayotto entre a teoria de Laban e o trabalho vocal pode ser inspiradora para a composição de cenas teatrais, já que as ações físicas desencadeadas pelos fatores de movimento são matérias primas para a gênese de personagens e cenas, e em concomitância com a criação vocal pode alavancar processos criativos de teatro.



Sabendo um pouco mais

Recomendo um pequeno documentário para aprofundar o conhecimento sobre quem foi Rudolf Laban, considerado precursor do movimento dança-teatro:

Parte 1- <https://www.youtube.com/watch?v=ptU4HQx8oeY>

Parte 2 <https://www.youtube.com/watch?v=Sb46n5mLrzs>

Síntese da Unidade II

Nesta unidade, conseguimos aprofundar bastante em teorias e técnicas vocais de autoras que possuem uma abordagem mais fonoaudiológica. Na primeira seção, vimos o Método Espaço Direcional para a Voz, de Beuttenmüller e Laport (1992), observando os conceitos de espaço pessoal, parcial, total, sonoro e global, bem como a noção do lançamento da voz para o núcleo sonoro. Na segunda seção, aprofundamos o olhar na obra de Gayotto (2004, 2005) e no estudo das camadas da voz via os estados psicofísicos, praticando alguns exercícios. Além disso, examinamos as associações que a autora empreende com os procedimentos de Laban, e seu potencial para a criação cênica.



Ilustração: Sofia Virolli

UNIDADE 3 - ABORDAGENS ANCORADAS NA IDENTIDADE E IMAGINÁRIO DO ATOR



Figura 10: Espetáculo *Rosário*

Fonte: Cedida para a autora

Nesta unidade, serão abordadas de forma reflexiva e crítica algumas metodologias de ensino de voz fundadas em uma aproximação mais subjetiva, fundamentada na pessoa do ator que dá a vida à voz da personagem. Estudaremos, de maneira geral, a obra de Meran Vargens: *O exercício da expressão vocal ao alcance da verdade cênica: construção de uma proposta metodológica para a formação do ator ou a voz articulada pelo coração* (2005), tese de doutorado transformada em livro oito anos depois, em que a autora, atriz, pesquisadora, diretora teatral e professora de técnica vocal discorre a respeito de

sua metodologia pedagógica do ensino de voz para atores. A autora traz o conceito de “verdade vocal” (p. 9), que é um elemento a ser alcançado pelo ator na construção da personagem, a partir da demanda artística da proposta.

Essa ideia tem como base o conceito de *verdade cênica* cunhado pelo diretor e ator russo Constantin Stanislavski (1986), e o expande para o exercício de emissão da voz, não importando o tipo de obra ou espetáculo trabalhado, só com uma diferença: a verdade cênica que Stanislavski aborda reside somente dentro da obra, conduzida por seus princípios e objetivos, e a de Vargens amplia este sentido ao falar de *verdade vocal*, conceito referente à voz em estado de sincronia e reciprocidade com a obra cênica de forma total, para além apenas de uma personagem individual, em que segundo a autora, isso traria vida e verdade para o ato teatral .

Qual seria então essa *verdade vocal*? Stanislavski considera que existem duas verdades no teatro, a da cena e a da realidade, na qual a da cena foi intitulada de *verdade cênica*. Vargens defende que o conceito de *verdade cênica* pode ser utilizado para outras estéticas, com a da voz, e sua eficiência seria dada ao medir-se o grau de envolvimento e aderência da plateia na ação cênica.



Dica

ATENÇÃO! A *verdade cênica* conquistaria o público ao criar um sentimento de verdade emanando dos atores para com seus próprios papéis e nos relacionamentos entre os personagens em cena, levando o público a se sentir compartilhando de uma outra existência vivente. A sensação da *verdade cênica* aparece apenas quando estão integradas as subjetividades dos participantes do ato teatral, sejam atores ou plateia, e só pode ser percebida quando a cena está acontecendo.

Em sua obra, Vargens (2005) descreve os alicerces que a sustentaram no percurso em direção a uma *verdade vocal*, desde conceitos, metodologias, procedimentos criativos e relacionais com atores e estudantes de teatro. O viés pedagógico de sua proposta vocal considera a educação de teatro como relacionamento entre indivíduos inteiros, comportando suas diferentes corporeidades, suas experiências pessoais, suas referências

históricas e culturais, sociais com suas vontades e ambições. A autora esclarece que os locais ocupados pela voz nos corpos compartilham o mesmo espaço com as lembranças e sentimentos do sujeito.

Portanto, Vargens (2005) demanda que seja observado de forma zelosa o lapidar da voz para o ato teatral, reiterando a relevância da aproximação do professor ou preparador vocal do indivíduo para este acercar-se de seu próprio potencial vocal e da voz do personagem, sua bagagem emotiva, memórias e repertório pessoal de vivências, que continuarão presentes no corpo e voz da personagem em cena. Para compreendermos sua metodologia de ensino de técnicas vocais, vamos aprofundar um pouco mais em aspectos de sua obra, uma escrita assumidamente subjetiva, característica considerada pela autora como essencial para o trabalho vocal.

Nessa ótica, a autora compartilha uma observação pessoal sua a respeito da atuação de atores profissionais ou de estudantes de teatro - a autora nota uma ausência de *verdade vocal*, uma insuficiência na habilidade de levar o público a acreditar no que está sendo dito em cena, não importando o tipo ou variedade de encenação que se esteja apresentando. Ela acrescenta que frequentemente a maioria dos elementos de cena são verossímeis, incluindo a composição do corpo da personagem, mas, ao se iniciarem as falas a credibilidade da cena cai, pois há uma problemática na emissão vocal em que não se reconhece nem a voz do ator, nem a da personagem, ocasionando um vazio na troca com o público enfraquecendo toda a encenação.

Para se atingir a *verdade vocal*, a pedagogia teatral inclui vários fatores, entre eles técnica e também o desejo de autoexpressão por meio da arte teatral. O aprendizado vocal exige tempo e continuidade de ação prática, sendo que a autora recomenda a experimentação do teatro como um jogo, trazendo uma qualidade lúdica de prazer e divertimento, com o poder de ampliar a expressão individual de cada participante. Vargens (2005) preconiza que se ative o lado brincante no ator já adulto, pois esse estado facilita a integração entre seus lados mental, emocional, sensorial, e gera como consequência uma melhor emissão vocal.

A pesquisa de pedagogia da voz dessa estudiosa tem como objetivo criar uma metodologia de aprimoramento da expressão vocal a partir do incentivo ao que chama de “identidade vocal do ator criador” (VARGENS, 2005, p.64), além da emancipação técnica e artística do ator em relação às práticas vocais. Vargens defende ainda que o contexto e a comunidade ao redor do ator sejam considerados durante a sua formação, criando uma relação de referência, observação e criatividade no sentido da experimentação vocal, além da expressividade como um todo, incluindo movimento físico, gestual, emoções

e ideias. Isso significa que indivíduos do cotidiano da comunidade podem servir como parâmetros para a construção vocal e corporal para as personagens teatrais.

O método de criação e desenvolvimento vocal para atores e alunos concebido pela autora segue alguns princípios a serem explorados a seguir.

3.1 A voz é um espelho do que compõe você



Fonte: Pexels

O primeiro princípio pedagógico é intitulado “Voz é resultado” (VARGENS, 2005, p.72), e quer dizer que a voz de um sujeito é uma expressão resultante de suas vivências, experiências, ambiente social e cultural, memórias e identidade. A autora explana:

[...] a expressão vocal do indivíduo está diretamente ligada a circunstâncias como: com quem fala, a educação que teve, a classe social e cultural a que pertence, a profissão que escolheu e exerce, quais foram as vozes que o influenciaram na infância e através das quais aprendeu a falar; além do local onde está, sua constituição física, emocional, psicológica, universo imaginário, entre outros. E se voz é resultado na vida, na construção da personagem assim também será. Portanto este princípio torna-se uma chave para o exercício vocal do ator e a exploração de sua expressividade. (Id., 2005, p. 72-73)

Considera-se esse princípio quando trabalhamos individualmente ou com alunos, porque toda a história de vida do sujeito, em todas as suas dimensões e complexidades, o moldou para ele ser quem está sendo ali naquele momento da cena - e a voz é um

produto dessas experiências. Ao pensar a voz como um resultado, é mais fácil entender o motivo de assimilar e elaborar essas características pessoais da personagem para alcançar sua voz, como se ela fosse a consequência de todas as variáveis físicas e emocionais experimentadas pela personagem em sua vida antes do momento retratado pela cena. Além disso, essa concepção nos traz a ideia de ser necessário haver um período de assimilação e elaboração dessas características ao longo da construção da personagem como um todo, em que se irá chegar até à sua voz em um momento de maturidade, combatendo a tendência de se desejar construir sua voz com rapidez.

Janaína Martins (2004) compartilha da visão de que construção vocal ser concretizada a partir do repertório e da subjetividade do ator. A pesquisadora afirma ser impossível lapidar a esfera vocal do ator sem considerar quem é esse sujeito por inteiro, seus costumes, suas memórias, bem como suas restrições e dificuldades. Martins explica: “A voz é o som da frequência vibratória da pessoa. É o eco da alma, é o som que ecoa nosso ser e nosso estar. Toda nossa história biográfica, cultural, social, a forma com que a gente lida com o meio ecoa na voz” (MARTINS apud AGUILAR, 2008, p. 39)

Segundo Martins (2004), o padrão sobre as técnicas vocais para o teatro vem se modificando, tornando-se de exercícios mecânicos e desconectados do corpo em procedimentos mais orgânicos, em que a vocalidade é exercitada via a movimentação corporal e aprofundamento sensorial, perceptivo e criativo, bebendo da fonte do universo imaginário de cada ator.

A autora afirma ser primordial que cada ator, em seu processo criativo, investigue em sua corporalidade quais são os meios de expandir e desbloquear sua voz. Dessa maneira, a função do professor ou preparador de voz é permanecer alerta em relação as potencialidades e desafios que o ator demonstra, significando que a técnica vocal termina por ser individual, pois é especificamente encaminhada para um sujeito que apresenta demandas específicas, e o professor investirá numa metodologia capaz de trabalhar aquele sujeito para o ato teatral.

A partir dessa noção, a lenta edificação vocal da personagem vai se dando via áreas diferentes de criação, como a realização de ações físicas, análise de texto e pontos em que o ator sente reverberação com sua apreciação individual, o estabelecimento de ligações entre o ator e a personagem, além do fato que as outras personagens, representadas pelos atores, agem no processo de construção vocal de cada uma das personagens da trama. Esse último fato favorece a tendência da contribuição mútua para a construção vocal e total das personagens uns dos outros em uma determinada montagem.

Vargens (2005) ainda sugere que a voz não seja colocada no processo criativo teatral como ponto de destaque no qual permaneça em evidência, pois sua operação é delicada. Por esse motivo, deve permanecer em segundo plano e ser revelada em sua genuína

expressão a partir de impulsos internos fluidos e naturais. A autora argumenta que também é possível desempenhar a via oposta, ou seja, elaborar uma voz primeiro e depois investigar qual seria o corpo de sua personagem, sua gênese, personalidade, sentimentos e mentalidade, mas ainda assim é imprescindível que o ator esteja disponível para efetuar modificações na voz criada a *priori*. Vargens enuncia:

Muitas vezes se quer impor uma voz a um corpo. É preciso ir com calma nisso. A voz das pessoas em relação a ritmos, tonalidades, intenções e vocabulário, depende de com quem estão falando, em que ambiente se encontram e quais as razões que as levam ali. Por isso a voz das personagens precisa conter em si a possibilidade de flexibilidade para os papéis que ela exerce no seu dia a dia cênico. (2005, p. 75)

É pelo motivo exposto neste trecho que entendemos a possibilidade de mudança da voz a cada contexto específico. Uma personagem apresentará uma voz diferente com a mãe, com a namorada, com o patrão, na rua, e sua voz vai corresponder a seu estado como um todo em cada uma dessas diferentes situações. A crítica que a autora faz neste trecho passa, na minha forma de ver, por um lugar de não validar muito a voz edificada antes do corpo e do contexto da personagem serem definidos, justamente porque para se compor uma voz, ela deve ser construída em relação aos outros personagens, ambientes e situações que irá vivenciar em cena, e não ser considerada finalizada antes de ter outros referenciais. Em princípio, necessariamente ela será modificada ao ser inserida em contextos e se relacionar com as outras personagens.



Figura 12: Espetáculo *O que ali se viu*

Fonte: Cedida para a autora

Vargens (2005) traz uma dimensão de pensamento renovadora quando em relação às pioneiras e mais antigas autoras de técnica vocal, com abordagem mais fonoaudiológica ao afirmar que precisamos olhar para o indivíduo, conhecer o ator e sua história para extrair dele a melhor voz possível, considerando a fala do sujeito em seus aspectos culturais, pessoais, incluindo o vocabulário usual de palavras do ator e da personagem, explorando a imaginação e a amplitude vocal do ator em sua paleta de emoções para, a partir desse conhecimento, fazer uso dessas potencialidades a favor da criação de nuances várias da personagem.



Sabendo um pouco mais

Conheça os artigos e trabalhos da Revista Voz e Cena: <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/issue/archive>

Vinculada ao Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da Universidade de Brasília, a Revista Voz e Cena publica, exclusivamente, textos inéditos resultantes de pesquisas, estudos, debates, práticas artísticas e científicas na área de Artes Cênicas e campos associados - relacionados a sonoridades e visualidades em processos estéticos e pedagógicos. Fonte: <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/index>

A pesquisadora indica a observação e aprofundamento das raízes culturais do ator ou aluno, expandindo assim a capacidade de expressão e fortalecimento da sua identidade, gerando novos panoramas e emancipação, especialmente em casos de se deparar com diferenças ou choques culturais que terminam por dificultar o processo se não forem tratados com atenção. Reforça, ainda, que as problemáticas envolvendo sotaques e a identidade cultural possuem uma conexão direta com a expressão vocal e seus bloqueios no teatro, porque quando as referências culturais do ator e sua pronúncia são muito diferentes das referências do texto a ser montado, com frequência sua maneira de se

expressar é tolhida pelos outros, por não se encaixar em uma fala padrão. A autora fornece como exemplo o sotaque baiano:

Será que é possível falar como os baianos, com as vogais abertas, num texto como Fedra? O baiano engole o ando dos gerúndios. Sua boca é preguiçosa para se abrir e falar claro. Deixa quase tudo pela metade. É um povo que fala alto, recheado de gestos e movimentos que complementam sua expressão. Faz uso de um número sem fim de onomatopeias. Quando vai para o palco, parece que o direito a tudo isso lhe é retirado. Isso afetar a sua fala, e sua verdade vocal. E normalmente lhe é retirado esse direito só com o termo não é adequado ou você está errado. Isso dificulta mais ainda. Há nisso uma depreciação da identidade individual, cultural e coletiva associada à sua origem e formação. (VARGENS, 2005, p.76)

A autora reforça a necessidade de que o ator seja fortalecido em sua identidade cultural primeiro, que se torne afirmativo de sua cultura, que não tenha vergonha de sua pronúncia, pelo contrário, quanto mais orgulho tiver de suas origens mais livre estará para criação vocal. Vargens reforça que, no contexto da cena teatral baiana, poucos textos e personagens são de origem baiana, obrigando ao ator uma assimilação de outra cultura, demanda que poucas vezes é considerada com a devida importância, em geral se desdenha da identidade cultural do ator baiano.

Vargens salienta a relevância de estimular o imaginário pessoal do ator e procurar enriquecê-lo a partir do seu contato com membros de universos culturais diversos do seu, ainda que pertençam ao mesmo idioma e sistema político. O ator deve explorar, investigar e engrandecendo seu universo imaginário. Essa expansão é relevante, cada um possui referências culturais, sociais e pessoais diferentes, e quanto maior seu repertório mais recursos em cena o ator possuirá.

Seguindo essa linha, a base ideológica e cognitiva e a forma de existir e sentir de cada sujeito estão em direta conexão com o imaginário. Compreender isso é essencial, frequentemente o ator necessita travar um relacionamento bastante próximo com o outro, e essa noção contribuirá para o desenvolvimento do processo criativo, da reflexão e das sensações sobre a cena, e de como se reage a cada proposição dada e à sua execução.

3.2 A emissão vocal possui direcionamento



Fonte: Wikipedia

Chegamos agora ao segundo princípio metodológico que Vargens apresenta, de nome “voz e fala têm endereço” (2005, p.81), que ressalta a dimensão da consciência constante que o ator necessita ter a respeito de saber a quem ele está se dirigindo. A autora pontua uma questão central do trabalho vocal cênico: a voz está em cena, ou seja, a criação vocal sempre estará atrelada a uma situação, carregada de intenções em seu acontecimento. Precisa ficar e bem claro para quem ela está se dirigindo na cena.

Além disso, ela alerta para a questão do afastamento do ator de seu objetivo quando as práticas de voz tornam-se técnicas demais, porque a voz revela o personagem e seus estados variados de ser humano. Ainda que o personagem seja um canguru e o ator vá construir sua voz sem nunca ter escutado a fala de um canguru, sua construção vocal será efetuada primeiro por intermédio do material do imaginário do ator e todas as suas referências a respeito de cangurus. Mesmo assim, será um canguru sob um olhar humano, ele será de certa forma humanizado para desvelar estados de ser dos humanos.

Vargens assegura que investigação e desenvolvimento da prática vocal necessitam estar relacionados aos jogos improvisacionais, de interpretação teatral e de construção de personagens, de forma que a voz construída esteja pronta para aparentar os conflitos da personagem, deixando transparer as tensões reveladoras de sua condição. De mais a mais, o ator tem que estar preparado para a emissão vocal em situações de adversidade, como locais de tamanho ou acústica ruins, executando o que for necessário para a personagem na cena, acarretando desafios.

Além disso, também alerta que a cena pode exigir que a personagem emita sua voz atrás de uma cortina, virado de costas para o público, apanhando ou dançando, contando um segredo ao ouvido de outra personagem, entre outras situações que exigem características vocais das mais suaves às mais potentes.

O desafio do ator no trabalho vocal, como podemos perceber, enfrenta uma série de variáveis fora e dentro da cena, portanto é necessário estar com a voz da personagem bem harmonizada no sentido mais profundo dessa construção. Se a prática vocal for feita apenas no seu domínio técnico, separada dos estados de ser, das demandas de diálogo, do espectro dos objetivos e dos intercâmbios com o outro, o resultado se mantém desprovido de aproveitamento, podendo até bloquear o despontar verdadeiro das características das personagens na voz. A pesquisadora sinaliza sobre o valor da preparação do ator para a edificação de uma voz em conflito, ocasionada por acontecimentos dados e em locais cênicos problemáticos. Se o ator estiver preparado para isso, seu desempenho será no mínimo, satisfatório.

É fundamental que o ator desenvolva a sensibilidade para perceber se a fala está ancorada nas intenções do personagem ou não. Explico: toda fala ou emissão vocal estão precedidas de intenções, nas quais muitas vezes quem a profere não está consciente delas ou se conscientiza logo após a fala. Portanto, a voz é impulsionada por alguma motivação interna, algum desejo, e é essa motivação que o ator tem que exercitar, no teatro ele deve estar totalmente a par dessas motivações, e conseguir perceber quando estiverem ausentes.

No sentido dos impulsos que motivam a fala, é possível que intenções das mais variadas estejam presentes. A autora completa:

A fala com todo o seu potencial vocal é um meio de resistir, interagir, fluir, deslocar, fugir, pegar, acompanhar, afirmar, negar, direcionar, matar, morrer, avivar, acusar, extravasar, despoluir, alimentar, completar, conectar, e muito mais. (VARGENS, 2005, p.82)

Este trecho coloca um conceito significativo, é a intenção por trás da voz é algo que vai consolidar a verdade vocal, e fortalecer a verdade cênica como um todo. Neste panorama, de que a *voz tem endereço*, a autora indica jogos eficazes de ação vocal relacionadas a vocábulos de ações relativos a um alguém. Um exemplo de como funciona é o exercício abaixo, iniciado com uma frase coloquial, por exemplo: “Me liga depois”. A partir dessa frase é possível uma ação vocal ser construída por meio de variados verbos de ação.



Atividade

Exercício: Para cada ação proposta repetir a frase com a intenção alterada:

Eu te abraço

Me liga depois

Eu te interrompo

Me liga depois

Eu te iludo

Me liga depois

Eu te elimino

Me liga depois

Eu te presenteio

Me liga depois

Eu te exijo

Me liga depois

Eu te imploro

Me liga depois

Como você se sentiu proferindo a mesma frase com objetivos tão diversos? Como seu corpo se comportou durante a emissão vocal nas diferentes intenções?

Este exercício demanda algo que acreditamos estar muito claro, mas por vezes não é levado em conta: dar importância para quem a voz é dirigida. Quando isso acontece, o texto de teatro deixa de ser um escrito e passa a ser diálogo, afetado pelas trocas em cena, agindo e reagindo.

O significado disso é que não basta memorizar falas e cuidar do mero aspecto técnico e prático de seu exercício, mas sim considerar a expressão do outro com quem o ator se comunica, a fala possui um conteúdo a ser oferecido ao outro. Quando se quer dar intencionalidade ao que foi proferido, um patamar superior em termos de qualidade de cena é alcançado. Vargens (2005) ressalta a possibilidade de notar-se facilmente quando a voz está endereçada a alguém ou apenas sendo emitida sem direção.

3.3 Proposta de preparação da voz para o teatro



Fonte: Freepik

Vargens (2005) propõe um processo criativo com elementos integrados e indissociáveis para a elaboração vocal do ator. São eles as ações de *explorar*, *desenvolver* e *exercitar*, cujas atividades se fundamentam em mais elementos unidos e indissociáveis: *jogos de improvisação*, *interpretação* e de *construção de personagens*.

A autora sugere a prática diária de exercícios vocais no sentido de potencializar as competências associadas à investigação dos apoios da voz, sua articulação e projeção; o treino da voz ressoando em locais diversos, amplitude de modificação de tom e rítmica. Vargens também indica trabalhar e ponderar as interações entre “corpo-voz-imaginário-pensamento-sentimento” (2005, p.84) em circunstâncias variadas, incluindo condições extremas de equilíbrio do corpo. O objetivo de treinar fazendo o exercício vocal diário é principalmente manter as habilidades conquistadas e aprimorá-las, associado ao aprimoramento das características específicas dessas habilidades.

A autora reforça que a prática diária não deve ser sempre igual, mas sim ser transformada de maneira a ser adaptada conforme as circunstâncias, sob o risco de estagnar a voz e perder vitalidade. O próprio corpo não é o mesmo todos os dias, está à mercê de variáveis, como o ambiente, as mudanças hormonais e sentimentais, modificando a consistência das cordas vocais, que são como um instrumento musical dentro de um corpo vivo, mutável. A forma de reagir à cor violeta hoje, por exemplo, pode ser totalmente divergente daqui a seis meses, quando esta cor pode suscitar outras reações e sentidos para o sujeito devido a algum fato vivenciado. Tais fatores modificam sua forma de percebê-la e, conseqüentemente, afetarão sua voz.

Para a realização de “Jogos de Improvisação” (id., p.86), a autora destaca que a diversão e regozijo oportunizado pelos jogos facilitam o estabelecimento da descontração que a voz necessita para fluir adequadamente. Os jogos improvisacionais propiciam a característica recreativa e prazerosa do imprevisível, preparando os atores para atuarem de forma mais fluida tanto na esfera solo quanto na coletiva. A autora orienta que as improvisações têm necessidade de sempre serem orientadas, com os integrantes seguindo suas regras, sem perder o caráter lúdico.



Atividade

Realizar com seu grupo o jogo de improvisação: *Ilustrar uma História* (BOAL, 1997, p.88)

Neste jogo, metade do grupo narra uma história e o restante deve atuar representando essa história durante a narrativa. A coerência dos fatos não é tão importante, o importante é a fluidez da ação. Depois invertem-se os papéis, quem narrou a história passa a interpretar e vice-versa.

Como foi para você criar uma história em tempo real? E como se sentiu atuando em uma história construída de forma improvisada?

Em “Jogos de Construção de Personagens” (ibid., p.87) a autora reitera que a investigação vocal é profundamente determinante para desvelar a identidade do ator, e não se pode pesquisar voz sem tangenciar assuntos da sua individualidade. Por conseguinte, ao desenvolver a emissão vocal no teatro é comum cair em duas armadilhas: entrar no terreno da “terapia” (p.87), do autoconhecimento, em que se aprofundam questões psicológicas e vivências constitutivas do sujeito hoje, e/ou o outro extremo, a tentativa de evasão da área terapêutica.

As duas armadilhas, segundo Vargens, são limitantes. A solução equilibrada para esta circunstância seria colocar um foco poético na situação, permitindo o surgimento de contradições, questionamentos, conflitos e enfrentamentos a serem solucionados a partir de um objetivo definido: o da cena e o da construção da personagem.



Atividade

Realizar individualmente o seguinte jogo de construção de personagem:

Peça de figurino (SPOLIN, 2001, p.240): Escolher um objeto ou peça de figurino que molde um personagem a ser construído, ir experimentando ações e improvisações com o objeto/figurino, sendo que a atitude em cena seja moldada pelo que o objeto sugere.

Como foi a relação do objeto com o fluxo das ações físicas? Como o objeto foi determinando a atitude e a ação física?

Além disso, a indicação é que a esfera do autoconhecimento deve ser elaborada dentro de uma esfera lúdica de jogo e de investigação teatral. Com frequência se alcança um contexto terapêutico no trabalho de técnica vocal, esse fato é quase inevitável pois ao explorarmos a voz estamos em contato com o indivíduo e suas memórias, subjetividade, autoestima, história, personalidade, etc. e isso demanda sensibilidade do mediador do trabalho. A voz é indissociável do corpo, da identidade e de toda a bagagem pessoal de emoções, experiências e crenças do sujeito. É essencial que estejamos preparados para lidar e acolher o que emergir do processo criativo vocal.

Vargens também destaca a relevância de potencializar a integração prática entre ação vocal, ação cênica, emoções e ideias, enfatizando que esta integração representa um desafio cotidiano para o professor de técnica vocal ou preparador da voz de atores, pois na maioria das vezes os exercícios vocais são compartimentados, separando os fatores que os compõem como um todo, fragmentando a edificação dos aspectos da voz que fazem parte da individualidade da personagem. Consequentemente, é preciso elaborar práticas visando contemplar essa integridade e delinear associações entre fatores como ação vocal, ação cênica, emoções e ideias em suas relações com a linguagem do teatro.

A forma de se chegar a esse objetivo integrativo é focalizar o corpo físico, pois todos os fatores incidem sobre ele, e assim torna-se possível conquistar maior expressividade dentro da materialidade concreta. A pesquisadora reitera que o teatro compreende o ato de tornar física ideias advindas das diferentes esferas humanas, tornando o corpo um ponto central de convergência. Defende ainda a ação física como canal eficaz e catalisador do fluxo emocional e de sua manifestação quando em relação prática com a mente.

A ação física precisa ser trabalhada a partir do imaginário, permitindo que uma imagem afete o ator, fazendo emergir seu fluxo emocional e sentimental. A pesquisadora também aponta o campo emocional do ator como muito relevante para a construção da voz da personagem e para a sensação de verdade vocal em cena, embora seja um campo de difícil abordagem. Ainda assim, é viável pesquisar e criar pontes com as emoções a partir da prática de jogos de duas maneiras diferentes. A primeira é jogar atuando na primeira pessoa do singular, significando o envolvimento emocional direto do indivíduo ou sua personagem. A segunda maneira é empregar a terceira pessoa do singular, tornando possível o afastamento emocional do indivíduo ou do personagem. Esse afastamento age de forma a favorecer a interação com a emoção e com estados de comoção.



Figura 15: Espetáculo *Medéia Negra*

Fonte: Cedida para a autora

A autora propõe jogos referenciados em circunstâncias vividas pelos participantes para obter uma melhor percepção do universo de um indivíduo ou personagem, observando sua realidade e forma de agir. Esses jogos podem ser exercícios de relatos dos sonhos ou jogos de memória, por exemplo.

O emprego de jogos para estimular o fluxo vocal e também o sonoro, musical e verbal é aconselhado. Uma de suas sugestões são exercícios de livre associação de palavras, que a autora chama de fluência verbal, consiste em permitir que as palavras fluam livremente sem se preocupar com seu significado, apenas deixando que elas jorrem sem serem interrompidas.

A autora explana o mecanismo da fluência verbal auxiliando o fluxo vocal em cena e o processo criativo de construção vocal de um personagem, tornando-o mais orgânico e fluido. Propõe, com isso, a realização de jogos nos quais o ator trabalhe no plano individual e também no coletivo, compreendendo a voz como uma expressão da personalidade, frisando que o contato e o relacionamento entre os sujeitos atores é um caminho para o conhecimento de si mesmo, de fortalecimento de ideologias e posicionamentos pessoais. Para que isso ocorra é necessário fomentar a emersão da identidade, e dessa maneira o ator afirmar sua voz na dinâmica artística de criação cênica.

Ao incentivar o crescimento da identidade e de seu papel dentro da edificação da coletividade, isso demandará a construção de jogos em que esse elemento seja trabalhado, com alicerce no intercâmbio entre sujeitos e na individualidade. Em virtude disso, a estudiosa indica jogos que equilibrem esses dois lados: o da individualidade e o da coletividade, estimulando a expressão artística em ambos. Contudo, alerta para a tendência à solidão na prática vocal, pelo próprio caráter técnico da atividade, embora ter a companhia do outro é um elemento fundamental a ser considerado, por ter a capacidade de escuta e de diferentes formas de se comunicar, favorecendo, assim, a expansão perceptiva do outro via uma identificação solidária.

Esse prisma requer a percepção da pesquisa do outro em cena, em propor, experimentar em conjunto e desvendar elementos que o ator não conseguiria distinguir se estivesse trabalhando em isolamento. Por meio do outro, conseguimos nos ver com mais clareza, por ter a capacidade de disparar as circunstâncias nas quais o indivíduo precise se analisar e se autoavaliar. Para esse processo ocorrer de modo satisfatório, é indispensável constituir uma atmosfera de cooperação e companheirismo.

Partir das ações físicas é um ponto em comum que a Vargens possui com Gayotto, ambas concordam que as ações do corpo suscitam emoções, fazem emergir a voz e toda a criação do personagem, de forma a gerar um caminho trilhável repetidas vezes, funcionando como uma construção na qual o ator recorre a cada vez que entra em cena.

Além de partir dessa premissa importante, é necessário entender que a voz é parte do corpo físico, e se conecta com todos os órgãos responsáveis pelo mecanismo vocal. Desta forma, compreende elementos de expressão associados a tempo e ritmo, por suas variações, e também ao espaço, representando o direcionamento capaz de enviar a voz para o espaço da cena ou de dentro dela para outro local. Além disso, a voz também se conecta à edificação do local imaginário potencializado por ela, por exemplo: dois atores estão corporalmente perto um do outro, mas criando a fantasia de que um está no alto de uma montanha e outro em sua base. Por último, a voz está unida à qualidade que proporciona, como altura, timbre, ressonância, articulação, etc.

Apesar da voz estar associada ao plano material por todos os fatores citados, ela só alcança essa fisicalização eficiente se existirem intenções e motivações vindas do interior do ator, onde a voz é uma obra que se torna física a cada momento da emissão no formato de ondas sonoras. O sistema nervoso central do corpo está vinculado à manifestação primitiva dos impulsos de som. Já a comunicação e a linguagem estão conectadas ao córtex cerebral.

Esses fatores retratam que de início pensamos o que será dito, e depois emitimos o som. O comando para a emissão sonora advém do sistema nervoso central, e assemelha-se a um impulso elétrico, que chega dispondo as cordas vocais no formato ideal para a nossa manifestação por meio da voz.

Conseguir uma emissão vocal satisfatória no ato teatral vai para além do uso da voz, envolvendo de forma imprescindível o delicado exercício da escuta. Portanto, o processo de sensibilização da audição para o ator é essencial. Ele precisa estar pronto para escutar tudo ao seu redor, as frequências e pessoas, a diversidade de manifestações, a si mesmo e ao colega de cena, pois a forma com que se vivencia a audição e se explora a percepção deste sentido, seja mais expandida ou mais reclusa, é decisiva no trabalho do ator.

Uma outra recomendação bastante proveitosa feita pela pesquisadora para o desenvolvimento de um processo criativo de voz é o de fornecer um espaço de liberdade total e sem julgamentos. A tolerância viabiliza a imersão das pendências e problemáticas da voz e da expressão e proporciona acolhimento. A autora explica:

Então, para que possam aflorar as questões vocais e as questões expressivas relacionadas ao ator, torna-se fundamental instalar a atmosfera do permitir-se e do permitir o outro. Ouvir e falar com sinceridade. Tocar e ser tocado. Perceber e ser percebido. Ver e ser visto. Magoar e ser magoado. Amar e ser amado. Deixar que os conflitos afluam e se resolvam. Cada qual na sua medida. Os ingredientes para isso são: delicadeza, leveza, sinceridade, firmeza. A lei do Macio e Forte. Do Flexível e Resistente. (VARGENS, 2005, p.102)

O profissional que realiza a preparação vocal ou aula de voz necessita ter bastante sensibilidade para perceber as questões e nuances do processo e seus indivíduos, procurando agir da melhor maneira, dosando as qualidades e circunstâncias citadas pela autora para que todos consigam ter uma experiência satisfatória de troca e de crescimento vocal.

Para o trabalho com um texto, seja ele selecionado ou elaborado pelo próprio ator, é necessário que seja considerado como “porta de entrada e porta de saída para expressividade” (Ibid.Ibid, p.103), conforme nomeado pela autora. O significado é a possibilidade, no primeiro momento, do texto permitir o acesso ao espectro interno de cada indivíduo, e como consequência, o seu conteúdo afeta as emoções do ator e o conduz ao encontro de si mesmo, para o que necessita de elaboração e definindo caminhos a serem explorados em cena. A porta é de saída no sentido que o mesmo vocábulo ou frase que encaminhou o ator a penetrar em um local pessoal interessante para a cena, será o termo que propiciará a transmissão desse espectro ao outro participante da cena.



Fonte: Freepik

Vargens adverte para a pressa de muitos atores em logo descobrir como falar o texto, da probabilidade de aniquilar uma parte importante do processo, impedindo a sua composição de nascer de dentro para fora, de forma dinâmica, na qual a apropriação

do texto pelo ator seja feita de modo agregado à corporalidade. Para que o resultado seja eficiente, a autora indica exercícios dinâmicos de apropriação do texto, para que se integrem os campos do corpo e da psiquê, questionando o olhar do personagem, as ações realizadas na obra e quais teriam o potencial de dinamizar a emoção pelas palavras escritas pelo autor do texto.

Martins (2004) considera que ao ser assimilada pelo corpo, a técnica vocal torna-se potencializadora ao levar o impulso físico, da respiração e da voz, a emergir de forma natural e autêntica, facultando ao ator uma entrega total ao processo criativo, agindo e reagindo espontaneamente a ele. Sobre a percepção vocal do ator no momento da cena, a autora sugere estar consciente de como ecoa a ressonância, a projeção vocal, a articulação, a respiração, a atitude corporal e os apoios do corpo no espaço e da voz. Esses elementos oferecem ao ator uma consciência física capaz de oportunizar a experimentação e a construção de diferentes formas de emitir a voz.

Para uma boa assimilação da técnica vocal e a prática da voz seja posta em ação, a autora indica jogos, assim como Vargens. Assinala ainda que as práticas do ator estejam dentro de uma atmosfera de jogo, levando-o a aderir de forma mais natural as proposições do trabalho, sem recear ser julgado pelos outros ou por si mesmo.

A autora faz uma crítica ao reiterar que o ator pode alcançar um virtuosismo vocal notável, mas se estiver estagnado nas práticas vocais associadas à sua pesquisa cênica pessoal, se não assimilar o material emergente, se não exercitar a troca e expressão do seu pensamento com os outros integrantes do processo criativo, o trabalho vocal perde a finalidade, tornando-se apenas uma demonstração de competências técnicas.



Sabendo um pouco mais

Para compreender de forma mais aprofundada como se dá o trabalho de composição vocal do ator na construção do personagem dentro dessa perspectiva subjetiva e do imaginário defendida por Vargens, indico a leitura da dissertação do Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da UFBA: “Ventos que animam a terra: Voz e criação na trajetória do espetáculo Rosário” de Felícia de Castro, que narra o processo criativo de seu espetáculo solo Rosário.

Link da dissertação: <https://repositorio.ufba.br/bitstream/ri/15129/1/FEL%C3%8DCIA%20DE%20CASTRO%20-%20VENTOS%20QUE%20ANIMAM%20A%20TERRA.pdf>

Recomendo ainda que se assista um pequeno documentário sobre o espetáculo:

<https://www.youtube.com/watch?v=THmSM9Jqurs>

Vargens (2005) defende a originalidade de cada ator em descobrir as potencialidades da própria voz, ancorado em sua identidade, como uma impressão digital onde se pode ser o que se é. Por esse motivo, recomenda um ambiente de trabalho tolerante e acolhedor, em que atores tenham sua individualidade tocada e se expressem sem julgamentos, transformando o resultado do processo criativo em uma obra potente e original. Para concluir, a pesquisadora faz a proposta de que cada educador ou preparador do campo vocal encontre a sua metodologia de trabalho, respeitando a identidade como premissa inegociável.

3.4 Processo criativo de voz e personagem a partir de pessoas do cotidiano

Vargens (2005) comenta que constantemente a inspiração para a elaboração de obras teatrais são obras anteriores e atuações executadas por outros artistas da cena em filmes ou séries. Em contraponto a essa tendência, sugere como referências de criação sujeitos do seu cotidiano, como o motorista de ônibus, a atendente da padaria, o porteiro do prédio, o gerente do banco, a instrutora da academia de ginástica, entre outros. Por esse motivo, a autora indica o estabelecimento de uma relação entre o ator e o que representa o outro dentro de seu espaço cotidiano. Assim sendo, ocorre uma abertura para que a experiência do ambiente ao redor de modo mais empático, se vislumbre o imaginário dessas figuras do cotidiano, suas formas de falar, de caminhar, de ser.

A pesquisadora propõe a prática de vivências de intercâmbio com indivíduos do dia a dia do local de residência do ator, principalmente quando estes sujeitos forem oriundos de referências culturais diversas da dele. Ao acercar-se do contato com esses indivíduos reais ganha-se a oportunidade de adentrar em um estado de comoção, de alcançar novos

pontos de vista a respeito do estudo da personagem e novas concepções de imaginário. Quando uma imagem é evocada, novas associações mentais podem ser feitas devido a ampliação das referências, fortalecendo o processo criativo e o diálogo de maneira geral.

A partir da aproximação e aprendizagem sobre o outro, ao inteirar-se do seu imaginário, este torna-se mais disponível. O conhecimento sobre suas memórias, causos, valores e costumes torna o ator mais experiente e capaz. A autora acredita ser primordial desenvolver essa capacidade de observação sob o enfoque dos eixos estéticos elaborados no teatro, como tempo, espaço, ação física e vocal, percebendo como estes fatores agem no cotidiano, especialmente quanto à emissão vocal. É necessário um foco direcionado para a vivência de observar de uma forma objetiva, como uma investigação, sem esquecer o lado humano da experiência.

Vargens aprofunda:

Se entrarmos no ambiente ou diante do outro só com o espírito do observador artístico-científico, deixamos de respirar a atmosfera que permite nossa memória celular ser sensibilizada. Por outro lado, se deixarmos de ter o olhar da observação sobre os aspectos da linguagem, corremos o risco de inutilizarmos a experiência sob a perspectiva estética e poética, nossa ciência. Então é um desenvolvimento que se dá em duas realidades paralelas de ação simultânea. (2005, p.79)

É primordial deixar-se atravessar pela experiência de observação e interação com o outro, mas lembrando que esse outro é também um material (humano) de pesquisa.

Para concluir, ao assumirmos a voz como resultado, trazemos o entendimento que a emissão vocal em suas dimensões, como altura, timbre, cadência, velocidade e relação com a gestualidade têm a capacidade de desvelar um indivíduo e seus propósitos. Segundo esse ponto de vista, Vargens propõe como método permitir um período de investigação pessoal do ator com suas próprias referências, e outro momento de pesquisa com algum sujeito escolhido de sua comunidade ou cotidiano.

Essa visão que considera *a voz como resultado* faz com que o processo criativo e suas decorrências tenham uma característica pessoal do ator. Como cada um possui uma voz particular, ao entrar em contato com ela também se contata uma pessoa inteira, e esse contato requer um percurso único, diverso a cada indivíduo e podendo mudar de direção em suas diferentes fases.



Fonte: Commons Wikimedia

3.5 Atividade final - exercícios de criação de cena a partir da voz

A seguir estão algumas sugestões para o desenvolvimento de cenas a partir do trabalho vocal, considerando as premissas vistas na Unidade III. Estes exercícios podem ser dilatados em diversas variações, pois sua estrutura básica é fértil e desdobrável em processos cênicos criativos. Pratique-os e construa uma cena final.

Primeiro Exercício: Escolher um objeto de uso pessoal, com valor sentimental, e começar a ir experimentando ações físicas baseadas em lembranças, memórias auditivas, e ações físicas que esse objeto desperte, aos poucos deixando o som sair do impulso do corpo a cada movimento. Deve-se experimentar ações e velocidades variadas buscando construir uma pequena célula cênica, aos poucos inserir algumas palavras nas ações, construindo uma partitura vocal a partir do estudo da individualidade pessoal.

Segundo exercício: Em um segundo momento, procure se lembrar em sua memória de um momento da vida em que sentiu-se profundamente injustiçado. Use essa memória para ir experimentando ações físicas que se relacionam de alguma forma ao que foi experienciado, primeiramente sem fala, em seguida realizando emissões vocais a partir dos impulsos que as ações físicas provocam no corpo. Da mesma forma que no primeiro momento, teste variações rítmicas e de velocidades nas ações e na voz. Repita esse exercício utilizando a memória de outros eventos relevantes de sua vida, com emoções e sensações intensas, como a do luto pela morte de um parente próximo, ou uma paixão intensa, ou medo em demasia. Crie uma célula cênica contendo uma ação principal desenvolvida com emissão vocal a partir dos disparadores de memória.

Terceiro exercício: Escolher um indivíduo do convívio cotidiano ou da comunidade e começar a investiga-lo, a observar a sua constituição física, sua forma de caminhar, como se movimenta. Por intermédio de um trabalho com ações físicas, imaginar o dia a dia sujeito escolhido, aprofundar-se até chegar em suas emoções, sua história, lembranças, bloqueios. Ainda realizando ações físicas, escolher duas ou três e experimentar a emissão de sons levando em conta os impulsos gerados pelas ações, aos poucos construindo um corpo e uma voz para essa personagem, embasado no imaginário que esse indivíduo pode ter e também o imaginário que ele desperta no ator, recorrendo a imaginação auditiva.

Quarto exercício: A partir do trabalho com as partituras vocais, criar uma improvisação a partir da estrutura *O Quê/Onde/Quem*, de Viola Spolin (2001), definindo uma situação, um local e uma personagem para a cena. Aproveite para escolher uma situação abrangendo uma questão social que o incomode. Lembre-se de definir claramente o início, o meio e o final: o início deve deixar clara qual a situação e o conflito apresentado, o meio deve ser o ápice desse conflito e o final deve possuir um desfecho bem definido.

Esses exercícios devem ser executados após aquecimento adequado da voz, quando ela estiver dilatada e relaxada. Perceba como seu corpo reage e aja livremente sem julgamentos, deixando o processo criativo emergir. Observe a voz que surge ao iniciar dos impulsos provenientes das ações físicas, permitindo que o universo do imaginário guie o processo. Não tenha expectativas nem deixe que o autojulgamento trave sua livre imaginação e criação!

Síntese da Unidade III

Nesta unidade, vimos abordagens mais fundamentadas na subjetividade e imaginário do ator, como a pedagogia vocal de Meran Vargens. Verificamos princípios indicativos de que a voz é o resultado do que somos, de nossa história e experiências, e sofre os reflexos dos bloqueios do nosso corpo. Aprendemos que a voz existe em relação a quem se dirige, e a construção vocal do ator precisa ser edificada considerando essa relação.

Além disso, aprofundamos propostas de preparação da voz para o teatro, usando jogos de improvisação e de construção de personagem, com orientações para o processo criativo inspirado em personagens da vida real.



Ilustração: Sofia Virolli

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Trabalhar com técnicas vocais contempla a percepção em grande medida, além da audição e da sensibilidade. Cada indivíduo possui características vocais únicas e encontrará uma maneira mais adequada para desenvolvê-las, de forma pessoal e intransferível, apoiado nas técnicas e nos procedimentos disponíveis. Neste trabalho, vimos diferentes abordagens das técnicas vocais, sendo uma das vertentes mais técnica e fonoaudiológica e outra que considera mais o universo e as referências do indivíduo.

Na primeira unidade, travamos contato com um breve histórico a respeito do ensino da técnica vocal no Brasil, conhecendo as autoras pioneiras nesse estudo. Estudamos também o funcionamento do aparelho fonador e da construção da emissão vocal no corpo. Por último, examinamos os principais fatores do desenvolvimento vocal, como respiração, ritmo, articulação, projeção e apoio vocal, impostação, equilíbrio, timbre, altura e intensidade.

Na segunda unidade, foram analisadas as visões mais tradicionais e fonoaudiológicas, oriundas de estudiosas pioneiras do ensino de voz no Brasil, travando contato com suas propostas de técnica e preparação vocal.

Na terceira unidade, vimos uma perspectiva do trabalho vocal mais conectada com a expressão individual de cada ator e sua identidade vocal, abordagens mais recentes e desenvolvidas por profissionais do teatro, que levam em conta a individualidade e subjetividade do ator no processo criativo vocal. Foram aprofundados jogos e métodos de construção vocal, de construção de personagens alicerçada nas investigações do imaginário do ator e da relação com sua comunidade, conhecendo propostas de criação e improvisação cênica nessa perspectiva.

Neste ebook, aprofundamos o estudo de técnicas fundamentais para o desenvolvimento da voz do ator e criação de cenas. Para o desenvolvimento de técnicas vocais é preciso atenção e persistência, aprendendo a potencializar e lapidar o uso da voz para a construção de cena e de personagens, compreendendo abordagens diversas e construindo nosso próprio caminho de estudo da pedagogia vocal. Espero que vocês tenham feito bom proveito desse material, e que possam consultá-lo sempre que necessário.



REFERÊNCIAS

ARTAUD A. **O teatro e o seu duplo**. São Paulo: Max Limonat; 1984.

BEUTTENMÜLLER, G.; LAPORT, N. **Expressão corporal e expressão vocal**. Rio de Janeiro: Enelivros, 1992.

BOAL, Augusto. **200 jogos para o ator e não ator com vontade de dizer algo através do teatro**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1997.

BRECHT, B. **Estudos sobre teatro**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1978.

GAYOTTO, LH. Fonoaudiologia no teatro: estados da voz. In: Ferreira LP, Befi-Lopes DM, Limongi SCO. **Tratado de fonoaudiologia**. São Paulo: Roca; 2004. p.166-9

GAYOTTO, L. H. **Voz: partitura da ação**. São Paulo: Summus, 1997.

_____. SOUZA, LA. Expressão no teatro. In: Kyrillos L. **Expressividade: da teoria à prática**. São Paulo: Revinter; 2004.

_____. Dinâmicas de movimento da voz In: **Distúrbios da Comunicação**, São Paulo, 17(3): p. 401-410, dezembro, 2005

GONÇALVES, Rose. Dinamismo da voz. In: Guberfain JC. **Voz em Cena**. Rio de Janeiro: Revinter. 2004. vol. 1.

GROTOWSKI, J. **Em busca de um teatro pobre**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1987.

LABAN, R. **Domínio do movimento**. São Paulo: Summus; 1978.

LOPES, C. M. **O ensino da voz na formação do ator** / Clarisse Mendes Lopes, 2009. 169f.:il. Dissertação (Mestrado em Artes Cênicas) – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2009.

MARTINS, J. **Os princípios da ressonância vocal na ludicidade dos jogos de corpo-voz para a formação do ator.** /Janáina Trasel Martins -2008. 198 f.:il. Tese (doutorado)- Universidade Federal da Bahia, Programa de Pós Graduação em Artes Cênicas, Escola de Teatro, Escola da Dança, Salvador, 2008.

MARTINS, J. Integração corpo-voz na arte do ator. In: GUBERFAIN, Jane Celeste. **Voz em cena II.** Rio de Janeiro: Editora Revinter, 2004.

MONGE AGUILAR, Gina. **Princípios para o treinamento vocal do ator: vozes que chamam, perguntam e dialogam.** São Paulo: G. Monge Aguilar, 2008. 127f. Dissertação (Mestrado)- Departamento de Artes Cênicas/ Escola de Comunicação e Artes/USP.

NUNES, L. **Manual de Voz e Dicção.** Rio de Janeiro: Ministério da Educação (MEC) – Serviço Nacional de Teatro (SNT), 1976, vol. 02.

QUINTEIRO, E. A. **Estética da Voz, uma voz para o ator.** São Paulo: Summus, 1989.

SPOLIN, Viola. **Improvisação para o teatro.** São Paulo: Perspectiva,1982.

STANISLAWSKI, C. **A construção da personagem.** Rio de Janeiro: Civilização Brasileira; 1986.

VARGENS, M.M.C. **O exercício da expressão vocal ao alcance da verdade cênica: construção de uma proposta metodológica para a formação do ator ou a voz articulada pelo coração** / Meran Muniz da Costa Vargens. – Salvador, 2005. 188 f. il. Tese (Doutorado) – Universidade Federal da Bahia. Escola de Teatro, Salvador, 2005.



Universidade Federal da Bahia

Técnicas Vocais

Artistas e educadores necessitam aprimorar a voz em seus diversos aspectos para se expressar mais plenamente em cena e no trabalho docente. Assim, é fundamental que atrizes e atores, professoras e professores, possam cuidar da sua voz e expandir seu potencial vocal. Estaremos aqui explorando as principais teorias e práticas da voz para o teatro.



PROGRAD
PRO-REITORIA DE GRADUAÇÃO



Escola de Teatro
UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA

