

UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA
INSTITUTO DE ARTES
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ARTES CÊNICAS

ELUHARA RESENDE VIDEIRA

CAMINHO EMOCIONADO: Donna entre afetos, cena e rasaboxes

UBERLÂNDIA

2025

ELUHARA RESENDE VIDEIRA

CAMINHO EMOCIONADO: Donna entre afetos, cena e rasaboxes

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da Universidade Federal de Uberlândia como requisito parcial para obtenção do título de Mestra em Artes Cênicas.

Linha 1- Estudos em Artes Cênicas: poéticas e linguagens da cena

Orientador: Prof. Dr. Narciso
Larangeira Telles da Silva

UBERLÂNDIA

2025

Ficha Catalográfica Online do Sistema de Bibliotecas da UFU
com dados informados pelo(a) próprio(a) autor(a).

V652 Videira, Eluhara Resende, 1991-
2025 CAMINHO EMOCIONADO: Donna entre afetos, cena e rasaboxes
[recurso eletrônico] / Eluhara Resende Videira. - 2025.

Orientador: Narciso Larangeira Telles da Silva.
Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de Uberlândia,
Pós-graduação em Artes Cênicas.

Modo de acesso: Internet.

DOI <http://doi.org/10.14393/ufu.di.2025.586>

Inclui bibliografia.

Inclui ilustrações.

1. Teatro. I. Silva, Narciso Larangeira Telles da, 1970-, (Orient.).
II. Universidade Federal de Uberlândia. Pós-graduação em Artes
Cênicas. III. Título.

CDU: 792

Bibliotecários responsáveis pela estrutura de acordo com o AACR2:

Gizele Cristine Nunes do Couto - CRB6/2091

Nelson Marcos Ferreira - CRB6/3074



UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA

Coordenação do Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas
Av. João Naves de Ávila, 2121, Bloco 1V - Bairro Santa Mônica, Uberlândia-MG, CEP
38400-902
Telefone: (34) 3239-4522 - ppgac@iarte.ufu.br - www.iarte.ufu.br



ATA

Programa de Pós-Graduação em:	Artes Cênicas				
Defesa de:	Dissertação de Mestrado Acadêmico				
Data:	02/09/2025	Hora de início:	09h00	Hora de encerramento:	10:30
Matrícula do Discente:	12312ARC004				
Nome do Discente:	Eluhara Resende Videira				
Título do Trabalho:	CAMINHO EMOCIONADO: 'Donna' entre afetos, cena e rasaboxes				
Área de concentração:	Artes Cênicas				
Linha de pesquisa:	Estudos em Artes Cênicas: Poéticas e Linguagens da Cena				
Projeto de Pesquisa de vinculação:	O artista cênico em desalinho				

Reuniu-se na sala virtual <https://conferenciaweb.rnp.br/webconf/espaco-narciso-telles-geac>, a Banca Examinadora, designada pelo Colegiado do Programa de Pós-graduação em Artes Cênicas, assim composta: Profª Drª Mara Lucia Leal (PPGAC/UFU), profª Drª Ana Lucia Martins Soares (PPGAC/UNIRIO) e Prof. Dr. Narciso Laranjeira Telles da Silva, orientador da candidata.

Iniciando os trabalhos o presidente da mesa, Dr. Narciso Laranjeira Telles da Silva, apresentou a Comissão Examinadora e a candidata, agradeceu a presença do público, e concedeu à Discente a palavra para a exposição do seu trabalho. A duração da apresentação da Discente e o tempo de arguição e resposta foram conforme as normas do Programa.

A seguir o senhor presidente concedeu a palavra, pela ordem sucessivamente, às examinadoras, que passaram a arguir a candidata. Ultimada a arguição, que se desenvolveu dentro dos termos regimentais, a Banca, em sessão secreta, atribuiu o resultado final, considerando a candidata:

Aprovada.

Esta defesa faz parte dos requisitos necessários à obtenção do título de Mestre.

O competente diploma será expedido após cumprimento dos demais requisitos, conforme as normas do Programa, a legislação pertinente e a regulamentação interna da UFU.

Nada mais havendo a tratar foram encerrados os trabalhos. Foi lavrada a presente ata que após lida e achada conforme foi assinada pela Banca Examinadora.



Documento assinado eletronicamente por **Narciso Larangeira Telles da Silva, Presidente**, em 02/09/2025, às 10:28, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Mara Lucia Leal, Professor(a) do Magistério Superior**, em 02/09/2025, às 11:04, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Ana Lucia Martins Soares, Usuário Externo**, em 02/09/2025, às 11:15, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://www.sei.ufu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **6644260** e o código CRC **B3C9527A**.

Referência: Processo nº 23117.060861/2025-00

SEI nº 6644260

Agradecimentos

À CAPES, pela manutenção da bolsa de auxílio.

Ao CESEC Uberlândia, pelo apoio e todos os caminhos facilitados para que essa pesquisa acontecesse.

Ao Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, aos professores, técnicos e colegas que tornaram essa jornada um pouco menos solitária. Em especial as amizades firmadas na paz e no caos, Valéria Friso, Lorraine Albina e Priscilla Bello, sem vocês seria impossível terminar esse mestrado.

A todas as pessoas que se permitiram entrar e jogar comigo dentro e fora do tabuleiro, experimentando coisas que eu não conseguiria fazer sozinha, Thaneressa, Fernanda Puttinick, Julia Mouza, Yasmin Pesolitto, Daniella Sandy, Camila Ruth. A memória de Julieta Hernandez, que nos uniu e foi motivação para muitos encontros.

Aos amigos que estão comigo desde sempre e que colaboraram com memórias, incentivos e até cervejinhas. Adriel Parreira, Ana Flávia Felice, André Lemos, Breno Maia, Brunna Monteiro, Carla Luz, Eliakins Lopez, Felipe Bracciali, Fernanda Marques, Grupontapé de Teatro, Hanna Perez, Isabella Rocha, Janaina Couto, João Luz, Juliana Nazar, Lucas Pires, Neto Basilio, Rodrigo Salviano, Rosilaine Silva, Valéria Gianechini.

Agradeço a todos que participaram do I Seminário Internacional de Rasaboxes em Indaiatuba, aos que fizeram “vaquinha” para que eu conseguisse participar de todos os dias do evento, e principalmente a Juliana Calligaris, Adriana Bonfatti, Anna Wiltgen, Letícia Olivares, Nara Keiserman, Joana Ribeiro, Ana Achcar, Julia Sarmiento, Adriana Maia e Michele Minnick, que permitiram que o aprendizado fosse cercado de conhecimento e afeto.

Obrigada Julia Sarmiento, Eva Ribero e Rafa Santos pela generosidade e disponibilidade, que permitiram trocas muito valiosas tanto nessa pesquisa quanto na vida!

Ao meu amigo e diretor do espetáculo Felipe Casati, que confia ainda hoje no meu trabalho e me dá autonomia e respiro para que o DONNA exista da maneira que ele precisa existir.

À minha família, que de forma direta ou indireta sempre me sustentou para eu conseguir estudar. Obrigada a minha irmã Eduarla que sempre me incentivou, a minha mãe Elisabeth por investir em mim e nunca ter duvidado da minha capacidade, a minha avó Maria Adeile pelo cuidado de uma vida inteira. A minha companheira Laís Castro, que esteve junto nesses momentos finais me apoiando e não me deixando desistir.

Às professoras que compõem essa banca e em especial ao meu orientador, Narciso Telles, pelas trocas e parceria que vem desde a minha graduação.

E, por último e não menos importante, ao público que assistiu ao DONNA nesses nove anos de existência e a todas as palhaças que vieram antes de mim.

Se eu for imensa pra você...

Sinto muito. (Tudo- Liniker)

Resumo

A presente dissertação investiga as possibilidades de acesso, mapeamento e mobilização consciente das emoções na prática cênica, a partir da articulação entre a metodologia dos rasaboxes, proposta por Richard Schechner, e a palhaçaria como linguagem artística subversiva e poética. A pesquisa tem como objeto principal o espetáculo *Donna*, concebido e interpretado pela autora, no qual se abordam experiências de violência, silenciamento e resistência vividas ao longo da trajetória pessoal e artística. A metodologia adotada conjuga práticas corporais, registros autorreflexivos, análise de memórias de processo e experimentações com o tabuleiro dos rasas. O trabalho busca compreender de que maneira as emoções, entendidas como construções sociais e culturais que se manifestam corporalmente, podem ser nomeadas, organizadas e expressas em cena sem que percam sua potência afetiva e comunicativa. O estudo se ancora em referenciais como David Le Breton, Julia Sarmiento, Michele Minnick, Ana Achcar e Antônio Damásio, construindo uma reflexão situada entre teoria e prática. Como resultado, a pesquisa produziu o texto dramático *'DONNA, de casa'*, estruturado simbolicamente como uma casa em que cada cômodo representa uma emoção dos rasaboxes. Este texto, que mistura ensaio, autobiografia e dramaturgia poética, é compreendido como parte integrante do percurso investigativo. Conclui-se que a articulação entre palhaçaria e rasaboxes constitui uma estratégia potente para a escuta e elaboração das emoções em cena, permitindo a construção de uma presença cênica consciente, sensível e politicamente situada.

Palavras-chave: rasaboxes. palhaçaria feminina. processo criativo. emoções no teatro.

Abstract

This dissertation investigates the possibilities of accessing, mapping, and consciously mobilizing emotions in theatrical practice, through the articulation between the rasaboxes methodology, proposed by Richard Schechner, and clowning as a subversive and poetic artistic language. The main object of the research is the play *Donna*, conceived and performed by the author, which addresses experiences of violence, silencing, and resistance lived throughout her personal and artistic journey. The methodology employed combines physical practices, self-reflective records, analysis of process memories, and experiments with the rasas board. The work seeks to understand how emotions, understood as social and cultural constructions manifested through the body, can be named, organized, and expressed on stage without losing their affective and communicative power. The study is grounded in references such as David Le Breton, Julia Sarmiento, Michele Minnick, Ana Achcar, and Antonio Damasio, building a reflection situated between theory and practice. As a result, the research produced the dramaturgical text *DONNA, de casa*, symbolically structured as a house in which each room represents one of the rasaboxes emotions. This text, understood as an integral part of the investigative journey, is a mixture of essay, autobiography, and poetic dramaturgy. In conclusion, the study comprehends the articulation between clowning and rasaboxes as a powerful strategy for listening to and processing emotions on stage, allowing the construction of a conscious, sensitive, and politically situated stage presence.

Keywords: rasaboxes. feminine clowning. creative process. emotions in theatre.

Lista de Imagens:

Figura 1 – Registro do processo criativo de Donna	40
Figura 2 – Registro do processo criativo de Donna	41
Figura 3 – Registro do processo criativo de Donna	41
Figura 4 – Registro do processo criativo de Donna	42
Figura 5 – Registro do processo criativo de Donna	42
Figura 6 – Registro do processo criativo de Donna	43
Figura 7 – Registro do processo criativo de Donna	43
Figura 8 – Registro do processo criativo de Donna	44
Figura 9 – Registro do processo criativo de Donna	45
Figura 10 – Registro do processo criativo de Donna	46
Figura 11 – Registro do processo criativo de Donna	47
Figura 12 – Registro caminho emocional Donna	50
Figura 13 – Mapa emocional primário	83
Figura 14 – Espaço de experimento	90
Figura 15 – Quintal Casa Yasmin	106
Figura 16 – Oficina no Centro Cultural de Tupaciguara/Mg	106
Figura 17 – Registro de Comunicação acadêmica	107
Figura 18 – Rasa Hasya, Oficina Joana Tavares	108
Figura 19 – Estudo e jogo Raudra	109
Figura 20 – Estudo e jogo Sringara	109
Figura 21 – Estudo e jogo Hasya	110

Figura 22 – Estudo e jogo Bibhasta	110
Figura 23 – Estudo e jogo Bayanaka	111
Figura 24 – Estudo e jogo Vira	111
Figura 25 – Estudo e jogo Karuna	112
Figura 26 – Estudo e jogo Adbhuta	112
Figura 27 – Anotações do seminário	113

SUMÁRIO:

Resumo	7
Lista de Imagens:	9
Introdução ou Para as que sentem demais	12
Prólogo - Entre cômodos e rasas	16
Capítulo 01 - Corpo em obra: processo criativo de Donna	35
Capítulo 02 - Do tabuleiro ao corpo: ressonâncias teóricas e afetivas	54
Capítulo 03 - Aplicação dos rasaboxes: cena final de Donna	82
Considerações finais	93
Referências Bibliográficas	100
Anexos	103

Introdução ou Para as que sentem demais

Desde já, quero deixar claro que esta dissertação é para todas as pessoas, mas especialmente para aquelas que, como eu, se reconhecem como emocionadas, aquelas que sentem muito, que transbordam. O presente trabalho nasce de inquietações que antecedem minha entrada no Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da Universidade Federal de Uberlândia (UFU). Trata-se de uma tentativa de reunir experiências, refletir sobre elas, propor diálogos e, quem sabe, provocar sensações.

Minha trajetória com a palhaçaria teve início em 2013, por meio do projeto de extensão “Pediatras do Riso”, da UFU. Na época, era movida por uma motivação cristã e voluntarista de “fazer o bem” e levar alegria a pessoas em situações de vulnerabilidade. Acompanhando as palhaças Alba Jacobina e Gabriela Santos, que mantinham o projeto mesmo com poucos participantes, fui me aproximando dessa linguagem, inicialmente compreendida por mim como ferramenta de entretenimento e alívio. No entanto, à medida que o tempo passava, crescia também a minha inquietação, havia algo mais ali que eu ainda não compreendia.

Foi então que participei de uma oficina com Joice Aglae Brondani¹, uma formação breve, mas, ao invés de aprender a ser “engraçada”, fui conduzida a um encontro com minha própria palhaça, Chuvisca. Um processo ritualístico e corporal voltado à exaustão, que me colocou frente a frente com medos, fragilidades e comportamentos que eu escondia até de mim mesma.

A experiência hospitalar também me revelou os “limites” do riso. Estar com crianças em sofrimento, em situações de amputações, queimaduras ou em estado terminal, me fazia questionar se minha função ali seria mesmo de provocar o riso. Em uma dessas visitas, uma criança me perguntou: “Você é palhaço? Mulher não pode ser palhaço!”. Essa frase, aparentemente inocente, me atravessou. Foi a

¹ Joice Aglae Brondani é professora da Escola de Teatro da Universidade Federal da Bahia (UFBA), Atriz, diretora e pesquisadora, possui doutorado em Artes Cênicas pela UFBA, com intercâmbio na Università di Roma Tre e na Scuola Sperimentale dell'Attore, na Itália. Sua atuação acadêmica e artística é marcada por investigações sobre comicidade, palhaçaria, bufão, commedia dell'arte e práticas decoloniais nas artes da cena. É fundadora da Cia Buffa de Teatro (Brasil) e da Bottega Buffa CircoVacanti (Itália).

primeira vez que me confrontei com a ausência de referências femininas na palhaçaria.

Esta pergunta se transformou em busca e essa busca me levou à palhaça Eva Ribeiro². Com ela, participei, em 2014, da oficina “Palhaceando Emoções”, que foi um divisor de águas. Eva propôs uma palhaçaria fundada na escuta e na relação. Rir, chorar, sentir raiva, desejar, tudo isso cabia na cena. A palhaça não precisava agradar, mas se conectar. Essa virada me permitiu compreender a cena não apenas como um lugar de performance, mas como um espaço de encontro afetivo e político.

Essas vivências culminaram na criação do espetáculo *Donna*, dirigido por Felipe Casati³, uma obra solo e autoral que explora, de forma poética e simbólica, questões como identidade de gênero e violência sexual. Criado a partir das minhas experiências pessoais, *Donna* não é apenas um trabalho artístico, mas também um enfrentamento social. A casa onde ensaiávamos, em Descalvado, se transformou em um território criativo e emocional, onde memórias se misturaram a improvisações. Donna não nasceu apenas de ideias, mas de sensações.

Foi nesse percurso que percebi que minha relação com as emoções não era apenas uma questão pessoal, mas constituía o centro da minha prática artística. Desde criança, tento compreendê-las e expressá-las, como se fossem uma língua estrangeira. No meu Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), por exemplo, já buscava investigar como a música poderia provocar estados afetivos nos corpos em cena. Mesmo sem nomear dessa forma, já me interessava pelos mecanismos sensíveis que regem o jogo teatral.

² Eva Ribeiro é uma palhaça, atriz cômica e pedagoga portuguesa, com atuação destacada nas artes de rua, palhaçaria e intervenção social desde 2003. Criadora de espetáculos solo e em dupla, percorreu festivais em Portugal, Brasil, Argentina, Espanha, Itália, França, Bélgica e Luxemburgo. Dirige a Mostra Gargalhadas na Lua, em Lisboa, e organizou o Bolina – Festival Internacional de Palhaças. Como formadora, ministra oficinas de palhaçaria em Portugal, Açores, Brasil, Argentina e Espanha.

³ Felipe Brognoni Casati é ator, palhaço, gestor cultural e professor de teatro. Formado pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU), atua como docente no Espaço Cultural Galhofas e na Escola de Dança Rubiane Burim. É integrante do Grupo Galhofas, do Coletivo Arte de Mochila.

Nos anos seguintes, aprofundi minha pesquisa por meio de oficinas de palhaçaria, atuação por estados⁴ e, principalmente, pelo contato com o sistema dos rasaboxes, desenvolvido por Richard Schechner. Encontrei, neste sistema, uma linguagem concreta para nomear, acessar e transitar entre emoções por meio do corpo, da respiração e do espaço. O tabuleiro dos rasaboxes tornou-se um campo de escuta e investigação. Uma ferramenta, que tem ressoado na minha prática de atriz e palhaça.

Ser uma mulher lésbica na palhaçaria é ocupar um espaço liminar. Não corrodo às expectativas do palhaço tradicional nem ao “ideal” da mulher palhaça graciosa. Minha presença em cena, com meu corpo, minha voz e minha história, é uma afirmação de existência. A palhaça, ao suspender a moralidade convencional, me permite dizer o indizível. E é nesse lugar de liberdade que investigo as emoções como material tanto de criação quanto de aprofundamento.

Ao longo deste trabalho, dialogarei com artistas, com autoras e autores, que me ajudam a pensar e sentir: Richard Schechner, David Le Breton, Michele Minnick, Ana Achcar entre outras. Também trarei registros de cursos que ofereci e participei, especialmente sobre rasaboxes e palhaçaria, além de fragmentos do processo criativo de *Donna*.

Foi a partir das práticas desenvolvidas e das inquietações ao longo da minha trajetória que comecei a perceber que as emoções, longe de se restringirem a estados internos, se manifestam como experiências corporais. Elas atravessam o corpo em movimento, revelam-se na respiração, no gesto, na presença. Essa percepção se tornou um dos pilares deste trabalho, que adota como arcabouço a fisicalidade como meio de acesso, investigação e expressão das emoções em cena. O corpo, aqui, é entendido como veículo e território sensível onde as emoções se inscrevem e se transformam.

Essa dissertação é mais um modo de continuar perguntando:

⁴ A atuação por estados, segundo Drica Santos em Processo e jogo individual na interpretação por estados. In: CARREIRA, André; FORTES, Ana Luiza (org.), constitui uma abordagem performativa centrada na ativação de estados corporais e afetivos do ator, compreendidos como zonas transitórias de energia, presença e ação. Diferente de uma atuação representacional e psicologizante, essa prática enfatiza a construção de presenças intensas por meio da experimentação física e emocional em cena.

- É possível mapear e acessar emoções com consciência em cena?
- A palhaça sente livremente ou encena um modo socialmente aceito de expressar emoção?
- O que acontece quando colocamos um espetáculo já "pronto" no tabuleiro dos rasaboxes?

Este trabalho é uma tentativa de resposta, mas, sobretudo, de escuta e de permanência na pergunta. Sua estrutura se organiza em introdução, prólogo, três capítulos e das considerações finais. As estações do percurso criativo são:

Prólogo - **DONNA de Casa: dramaturgia-emocional entre cômodos e rasas**, um mergulho no texto dramático e na metáfora da casa como estrutura emocional;

1. **O corpo em obra**, que aborda o processo de criação do espetáculo Donna e o percurso artístico;
2. **Do tabuleiro ao corpo: ressonâncias teóricas e afetivas**, que discute os atravessamentos teórico e metodológicos da pesquisa;
3. **Aplicação dos rasaboxes: cena final de Donna**, que propõe a reconfiguração e observação de uma cena específica do espetáculo a partir do sistema dos rasaboxes.

Por uma escolha ética, estética e política, os artigos e adjetivos principais desta dissertação são utilizados predominantemente no feminino (a) e, quando necessário, em linguagem neutra (e). Esta opção é uma afirmação do lugar de enunciação de quem escreve: uma artista-pesquisadora, mulher e lésbica, que compreende a linguagem como território de disputa simbólica. Escolher o feminino, neste caso, não é excluir, mas incluir. É romper com o universal neutro (masculino), que historicamente apagou outras formas de existência e expressão. Assim, esta escrita busca acolher outras corporalidades, subjetividades e modos de dizer, reconhecendo que toda escolha linguística é também uma tomada de posição no mundo.

Prólogo - Entre cômodos e rasas

Esta dissertação começa pelo meio ou pelo final, não sei. Ou melhor, começa pelo corpo. Pelo cômodo. Começa pela criação, não por desordem, mas por escolha. O texto “**DONNA, de casa**”, que abre este trabalho, não é um anexo, nem um exemplo. Ele é desdobramento direto do espetáculo *Donna*, e também extensão viva desta pesquisa. A escrita nasceu da prática, da cena, da escuta das emoções no corpo. Ela antecede e atravessa qualquer elaboração teórica que aqui se apresentará.

Optar por iniciar com “DONNA, de casa” é uma forma de afirmar que a criação carrega sua própria epistemologia. Mais do que introduzir a leitora a um tema, este texto convida a entrar pela porta da frente de uma casa simbólica, onde cada cômodo se refere a uma emoção, um gesto, uma memória. Começar por esse texto é um gesto estético e afetivo: porque o teatro é presença e a teoria nunca dará conta do encontro que ele provoca.

Aos poucos, a leitora encontrará neste trabalho caminhos que explicam, tensionam e dialogam com essa criação, mas o primeiro passo precisa ser dado no chão da cena, mesmo que seja um chão de palavras.

DONNA, de casa

Quero convidar vocês para uma visita, um café, um almoço e quem sabe um jantar com um bom vinho. Como uma boa mineira, apresentarei cada cômodo da casa. Neles, há objetos, memórias, cheiros, texturas, músicas e muitas emoções envolvidas, minhas, da palhaça e provavelmente suas também.

Aconselho, para essa leitura/visita, que tirem os sapatos e estejam numa posição que considerem confortável. Se precisarem trocar de lugar, sintam-se em casa, mas lembrem que não estão.

O texto que se segue é uma construção entre o que foi o processo de criação, a trajetória do espetáculo e da atriz que vos fala. Aqui temos realidade, registros

concretos e inventados, antes, durante e depois. O que é realidade e/ou ficção, deixo para vocês decidirem.

Essa casa/corpo está localizada em um lugar com alguns privilégios, seus muros são altos e as paredes na parte de fora são brancas em um bairro de classe média. Como moradora, não costumo receber visitas de homens, por isso sou mal falada na região. Se você for homem, pode entrar, mas não sei se aqui te deixarei falar.

Vocês já tiraram os sapatos? Sim?! Então podem entrar e até reparar na bagunça... aqui, apesar dos pesares, se vive!

GARAGEM (VIRA)

(Uma garagem. Luz âmbar. Uma cadeira no centro tombada. Um cabo de vassoura ao lado. No espaço há imagens dos orixás Iansã e Oxossi. No chão, um nariz de palhaça vermelho. Há cheiro de café recém passado no ambiente. A atriz entra devagar, observa tudo, respira com o corpo todo. Voz firme e baixa.)

Antes de tudo, preciso pedir licença.

Pra minha avó.

Pra minha mãe.

Pra todas as que carregam um grito engasgado entre as pernas.

Coragem não é ausência de medo.

É o medo...respirado.

(Agacha, pega o cabo de vassoura. Segura como se fosse uma lança. Firme. Precisa. A respiração começa curta... e vai se ampliando.)

Não é heroísmo.

É cansaço que decidiu continuar.

É a raiva quando vira punho fechado.

É o sim e o não... dito com o corpo. *(Pega o nariz de palhaça e o coloca no pescoço fala olhando para o público)*

Em 2016, criei, em parceria com Felipe Casati, um espetáculo que intitulamos de Donna, um solo de palhaça que fala sobre algumas questões relacionadas ao feminino e as violências que entremeiam esse universo: violência de gênero, estética, moral, estupro e aborto são alguns exemplos de assuntos que, num ambiente lúdico, são abordados pela palhaça.

O espetáculo está em repertório ainda hoje e, após esses anos, consigo perceber algumas nuances, que, na sua criação, não eram notadas ou não eram conscientes.

O jogo da palhaça é presente o tempo todo, não temos um texto base e sim um roteiro de ações, que foram criadas a partir de improvisação e depois colocados em uma ordem que nos fazia sentido, deixando o espetáculo, apesar de bem definido, também com respiros de transformação e alterações conforme necessidades do tempo, espaço e afetos.

O processo criativo do “Donna” foi muito íntimo, assim como essa visita. É como se eu estivesse na sala da minha casa. *(abre a porta da casa e entram na sala)*

SALA (HASYA)

(Um ambiente de festa abandonada. Confetes no chão, uma poça de confete molhado com champanhe, um quadro de um bobo da corte na parede. Música de fundo)

Vocês já repararam...que o corpo feminino é uma piada?

Não pode ser grande demais, nem pequeno demais.

Não pode ser solto demais, nem preso demais.

Não pode ser desejante demais, nem frio demais.

(Ri. Tenta conter o riso, mas ele escapa.)

Sabia que, quando eu tive a ideia de criar o espetáculo, era para questionar o que é ser palhaça, principalmente o que é ser mulher? E, para responder essas perguntas,

acreditei ter que ir no que, na época, acreditava ser o oposto disso, que é ser palhaço, ser homem.

E mesmo depois do espetáculo pronto teve gente que me disse: “Mas palhaça tem que fazer rir”.

(voz cerimonial)

Com vocês... a Boba do Reino!

Aquela que diverte e desestabiliza!

A que escorrega... e acusa!

A que cospe pra cima...

(Gira, gira, gira. Para de repente. Encara o público.)

Sabiam que, na Idade Média, o único que podia rir do rei...era o bobo? É.

E ainda assim...vivia com a corda no pescoço.

A piada errada custava a cabeça.

O excesso de verdade... custava tudo.

(A atriz pega um colar de sininhos, coloca no pescoço. Começa a caminhar pelo espaço com pequenos passos e sinos tilintando. Cada passo, uma pergunta.)

E se uma mulher ri alto demais?

E se ela ri do estupro que sofreu?

E se ela faz cena com o que devia guardar segredo?

E se ela fala da gozada do outro enquanto o outro assiste à cena?

E se a palhaça é lésbica e não quer ser fetiche?

(Para. Olha o público com ironia. Dá um giro cheio de charme.)

Ah... que engraçada ela é, né?

Tão... desbocada.

Tão... exagerada.

Tão... bobinha.

Tão... galera. (Referência Rita Lee)

(séria)

Ser palhaça, às vezes, é dançar no limite.

Entre o riso e o castigo.

Entre a gargalhada e a execução.

Entre entreter...e escancarar.

(Pega o quadro do bobo da parede. Mostra pro público. Depois vira o quadro de costas e o pendura de novo — de cabeça para baixo. Figura do enforcado do Tarô)

Eu sou a boba.

Mas nessa casa...Quem manda sou eu.

(Aponta a direção do próximo cômodo.)

Vamos?

COZINHA (ADBHUTA)

(Luz magenta com âmbar, como fim de tarde. Uma mesa simples, coberta com uma toalha bordada. Sobre ela: potes de vidro com flores, uma colher de pau, um caderno de receitas. Um rádio toca ao fundo — chiado de AM. Cheiro de cebola dourando, manjerição e bolo de cenoura no forno.)

Encantamento, espanto.

Aquele “uau” que estilhaça o silêncio...

É nesse cômodo que o impossível ganha forma. Onde o cotidiano se enfeitiça.

Aqui, a palhaça cozinha o assombro.

Cada gesto é uma oferenda, cada prato um feitiço.

É neste lugar que o mundo se desfaz e se refaz.

Temperado com olhos brilhando.

(Ela para. Inspira fundo. Fecha os olhos como quem sente algo no ar.)

Entre. Você sente o cheiro?

Não... Não é comida. É invenção, o aroma vem da alma.

Da panela funda onde borbulham ideias.

É canela com angústia. É riso com pimenta.

Uma mistura que você não encontra em supermercado porque só existe aqui.

Na minha cozinha, no centro mágico dessa casa.

(Ela se aproxima do fogão imaginário. Pega uma concha invisível. Move com delicadeza.)

A cozinha é meu terreiro de criação.

É aqui que o espanto acontece

.Mas não o espanto do susto...

É o espanto do encantamento.

Aquele que paralisa e acende. Que dilata os olhos.

Que suspende o tempo.

Foi aqui que aprendi: o palco é um caldeirão.

A cena, um feitiço. O improviso... é pura encantaria.

(Ela revive uma memória, uma presença se instala no corpo.)

Em Donna, cada improvisação era um rito, cada entrada da palhaça, uma invocação. Ela surgia, nariz vermelho, olhos em brasa e algo no ar mudava.

As palavras dançavam diferentes. Os objetos ganhavam alma. E o público...ah, o público esquecia, por um instante, que estava só assistindo.

(Ela gira uma vez, como se o cenário inteiro se transformasse com ela.)

Esse é o poder de Adbhuta. Ver o mundo com olhos encantados.

Transformar um pano em mar, um copo em microfone.

Um silêncio em universo.

Minha palhaça é uma cozinheira do impossível.

Ela mistura lembranças e desejos, feridas e fantasias, e serve tudo com um olhar que brilha. E, quando ela ri, aquele riso moleque, cheio de espanto é como se o chão balançasse.

Como se dissesse: “Viu? Ainda é possível se maravilhar.”

(Pausa. O tom muda. Mais íntimo.)

Porque Adbhuta não é só beleza.

É quando o feio se revela sublime.

É quando algo te toca tão fundo que te rouba as palavras.

É quando a palhaça chora no palco e, mesmo assim, você sorri.

Porque ali, diante de você, alguém se diz inteira. Sem esconder nenhuma parte.

(Ela volta ao centro. Toca os objetos como se fossem mágicos.)

A cozinha é meu laboratório. Mas também é meu templo.

As panelas são tambores. As facas, varinhas.

A colher de pau... Um cetro que comanda o invisível.

(Ela levanta a colher como se tocasse algo sagrado no ar.)

Venha. A mesa está posta.

Sirvo um banquete de impossíveis.

Não precisa entender. Só sinta. Abra os olhos.

Encante-se.

LAVANDERIA (KARUNA)

(Luz fria. O espaço é duro, funcional. Um tanque, um balde de água escura, sabão em barra já gasto. Um varal baixo com roupas íntimas penduradas. No chão, peças emboladas, úmidas, pesadas. Ao fundo, som ritmado de goteira. Cheiro de sabão velho e pano guardado. A atriz entra carregando um cesto pesado. Joga no chão com um suspiro. Olha pro público. Não sorri.)

Roupa suja se lava em casa.

Mas quem sujou... não veio ajudar.

(Tira uma camiseta do cesto. Estende no tanque. Fica olhando a mancha por um tempo.)

Essa aqui... foi da última vez que eu disse “não” e não acreditaram.

(Começa a ensaboar com força.)

Karuna não é só tristeza.

É vergonha que gruda.

É cansaço que volta.

É a frase que você repete três, quatro vezes — e ninguém escuta.

(Torce a roupa com violência. Pinga no chão.)

Em Donna, tem uma cena em que a palhaça lava e torce uma camisa branca. Cada torção é um “por quê?”

Cada espuma... uma desculpa esfarrapada.

(Senta no chão, perto do balde. Está com as mãos molhadas. Encara o público.)

Tem dor que a gente não fala mais. Só lava.

E estende. Todo dia. No mesmo varal. Com os mesmos prendedores.

(Pega uma calcinha. Mostra ao público.)

Essa aqui...me fizeram lavar na delegacia.

“É protocolo.”

Lavaram as provas. E chamaram isso de “cuidados”.

(Pausa longa. Põe a peça no varal. O gesto é lento, firme. Quase um enterro.)

Karuna é isso: É tristeza com consciência.

É pendurar a dor à vista, para ver se alguém finalmente olha.

(Fica de costas pro público. Pendura a última peça.)

CORREDOR (BAYANAKA)

Este é o corredor. Espaço de passagem.

Não é um destino, mas o lugar entre um cômodo e outro.

Aqui, o corpo não encontra descanso. É o lugar onde se corre.

Se foge. Se hesita. Se paralisa.

O chão guarda rastros. Das vezes em que precisei correr para sobreviver.
Literalmente.

O terror... O terror não mora só nos becos.

Ele anda de bicicleta, com uma arma escondida na cintura.

Ele veste preto, diz que faz arte, que ama as mulheres.

O terror sobe no palco. E depois desce no meu corpo.

Ele me espera na saída.

De faca numa mão. E o pênis na outra.

O terror já dormiu do meu lado. Já me chamou de exagerada.

Já riu quando eu disse não.

Este é o corredor onde ecoam perguntas que cortam mais do que faca: "Você tava sozinha? Que horas eram? Tava de saia? Deu moral? Você não reagiu?"

Não.

O que eu dei foi o azar, de ser mulher, lésbica, artista.

Neste corredor, o tempo se dobra. De repente, sou todas às vezes em que fui exposta, desacreditada, silenciada.

Aqui, o corpo aprende a ouvir o que ninguém disse.

A farejar perigo no ar. A apertar o passo mesmo quando parece seguro.

A não confiar no escuro. Nem na luz.

(Respira fundo. O olhar varre a plateia, desconfiado. O corpo carrega histórias que não quer mais contar... Mas não consegue esquecer.)

O terror não grita. Mas o corpo ouve.

E nunca, nunca mais... volta a descansar.

BANHEIRO (BIBHASTA)

(O espaço é pequeno, claustrofóbico. O som de um exaustor velho girando. Há marcas de água no chão. A luz é branca, quase clínica. Um espelho rachado. Uma pia com sabão, escova de dente, papel higiênico. No canto, uma lixeira semi aberta. O cheiro é de desinfetante vencido. Entra devagar, segurando um rolo de papel higiênico apertado contra o peito)

O banheiro é o lugar do corpo. Do que ele solta.

Do que ele não segura.

É o espaço do que é feio demais pra sala, íntimo demais pro quarto.

É onde a gente esconde o que todo mundo faz, mas ninguém quer ver.

(Ela coloca o papel sobre a pia. Encarando o público, fala com frieza)

Foi aqui que eu tentei me apagar. Também da vida.

Mas principalmente de mim mesma.

(Abre a torneira. Lenta. Mergulha as mãos na água. Pausa.)

Depois dele, eu vim direto pra cá. Tirei a roupa.

Coloquei no cesto como quem enterra uma prova.

Entrei no chuveiro. Água quente, escaldante.

E ainda assim... não saiu.

(Começa a lavar as mãos com força, como num ritual. Mais do que limpeza, é castigo.)

Lavei o cabelo três vezes.

O pescoço, sete.

A boca...com pasta de dente, sabonete, raiva.

(Pausa. Ela se encara no espelho quebrado. Fala para o próprio reflexo.)

O que eu tava fazendo naquela rua?

Sozinha, àquela hora?

Por que eu aceitei a carona?

Por que não gritei?

E aí, quando eu criei coragem pra contar...O nojo mudou de lugar.

Saiu dele. E caiu em mim.

(Olha para o público. O corpo começa a tremer sutilmente. A fala ganha mais fôlego.)

Na delegacia, disseram que sem penetração não era estupro.

Disseram que fazer o exame não ia ajudar.

Disseram que contar tudo de novo não valia a pena.

Disseram que era melhor esquecer.

Mas esquecer o quê, exatamente?

O cheiro da cueca dele?

O som da descarga depois? A textura da vergonha no papel higiênico?

(Ela se senta na borda do vaso. Olha em volta como quem reconhece um velho inimigo.)

Eu vomitei. E me desculpei por vomitar.

Chorei em silêncio. E depois escondi o choro.

Coloquei roupa limpa, maquiagem. Dei bom dia.

(Levanta-se com lentidão. Vai até a lixeira. Joga algo invisível dentro dela.)

Esse banheiro já me viu fingindo que estava bem. Já me viu vestida e desfeita.

Já me viu com calcinha na mão, tentando entender o que era aquilo.

Bhībhatsa...não é só nojo do outro.

É nojo do que me fizeram sentir. É nojo da dúvida.

É nojo de ter sido desacreditada. É nojo de ter me calado depois.

(Pega o sabão. Esfrega as mãos mais uma vez, até começar a irritar a pele. Depois para. Fica em silêncio. Suspira.)

O sabão não tira. Nem a água...Nem o tempo.

(Fala final em tom quase íntimo, como um segredo compartilhado com a plateia)

Tem coisa que só o corpo lembra.

E que a alma... ainda tenta esquecer.

(Ela fecha a torneira. A luz pisca uma vez. Blackout.)

ESCRITÓRIO (RAUDRA)

(Um espaço limpo, minimalista. Mesa com computador, papéis empilhados com etiquetas: 2014, 2015, 2018, 2024, Arquivo morto. Uma impressora desligada. Uma lixeira de metal. A luz é branca, fria. O ambiente parece profissional, mas tem cheiro de coisa velha. Entra em silêncio. Fecha a porta. Trava. Caminha até a mesa. Puxa a cadeira, senta. Respira fundo)

Este é o escritório. Aqui mora a palavra "protocolo".

Aqui a dor precisa ter número. Assinatura. Testemunha. Registro.

Sem isso, não existe.

(Pega um dos papéis etiquetados com o ano "2014". Olha. Encara o público.)

Aqui tá a vez que um homem colocou uma arma na minha cabeça.

Não é metáfora. Era uma arma de verdade.

E um pênis também.

(Dobra o papel, com calma, e coloca ao lado. Pega outro, "2015".)

Aqui tá a carona que virou cárcere.

Mas como ele era "conhecido"... Fica complicado acusar.

(Pega "2018")

Essa é a performance com plateia e pinto à vista.

O palhaço? Era ele.

Mas quem continuou a cena... fui eu.

(Ela pega "2024")

Esse aqui é mais difícil de organizar.

Foi a vez em que reagi.

Faca, moto, e um cabo de vassoura no meio do caminho.

Um B.O. de legítima defesa.

Mas quem é julgada? A sobrevivente.

(Começa a digitar algo no computador. Digita por um tempo em silêncio. Depois para. Encara a tela.)

Já tentei escrever sobre isso de todas as formas.

Prosa, boletim, denúncia, diário, drama, relatório, dissertação.

Mas ninguém lê com os olhos certos, sempre acham exagerado.

(Se levanta. Vai até à lixeira. Pega um papel qualquer. Amassa. Joga de novo. Pausa longa.)

Minha raiva já foi classificada como histeria, drama, teatralidade.

“Assunto mal resolvido.”

Mas Raudra não é um problema mal resolvido.

É o que sobra quando tudo que você tentou ser, foi rasgado.

(Pega um carimbo. Ao invés de usá-lo em papel, carimba o braço com força. A palavra pode ser imaginária, o gesto é mais importante que o conteúdo.)

O sistema diz que a raiva deve ser contida.

Mas quem contém... morre.

(Ela volta à mesa. Olha ao redor. Fala baixo, com força controlada)

Hoje, eu organizo a raiva.

Eu dou nome, dou data, dou prova.

(Blackout.)

QUARTO (SHRINGARA)

(O espaço é suave. Um colchão no chão, um lençol de linho, uma almofada amassada. A luz é quente. Há tecidos leves pendurados, livros, um espelho

pequeno. O som é de uma brisa leve, talvez uma música instrumental de fundo com voz feminina suave. Cheiro de óleo essencial, lavanda ou patchouli. O corpo entra mais leve, mas ainda atento. Entra descalça. Olha o ambiente como quem volta pra casa após muito tempo)

Este é o quarto.

Não o da infância.

Não o de hotel dividido.

É o quarto que eu montei após reaprender a respirar.

(Ela passa a mão sobre o lençol, alisa com carinho. Senta devagar.)

Aqui, o corpo não precisa performar.

Nem se defender, nem aguentar.

Aqui, o toque é convite.

E o silêncio... é escolha.

(Pega um espelho pequeno. Se olha)

Já odiei esse reflexo. Já pedi desculpas por querer.

Já achei que meu corpo era culpado pelo que fizeram com ele.

Mas agora...eu o vejo inteiro.

(Pega um óleo, passa nas mãos, massageia o próprio pescoço, lentamente.)

Shringara não é romance barato, não é pornô nem comédia romântica.

É quando eu encosto em mim...e sinto algo que não seja medo.

(Deita de lado. Olha para o teto. Voz quase um sussurro, mas firme.)

Em Donna, a palhaça às vezes dança.

Às vezes se oferece.

Às vezes goza de mentira.

Mas aqui... se eu gozar, é verdade.

(Senta de novo. Cruza as pernas. Coloca o nariz de palhaça sobre o coração, como um talismã. Sorri.)

Não é sobre o outro. É sobre mim.

Meu desejo não é serviço. É rito.

(Pega um vestido leve. Passa pelos braços, como quem ensaia vestir. Depois decide não vestir.)

Este é o quarto.

Onde meu corpo voltou a ser meu.

Onde o toque pode ser afeto.

E o desejo... não é mais território invadido.

É casa reconstruída.

(Ela deita, fecha os olhos, como quem finalmente pode dormir em paz. Luz baixa.)

QUARTO DE VISITAS (SHANTA)

(O quarto está limpo, com luz natural, branca suave. Uma cadeira voltada para o público. Um futon no chão, uma vela acesa, uma jarra com água, duas xícaras. Uma janela aberta deixa o som do vento entrar. O silêncio não pesa: respira. A atriz entra com os pés firmes no chão, com calma e firmeza. Atriz, olhando para a plateia, com presença total)

Este é o quarto de visitas. Mas hoje ele não é cenário.

Não é metáfora. É um espaço real.

E eu quero estar aqui com você. Inteira.

(Ela se senta de frente, encara o público com suavidade. Respira. Não tem medo do silêncio.)

Shanta... é o que vem depois da queda.

Mas também é o que sustenta a permanência.

Shanta é quando você não precisa fugir do olhar do outro. Nem do seu.

(Olha profundamente. Pausa longa. Apenas presença.)

A paz que me interessa... tem coluna ereta e pé no chão.

Tem olho no olho. Tem presença que não foge.

(Ela pega a jarra d'água. Serve duas xícaras. Coloca uma voltada ao público. A outra, segura entre as mãos.)

Se você chegou até aqui...então, talvez, você também precise parar.

Não pra esquecer.

Mas pra sentir com verdade.

(Levanta-se. Caminha pelo quarto como quem visita o próprio corpo.)

Passei por muitos cômodos.

Falei de tudo que suja, fere, expõe.

Falei do medo. Da raiva. Do desejo.

Agora... eu não falo mais nada. Agora eu olho.

(Volta pra cadeira. Senta-se. Encara alguém na plateia com doçura e firmeza. Depois fala baixo, presente.)

A paz também é isso. Não dizer, mas estar.

Hoje... eu não tenho mais medo de ser vista.

Nem de ver você.

(Pausa. Longa. Sem precisar preencher.)

Se quiser, me olha de volta.

E fica. Só um pouco.

(Luz suaviza. O tempo se dilata. A atriz não sai. Só está. E está inteira. Só a luz do abajur ou de uma vela. A atriz está sozinha. Em silêncio. Senta-se no chão ou na cama. O corpo está mais solto. A casa está quieta. Ela olha em volta como quem vê ruínas e flores, tudo ao mesmo tempo.)

Depois que todo mundo vai embora... a casa volta a respirar.

O cheiro da visita ainda fica. As marcas dos passos.

O rastro do silêncio deixado nas cadeiras.

Eu fico aqui...olhando o que sobrou.

Não da bagunça. Mas de mim.

(Ela recolhe um objeto simbólico — um lenço, um copo, uma peça de roupa — e guarda com delicadeza.)

Você também tem uma casa dentro.

Talvez com trincas. Talvez com asas.

Talvez com histórias que ainda não tiveram coragem de sair do porão.

Mas um dia elas saem, mesmo que pela fresta.

Mesmo que no meio de uma gargalhada.

(Ela se levanta. Vai até à porta. Não sai ainda. Fica ali. Presente. Fala com a voz de quem está pronta ,mas não tem pressa.)

Eu não preciso trancar.

Nem deixar aberta demais.

Quem quiser entrar de verdade... vai saber bater. E esperar.

(Abre a porta. Luz natural invade. Ela respira fundo.)

Eu sou casa.

Mas também sou rua.

(Sai. Blackout)

Capítulo 01 - Corpo em obra: processo criativo de Donna

Após a visita à casa, é hora de tirar o nariz, recolher os confetes e voltar os pés ao chão, ainda que esse chão continue sendo o da cena. É importante esclarecer que o DONNA não nasce do texto dramatúrgico apresentado no prólogo. Pelo contrário, *Donna* é uma obra independente, fruto de um processo criativo autônomo. O texto foi posteriormente desenvolvido como uma extensão reflexiva da experiência cênica e dessa pesquisa, permitindo o aprofundamento das questões vividas em cena.

Este capítulo parte do entendimento de que *Donna* não surgiu do nada, tampouco de uma ideia, mas de uma trajetória viva, feita de encontros, escutas, rupturas e continuidades. O corpo da atriz, o meu corpo, foi o terreno onde tudo isso se inscreveu.

Aqui, revisito o processo de criação do espetáculo. Se o prólogo era convite, metáfora e presença, este é escavação e costura. Sem perder o vínculo com a cena e com o corpo, proponho agora um olhar mais atento ao processo criativo: seus contextos, escolhas e implicações.

Meu ser palhaça está intimamente ligado à minha percepção de mundo e ao ato de me assumir socialmente como lésbica. Talvez por isso os questionamentos sobre o que é ser mulher sempre me foram tão latentes. Afinal, o fato de me atrair por mulheres não me tornava um homem. Então, quais características fazem de mim uma mulher?

Por muito tempo, ainda que inconscientemente, eu não queria ser "confundida" com um homem. Tentava, então, adotar elementos estéticos e comportamentais que fossem lidos claramente como femininos. Isso ficou evidente quando precisei escolher um figurino para a Chuvisca visitar o hospital, com o projeto de extensão Pediatras do Riso.

Havia algo nos meus movimentos que não combinava com o que se esperava de uma mulher em cena. O figurino podia estar alinhado, a maquiagem leve, o vestido colorido, ainda assim meu corpo desmentia o visual. Me diziam que meus

gestos eram duros, que eu era barulhenta, que ocupava espaço demais. E foi justamente aí que compreendi: meu corpo desobedecia.

Essa desobediência não era uma escolha racional. Ela surgia antes do pensamento, se anunciava no modo como eu me sentava, como caminhava, como me relacionava com o público. Era o corpo em desacordo com as expectativas sociais.

As experiências sociais e culturais moldam o corpo, deixando nele registros que influenciam sua presença e ação em cena. As questões de gênero, nesse contexto, não são exteriores à construção da palhaça, mas atravessam sua composição desde os gestos mais sutis até a forma como ela se oferece ao olhar do outro.

Ao iniciar minha jornada como palhaça, eu buscava modelos prontos, textos estabelecidos para seguir, uma espécie de fórmula pronta que pudesse guardar para usar quando necessário. No entanto, ao tentar reproduzir esses modelos, sentia-me deslocada, como se estivesse agindo de forma artificial e fora da minha essência como palhaça. Era forçado, o humor, o riso, a tentativa de me encaixar.

É crucial esclarecer que meu ambiente de atuação como palhaça não se situa no circo; descobri e desenvolvi minha identidade de palhaça dentro do contexto universitário. Contudo, o estereótipo do palhaço de circo é predominante no imaginário popular, e isso também se aplica a mim. Anos depois, percebi que, embora tenha sido introduzida à palhaçaria por uma mulher, a maioria das referências e influências vinha de homens do circo ou de outras esferas, o que de certa forma moldou minha prática.

Uma indagação constante é: onde estavam as mulheres palhaças? Até os anos 80, o registro mostrava apenas mulheres associadas ao humor ou representando palhaços travestidos de homens. Isso se deve a diversos motivos, um deles sendo a visão predominante de que a palhaçaria era uma função exclusivamente masculina, mantida por convenções estabelecidas.

Borges e Conká (2021) em seu texto, traçam um panorama da presença feminina, direta ou indiretamente, nos números clássicos de palhaços catalogados por Bolognesi (2003). Elas discutem a ligação entre o riso e o feminino, ou melhor,

como o riso poderia ser associado ao feminino, embora as piadas não fossem produzidas por mulheres. A mulher estava associada ao riso contido, não à produção do riso.

Ao debater sobre os papéis de gênero, nos deparamos com expectativas ligadas aos comportamentos esperados de acordo com cada “padrão”. Muitas coisas não são esperadas de uma mulher, principalmente no que diz respeito ao corpo, à escatologia, entre outros temas.

Como disse Castro, “o palhaço é, ao mesmo tempo, particular e universal: cada artista parte de um tipo genérico para desenvolver uma criação pessoal e única, que se dá a partir de seu próprio corpo, de sua personalidade e de suas qualidades expressivas” (CASTRO, 2019, p. 20). Considerando a fala de Karla Conká que palhaça não é apenas palhaço, acredito que isso remete à nossa origem, à nossa dramaturgia única, que não copiamos, mas criamos. Investimos em nós mesmas, exploramos nossa própria narrativa, nossa visão como mulheres e palhaças.

Penso que, no cerne da construção da figura cômica, suas funções aproximam e distinguem as noções de palhaça e palhaço. Unem-se na comédia como forma de denúncia de exclusões sociais, crítica aos padrões estabelecidos, mas divergem principalmente em relação ao gênero. Quando artistas palhaças performam, é a singularidade de seus corpos e habilidades performativas que moldam o humor, emergindo uma variedade de códigos e significados sociais relacionados aos corpos femininos e ao riso.

Existem inúmeros sinais que traduzem na cena as expectativas de comportamentos de gênero e as características estimuladas ou corrigidas pela sociedade sobre o que é ser ‘homem’ e ‘mulher’ (ROMANO, 2009). Os corpos em cena não são neutros quanto ao gênero, assim como não são neutros em relação a marcadores de raça, classe social e etnia.

Funchs (2020) diz que o riso das mulheres é complexo, influenciado por diversas forças, onde características de gênero são atravessadas por questões de raça, etnia, idade, classe social, entre outras. A palhaça carrega consigo tanto normas sobre categorias femininas quanto rupturas. Ela apresenta o que constitui a artista e suas formas de reinventar-se. Esse caráter duplo, que oscila entre a conformidade e a ruptura com os padrões de gênero, muitas vezes gera um riso

conflituoso, estranho, chamando constantemente o espectador para se posicionar diante do cômico.

Como já dito, o encontro com a artista Eva Ribeiro modificou significativamente minha relação com a palhaçaria, ampliando, inclusive, minhas referências sobre mulheres palhaças. Foi por meio dela que descobri a existência de outras artistas, como Karla Conká, Michelle Silveira, Ruth Meck, Antonia Vilarinho entre outras, bem como de festivais destinados exclusivamente à apresentação de mulheres palhaças. A partir de então, iniciei uma busca ativa por essas referências, participando de oficinas e assistindo a espetáculos, com o intuito de compreender como essas artistas habitavam o lugar de “ser palhaça”.

Refiro-me, aqui, a um período situado em torno do ano de 2015, momento em que ainda não encontrava um discurso que me contemplasse plenamente. Em diversos espetáculos apresentados em festivais dos quais participei como espectadora, observava a predominância de experiências que não correspondiam às minhas vivências, frequentemente centradas em temas como maternidade, casamento ou o cotidiano de mulheres donas de casa. Além disso, percebia, com certo incômodo, a recorrente estereotipação das figuras femininas dentro de padrões sociais heteronormativos, com representações que, muitas vezes, infantilizavam excessivamente as palhaças e mantinham um olhar machista e objetificador, independentemente da temática abordada.

Tal incômodo, no entanto, não me levava a deslegitimar essas produções ou a negar a existência dessas palhaças e suas propostas estéticas. Não se tratava de afirmar que esse tipo de palhaçaria não deveria existir, ou que as artistas precisassem ser diferentes do que eram, mas sim de reconhecer que, mais uma vez, eu não me sentia pertencente.

Foi nesse contexto que as provocações da artista e pesquisadora Adelvane Néia (2015) auxiliaram-me a elaborar algumas das inquietações que vinham surgindo. Uma das pioneiras na formação de mulheres palhaças no Brasil, Néia observa que os registros corporais ligados ao feminino, forjados por normas, vivências e convenções sociais, constituem a matéria-prima para a construção da palhaça. A criação da palhaça é, portanto, sempre singular, tecida pela história de

quem a realiza. Ainda que a figura do palhaço tenha se consolidado historicamente como uma identidade masculina, a presença de mulheres nesse território cênico reconfigura os códigos estabelecidos do riso e propõe novas formas de estar em cena.

Diante dessa constatação, passei a me questionar: se “me vestir” de mulher não era suficiente, afinal, o que é ser mulher? O que é ser palhaça? Essas indagações, somadas a questões práticas, como o desejo de conceber um espetáculo que eu pudesse carregar sozinha, impulsionaram a parceria com o diretor Felipe Casati e deram início ao processo criativo do espetáculo *Donna*.

Minha relação com Casati teve início na UFU. Confesso que ele não era minha primeira opção de direção, eu gostaria que uma mulher ocupasse esse lugar, mas eu tinha pressa e as pessoas que havia pensado não estavam disponíveis naquele momento. Não me arrependo da escolha, já conhecia seu modo de trabalho por meio de oficinas e do espetáculo *O Ritmo da Chuva*, que dividíamos com o ator Felipe Braccialli. Sabia que ele respeitaria minhas questões e desejos.

Casati já estava morando na cidade de Descalvado/SP, o que fez com que nossos ensaios fossem organizados em formato de “intensivões”. Se somarmos todos os encontros, foram menos de trinta dias até o ensaio aberto e a estreia do espetáculo.

A primeira coisa que decidimos, propositalmente, foi trabalhar com os clichês de ser mulher e ser homem. Inevitavelmente, caímos nas ideias formadas na infância sobre o que é ser menino ou menina e, com isso, nos deparamos com a noção de que, para *ser*, era preciso *ter* determinados comportamentos ou objetos associados a esse gênero.

Menina/Mulher: rosa, vagina, perereca, peito, cabelo comprido, brincar de boneca, ser mãe, gerar, parir, menstruar, maquiagem, shopping, salto alto, saber cozinhar, limpar a casa, passar roupa, roupas apertadas, estar sempre de dieta, fazer as unhas, tirar as sobrancelhas, sentar de pernas fechadas, comer de boca fechada, falar baixo, não usar roupas curtas ou decotadas, não andar pelada em casa, não andar sozinha na rua.

Menino/Homem: jogar bola, brincar de carrinho, videogame, esportes, cueca, correr, usar bermuda, pinto, pênis, força, lutinha, barba, beber cerveja, poder ficar com quem quiser, terno e gravata, o contrário de ser mulher.

A partir desse jogo de palavras, reunimos algumas roupas e objetos na casa do Casati que remetiam a esses estereótipos. Ele me colocou no banheiro com os objetos, uma câmera e um celular, e pediu para eu pôr o nariz de palhaça e brincar, improvisar com aquilo tudo.

Haviam dois espelhos: um sobre a pia e outro escorado no chão. Lembro-me de olhar para o que estava na altura dos olhos e pensar: “E agora, o que eu faço?”. Passei quase duas horas dentro do banheiro, experimentando elementos, como barba feita de algodão, calça masculina com salto alto, secador de cabelo, espuma de barbear, barbeador, maquiagem e uma boneca.

Abaixo, segue alguns registros desse processo e o vídeo, na íntegra, pode ser acessado neste link : [playlist processo de criação](#)

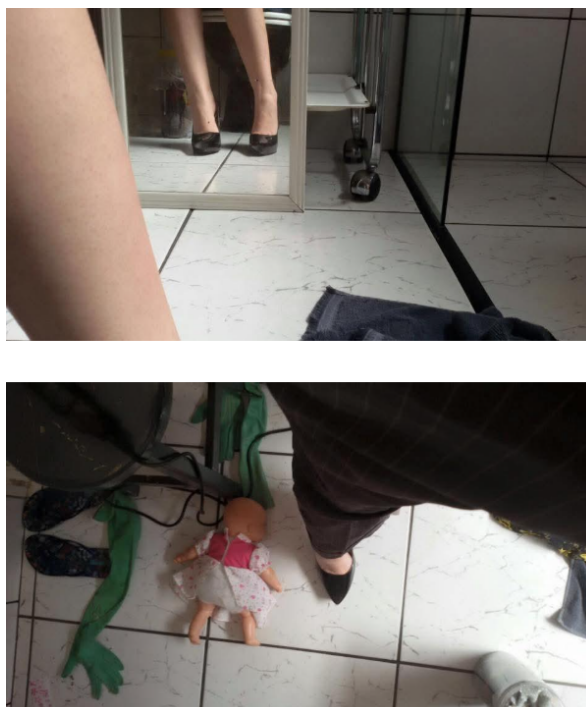


Figura 1 – Registro do processo criativo de Donna
Fonte: Arquivo pessoal, 2016.



Figura 2 – Registro do processo criativo de Donna
 Fonte: Arquivo pessoal, 2016.



Figura 3 – Registro do processo criativo de Donna
 Fonte: Arquivo pessoal, 2016.



Figura 4 – Registro do processo criativo de Donna
Fonte: Arquivo pessoal, 2016.



Figura 5 – Registro do processo criativo de Donna
Fonte: Arquivo pessoal, 2016.



Figura 6 – Registro do processo criativo de Donna
 Fonte: Arquivo pessoal, 2016.



Figura 7 – Registro do processo criativo de Donna
 Fonte: Arquivo pessoal, 2016.



Figura 8 – Registro do processo criativo de Donna
Fonte: Arquivo pessoal, 2016.

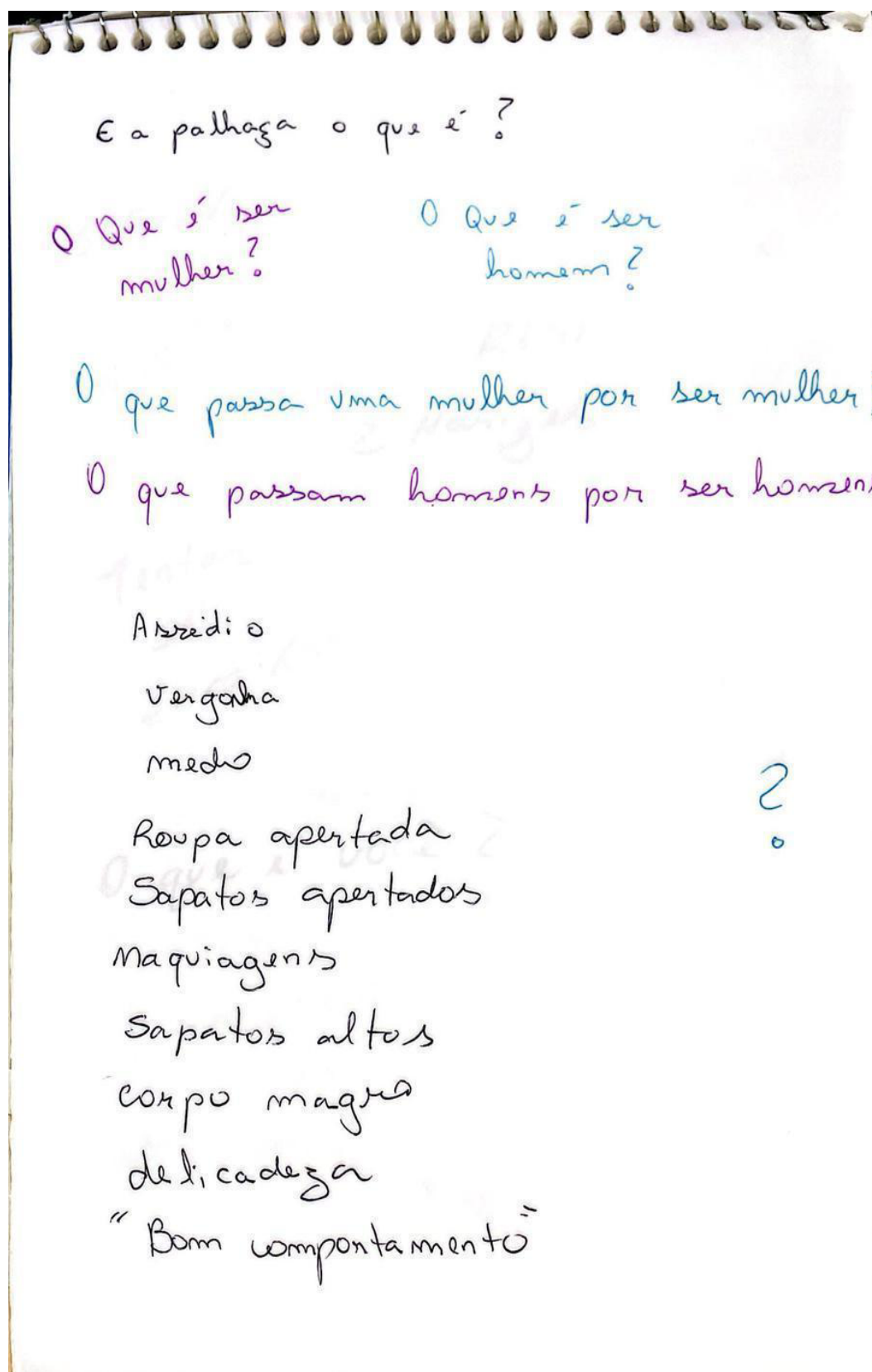


Figura 9 – Registro do processo criativo de Donna
Fonte: Arquivo pessoal, 2016.

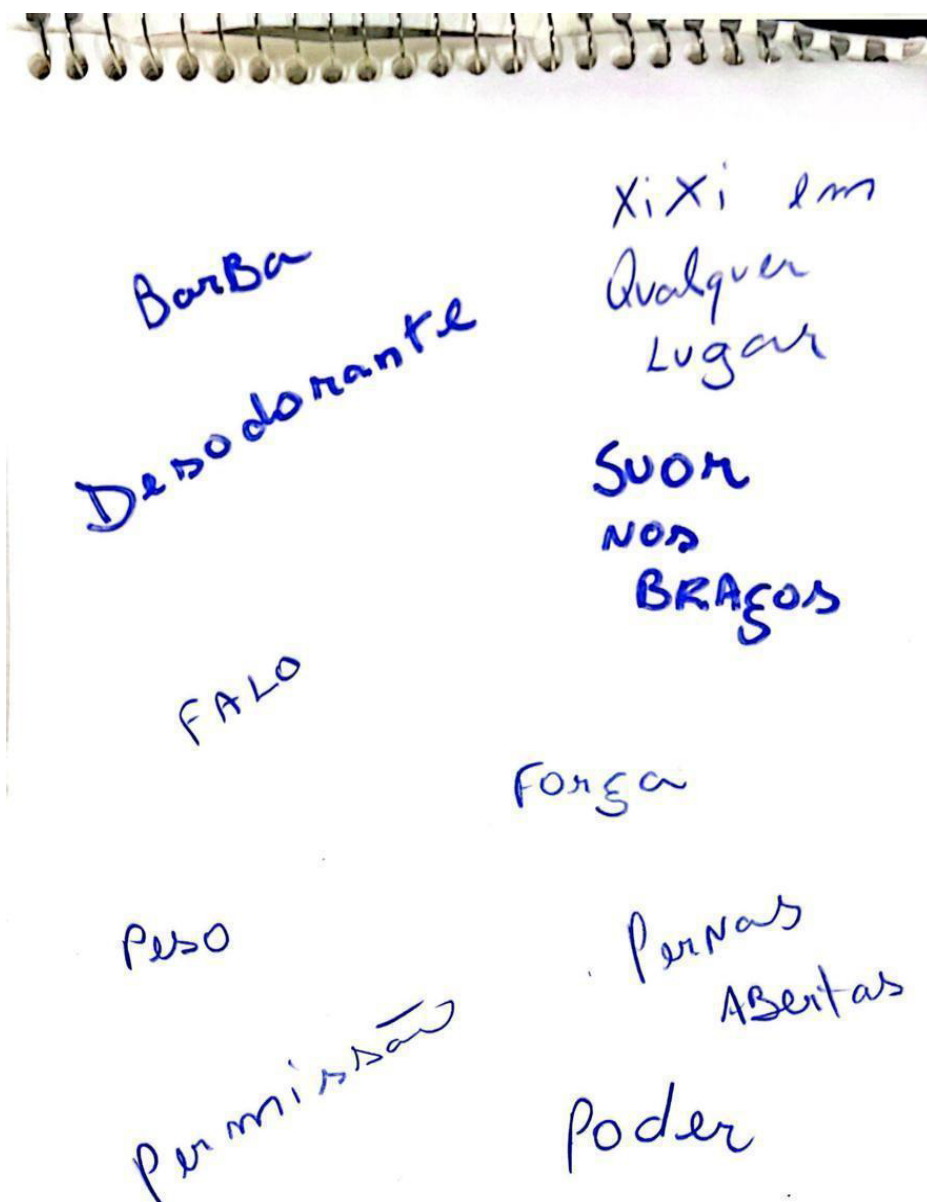


Figura 10 – Registro do processo criativo de Donna
Fonte: Arquivo pessoal, 2016

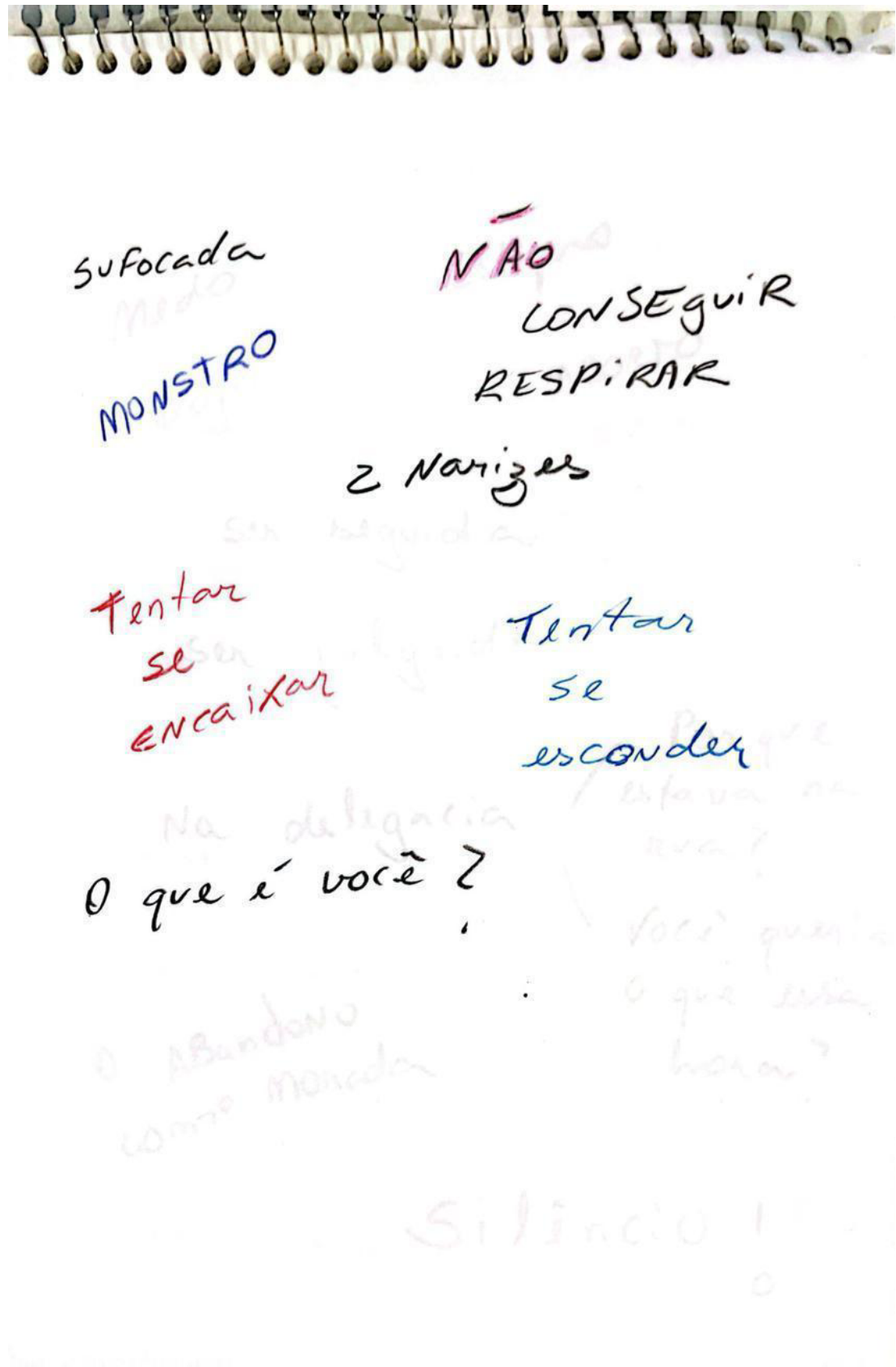


Figura 11 – Registro do processo criativo de Donna
Fonte: Arquivo pessoal, 2016

Foi interessante perceber que muitos desses itens, tradicionalmente considerados masculinos ou femininos, eu nunca havia experimentado antes. Eu os associava a determinados gêneros, mas não os havia colocado no meu corpo. Nunca havia usado um salto alto como aquele da mãe dele, nem roupas sociais masculinas. Isso me levou a refletir sobre como, na infância, minhas brincadeiras não se alinhavam aos estereótipos.

Na infância, eu brincava mais com pedras e cascas de guariroba, que meu avô desenhava, do que com bonecas ou utensílios considerados femininos. Gostava de futebol e de atividades mais competitivas, ligadas socialmente ao universo masculino. Apesar de não ser incentivada a continuar com esses interesses, também nunca fui repreendida por tê-los.

Depois de reunir esse material em vídeo, sentamos para assistir e discutir. Fizemos uma seleção dos momentos e objetos que nos chamavam atenção. Foi significativo perceber como o corpo comunica, mesmo sem palavras. As improvisações no banheiro revelaram aquilo que eu precisava dizer, sem planejamento, sem roteiro racional.

Não foi fácil. Às vezes, eu não queria ir para Descalvado, porque sabia que o ensaio mexeria profundamente comigo. Chegava lá e enrolava, queria tomar cerveja, fazer qualquer coisa que não fosse encarar o material. Nessas horas, Casati sempre dizia: “Deixa a palhaça resolver, ela sabe o que fazer!” - e, de fato, ela sabia.

Mesmo com o material levantado no banheiro, o foco era improvisar pensando em contar uma história. O que eu queria contar? Com isso, várias imagens iam sendo criadas. Os objetos, nas mãos da palhaça, revelavam para que serviam, a quem pertenciam. Não nos preocupávamos em “fazer rir” e acho que isso me permitiu experimentar outras emoções e intenções no corpo. Hoje percebo que também não nos preocupávamos em dar nome às coisas.

Ao final das improvisações e escolhas de material, chegamos no seguinte roteiro⁵:

⁵ Este espetáculo foi criado a partir do jogo de improvisação, o que se mantém na própria roteirização e encenação.

CENA 1: Entrada

A palhaça Chuvisca adentra o espaço da cena, um local onde ela própria organiza seus pertences para, então, descobrir-se dona deles. É a apresentação do espaço, da palhaça e a instauração do jogo cômico com a plateia.

CENA 2: Substantivo Feminino

Chuvisca, ao organizar seus objetos, começa a vesti-los e a experimentar-se em outros moldes. Aqui, ela veste os ditos “objetos femininos” e problematiza as façanhas que seu corpo precisa realizar para corresponder a esses itens, como depilar-se, maquiar-se, e tentar se encaixar nos padrões de beleza impostos.

(Há, nesta cena, uma competição de quem lava melhor uma camisa branca, zombando dos comerciais direcionados às donas de casa. A disputa é protagonizada por duas pessoas do público.)

CENA 3: Substantivo Masculino

Ao explorar mais profundamente a si mesma e seus pertences — a partir, por exemplo, de um sapato —, Chuvisca descobre outras possibilidades de encaixe na sociedade e brinca, desta vez, com as convenções do que é ser homem.

(Há, nesta cena, uma competição de quem cospe mais longe, zombando dos estereótipos machistas. Também é protagonizada por duas pessoas do público.)

CENA 4: Aberração

Embebida dos dois substantivos anteriores, Chuvisca passa a experimentar todos e quaisquer objetos e vestimentas, o que a transforma numa “aberração”, capaz de atrocidades e vontades que se tornam questionáveis perante o público. Ao final, ela se vê sufocada por tantos padrões e tentativas de ser quem não é, encerrando a brincadeira e arrancando sua máscara.

(Aqui, a atriz surge, agradece ao público pelo compartilhamento e canta uma música ao som de seu ukulele.)

Link do espetáculo na íntegra: [DONNA 2017](#)

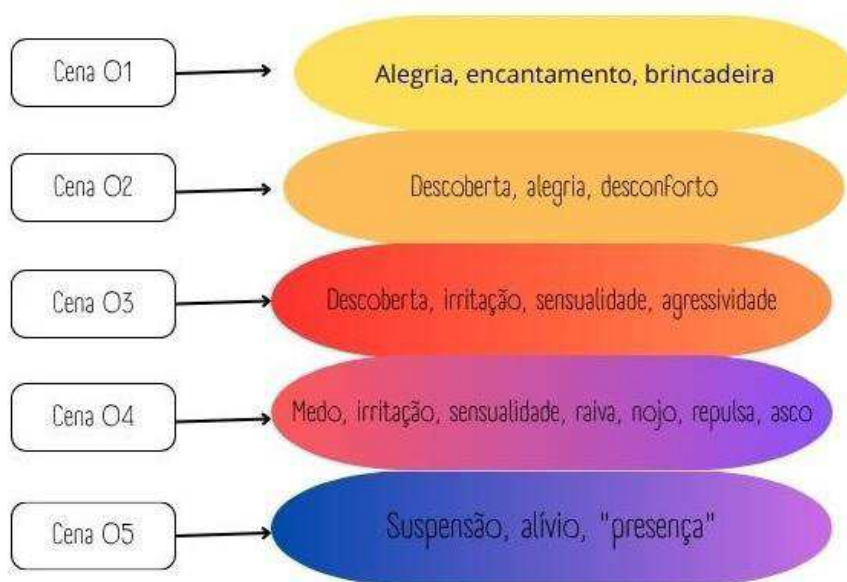
1.1 Sobre intuição e os rastros de emoção na criação

O primeiro compartilhamento do espetáculo foi para a mãe do Casati, dona Cassandra. Sua reação foi significativa: identificou violências e situações que já havia vivido, o que nos confirmou que estávamos no caminho certo, o da identificação.

Este fator se repetiu na maioria das apresentações, sobretudo com pessoas que se identificam como mulheres. As sessões abriram espaço para discussões mais amplas sobre o que é ser mulher, trazendo recortes que meu corpo não alcança, como as vivências de mulheres negras, mulheres trans e também de corpos não binários.

Acredito que a curiosidade de dar nome e mapear essas experiências só surgiu mais tarde, com o encontro com o público e a percepção de que havia ali um caminho emocional compartilhado e que eu poderia conduzi-lo de alguma forma.

A imagem abaixo representa o caminho que eu acreditava percorrer:



LEVE → LEVE → TENSIONA → PESA → SUSPENDE

Figura 12- Registro caminho emocional Donna

Fonte: Arquivo pessoal, 2023

Não aprofundarei na recepção do público, pois isso exigiria outros registros e metodologias. No entanto, foi justamente essa relação com quem assistia que me fez questionar o papel das emoções e se eu, como atriz, teria algum tipo de controle sobre elas no meu corpo. Um controle que fosse mais técnico e menos intuitivo, sem contudo, esvaziar a experiência ou cair numa mera repetição mecânica.

O que aqui chamo de intuição se aproxima com que Bergson diz, que a compreende como a capacidade humana de mergulhar nas coisas para reconhecer nelas aquilo que as torna singulares. Enquanto a inteligência busca abstrações para formular generalizações, a intuição se volta à particularidade no trato com as coisas do mundo (PINTO, 2010; BERGSON, 2013).

A experiência intuitiva exige um desprendimento das representações e uma conexão intensa com aquilo que está em constante transformação, com o movimento vivo da realidade. Para que isso ocorra, é necessário que o querer e o devir se interpenetrem mutuamente. Trata-se de uma abertura à experiência para além da segurança promovida pela estabilidade e pela inércia geradas pela inteligência (BERGSON, 1964).

Essa abertura carrega, entretanto, a instabilidade própria da vivência intuitiva, perceptível também na imprecisão do conhecimento que ela produz. Por não se constituir com base na linguagem verbal nem nos sistemas lógico-matemáticos conscientes, como ocorre com os produtos da inteligência, o conhecimento intuitivo não apresenta a precisão característica da racionalidade clássica. Ambos, no entanto, podem ser considerados complementares: a intuição provoca e movimenta as formulações da inteligência, enquanto a inteligência torna possível a comunicação e a socialização da experiência intuitiva, aproximando-se da experiência vivida, mesmo sem jamais captá-la integralmente.

Não se trata de um protocolo rígido ou de uma técnica formalizada, mas de um modo de aproximação sensível ao real, um gesto investigativo que se dá pela escuta do corpo, pela afetação e pela disponibilidade ao fluxo da experiência.

Lembro que, nas primeiras apresentações, eu apenas “vivia” o espetáculo e as questões que ele atravessava. Saía completamente exausta física e emocionalmente. Ao mesmo tempo, não queria me distanciar das sensações, pois a visceralidade da encenação era, para mim, um elemento fundamental. Então comecei a me perguntar: como agir de forma consciente? Como “ligar” e “desligar” essa chave emocional sem perder a potência da entrega?

Com o amadurecimento do processo e a repetição das apresentações de *Donna*, tornou-se evidente que a experiência emocional da cena havia se transformado. O que no início emergia de forma bruta, quase incontrolável, passou a se manifestar de modo mais estruturado e disponível. Tal mudança não se deu por um distanciamento afetivo ou esvaziamento da cena, mas por uma reorganização interna: o corpo, agora familiarizado com os caminhos emocionais da dramaturgia, passou a acioná-los com mais precisão e menos desgaste.

A palhaça me permitiu assumir a desobediência sem medo. Ela não queria ser delicada, ela não queria agradar, queria brincar com os limites. E, brincando, desobedecia também à dor, às feridas, às narrativas que tentavam me fixar num lugar que não me cabia.

Esse corpo-palhaça não cumpria o *script* do feminino, mas também não encarnava um masculino. Era outro, híbrido, instável, em construção. E talvez por isso fosse tão verdadeiro.

Não suavizar a voz, não esconder a raiva, não polir a presença. Esse corpo que falha, que erra, que exagera, mas desobedecer cansa, exige. Por isso, com o tempo, precisei encontrar formas de sustentar essa entrega emocional sem me esvaziar. Quis entender: o que acontece quando a emoção não é apenas intuída, mas acessada com consciência? Como treinar o corpo ?

Essa transformação provocou uma série de reflexões sobre o papel do corpo no trabalho da atriz e como ele se configura como um campo de memória sensível, onde experiências subjetivas e coletivas se materializam em gestos, tensões musculares, respiração, ritmo e presença.

Foi assim que os rasaboxes começaram a reaparecer na memória, não como um nome técnico, mas como um eco de experimentos que meu corpo já conhecia.

Apenas com a proposição desta pesquisa que comecei a me perguntar se haveria formas de nomear as emoções que acessava em cena. Teria alguém já pensado em metodologias que abordassem esse território entre corpo, emoção e presença? Onde, afinal, termina a intuição e começa a técnica?

Lembrei-me, então, de alguns experimentos realizados durante a graduação, nos quais explorávamos estados emocionais por meio de jogos e improvisações, muitas vezes inspirados nos *viewpoints*⁶ e em exercícios com faixas ou “raias” no chão. Só mais tarde descobri que aquelas práticas eram, na verdade, desdobramentos dos rasaboxes, apresentados por Narciso Telles⁷. Na época, não compreendi que havia um sistema estruturado ou um tabuleiro. Apenas percebi que era possível transitar entre emoções distintas por meio da fisicalidade.

A lembrança desses exercícios reacendeu meu interesse e me impulsionou a buscar, de forma mais sistemática, referenciais que me ajudassem a compreender e aprofundar a relação entre corpo e emoção. Foi assim que iniciei um mergulho na teoria dos rasaboxes, buscando entender como essa metodologia pode dialogar com minha prática cênica e contribuir para sustentar, de modo consciente, a experiência emocional em cena.

É a partir desse movimento, da vivência à reflexão, do corpo à teoria, que se constrói o próximo capítulo.

⁶ Os Viewpoints são uma técnica de improvisação e composição cênica desenvolvida por coreógrafos norte-americanos e posteriormente adaptada para o teatro por Anne Bogart e Tina Landau. Trata-se de um conjunto de princípios que exploram a relação do corpo com o tempo e o espaço, divididos em duas categorias: Viewpoints de tempo (duração, resposta temporal, repetição e cinestesia) e Viewpoints de espaço (forma, gesto, arquitetura, direção, velocidade e distância espacial). Essa abordagem favorece a escuta entre performers, a criação coletiva e a ampliação da consciência corporal e espacial na cena.

⁷ Narciso Larangeira Telles da Silva é ator, diretor, dramaturgista e professor titular do Curso de Teatro e dos Programas de Pós-Graduação em Artes Cênicas, Educação e PROF-ARTES da Universidade Federal de Uberlândia (UFU). Pós-doutor em Teatro pela UDESC, Universidad Autónoma Metropolitana (México) e Universidad Castilla-La Mancha (Espanha), é pesquisador do CNPq e do GEAC/UFU. Sua atuação acadêmica e artística concentra-se em interpretação, improvisação, pedagogia do teatro, cena contemporânea e artes do corpo. É diretor artístico do Núcleo 2 Coletivo de Teatro e ex-presidente da ABRACE (2015–2016).

Capítulo 02 - Do tabuleiro ao corpo: ressonâncias teóricas e afetivas

Ao longo das próximas páginas, proponho um entrelaçamento entre experiência e teoria, corpo e palavra. Este capítulo não segue uma linha reta. Ele propõe uma cartografia: começa nos rasaboxes, mergulha na discussão sobre emoção, visita Artaud, Le Breton, Julia Sarmiento, e retorna à prática como lugar de saber.

Os rasaboxes são uma proposta de treinamento desenvolvida por Richard Schechner, a partir dos ensinamentos do *Natyasastra*, antigo tratado indiano sobre artes performativas. No centro dessa proposta, está o conceito de *rasa*, que pode ser traduzido como sabor ou essência. Uma emoção que se manifesta na relação entre artista e espectador, como uma experiência sensível que pode ser percebida, atravessada e compartilhada.

O exercício consiste na construção de um tabuleiro no chão, dividido em nove caixas, cada uma nomeando uma emoção específica: Sringara (amor/desejo), Raudra (raiva), Karuṇa (tristeza), Bhayanaka (medo), Bībhatsa (nojo), Vīra (coragem), Hasya (riso), Adbhuta (espanto/encanto) e Shanta (paz).

A artista é convidada a explorar essas emoções com o corpo todo, gesto, voz, respiração, não para representar um sentimento, mas para habitá-lo como estado. Ao pisar no tabuleiro, o corpo se torna um espaço de escuta e de transformação, onde as emoções podem ser acessadas, moduladas e combinadas como parte de uma composição cênica viva. Esse treinamento convida à presença, à disponibilidade e à construção de uma dramaturgia afetiva, em que cada emoção carrega histórias, memórias e potências criativas

Antes de conhecer os nomes, as caixas, os termos, já haviam danças e mapas emocionais desenhados no chão. Nas oficinas que eu e meus parceiros ministrávamos, primeiro ao lado de Casati e Bracciali, depois sozinha, partíamos da escuta do corpo e da premissa de que a palhaça acredita no que sente.

Era comum dividir a sala em zonas ou cômodos, onde explorávamos músicas e movimentos que ativassem estados afetivos específicos. Na época, eu não

nomeava aquilo como técnica. Só mais tarde, ao ler o artigo de Michele Minnick, percebi que já me movia no território dos rasaboxes, mesmo sem saber.

Como já dito, criada por Richard Schechner e desenvolvida por Michele Minnick e Paula Murray Cole, a metodologia dos rasaboxes propõe um treinamento psicofísico baseado nos princípios do teatro indiano descritos no *Natyasastra*.⁸

Na tradição estética indiana, o termo *rasa* carrega a ideia de saborear uma emoção assim como se saboreia um alimento. Ou seja, o *rasa* não é apenas uma emoção em si, mas a experiência estética sensorial e emocional que ela provoca no espectador ou artista, algo que se “degusta” no corpo e nos sentidos.

Do item 1 ao 8 apresentarei como funciona o treinamento, segundo a proposta de Michele Minnick e Paula Murray Cole⁹:

1. A Grade dos Rasas

Consiste na demarcação física, geralmente com fita adesiva no chão, de nove retângulos dispostos em uma formação geométrica regular (três linhas por três colunas), onde cada caixa representa uma das nove emoções básicas (ou *rasas*) provenientes da tradição estética indiana descrita no *Nāṭyaśāstra*.

Tal criação não se reduz a uma função organizacional do espaço, mas carrega uma densidade simbólica e performativa, a disposição das caixas no chão instaura um campo ritualizado de trabalho, onde a performer é convidada a vivenciar, com intensidade e rigor, os estados emocionais de forma delimitada. Essa organização espacial propõe uma territorialização afetiva: o chão torna-se cartografia emocional, onde cada espaço é investido de uma qualidade energética específica que ressoa no corpo da performer.

⁸ O *Nāṭyaśāstra* é um tratado indiano sobre artes performáticas atribuído ao sábio Bharata, escrito entre os séculos II a.C. e II d.C. Considerado um dos textos fundadores do teatro na Índia, aborda princípios de dramaturgia, atuação, dança, música e estética, incluindo a teoria dos *rasas*.

⁹ MINNICK, Michele; COLE, Paula Murray. *O ator como atleta das emoções: o rasaboxes*. Tradução de Ana Bevilaqua, Márcia Moraes e Michele Minnick. Revista Urdimento – Revista de Estudos em Artes Cênicas, Florianópolis, v. 3, n. 1, p. 2–25, jan./jul. 2011. Disponível em: <https://seer.unirio.br/opercevejoonline/article/view/1797> Acesso em: 04/2025

Nesse sentido, a grade funciona como dispositivo de transição entre o plano da abstração emocional e a concretude do corpo em ação. O simples ato de pisar em uma caixa torna-se uma operação de atravessamento simbólico, pois implica, ainda que de forma implícita, uma disposição para acessar uma emoção específica.

A grade dos rasas também instaura uma gramática de relação, uma vez que a performer não interage apenas com sua própria caixa e emoção, mas pode, em momentos mais avançados do treinamento, transitar entre caixas, ou mesmo contracenar com performers que habitem estados emocionais distintos. A geometria favorece esse jogo de aproximação, confronto, contaminação ou contraste entre emoções, possibilitando a emergência de dramaturgias afetivas e improvisações tensionadas por forças emocionais múltiplas.

A disposição espacial das caixas também permite à performer delimitar sua atenção, desenvolver foco e consciência corporal em relação ao espaço e aos estados emocionais que ela ativa. Ao mesmo tempo, cria um ambiente de contenção simbólica, em que se pode experimentar emoções de forma intensa, porém segura, pois sabe onde elas começam e onde terminam. Assim, esta estrutura ampara o risco emocional da cena - não o elimina, mas o sustenta.

Por fim, ela oferece um vocabulário emocional expandido, no qual a emoção deixa de ser uma construção interna ou subjetiva isolada, passando a ser acionada, modulada e comunicada por meio da fisicalidade, da voz, da respiração e da presença cênica.

Tabela dos Rasas - Rasaboxes

#	Rasa (Sânscrito)	Tradução	Essência
1	Sringara	Amor / Erotismo	Encantamento, desejo, ternura
2	Raudra	Raiva	Fúria, agressividade, indignação

3	Karuna	Tristeza / Compaixão	Dor, perda, melancolia
4	Bhayanaka	Medo	Susto, tensão, ansiedade
5	Bibhatsa	Nojo / Repulsa	Aversão física ou moral
6	Vira	Coragem / Heroísmo	Bravura, firmeza, dignidade
7	Hasya	Riso / Humor	Alegria, leveza, comicidade
8	Adbhuta	Maravilha / Espanto	Fascínio, surpresa, encantamento
9	Shanta	Paz / Tranquilidade	Presença plena, silêncio interior

2. Associação Palavra-Imagem

Dentro do processo de ativação emocional proposto pelo treinamento com *rasaboxes*, segundo as autoras (COLE; MINNICK, 2011), a etapa da associação palavra-imagem constitui uma potente estratégia de ancoragem subjetiva das emoções, favorecendo a emergência de um vocabulário afetivo pessoal. Após a delimitação física das nove caixas correspondentes aos *rasas*, as participantes são convidadas a se aproximarem de cada espaço e registrarem, com giz ou marcador, palavras, desenhos, símbolos ou grafismos que evoquem suas associações íntimas com o estado emocional correspondente.

Essa ação, à primeira vista simples, opera uma complexa tessitura entre memória, linguagem e corporeidade. Ao evocar palavras ou imagens vinculadas a cada emoção, a participante aciona seu repertório afetivo e biográfico, ancorando o

rasa não como um conceito universal ou fixo, mas como experiência subjetiva, situada em seu percurso de vida.

A raiva, por exemplo, pode ser associada à cor vermelha, ao som de gritos, à lembrança de um conflito familiar ou à imagem de um animal em defesa. A tristeza pode surgir como um traço descendente, uma palavra como “vazio” ou o desenho de uma lágrima. O que se revela nesse gesto é a singularidade com que cada corpo habita o campo emocional.

A associação palavra-imagem atua como um dispositivo de tradução entre os níveis sensório-motor e cognitivo, permitindo à performer acessar seus próprios códigos emocionais e inscrevê-los no espaço da grade. Trata-se de um gesto de inscrição simbólica que torna visível a experiência invisível da emoção.

Além disso, esse momento de inscrição transforma o espaço físico em campo semiótico compartilhado. As caixas, antes apenas territórios vazios de afetação, tornam-se uma mistura de elementos antigos e novos, carregados de signos que reverberam as experiências de quem ocupa. A cena do treino é povoada por fragmentos poéticos, desenhos rudimentares, palavras de força, nomes próprios, metáforas visuais e sonoras. Essa camada gráfica confere densidade ao espaço, criando uma paisagem emocional coletiva que conjuga subjetividade e alteridade.

O treinamento também ativa um campo intersemiótico de criação, em que a linguagem verbal (palavra), a linguagem visual (imagem) e a linguagem performativa (corpo) entrelaçam-se na constituição da presença cênica. Essa articulação potencializa a integração entre os sistemas de expressão e percepção, ampliando a disponibilidade da performer para transitar entre os registros simbólico e sensível. A palavra, nesse contexto, não é uma legenda descritiva da emoção, mas um índice que convoca o corpo a sentir; a imagem, por sua vez, não é mera representação, mas um gatilho da memória que mobiliza estados internos.

Ademais, a associação palavra-imagem contribui para a construção de uma ética da escuta e da acolhida no trabalho com emoções. Na partilha de suas inscrições com o grupo, performers acessam suas próprias emoções, ao passo que se abrem ao universo simbólico do outro. Esse momento cria um campo de alteridade afetiva, em que olhar para a emoção do outro e sua forma de nomeá-la,

desenhá-la, situá-la, amplia a compreensão da complexidade emocional humana e fortalece a empatia como potência de cena.

Em suma, a etapa de associação palavra-imagem nos *rasaboxes* não é um apêndice ilustrativo do trabalho corporal, mas uma etapa estruturante do processo de incorporação emocional. Ela ativa memórias, convoca sentidos, mobiliza afetos e inscreve, no chão da sala, uma dramaturgia visual que prepara o corpo para mergulhos mais profundos nas camadas vivenciais do *rasa*. Ao transformar emoções em signos e signos em experiências, essa prática contribui para a criação de uma presença cênica mais densa, conectada e autêntica.

3. Incorporação Física e Vocal

As autoras observam que uma das etapas no treinamento com *rasaboxes* é a incorporação física e vocal de cada *rasa*, por meio da atribuição de posturas ou formas corporais extremas associadas a cada emoção. A performer deve: fisicalizar a emoção por inteiro; treinar a mudança rápida de uma emoção para outra; e integrar respiração e voz à forma corporal.

A incorporação física e vocal, visa intensificar a presença sensível da performer, propondo um mergulho psicofísico onde corpo, voz, respiração e energia estejam integralmente mobilizados em prol da construção de estados emocionais autênticos, vigorosos e comunicáveis.

A corporeidade, nesse contexto, não é concebida como mero suporte da expressão emocional, mas como lugar de acontecimento da emoção. Os *rasaboxes* operam por meio da fisicalização direta das emoções, deslocando o foco da representação psicológica para a vivência sensível e somática. A emoção não é um estado interior a ser mentalizado, mas um campo de forças a ser corporificado. Cada *rasa* é trabalhado a partir de uma forma corporal extrema, quase caricatural em sua codificação inicial, que serve como âncora e amplificadora energética do estado desejado.

Essa fisicalização se traduz em aspectos como o eixo da coluna, o peso do corpo, a direção do olhar, a tonicidade muscular, o ritmo e o fluxo do movimento. Por exemplo, a postura de *Raudra* (raiva) pode envolver um peito projetado para frente,

punhos cerrados, mandíbula tensa e olhar direto e desafiador, enquanto Karuṇa (tristeza) pode se manifestar em um colapso da estrutura corporal, ombros curvados, respiração pesada e olhos voltados para baixo. Tais formas corporais não apenas expressam a emoção, mas a geram, num circuito de retroalimentação entre gesto e estado interno, sustentando a noção de que a emoção pode ser acessada a partir do corpo.

Paralelamente à postura, o treinamento exige a integração entre respiração, voz e forma corporal. A respiração é trabalhada de maneira específica em cada rasa, ajustando seu ritmo, volume e localização no corpo (torácica, abdominal, suspensão, pulsada, etc.) para favorecer a emergência do estado emocional. Já a voz, longe de ser mero canal de emissão verbal, torna-se extensão do corpo afetado, expressando texturas emocionais mesmo sem o uso da linguagem articulada. Sons, gemidos, risos, gritos, sussurros e vocalizações não-verbais compõem o vocabulário expressivo de cada rasa, ampliando a potência comunicativa da cena.

Ao realizar, a performer é desafiada a habitar completamente o campo da emoção, sem reservas ou racionalizações. Trata-se de cultivar uma presença radical, em que o corpo torna-se território por onde a emoção circula e se comunica com o espectador em nível visceral. Essa imersão total, no entanto, exige preparação técnica e um espaço seguro de escuta e acolhimento, pois envolve a exposição de camadas profundas da subjetividade.

Outro aspecto fundamental é o treinamento de transições rápidas entre emoções, que desafia a performer a alternar instantaneamente de uma caixa a outra e, por consequência, de um estado emocional a outro, sem pausas intermediárias. Habilidade esta que expande a plasticidade afetiva da atriz e desenvolve uma consciência refinada da passagem de energia entre estados contrastantes.

As transições trabalham a ruptura com os automatismos corporais, exigindo que a intérprete abandone rapidamente um estado e se entregue a outro com o mesmo grau de intensidade e verdade, o que, para além de aguçar a técnica da atriz, revela o caráter múltiplo, contraditório e instável da experiência humana, abrindo espaço para a emergência de composições cênicas complexas.

4. Improvisação e Relação

Com o corpo ativado, as performers: improvisam movimentos e sons dentro de cada caixa; criam relações emocionais com outras participantes em caixas diferentes (por exemplo: uma em *raiva* e outra em *tristeza*); e usam textos fixos (cenas, monólogos, poemas) para explorar como diferentes emoções influenciam a mesma fala.

Cole e Minnick dizem que a etapa de improvisação e relação dentro do treinamento com *rasaboxes* representa um momento de expansão criativa e de exploração da performatividade em estado de presença afetiva. Uma vez que o corpo já foi atravessado por cada rasa e encontra-se energizado, pulsante e disponível, os participantes são convidados a improvisar movimentos, sons, gestos e vocalizações a partir do estado emocional ativado em cada caixa. Este procedimento visa consolidar a incorporação da emoção e abrir espaço para o surgimento de uma expressividade espontânea, não mediada pela racionalidade ou controle técnico excessivo.

A improvisação, neste contexto, não é concebida como liberdade irrestrita, mas como um jogo ancorado nos limites e qualidades da emoção. Cada caixa oferece um campo específico de energia afetiva, uma atmosfera singular, que condiciona a maneira como o corpo se move, como a voz se manifesta, como o tempo e o espaço são experienciados. A performer, ao improvisar dentro da caixa, mergulha nesse campo e permite que a emoção conduza a ação, seja ela mínima ou explosiva, contida ou expansiva. Esse tipo de improvisação é, portanto, uma prática de escuta sensível: escuta do corpo, do impulso, da outra e do espaço.

À medida que as performers exploram individualmente os rasas, o trabalho se amplia para o plano relacional. A proposta de colocar duas ou mais participantes em caixas diferentes, a exemplo, uma em Bhayānaka (medo) e outra em Raudra (raiva), ou uma em Karuṇā (tristeza) e outra em Śṛiṅgārā (amor/desejo), cria situações dramatúrgicas espontâneas, que revelam o potencial dialógico e dialético das emoções. O encontro entre rasas distintas instaura um campo de tensão ou de ressonância, onde as emoções se contaminam, se confrontam ou se transformam mutuamente.

Esse tipo de experimentação relacional estimula a percepção da atriz em relação a outra, promovendo um tipo de escuta afetiva que não é verbal ou racional, mas emocional e energética. A relação não se dá somente pela troca de palavras, mas pela troca de estados, ritmos, olhares, silêncios e distâncias.

Outra prática potente, neste estágio do treinamento, é a integração de textos fixos, sejam eles cenas teatrais, monólogos clássicos, poemas ou narrativas pessoais ao trabalho com os *rasas*. A proposta é interpretar o mesmo texto diversas vezes, cada um sob o domínio de um *rasa* distinto. Esta metodologia demonstra como o estado emocional altera radicalmente a forma e o sentido da fala, revelando a dimensão afetiva da linguagem e suas múltiplas camadas interpretativas.

Por exemplo, uma frase como “eu estou aqui” pode carregar conotações inteiramente diferentes dependendo da emoção que a atravessa: dita em *Hasya* (riso), pode soar como uma brincadeira; em *Bibhatsa* (repulsa), como uma rejeição amarga. A experimentação com essas variações contribui para a ampliação do repertório expressivo da atriz e, ao mesmo tempo, revela o potencial do texto como suporte para a manifestação emocional, e não como seu limitador.

Esta técnica instiga a performer a sair do automatismo interpretativo, convidando-a a habitar o texto a partir de diferentes zonas de afeto. As palavras podem ser portadoras de múltiplas energias e é justamente essa multiplicidade que o exercício busca evidenciar, colocando a intérprete diante da tarefa de reencontrar o texto a partir de sua própria instabilidade afetiva.

Por fim, vale destacar que a improvisação dentro dos *rasaboxes* não visa a construção imediata de cenas ou produtos artísticos e sim o aprofundamento do processo de escuta e criação a partir das emoções. Trata-se de um laboratório de estados que prepara a atriz para lidar com a imprevisibilidade da cena, para estar disponível a outra e para criar a partir do corpo atravessado por afetos. A improvisação, neste caso, torna-se uma ferramenta de afinação emocional e de invenção dramatúrgica, ampliando o leque expressivo da performer e abrindo caminhos para uma atuação mais viva e sensível.

5. Camadas Emocionais e Composição

Neste estágio, a performer pode: trabalhar com um rasa primário, rasas superficiais e rasas-máscara para construir psicologia de personagem; misturar proporções de emoções (ex: 70% asco + 30% riso); aplicar rasaboxes tanto em ensaios de cenas dramáticas quanto em criações autorais.

Como ainda se observa no artigo das autoras, o aprofundamento na metodologia dos *rasaboxes* permite que a performer transcenda a exploração isolada das emoções para entrar em uma etapa mais refinada de trabalho: a composição cênica a partir da justaposição e estratificação dos estados afetivos. Esta dimensão da prática propõe a atriz não apenas acessar emoções de maneira plena, mas também trabalhar com a complexidade emocional de forma criativa, consciente e estruturante da cena.

Na construção da psicologia de uma personagem, ou mesmo na elaboração de um estado dramatúrgico mais abstrato, a performer é estimulada a lidar com múltiplas camadas emocionais. A primeira delas é o rasa primário, ou seja, o estado afetivo dominante que permeia a cena ou constitui o eixo identitário de um personagem. No entanto, este rasa primário pode coexistir com o que se chama de rasas superficiais (flutuações temporárias ou moduladas pela situação dramática) e também com rasa máscara, ou seja, emoções aparentes que encobrem ou dissimulam estados internos mais profundos.

A exemplo de uma personagem cujo rasa primário é Karuṇā (tristeza) e pode adotar Hasya (riso) como rasa máscara, como forma de autoproteção ou negação da dor. Análoga aos mecanismos psíquicos do sujeito na vida cotidiana, esta operação gera uma espessura emocional, que torna a cena mais complexa, ambígua e realista. A articulação entre essas camadas permite a performer criar figuras dramatúrgicas, que não são unidimensionais, mas contraditórias, ambivalentes e profundamente humanas.

Outra possibilidade compositiva está na mistura proporcional de rasas. Em vez de acessar uma única emoção de forma exclusiva, a performer pode explorar a simultaneidade de estados afetivos em diferentes intensidades. Trabalhar, por exemplo, com uma presença de 70% de Sringara (amor/desejo) e 30% de Hasya (riso) implica gerar um corpo-afeto híbrido, em que o erotismo é filtrado por uma

leveza cômica. Essa experimentação com dosagens emocionais exige da atriz domínio técnico e uma escuta refinada do próprio corpo, capaz de calibrar a intensidade de cada energia rasa com precisão e sensibilidade.

Trata-se de uma abordagem altamente composicional, que coloca a intérprete na posição de artista-criadora de atmosferas emocionais e não apenas de reprodutora de estados. A atriz que domina os *rasaboxes* passa a dispor de uma paleta afetiva que pode ser combinada, contrastada, sobreposta ou dissolvida, conforme as demandas cênicas. É uma prática que articula emoção e dramaturgia a partir do corpo, da presença e da escuta do instante.

Essa camada do trabalho com os *rasaboxes* não se restringe ao treinamento ou à preparação da atriz, mas pode ser aplicada tanto nos ensaios de cenas dramáticas quanto em processos de criação autoral. No primeiro caso, a atriz pode utilizar as caixas para investigar diferentes leituras emocionais de uma mesma situação, revelando subtextos ou tensões latentes no material dramático. No segundo caso, os *rasaboxes* tornam-se ferramentas para estruturar narrativas a partir de estados, em vez de enredos convencionais, o que abre possibilidades para criações performativas, de viés autobiográfico, poético ou não-realista.

Nesse sentido, o sistema dos *rasaboxes* revela sua potência não apenas como técnica de atuação, mas como método composicional para a cena contemporânea, especialmente em contextos que valorizam a performatividade, a presença e o afeto como fundamentos da criação artística. Ao permitir que a performer componha com emoções como se compusesse com cores, sons ou gestos, o trabalho com as rasas se inscreve numa linhagem de pesquisa que busca reintegrar o corpo-em-emoção ao centro da cena, desestabilizando dicotomias entre razão e sentimento, entre forma e conteúdo, entre atriz e personagem.

6. A Função de Shanta (paz)

O rasa *shanta*, no centro, representa um estado de presença e desapego. Funciona como ponto de retorno e equilíbrio para a atriz.

Shanta, tradicionalmente descrito na estética indiana como o rasa do desapego, da contemplação e da quietude interior, desempenha uma função

reguladora e restaurativa dentro do sistema. Em um processo que convida a atriz a atravessar estados intensos e às vezes extremos, como a fúria de *Raudra*, a repulsa de *Bibhatsa* ou o medo visceral de *Bhayānaka*, é essencial a existência de um ponto de retorno. Śānta oferece esse lugar de reintegração, um espaço onde o corpo pode metabolizar as experiências emocionais sem ficar aprisionado nelas.

Do ponto de vista técnico, a caixa de Shanta funciona como uma âncora de neutralidade viva, onde a intérprete pode cultivar a escuta de si, do espaço e dos outros, sem estar mobilizada por um impulso emocional específico. A prática dessa presença consciente, uma forma de *não-ação ativa*, *permite* o refinamento da percepção, fundamental tanto para a improvisação quanto para a composição. Como observa Michele Minnick (2011), o acesso a Shanta desenvolve a capacidade da performer de "estar com" a emoção, sem ser dominado por ela, o que amplia a liberdade expressiva e a inteligência cênica do corpo.

Além disso, Shanta pode ser entendido como um campo de transição ou travessia, que sustenta a possibilidade de modulação emocional com fluidez. Em um treinamento que valoriza a agilidade na mudança de rasas, o retorno a Shanta entre uma emoção e outra ajuda a evitar a sobreposição ou a contaminação indesejada de estados, funcionando como um "tempo zero" ou como uma respiração do sistema emocional. Assim, Shanta não somente representa a paz, mas atua como dispositivo de escuta, pausa e integração dentro do fluxo da performance.

Na prática pedagógica, também se observa que trabalhar com Shanta fortalece a dimensão ética e relacional da cena. Estar em Shanta é estar disponível: para o outro, para o tempo da cena, para o risco do jogo. Isso reforça a ideia de que a performer não é apenas um repositório de emoções, mas um ser em presença, capaz de sustentar a tensão entre a entrega e o controle, entre o impulso e a escuta, entre a exposição e o recolhimento.

Por fim, ao ocupar o centro dos rasas, Shanta nos lembra que a prática artística não se resume à intensidade emocional, mas também exige silêncio, suspensão, contemplação e respiro. Cultivar esse estado é cultivar a capacidade de estar inteiro em cena, e de sair dela com inteireza. Assim, Shanta, mais do que uma emoção, revela-se como uma qualidade de presença, que permeia e sustenta toda a

prática do *rasaboxes*, abrindo espaço para que a arte da atriz seja, também, um exercício de atenção, cuidado e consciência.

7. Interiorização e Autonomia

Ainda segundo as autoras, com a repetição disciplinada dos exercícios propostos pelo treinamento dos *rasaboxes*, a performer passa a desenvolver uma memória sensório-motora que transcende a necessidade da estrutura física das caixas no espaço. Esse processo de interiorização implica na assimilação dos *rasas* como estados disponíveis e moduláveis a partir da vontade e da escuta ativa do corpo. As caixas, inicialmente traçadas no chão como âncoras concretas da experiência emocional, transmutam-se em topografias internas, acessíveis por meio da imaginação somática, da respiração, da intenção e do gesto.

Essa transição do externo para o interno não significa uma diluição da técnica, mas sim o seu aprofundamento: a performer deixa de depender de marcações espaciais visíveis para acessar, com precisão e rapidez, um leque emocional complexo e articulado. A emoção não é mais buscada: ela é convocada. A interiorização dos *rasas* revela, então, a autonomia da atriz diante de seu repertório afetivo, permitindo que ela se torne não apenas receptáculo das emoções, mas também artífice consciente da sua manipulação e expressão.

Neste estágio do treinamento, os *rasaboxes* se consolidam como ferramentas expressivas refinadas, disponíveis para o trabalho de cena, para a criação autoral e para a investigação poética da presença. A autonomia adquirida nesse processo liberta a atriz da dependência de estímulos externos ou de "inspirações momentâneas", possibilitando o acesso direto a estados emocionais profundos por meio de ações físicas, vocais e intencionais. Isso amplia significativamente a potência interpretativa e compositiva do corpo-em-cena.

8. Integração com Texto

A experimentação de um mesmo texto sob diferentes *rasas* revela, de forma corpórea e imediata, como a emoção é capaz de reconfigurar inteiramente a entonação, a intenção e o sentido do discurso. Nesse processo, o texto deixa de ser

tratado como estrutura estável e ganha estatuto de campo sensível, atravessado por fluxos afetivos que multiplicam suas possibilidades expressivas.

Essa abordagem tensiona perspectivas naturalistas e psicologizantes da atuação, deslocando o foco do controle técnico para a escuta afetiva. A atriz é convidada a investigar como cada emoção, com sua fisicalidade e sonoridade particulares, reorganiza a palavra, ativando camadas de subtexto, gerando contrastes inesperados e instaurando zonas de tensão e revelação. A fala, assim, não se reduz à transmissão de sentido, mas emerge como ação viva, rítmica e relacional, onde corpo e voz se implicam mutuamente na construção do acontecimento cênico.

A aplicação dos *rasaboxes* à linguagem verbal amplia o repertório expressivo da performer, permitindo-lhe explorar a polissemia emocional da cena e compor personagens atravessados por ambivalência e complexidade

Integrar os *rasas* ao trabalho textual implica ultrapassar a dicotomia entre emoção e palavra. Nessa perspectiva, o texto não é mero suporte da emoção, mas campo de ativação sensível, onde gesto, voz, afeto e significado se entrelaçam de forma indissociável.

2.1 Participação no I Seminário Internacional de Rasaboxes e reverberações

O que descrevi acima é uma interpretação do artigo citado no início deste capítulo, entretanto, compreender essas dimensões do treinamento não garante sua vivência. Durante muito tempo, mesmo após leituras teóricas, vídeos e tentativas de experimentação, o *rasaboxes* permanecia, para mim, um conhecimento intelectual.

Eu compreendia sua estrutura, seus princípios, mas não o sentia no corpo. Acreditava que, como nos *viewpoints*, o processo se dava de fora para dentro, movimento, forma, emoção, mas foi apenas em janeiro de 2024, ao participar do I Seminário Internacional de *Rasaboxes*, em Indaiatuba, que essa lógica começou a ruir.

Dentro do tabuleiro, percebi que a forma também pode ser um começo. Ela não é apenas uma moldura para a emoção que virá depois, ela é a convocação do estado. Ela vibra, pulsa e respira, ela já contém a emoção. Aquela experiência

marcou uma ruptura entre o saber e o sentir, abrindo espaço para a emergência de uma pedagogia viva, na qual o corpo, finalmente, tomava o lugar da teoria.

Cheguei ao seminário sozinha, ansiosa, vendendo objetos para conseguir viajar. Carregava o medo de não saber “jogar”, de não dar conta, mas fui ao encontro das minhas referências: Michele Minnick, Julia Sarmento, Adriana Bonfatti, Joana Ribeiro, Ana Achcar, Adriana Maia - nomes que antes habitavam os textos, agora se tornavam corpos presentes e afetivos.

No início, tentei esconder minha palhaça, me conter, ser “acadêmica”, mas foi a escuta que me salvou. Escutar meu corpo, minhas dúvidas, minhas reações e escutar as outras. Os rasaboxes, como a palhaçaria, exige vulnerabilidade, presença e entrega. E exige, também, que saibamos errar com o corpo todo.

A primeira oficina, conduzida pelas artistas/pesquisadoras e o Reiner Tenente, me ofereceu uma travessia. Começamos desenhando os nomes dos rasas em sânscrito no chão, como rituais gráficos que antecedem a entrada no tabuleiro. Depois escolhemos uma caixa, respiramos o nome, o som, a sensação, deixamos a respiração virar forma. A forma se moveu, o movimento trouxe palavras, sons, músicas e repetimos essa música em diferentes caixas, notando como ela se transformava em cada rasa.

Percebi que a respiração sustenta o estado e que a forma não é um fim, mas uma abertura. Ao observar minhas colegas acessando emoções com mais facilidade que eu, entendi que o aprendizado era coletivo, que o corpo do outro ensinava o caminho do meu.

Na oficina *Palhaçada no Rasaboxes*, conduzida por Julia Sarmento e Ana Achcar, vivenciei uma experiência significativa, que aprofundou minha percepção sobre a articulação entre a palhaçaria e o treinamento com Rasaboxes. Um dos aspectos mais relevantes desse encontro foi a possibilidade de participar da prática sem assumir o lugar de condução, o que me permitiu acessar os estados emocionais de forma mais imediata e instintiva, abrindo espaço para uma escuta mais fina de mim e do grupo.

Esta vivência reforçou uma intuição já presente no meu processo criativo: a palhaça transita rapidamente entre emoções sem a necessidade de uma construção psicológica. A mudança de estado acontece em resposta direta ao jogo e à cena, sem justificativas racionais, a emoção surge porque o jogo exige, porque algo no presente convoca.

Tal observação dialoga diretamente com as proposições de Achcar (2012), que identifica no Rasaboxes uma metodologia eficaz para o jogo da palhaçaria justamente por privilegiar o aspecto físico, corporal e sonoro das expressões emocionais, permitindo o “deslocamento de uma emoção para outra, sem a obrigatoriedade de transição no tempo, mas usufruindo apenas da transformação imediata da ação no corpo propriamente” (ACHCAR, 2012, p. 1). Em outras palavras, o foco não está na elaboração interna da emoção, mas na sua manifestação concreta e objetiva no corpo em cena.

Com o desenvolvimento do crescente emocional e o trabalho com coro e corifeu durante os exercícios propostos, tornou-se evidente que, no contexto da palhaçaria, as emoções servem à palhaça, que, por sua vez, está a serviço do jogo. A articulação entre estado emocional e jogo é orgânica, relacional e instável, exigindo do corpo da palhaça uma prontidão constante para o imprevisto e a escuta.

Achcar (2012) enfatiza que essa transição imediata entre estados emocionais está diretamente relacionada às exigências do jogo do palhaço, pois envolve “quebras/suspensões rítmicas, oposições/contrastes da ação, surpresas/inesperados dos desfechos”, mecanismos fundamentais na construção da comicidade (p. 4). Além disso, a autora destaca que “no Rasaboxes, não há emoção sem relacionamento”, e que “o palhaço não existe sem o outro, ele existe apenas para o outro” (p. 5), o que ecoa diretamente a experiência de sala: ao observar o jogo emocional das colegas, meu próprio corpo foi despertado, encontrando caminhos que antes pareciam inacessíveis. O corpo da outra, nesse processo, tornou-se referência e provocação para o meu.

Dessa forma, o Rasaboxes, quando aplicado à palhaçaria, não apenas potencializa a disponibilidade emocional da artista, como também aprofunda sua escuta cênica e relacional. A prática não visa à verdade psicológica da emoção, mas

uma verdade da ação emocional no corpo, que sustenta o jogo e a presença poética da palhaça em cena.

De volta à Uberlândia, voltei cheia de ideias. Montei um pequeno grupo com outras artistas. Estávamos unidas pela dor da perda: o assassinato brutal de Julieta Hernández, que nos mobilizava e, ao mesmo tempo, nos impulsionava a seguir. Começamos a praticar o rasaboxes, tentando ativar o jogo da palhaça a partir das emoções.

Durante os encontros iniciais do grupo, um tema recorrente e fundamental que emergiu foi a relação entre emoções e gênero, especialmente as emoções que socialmente não são “permitidas” ou são reprimidas nas mulheres. Esta discussão perpassava o entendimento de que, historicamente, o corpo e a expressão emocional das mulheres foram regulados por normas culturais rígidas, que limitam sua autenticidade afetiva. Determinadas emoções como a raiva, o medo intenso, ou a tristeza profunda frequentemente são invisibilizadas, julgadas como “inadequadas” ou mesmo ameaçadoras à imagem social feminina.

Essa percepção tomou corpo nas conversas informais, nas inquietações trazidas por Julia, Fernanda e Ruth, atrizes com vivência prática em teatro e alguma familiaridade com os rasaboxes, e também pelas contribuições de Daniela, Thane e Yasmin, artistas de outras áreas como fotografia e audiovisual, que ampliavam a discussão para além da cena, questionando os espaços e linguagens onde o corpo emocional feminino pode ou não ser representado.

Nos primeiros encontros, antes mesmo de inserir a máscara da palhaça, que, para muitas, funcionaria como um dispositivo libertador para a expressão dessas emoções “não permitidas”, propus uma introdução cuidadosa e estruturada ao Rasaboxes. A ideia era que o grupo pudesse estabelecer um contato íntimo e fundamentado com as nove emoções clássicas do método, criando um espaço de confiança e experimentação corporal, que servisse como base para as explorações posteriores.

A sequência dos encontros foi pensada para respeitar os tempos de cada participante, seus processos individuais e coletivos, assim como para abrir espaço

para a reflexão sobre o impacto social da repressão emocional, especialmente para mulheres.

Foram alguns encontros, confesso que não sei ao certo a quantidade, mas cada um deles carregava a densidade de um mergulho. No começo, havia o desejo de conhecer e experimentar os Rasaboxes como uma possibilidade de escuta e expressão emocional, mas logo ficou claro que não se tratava somente de uma técnica, era um convite a reaproximar-se do corpo, das memórias, daquilo que, tantas vezes, foi calado.

Começamos pelo princípio: o que são os Rasas? O que pode uma emoção quando não precisa ser controlada? Não demorou muito para que a teoria desse lugar ao corpo.

A construção do tabuleiro foi coletiva, quadrado por quadrado, nome por nome, cada uma ia se encontrando ali. No medo, na raiva, na repulsa, no amor. Era como se, ao materializar as emoções no chão do quintal da Yasmin, déssemos a elas um lugar legítimo. Depois, com folhas, canetas e lápis de cor, começamos a desenhar nossas associações. Memórias, símbolos, palavras. Cada emoção revelava um universo subjetivo e, ao mesmo tempo, coletivo. Aos poucos, apareciam os limites: “isso não posso sentir”, “isso não é coisa de mulher”, “isso me disseram que era errado”. A raiva era uma das mais difíceis, o medo também, mas estavam ali, ocupando espaço, exigindo escuta.

A prática seguiu com os corpos, gestos, estátuas/formas, respirações, cada emoção ganhava forma física e não havia certo ou errado. Improvisávamos a partir dessas formas, deixávamos que o jogo nos guiasse. Ao final, nos sentávamos no chão para conversar, a roda de conversa era sempre intensa. Ali surgiam as palavras que não haviam encontrado lugar antes. As dores, os silêncios, os sustos. Havia quem dissesse: “nunca me deixaram sentir isso”, havia quem chorasse por finalmente poder sentir.

Com o decorrer do tempo, a intimidade já era outra, começávamos com músicas afetivas, cada uma escolhia um som que a atravessava. Dançávamos, nos deixávamos levar, a música abria portas escondidas. Visitávamos, de novo, o tabuleiro, agora com o corpo mais aberto, mais presente. As emoções já não eram

estranhas, eram conhecidas, vizinhas, talvez até amigas. Propus que transitássemos entre elas, como quem caminha de cômodo em cômodo: do riso ao medo, do nojo ao desejo. Essa fluidez era desafiadora. Para muitas de nós, mulheres, acostumadas a controlar, a moderar, a fingir equilíbrio, era um esforço imenso mudar de estado com liberdade.

A palavra/texto entrou em cena quando pedi para que fossem levados textos impressos para que pudéssemos trocar entre nós dentro do jogo. Depois de testar o texto em cada rasa, a indicação era de que se pegasse um papel que não fosse o seu e depois de experimentar um pouco, cada uma por vez, enquanto alguém, de fora do tabuleiro, ia “dirigindo” para onde quem estava dentro deveria circular. A fala não vinha para explicar, mas para existir. Ao final, a roda de conversa foi, mais uma vez, um lugar de revelação. Muitas falavam sobre a sensação de finalmente poder performar suas emoções sem medo, sem culpa, sem julgamento. E isso era político. Era poético. Era urgente.

Em outro encontro, decidimos explorar as gradações emocionais, propostas na dissertação da Julia Sarmiento¹⁰. Cada Rasa contém em si uma variação imensa de intensidades: não há uma raiva só, nem uma só forma de amor. Trabalhamos essas nuances com atenção, criamos mapas visuais, rabiscamos escalas, inventamos símbolos. O tabuleiro agora era vivo, ele respirava com a gente. Escolhemos três emoções para explorar com mais profundidade e cada uma seguiu seu caminho.

Construímos, ao fim, uma pequena cartografia afetiva, um guia intuitivo para continuar jogando, mesmo depois. A conversa final foi atravessada por um sentimento de perda e potência. Sabíamos que o grupo não continuaria, a vida, os horários, os imprevistos, mas também sabíamos que algo havia mudado. O corpo já não voltaria ao mesmo lugar. O método, mesmo que brevemente vivido, deixara marcas.

¹⁰ SARMENTO, Júlia Peredo. *Enlouquecer o Rasaboxes: produção de intensidades no trabalho do ator*. 2015. 270 f. Dissertação (Mestrado em Artes) – Instituto de Cultura e Arte, Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2015. Disponível em: <http://www.repositorio.ufc.br/handle/riufc/14632>. Acesso em: 12/2023

O grupo se desfez sem que o nariz de palhaça estivesse, de fato, nas experimentações, mas isto não é uma questão para mim, visto que acredito que elas já estavam ali: a energia das palhaças reverberavam no jogo, mesmo que sem o nariz. A vida seguiu, eu fiquei. Fiquei com o tabuleiro na memória do corpo e com a certeza de que aquele chão partilhado na casa da Yasmin continua existindo. Continuo jogando mesmo sozinha.

Desde então, praticar tornou-se mais difícil. Sigo buscando estratégias: revisito vídeos do espetáculo *Donna*, revivo cenas, tento assistir a mim mesma e perceber os *rasas* em ação, mas o jogo me confronta com uma pergunta: é possível jogar sozinha? O *rasaboxes* precisa de um outro que veja, escute e reaja?

Essa dúvida ecoa na solidão do treino e na memória do seminário: o corpo sabe, mesmo quando a teoria hesita, mas o que exatamente estamos acessando quando pisamos em uma caixa? O que nos atravessa quando deixamos o corpo reagir, tremer, rir, quebrar? A cada respiração, a cada som emitido, uma camada se revela, mas nomear o que sentimos nem sempre é simples. À medida que o corpo responde, emerge uma inquietação que acompanha toda esta pesquisa: afinal de contas, o que é emoção? Será que sentimos o que acreditamos sentir? Será que o que nomeamos como tristeza, raiva ou amor corresponde a algo universal ou compartilhado? Os *rasaboxes* nos mostram que sentir é também uma forma de construir, de organizar, de aprender.

É tempo de mergulhar nessa pergunta, não para encontrar uma única resposta, mas para percorrer os caminhos possíveis que nos ajudem a pensar o sentir.

2.2 Entre o corpo e o contexto - O que é emoção?

A escuta das emoções em cena, potencializada pelo jogo com a palhaça e pelas reverberações provocadas em cada apresentação, evidenciou a necessidade de aprofundar teoricamente aquilo que já se manifestava na prática. O que antes se apresentava como intuição, um percurso emocional espontâneo, passou a demandar elaboração, vocabulário e estrutura. Era preciso compreender com mais precisão aquilo que o corpo vivia. O que são, afinal, as emoções que atravessam o jogo cênico?

Neste movimento de refletir sobre a presença das emoções na prática artística, este subitem propõe um deslocamento para o campo conceitual, a fim de situar as emoções como construções que envolvem dimensões fisiológicas, culturais e sociais. Longe de buscar uma resposta definitiva, esta pergunta serve como ponto de partida para tensionar sentidos e fundamentar os atravessamentos que serão explorados na articulação entre rasaboxes, palhaçaria e cena.

Ao longo do processo com *Donna*, percebi que as emoções vividas em cena não podiam ser reduzidas a impulsos espontâneos ou reações individuais. Havia ali uma dinâmica mais ampla, em que o corpo reagia a memórias, códigos culturais e atmosferas compartilhadas com o público. Essa constatação me levou à necessidade de compreender as emoções para além da vivência empírica, buscando nas teorias um suporte que desse conta da complexidade desse atravessamento.

As emoções humanas são fenômenos multifacetados, que envolvem dimensões biológicas, simbólicas e subjetivas. Atravessam o corpo, mas também são atravessadas pela linguagem, pelo contexto social e pelas estruturas de poder que moldam o sentir. Compreendê-las exige um olhar interdisciplinar, atento à articulação entre aquilo que sentimos, o modo como significamos essas sensações e as formas como organizamos nossas respostas ao mundo. É nesse horizonte que dialogo com autores como David Le Breton, James A. Russell e Antonio Damásio, cujas contribuições possibilitam traçar uma cartografia plural das emoções, alinhando corpo, cultura e consciência.

No *Donna*, tornou-se evidente que o modo como uma emoção se manifesta em cena depende não apenas de sua intensidade ou origem, mas também de um conjunto de códigos culturais que a tornam inteligível, ou não, para quem assiste. A atriz não atua em um vazio afetivo; sua expressão está atravessada por expectativas de gênero, linguagem e contexto.

Para David Le Breton¹¹(2019), as emoções não são meras reações naturais e automáticas do corpo, mas sim formas de linguagem que expressam, regulam e

¹¹ LE BRETON, David. *A antropologia das emoções*. Tradução de Luís Alberto S. Peretti. Petrópolis, RJ: Vozes, 2019.

organizam a experiência humana em contextos sociais específicos. Ele afirma que “a emoção é um jogo social”, ou seja, ela não se dá fora das normas, códigos e sentidos compartilhados culturalmente. O corpo que chora, que treme, que ruboriza, está atravessado por significações que foram historicamente construídas. Assim, mesmo o gesto tido como “espontâneo”, é uma ação socialmente inscrita.

Le Breton nos lembra que não há emoção sem interpretação, o que sentimos só se torna inteligível dentro de um quadro de significação cultural. Por exemplo, a raiva pode ser legítima ou condenável, expressa ou reprimida dependendo do lugar, da época e do contexto em que se manifesta. O mesmo vale para o medo, o amor, a tristeza, o orgulho. As emoções são definidas por um saber social que determina a intensidade, os modos de manifestação e a duração. Elas não são puramente biológicas, mas formas de sentido que colocam em jogo o corpo, a linguagem e a memória (LE BRETON, 2019, p. 157-170).

A emoção, para ele, é um dispositivo de comunicação e identidade: ao sentir, nos posicionamos no mundo. O corpo é o suporte e a superfície onde essas emoções se inscrevem, mas esse corpo é também construído culturalmente. Ele não é apenas carne, mas história, norma, representação. Assim, Le Breton critica qualquer abordagem que pretenda naturalizar ou universalizar os sentimentos humanos. O que chamamos de “emoção” é, na verdade, um acordo social sobre o que pode ou deve ser sentido e como.

O autor destaca que o Ocidente moderno tende a separar razão e emoção, mente e corpo, um dualismo herdado do pensamento cartesiano e propõe, em contrariedade, uma visão de que toda emoção é uma corporificação de sentido. Isso significa que a emoção é vivida com o corpo e pelo corpo, mas sempre dentro de uma rede simbólica que lhe dá forma.

Essa perspectiva é especialmente relevante para os estudos cênicos e performativos, nos quais o corpo do ator é, simultaneamente, veículo e arquivo de emoções. A cena é um espaço de negociação entre as emoções vividas, representadas, inventadas e ressignificadas, em que o corpo da atriz representa afetos que não são somente seus, mas do mundo ao qual pertence.

Enquanto Le Breton se apoia na antropologia e na sociologia para descrever as emoções como práticas culturais, James A. Russell¹², a partir da psicologia, propõe uma abordagem construcionista, que, igualmente, desafia a ideia de emoções universais. Em seu artigo, *Culture and the categorization of emotions*, ele argumenta que as emoções não são entidades naturais com fronteiras fixas, mas categorias mentais moldadas pela cultura.

Para Russell(1991), as emoções são produtos da cognição: o cérebro humano não simplesmente “sente”, mas classifica, interpreta e rotula os estados afetivos de acordo com padrões culturais aprendidos. Neste sentido, embora todos os seres humanos possam vivenciar mudanças fisiológicas similares (aceleração cardíaca, suor, tensão muscular), o modo como essas sensações são nomeadas e compreendidas varia enormemente entre culturas. O que, em uma sociedade, é reconhecido como “ansiedade”, por exemplo, em outra, pode não existir como categoria nomeada ou pode ser compreendida de maneira completamente diferente.

Russell se opõe à ideia de que existam emoções “básicas” e “universais”, com expressões faciais inatas e invariantes, como propunha Paul Ekman¹³. Em vez disso, ele propõe o modelo circumplexo das emoções, no qual os afetos são organizados segundo duas dimensões principais: valência (agradável/desagradável) e ativação (alta/baixa). Os estados emocionais, em seu entendimento, não são blocos fechados, mas zonas contínuas de experiência, que podem ser agrupadas, divididas ou renomeadas culturalmente.

Este modelo pressupõe:

1. Valência: indica se a experiência emocional é agradável ou desagradável (positiva ou negativa).

¹² RUSSELL, James A. Culture and the categorization of emotions. *Psychological Bulletin*, Washington, DC, v. 110, n. 3, p. 426–450, nov. 1991. DOI: [10.1037/0033-2909.110.3.426](https://doi.org/10.1037/0033-2909.110.3.426).

¹³ Segundo ele, emoções como alegria, tristeza, raiva, medo, surpresa e nojo seriam compartilhadas por todas as culturas humanas e reconhecíveis por expressões faciais específicas, biologicamente determinadas. Para sustentar essa ideia, Ekman realizou estudos em diversas partes do mundo, inclusive com grupos que não haviam tido contato com a mídia ocidental. Seus resultados apontaram que, diante de determinadas expressões faciais, pessoas de diferentes culturas conseguiam identificar a emoção correspondente com relativa precisão. Isso o levou a afirmar que há um conjunto de reações emocionais inatas, automáticas e universais, que podem ser lidas no rosto humano de maneira quase instintiva. Embora esse modelo tenha contribuído para importantes avanços no campo da psicologia, da neurociência e até mesmo da segurança pública (como na análise de microexpressões).

2. Ativação (arousal): refere-se ao nível de excitação ou energia fisiológica envolvido, que pode ser alto (como agitação, alerta) ou baixo (como calma, letargia).

As duas dimensões formam um plano cartesiano (um círculo bidimensional), no qual as emoções se distribuem ao longo de um contínuo. Veja como funciona:

	Alta Ativação	Baixa Ativação
Valência Positiva	Entusiasmo, euforia, excitação	Tranquilidade, contentamento, serenidade
Valência Negativa	Raiva, ansiedade, medo, irritação	Tristeza, tédio, depressão

Neste modelo, não existe uma separação rígida entre uma emoção e outra: as emoções se transformam gradualmente umas nas outras. Por exemplo, a linha entre “ansiedade” e “excitação” pode ser tênue, dependendo do contexto e da interpretação que se faz da sensação corporal. Assim, as emoções são zonas fluídas de experiência afetiva, mais como climas emocionais do que como “objetos” emocionais fixos.

Esse espaço emocional circunplexo é um construto mental¹⁴, usado pelas pessoas para organizar cognitivamente suas experiências afetivas. Ou seja, os afetos não aparecem como “emoções prontas” no corpo ou na mente: eles são sentidos e depois rotulados linguisticamente, com base em categorias que variam conforme a cultura.

Por isso, duas culturas diferentes podem nomear de forma distinta o mesmo estado fisiológico ou, ainda, uma emoção que é reconhecida e nomeada em uma cultura pode nem existir em outra.

Russell observa que as fronteiras entre as emoções são culturalmente traçadas e não biologicamente determinadas, o que implica que:

¹⁴ Um construto mental é uma ideia ou conceito teórico criado para explicar fenômenos psicológicos, sociais ou cognitivos que não podem ser diretamente observados, mas são inferidos a partir de comportamentos, relatos ou efeitos mensuráveis.

- As emoções são aprendidas e transmitidas culturalmente;
- O vocabulário emocional é parte fundamental da forma como sentimos;
- O corpo não basta por si só para definir uma emoção: é a mente interpretativa, situada numa cultura, que organiza essa experiência.

Na obra *Sentir e Saber* (2021), António Damásio propõe uma teoria da consciência que parte do corpo como fundamento. Em oposição a concepções que localizam a mente apenas no cérebro ou reduzem a consciência à linguagem e à racionalidade, Damásio sustenta que o sentir, anterior ao saber, é o que dá origem à experiência subjetiva. A consciência, portanto, emerge da relação entre corpo e cérebro, como um processo dinâmico e evolutivo.

→ Sentir é estar vivo

Para Damásio(2021 p. 18), o sentimento é a forma mais básica de consciência. Antes de sabermos qualquer coisa, antes da linguagem, da razão ou da identidade, sentimos. E é por meio desses sentimentos que o organismo tem notícia de si mesmo. Sentir, nesse contexto, não é um detalhe secundário da vida humana, mas um fenômeno biológico primordial.

As emoções, entendidas como respostas corporais a estímulos internos ou externos, antecedem a consciência. Elas envolvem alterações viscerais, musculares, hormonais, uma coreografia orgânica que prepara o corpo para enfrentar ou se adaptar a uma situação. Já os sentimentos são as imagens mentais dessas alterações corporais, registradas e processadas pelo cérebro. Sentir é tomar consciência do que o corpo está vivendo.

→ A origem biológica da mente

Damasio destaca que a consciência não é uma propriedade exclusiva do humano. Ela se desenvolve gradualmente ao longo da evolução, a partir da necessidade dos organismos de monitorarem seu estado interno para garantir a sobrevivência. Nesse sentido, a mente não é uma entidade descolada do corpo, mas

um processo que nasce da relação corpo-ambiente. A biologia da vida e a biologia da mente são inseparáveis.

Esse processo se organiza em camadas. O que ele chama de sentimentos homeostáticos(p.57), como dor, fome, sede, prazer, conforto são centrais para a manutenção da vida. São essas sensações corporais que, ao serem percebidas, constituem o núcleo da experiência consciente. A partir daí, torna-se possível elaborar pensamentos, memórias, ideias e decisões.

→ Emoções, cultura e regulação

Um ponto central do livro é a afirmação de que a cultura, longe de ser separada da biologia, é uma continuação da homeostase por outros meios. Ou seja, as práticas culturais, os rituais, a moralidade, a arte, a linguagem, são maneiras pelas quais os humanos regulam seus estados internos e os compartilham coletivamente.

As emoções e os sentimentos constituem o alicerce da cultura, não seu oposto. O desenvolvimento de códigos simbólicos, narrativas e comportamentos sociais está diretamente ligado à tentativa de manter o equilíbrio do organismo em um mundo complexo. Assim, a afetividade não é um subproduto da razão, mas o motor da própria civilização.

→ Uma consciência sentida

Ao dizer que “sentir é saber”, Damásio redefine o entendimento de mente e consciência. A experiência não nasce de um processo lógico ou puramente intelectual. Ela surge do entrelaçamento do corpo com o mundo, mediado por sentimentos. A consciência, nesse modelo, é corpórea, afetiva, situada, e é esta consciência sentida que nos permite existir e compreender a nós mesmas e aos outros.

Para a criação cênica, essa teoria aponta caminhos potentes: o corpo da atriz não é um suporte para a emoção, mas sua própria fonte. A dramaturgia pode emergir do sentir; a cena pode nascer da escuta dos estados internos.

2.3 Teatro como lugar de intensidade

Ao compreender as emoções como construções socioculturais que atravessam o corpo e são por ele expressas, é possível lançar um olhar mais profundo sobre o papel do corpo em emoção na cena teatral. Neste sentido, a obra de Antonin Artaud¹⁵ aparece como uma das referências para pensar a cena como território de emergência do sensível e do afetivo.

Antonin Artaud, em sua proposição do *Teatro da Crueldade*(*Segundo Manifesto*) (p.143-166), formula uma visão do fazer teatral, em que a atriz deixa de ser uma mera representante de personagens para tornar-se um canal direto de forças vitais e inconscientes. Para ele, o teatro deve recolocar o espetáculo entre a vida e a crueldade, o que implica mobilizar o corpo e a cena como espaço de choque, impacto e transformação.

A crueldade artaudiana não se refere à violência física gratuita, mas a uma intensidade rigorosa, uma entrega total do corpo ao gesto, ao som, à vibração. “Crueldade significa rigor, aplicação e decisão implacável, determinação irreversível” (ARTAUD, 2023, p. 119). O corpo da atriz é, portanto, convocado a agir como um território sensível e profundo, um instrumento em combustão, que deve ser capaz de tocar regiões ainda não nomeadas da experiência humana. Trata-se de um corpo exposto à vertigem e à presença real da cena, capaz de provocar no espectador um estado de perturbação visceral.

Em vez de ilustrar emoções ou reproduzir psicologias de personagens, Artaud propõe um corpo que encarna forças, que expressa aquilo que ainda não foi dito e pulsa nas camadas mais profundas do ser. A atriz deve assumir uma postura de risco e disponibilidade total.

Artaud propõe uma espécie de treinamento físico e espiritual, que prepara a atriz para estados limítrofes de presença e intensidade. É nesse atravessamento que o teatro se torna potente: quando o corpo, afetado por energias emocionais, se torna mais do que representação, torna-se acontecimento.

¹⁵ ARTAUD, Antonin. *O Teatro e seu Duplo*. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2023

Desse modo, a relação do autor com a emoção não é psychologizante nem racional, ao contrário, trata-se de uma emoção fisicalizada, que contamina e transforma. O corpo da atriz é atravessado por impulsos e afetos que não devem ser domesticados, mas conduzidos com intensidade e escuta. Essa dinâmica o aproxima de um estado ritual, na qual o corpo em emoção age como um mediador entre o visível e o invisível.

A radicalidade de sua proposta exige da atriz uma disposição corporal absoluta, um estado de abertura para o imponderável da cena. É nesse sentido que Artaud vislumbra a atriz como uma “atleta do coração”, alguém que ultrapassa a técnica e se lança num território instável e vibrante da existência. A cena torna-se um campo de batalha entre o corpo e o mundo, entre o indizível e a necessidade de expressão.

Ao convocar a atriz para essa travessia, Artaud propõe um teatro onde a emoção não é apenas conteúdo dramático, mas matéria viva, energia em movimento, sintoma de um corpo que sente, pensa e se oferece como risco.

As investigações apresentadas até aqui evidenciam que emoção, técnica e criação cênica não são domínios separados. Ao contrário, se entrelaçam de maneira orgânica no corpo da artista em cena. As emoções, quando compreendidas como territórios transitáveis e acionáveis, revelam-se como matéria viva da composição teatral.

O tabuleiro das rasas se mostrou muito mais do que uma ferramenta de treino, mas um espaço ético e estético de investigação do corpo-emocional. Os atravessamentos com Le Breton, Russell, Damásio e Artaud ampliaram a compreensão de que sentir é também construir sentido. Emoções são práticas culturais, biológicas e simbólicas, são formas de habitar o mundo e de intervir nele.

A palhaça não é uma reprodutora de emoções e sim alguém que as intensifica e reconfigura. Alguém que se arrisca no limite do incontrollável, mas que aprende a criar alicerces para que esse risco se torne cena. Nesse ponto, a prática dos rasaboxes contribuiu para transformar o caos em linguagem, a intuição em escolha, o excesso em forma.

Constatou-se que as emoções não podem ser compreendidas como entidades naturais, universais ou puramente internas. Elas se manifestam a partir da relação entre corpo, linguagem, memória e cultura, sendo continuamente mediadas por contextos sociais e históricos. Ao mesmo tempo, sua dimensão pré-verbal e sensório-motora as coloca como elementos centrais na ativação da presença cênica e na comunicação direta com o espectador.

Nesse sentido, o trabalho com as emoções, no campo da atuação, envolve tanto o reconhecimento da sua historicidade quanto a construção de procedimentos técnicos, que permitam sua investigação e ativação consciente. A emoção, compreendida como linguagem e tecnologia cênica, demanda escuta, rigor e abertura para o risco.

A análise das diferentes abordagens permitiu estabelecer alguns eixos fundamentais, que sustentam a prática adotada nesta pesquisa:

- o corpo como arquivo e meio expressivo das emoções;
- o afeto como campo de intensidades pré-cognitivas que operam na cena antes da racionalização;
- a dramaturgia emocional como ferramenta de composição performativa;
- a necessidade de práticas éticas, que respeitem a integridade e a singularidade dos corpos em processo.

A partir de agora, a pesquisa mergulha em um terreno mais específico: o experimento de uma cena concreta do espetáculo *Donna* à luz dos rasaboxes. O que acontece quando um espetáculo já construído é revisitado a partir desse sistema? Quais camadas emergem? Quais resistem? Quais se transformam?

Capítulo 03 - Aplicação dos rasaboxes: cena final de *Donna*

Este capítulo apresenta a prática dos rasaboxes a partir da experimentação realizada com uma cena do espetáculo *Donna*. Apesar de finalizar o texto, não fecha a pesquisa, mas a abre: como um convite a continuar jogando, sentindo e investigando. O tabuleiro segue posto. A cena, em fluxo. E o corpo... ainda e sempre, em escuta.

O diálogo será conduzido a partir de registros audiovisuais, memórias de ensaio e anotações, orientados pelo sistema dos rasaboxes, cujo objetivo é demonstrar como esta metodologia se torna um campo fértil para o desenvolvimento de uma cena afetiva e consciente.

Abaixo, temos o primeiro mapeamento que fiz do espetáculo, já nos rasaboxes, assistindo os registros da apresentação e depois mapeando mentalmente pelo espaço, como segue no vídeo: [1º mapeamento](#)

VIRA Duplagem conger a interação com mulheres (Homem) / (HASYA) Atuação (HASYA)	ADBHUTA Reação do público organização e desoluto dos roupas Vestido e salto Sapato homem / pivô	RAUKA (sapato que machuca) Lua (Bhayanaka)
BHAYANAKA Lua (Raudra) trave roupas (Bibhata)	tira o nariz rival SHANTA	BIBHATA tira roupas (Bhayanaka)
HASYA Musica mulher mulher pivô para / esse curc sou A Bomanção (VIRA)	SRINGARA	KARUNA

Figura 13- Mapa emocional primário

Antes de conhecer os nomes e os fundamentos do sistema dos *rasaboxes*, aquilo que eu chamava de “caminho emocional” era uma prática predominantemente intuitiva. Havia uma escuta do corpo, mas ela não era sistematizada, nem passava por um mapeamento consciente. As emoções surgiam de maneira espontânea e, muitas vezes, eram compreendidas como estados únicos, quase isolados. Eu as vivia como algo direto, acessado por impulso, e não como camadas que podem se sobrepor e atravessar.

Com o aprofundamento da pesquisa, comecei a perceber a complexidade envolvida nesse processo. O acesso a uma emoção em estado “puro”, se é que existe, revelou-se muito mais difícil do que parecia. Na prática, as sensações se misturam, se contaminam mutuamente, principalmente quando se está em jogo diante de um público. O olhar do outro modifica o estado do corpo, a emoção que nasce não vem sozinha: é atravessada por memórias, expectativas, reações externas e internas.

Essa tomada de consciência me levou a entender que sentir, no contexto da cena, não é apenas reagir, mas também organizar, sustentar, escutar o que o corpo comunica antes mesmo da palavra. Com isso, a prática emocional deixou de ser apenas vivida e passou a ser observada, sem perder sua intensidade, mas ganhando contorno.

Compreender a emoção como um dado que pode ser “codificado” fisicamente não significa empobrecer sua complexidade, mas sim tornar visível sua densidade no corpo em cena. Cada gesto, cada tensão muscular, cada inflexão vocal, cada ritmo respiratório se torna um signo afetivo. Ao fazer isso, o corpo passa a operar como uma linguagem viva, capaz de comunicar estados internos que escapam à lógica discursiva.

Essa codificação emocional, no entanto, não é padronizada ou previsível. Ela emerge da singularidade de cada corpo e de sua relação com o espaço, o tempo e o outro. Ao disponibilizar o próprio corpo como campo de escuta e expressão, a performer possibilita uma ponte de identificação com quem assiste. Quando alguém na plateia se comove com uma cena, muitas vezes não é porque entende

racionalmente o que está acontecendo, mas porque reconhece, em si mesma, aquele estado que vibra em cena.

Nesse sentido, codificar emoções fisicamente é um ato de humanização: rompe com estereótipos, escancara vulnerabilidades e afirma que sentir é uma experiência compartilhável. A emoção, quando visível no corpo, gera conexão e essa conexão é o que sustenta o acontecimento cênico como espaço de afetação mútua.

Uma das observações que fiz ao revisitar essas cenas foi que, na minha percepção, não havia momentos que correspondessem aos rasas Karuṇa (tristeza) nem Sringara (amor). À primeira vista, essa constatação poderia ser lida como uma falha, uma lacuna, uma ausência a ser preenchida, mas, naquele momento, este mapeamento fazia sentido para mim. Ele não denunciava uma carência, mas revelava uma coerência, estava alinhado com o que meu corpo permitia acessar, com as formas e expressões emocionais que se deixavam entrever em cena.

Amor e tristeza, neste processo, pareciam emoções distantes, não por irrelevância, mas talvez porque amar, naquele momento, fosse arriscado e entristecer-se insuportável. Em vez disso, emergiram outras: a raiva, o medo, o nojo, a coragem, o riso, o encantamento. Elas davam conta de sustentar a narrativa que precisava ser contada. Perceber a ausência de Karuṇa e Sringara foi perceber a escuta sutil do corpo criador.

Em novembro de 2024, as alunas da pós-graduação organizaram uma mostra chamada Mostra Artística em Processo (MAP), vinculada ao programa. Nesta ocasião, apresentei o espetáculo em um centro cultural, que também funciona como bar, em Uberlândia, chamado *D'boche*. Convidamos a atriz e pesquisadora Júlia Sarmiento para participar das atividades do evento.

Nos ensaios para esta apresentação, busquei evidenciar corporalmente as emoções de forma mais clara. Havia, naquele momento, uma intenção consciente de deixar que o corpo se tornasse um canal direto para os estados emocionais. Não se tratava de ilustrar emoções, mas de permitir que eles emergissem com nitidez, desenhando no gesto, na respiração, no ritmo e na presença uma paisagem emocional perceptível.

Ao assistir, novamente, tanto ao registro da estreia quanto à gravação da apresentação no D'boche, percebi que essas emoções estavam, de fato, mais definidas no meu corpo. Havia uma afinação maior entre a intenção e a forma, entre o impulso interno e a sua tradução cênica.

Link da estreia em 2016 e da última apresentação em 2024: [Apresentações DONNA](#)

Naturalmente, apresentar-se em um bar traz seus próprios desafios e camadas de imprevisibilidade. Embora muitas pessoas estivessem ali por conta da mostra, o espaço também recebia clientes habituais, que não sabiam exatamente o que aconteceria. Essa ambivalência criava um terreno instável e, ao mesmo tempo, fértil para o jogo cênico.

Era preciso manter a escuta aberta, pois a energia do ambiente oscilava entre a atenção plena e a dispersão, entre o acolhimento e o estranhamento. O bar, por sua natureza, convoca uma performance porosa, capaz de se reinventar a cada segundo, atravessada por sons, olhares, risos, conversas paralelas e interrupções imprevisíveis.

Nesse contexto, tornar o corpo mais claro não significava somente tornar as emoções mais visíveis, significava também torná-las mais resistentes, mais adaptáveis e, em igual medida, mais vulneráveis. Era como sustentar a poética em meio ao ruído. Essa condição híbrida, entre o previsto e o caótico, ampliava a minha escuta como palhaça e exigia um estado de presença, no qual o emocional, o técnico e o instintivo se cruzavam constantemente.

Sou uma frequentadora deste espaço, que é conhecido por receber, principalmente, atrações musicais. Ainda que meu corpo já estivesse habituado ao ambiente, a segurança que senti naquela noite vinha de outro lugar, não era por saber onde eu estava, mas por saber *como* eu estava. Pela primeira vez em anos de espetáculo, senti como se eu, de fato, tivesse um mapa interno das emoções, com caminhos nítidos de entrada e saída.

Naquele momento, senti que nada poderia me desestabilizar. Mesmo com a imprevisibilidade do espaço, sabia que conseguiria me manter em contato com o

que importava: as emoções que sustentavam o espetáculo. Sabia que, caso algo saísse do controle, eu teria recursos internos para retornar ao eixo. O treinamento com os rasaboxes me oferecia esse solo: um campo de presença em que as emoções não são incontroláveis ou difusas, mas domadas sem serem domesticadas; disponíveis, intensas, mas atravessáveis.

Foi bonito ver o efeito disso. Pela primeira vez, vi aquele bar parar e se deixar, por alguns instantes, atravessar pela cena. Mesmo quem estava mais distante do espaço demarcado como palco, se voltou, prestou atenção, foi afetado.

A Júlia é uma pesquisadora por quem tenho muito respeito, tanto pelo trabalho que desenvolveu em sua dissertação quanto pelas trocas que tivemos em duas oportunidades: no seminário de Rasaboxes em Indaiatuba e, depois, aqui em Uberlândia. O fato dela ter assistido ao espetáculo permitiu uma conversa que, para mim, foi importante.

Até então, minha ideia era não apenas dar nomes aos estados emocionais presentes no espetáculo, mas realizar uma análise que os mapeasse a partir dos rasas. No entanto, como a criação original da obra não havia sido baseada explicitamente nesse sistema, esta tentativa me colocava diante de um impasse: ao aplicar os rasaboxes de forma retroativa, eu não apenas analisava, mas corria o risco de redesenhar toda a arquitetura emocional. Era como tentar reorganizar uma casa que foi construída intuitivamente, de dentro para fora, usando agora uma planta estrangeira, racional e externa.

A proposta não era neutra, encaixar o espetáculo dentro dos rasas significava aceitar que essa nova estrutura conceitual teria o poder de reconfigurar o modo como os afetos se organizavam em cena, como as transições aconteciam, como a narrativa emocional se desenrolava. E eu estava disposta a correr esse risco. Estava aberta à possibilidade de descobrir novas camadas, de compreender com mais nitidez o que já estava ali, talvez de forma orgânica ou inconsciente. Contudo, confesso que havia também uma inquietação silenciosa, uma dúvida persistente: até que ponto eu queria, de fato, intervir na obra com esse grau de sistematização?

Havia um desejo de rigor, de pensar a criação com mais método, com mais profundidade, mas também havia o receio de que essa sistematização, embora fértil,

me afastasse da força intuitiva, que deu origem ao trabalho. Era como se a análise pudesse congelar o gesto, racionalizar o que foi, inicialmente, visceral. Eu oscilava entre a pesquisadora que queria nomear, classificar, entender, e a artista que desejava preservar o indizível, o fragmento, o não dito. Nesse limiar, nasceu uma tensão criativa, que, mais do que um obstáculo, passou a fazer parte do próprio percurso da pesquisa.

Entre tantas contribuições valiosas, Júlia trouxe uma percepção que já havia sido apontada por outras pessoas: a vontade de ver mais tempo de cena dedicado à figura da aberração. Este é, geralmente, o momento do espetáculo que atravesso mais rapidamente. Não por descuido, mas por limite, me exige muito emocionalmente e fisicamente. Há, quase sempre, uma urgência interna em “passar logo por isso”, como quem segura a respiração até conseguir emergir do mergulho.

A figura da aberração é, para mim, um lugar limite, ela carrega camadas de dor, de exposição, de grotesco, que mobilizam memórias profundas, pessoais, sociais, corporais. É como se nela se condensasse aquilo que foi excluído, silenciado, deformado.

Do lado de fora, há um desejo de permanência ali, um desejo de ver, de compreender, de ser atravessado por esse corpo em ruptura. E isto me coloca diante de uma pergunta: o que estou evitando mostrar? A aberração talvez seja, paradoxalmente, a parte mais potente do espetáculo, justamente por ser a mais difícil de sustentar.

Talvez resida aí um campo fértil para continuar pesquisando. Não no sentido de me violentar ou de forçar uma exposição maior do que posso suportar, mas de investigar como habitar esse lugar com mais presença, mais tempo, mais escuta.

A aberração ou o monstro, como alguns preferem nomear esta figura, é a manifestação de um corpo adoecido socialmente, moldado pela soma violenta das expectativas e normas impostas em torno do gênero. Ela encarna o excesso de tudo aquilo que foi projetado como “desvio”. Um corpo que desafia a binariedade, que transita entre energias tidas como femininas ou masculinas, revelando que ambas coexistem, fluem e se atravessam em nós. Reduzir os corpos a apenas dois gêneros

é limitar suas potências. A aberração, nesse sentido, é a abertura para outras possibilidades de existir.

Decidi então, por uma questão de tempo e vontade, não reorganizar todo o espetáculo em função das rasas, mas sim experimentar um recorte: dedicar um tempo específico para essa figura dentro do tabuleiro. O que segue é o experimento desta cena, buscando dar espaço para que a aberração exista dentro do jogo.

Deixei-a circular livremente, sem pressa de concluir a cena, sem a obsessão por um desfecho. Levei a sério a provocação de permanecer mais tempo e, mesmo tentando, sinto que ainda me apressei - talvez por receio de me perder ou por apego ao destino já traçado da cena. Entretanto, o que aconteceu foi inesperado e, por isto, verdadeiro. Fui surpreendida no caminho: o jogo me levou a outros cantos da criação, revelou outras faces de si mesmo.

Compreendi, mais uma vez, que ela só é chamada de aberração porque foi assim nomeada socialmente. Como propõe Le Breton (2023), as emoções e os corpos não existem isoladamente: são moldados pelas normas culturais, atravessados por discursos que definem o que é aceitável e o que deve ser rejeitado. A aberração carrega no corpo essa exclusão, não nasceu monstruosa, foi transformada nisso pelo olhar do outro.

Durante esse período de experimentação, meu desejo era investigar como essa mesma cena poderia se transformar a partir da ativação de diferentes rasas. Mantive as ações e a estrutura dramática, mas deixei que o estado emocional que as movia fosse inteiramente outro a cada tentativa. A cena, que antes parecia tão conhecida, passou a me surpreender. Ela se abria diante de mim como um espaço novo, ainda que os gestos fossem antigos.

Apesar de não ter registrado todos os dias em vídeo, anotei impressões e sensações. O que percebi, de forma recorrente, é que eu não conseguia simplesmente vestir o figurino da aberração e retomar a partir dali. Havia algo que precisava ser construído no corpo, como se a figura só pudesse emergir se eu refizesse o caminho inteiro, vivenciando, uma a uma, as emoções.

Isso me frustrou no início, pois esperava conseguir acessar diretamente os estados desejados, sem precisar reconstruí-los, mas o processo me levou a outra pergunta: *o que é necessário para que essa figura emergja com a mesma potência?* Seria a sobreposição das emoções? O figurino? A presença do público?

Fui percebendo que o corpo respondia de forma sensível à materialidade da cena. Os pesos, texturas e desequilíbrios do figurino, como andar com um salto de um lado e um sapato largo do outro, reorganizavam meu centro, minha respiração, meu tempo. Com isso, passei a criar uma espécie de ritual antes de cada experimento: fazia um aquecimento afetivo, sem muita estrutura, deixando-me atravessar livremente pelos *rasas*.

Este processo acontecia sozinha, em um espaço livre da minha casa, onde, desde o início da pesquisa, deixei fixado um tabuleiro de *rasaboxes* no chão, feito com fita preta. Nesse território silencioso, acompanhada apenas pelos meus gatos e pela câmera do celular, ativava o estado de jogo com uma playlist que ajudava a provocar e sustentar os estados emocionais:



Figura 14- Espaço de experimento

Fonte: Arquivo Pessoal, 2024

Também comecei a respeitar mais o tempo do meu corpo. Em alguns momentos, fui dura comigo mesma, esquecendo que meu contato com os *rasaboxes* ainda é recente. Exigir respostas imediatas de um corpo em processo é não reconhecer a natureza orgânica da criação. Passei, então, a confiar nos caminhos que meu corpo já conhece.

Uma das estratégias que encontrei foi gravar a construção da aberração como um momento de brincadeira. Frente à câmera frontal do celular, ia sobrepondo os elementos do figurino e da maquiagem, permitindo que a figura fosse emergindo aos poucos, até que sua presença ocupasse o quadro inteiro. Assim, mesmo reduzindo o tempo da preparação, não abria mão da densidade do processo.

Transitar de um rasa para outro me permitiu ir para lugares que normalmente não vou, ou achava que não ia, como por exemplo Sringara e Karuna. Essa consciência ganhou força quando, pela primeira vez, passei por *Karuna*. A aberração brincava com uma bolsa que, para mim, carrega o símbolo de um bebê, talvez morto, talvez nunca nascido. Uma tristeza profunda me atravessou, dor de ter matado ou de ter perdido.

Foi a primeira vez que permiti que essa emoção reverberasse em meu corpo de forma tão crua, mas, ao mesmo tempo, eu tinha plena consciência que eu estava no controle, que poderia sair ou retomar aquele estado a qualquer momento. E sigo pensando em como esse momento pode se desdobrar no espetáculo, talvez num gesto contido, num olhar suspenso.

A aberração é um corpo em conflito. Traz medo e raiva misturados, simultâneos. É frágil e ameaçadora ao mesmo tempo. E ainda há o nojo, um asco, que não sei se é voltado para si ou para o que a constitui, há algo ali que me pertence, meu corpo dentro daquele corpo estranho. Fiquei com a sensação de que o nojo está por dentro, enquanto o medo e a raiva se manifestam por fora.

Ao me permitir dar forma física às emoções que atravessam esse corpo grotesco, disforme e excessivo, pude também lançar luz sobre a sua humanidade, aquela que foi sistematicamente apagada por narrativas que associam diferença a desvio, e a monstruosidade.

Ao oferecer gesto, ritmo e presença a essa figura, tornei visível sua complexidade afetiva. Ela não é apenas dor: é também desejo. Não é só repulsa: é também fragilidade. O que era lido como monstruoso passa a revelar camadas legítimas de afeto, pois esse corpo também sente, também ama, também sofre.

Saí do experimento em silêncio¹⁶. Reflexiva, mexida e feliz, há algo de muito inteiro nesse momento em que todas as emoções atravessam o corpo e ele já não precisa fazer mais nada. Talvez seja *Shanta*, não há mais ação externa, nem fuga. Só existe o agora, a presença e, talvez, seja isso o que mais me comove.

A experimentação apresentada neste capítulo evidencia como o sistema dos rasaboxes pode funcionar não apenas como ferramenta de composição cênica, mas como um dispositivo de escuta e elaboração emocional no corpo da performer. A cena experimentada, em especial na figura da aberração, tornou-se um campo potente de investigação sobre os limites e possibilidades da presença afetiva em cena. Ao propor variações a partir dos estados emocionais, foi possível observar deslocamentos significativos na qualidade da ação e na ressonância interna da experiência.

Com isso, reafirma-se que o corpo criador, quando atravessado por metodologias que favorecem a escuta sensível e a disponibilidade emocional, torna-se capaz de produzir sentidos simbólicos, afetivos e sensoriais. Os desdobramentos dessa vivência apontam para uma compreensão expandida da atuação, na qual sentir, compor e refletir caminham juntos. Essa constatação conduz, agora, às considerações finais desta pesquisa, momento em que as implicações desse processo serão retomadas à luz dos objetivos propostos e das perspectivas de continuidade.

¹⁶ Link de um dos dias do experimento: [experimento Aberração](#) .
Crítica teatral da apresentação do espetáculo após experimento:
<https://medium.com/@mcalixtomarques/donnas-em-travessias-feministas-f4771fa8b264>

Considerações finais

Ao longo desta pesquisa, fui trazida, gradualmente, à constatação de que é possível mapear e acessar emoções com consciência em cena. No entanto, essa possibilidade não está dissociada de um processo comprometido com o corpo, com a experimentação continuada e com uma ética da presença, que reconhece a complexidade dos afetos e suas reverberações na prática cênica.

Minha experiência com o espetáculo *Donna*, atravessado pelas violências que marcaram minha trajetória e pelos atravessamentos que me constituem como mulher, artista, lésbica e palhaça, me mostrou que as emoções não surgem de forma aleatória. Elas se manifestam com padrões, intensidades e gatilhos que, uma vez reconhecidos com atenção, podem ser nomeados e organizados sem que percam sua potência.

Foi justamente no contato com o sistema dos rasaboxes que comecei a perceber que havia, de fato, um modo de transformar essa intuição em método: de dar corpo, forma e gesto àquilo que antes emergia apenas como sensação difusa.

Mapear emoções, nesse sentido, não significou controlá-las ou reduzi-las a códigos fixos. Pelo contrário, tratou-se de aprender a habitar essas emoções com consciência, desenvolvendo um vocabulário próprio que me permitisse estar em cena de forma inteira, presente e disponível. Cada *rasa* ativado no tabuleiro tornou-se um caminho de volta ao corpo, ao corpo sensível.

Foi por meio da prática continuada que percebi que minha entrega emocional, antes exaustiva e instintiva, poderia ser cultivada com mais estrutura e autonomia. O que antes me deixava esgotada após cada apresentação, hoje se tornou potência sustentada. Não precisei me proteger das emoções, mas aprendi a acolhê-las com técnica e afeto.

Essa consciência corporal e emocional não anula a verdade da cena, ela a amplifica, porque nasce do corpo afetado que aprende a se reorganizar em presença.

Além disso, o mapeamento emocional consciente me permitiu entender a palhaçaria como aliada nessa travessia. Compreendi que é possível, como atriz, acessar zonas emocionais tão intensas quanto aquelas que a palhaça me autoriza a explorar. No entanto, é inegável que o estado de jogo da palhaça potencializa essa liberdade, foi ela quem me ensinou que é possível rir da dor sem negá-la, brincar com o trauma sem banalizá-lo, escancarar o absurdo sem deixar de ser ética.

Mapear emoções não é esvaziá-las, é dar-lhes corpo, nome e caminho. Durante muito tempo, tive receio de que, ao dar nomes aos meus afetos, especialmente àqueles mais viscerais, como a raiva, o medo ou o desejo, eu acabasse por diluí-los, como se o ato de classificá-los os tornasse menos legítimos ou menos verdadeiros. Todavia, a experiência com os rasaboxes revelou outra possibilidade: a de nomear como forma de intensificar a presença da emoção no corpo e na cena.

Quando piso numa das caixas do tabuleiro, não estou etiquetando uma emoção: estou mergulhando nela com o corpo inteiro. O nome, nesse caso, funciona como uma chave de acesso, um sinal que me orienta, mas que não limita. Ao ativar o *Karuna*, por exemplo, não estou apenas dizendo “estou triste”, estou me permitindo ser atravessada por uma série de sensações, memórias e impulsos que compõem essa tristeza. O nome não esgota o estado, ele o convoca, organiza, o faz vibrar com mais nitidez.

Minha experiência cênica mostra que as emoções, quando nomeadas a partir da vivência, e não de uma abstração teórica, continuam pulsando com potência. Elas não se tornam menos legítimas por estarem organizadas. Elas apenas se tornam mais disponíveis. E é justamente essa disponibilidade que me interessa enquanto atriz e pesquisadora: a possibilidade de trabalhar com o afeto de maneira consciente, sem que ele perca sua complexidade.

Ao invés de iniciar a criação com os *rasas* como ponto de partida, propus o movimento contrário: reposicionar cenas, ações e emoções já construídas dentro da lógica do tabuleiro, como quem relê um texto antigo com novos olhos ou revisita uma casa onde cada cômodo guarda segredos que antes haviam passado despercebidos.

Essa experiência me mostrou que, mesmo quando a dramaturgia já está estabelecida, a prática dos rasaboxes pode desvelar camadas que ainda não haviam sido acessadas com clareza. Cada emoção nomeada no tabuleiro, seja ela *Bhayanaka* (medo), *Bibhatsa* (repulsa) ou *Sringara* (desejo), funciona como uma lente de aumento sobre a cena, revelando intensidades, ritmos e dinâmicas internas que estavam implícitas, mas não plenamente disponíveis à ação consciente da atriz.

Ao revisitar o espetáculo *Donna* através dos rasaboxes, percebi que certas transições emocionais que eu realizava de forma instintiva poderiam ser vistas com mais nitidez. O que antes era vivido como um fluxo contínuo de sensação passou a ser percebido como uma trilha afetiva composta por gradações, contaminações e contrastes. O jogo emocional, portanto, não perdeu sua espontaneidade, mas passou a ser sustentado com mais precisão.

O tabuleiro me ofereceu uma ferramenta para organizar a intensidade emocional sem comprometer a entrega. A repetição de uma cena que antes me deixava exausta passou a ser realizada com mais autonomia, porque eu sabia qual *rasa* predominava naquele trecho, como acessá-lo, como transitar a partir dele.

Outro aspecto importante é que, ao inserir o espetáculo no tabuleiro, pude identificar zonas de apagamento emocional: momentos em que eu me defendia daquilo que estava em jogo ou em que a emoção era evitada por medo do colapso. O tabuleiro me instigou a enfrentar essas zonas, sem pressa, mas com rigor. Em vez de repetir o gesto, fui levada a perguntar: qual emoção pulsa aqui? Que corpo é necessário para sustentá-la?

O resultado foi um espetáculo e uma cena que permaneceram os mesmos em estrutura, mas que ganhou novos sentidos em cada repetição, pois minha relação se aprofundou. A cena se tornou, de fato, um campo de escavação emocional, e não apenas de exposição.

Desse modo, quando colocamos um espetáculo ou uma cena já “pronta” no tabuleiro dos rasaboxes, ela se reativa. Ele se atualiza e, sobretudo, se torna um território para a investigação do que sentimos e de como sentimos na cena. Não se trata de desmontar a obra, mas de permitir que ela respire por outras vias, revelando afetos antes ocultos e abrindo caminho para uma atuação mais consciente.

Ao longo dessa jornada, uma pergunta me acompanhou de forma insistente: se eu consigo identificar que estou em determinada emoção, por exemplo, em *Vira*, a coragem, será que o público também sente o mesmo? Será que, mesmo me sentindo atravessada por uma emoção específica, posso provocar em quem assiste algo completamente diferente, como repulsa ou medo? Em outras palavras: é possível controlar o que o público sente a partir da emoção que eu ativo no corpo?

Essa indagação apareceu com força durante o I Seminário Internacional de Rasaboxes, quando, ainda imersa nas descobertas do tabuleiro, perguntei isso diretamente à Michele Minnick. Sua resposta foi direta e definitiva: “Não, você não tem controle do que o público sente. Não tem como ter”. À primeira vista, essa afirmação parece até óbvia, mas confesso que, naquele momento, eu não estava totalmente convencida. Isso porque, nas apresentações de *Donna*, eu sentia que havia um certo padrão de resposta emocional da plateia, como se existisse um fio condutor compartilhado, uma trilha que nos unia pelas sensações.

Foi somente mais tarde, ao realizar o mapeamento consciente e verbalizar, por quais *rasas* eu passava em cada cena, que compreendi o equívoco do meu raciocínio inicial. O caminho emocional era o meu. O que o público experimentava não era exatamente o mesmo, ainda que, em alguns momentos, houvesse ressonância. Cada espectador ou espectadora recebia a emoção filtrada por sua própria vivência, pelas memórias, pelo corpo, pelo repertório afetivo e simbólico que trazia consigo.

Entendi, então, que a resposta do público não é um reflexo direto da emoção que habito em cena, mas uma resposta complexa, mediada pela relação que se estabelece entre o meu corpo e a subjetividade do outro. O que meu corpo comunica não é neutro, e tampouco universal. A mesma cena pode provocar identificação, desconforto, alívio ou raiva - e tudo isso é legítimo. O público não é um espelho, é um campo de ressonância instável, atravessado por histórias diversas.

Percebi que a intensidade com que atravesso uma *rasa* também influencia a qualidade dessa relação. O modo como escolho trabalhar, com disponibilidade à improvisação, com abertura para ser afetada pelo espaço e pelas pessoas presentes, faz com que o estado emocional vivido em cena não seja estático. Ele se

molda à medida que a cena acontece e essa maleabilidade afeta diretamente a construção de sentido que se dá entre palco e plateia.

Essa constatação não me afastou do desejo de comunicar com clareza, mas me levou a compreender que a comunicação sensível não se dá pela imposição de uma emoção, mas pela disponibilidade de mostrá-la com verdade. O público não sente o que eu sinto, ele sente o que o meu corpo provoca e isso é sempre uma negociação, entre o gesto e a recepção, entre a intenção e a resposta, entre o que se oferece e o que se pode acolher.

Foi nesse percurso que compreendi que as emoções, longe de serem apenas estados internos, são também experiências corporais. Elas se manifestam e se transformam através do corpo em movimento, da respiração, do gesto e da presença. Assim, este trabalho adota como arcabouço a fisicalidade, entendendo que é por meio das ações físicas que as emoções podem ser acessadas, investigadas e expressas em cena. O corpo, portanto, não é apenas veículo, mas território sensível onde as emoções se inscrevem e se revelam.

Ao longo deste processo, constatei que algumas respostas não viriam dos livros, nem dos treinos, nem mesmo das apresentações. Elas surgiriam da necessidade de transformar em palavras aquilo que o corpo já sabia. Foi assim que nasceu “*DONNA, de casa*”, texto dramatúrgico apresentado no prólogo e que considero uma peça-chave nesta pesquisa. Não o vejo como algo dissociado, mas como parte orgânica da investigação, nascido do espetáculo *Donna* e expandido a partir dele.

Esta escrita se construiu como uma visita íntima a uma casa simbólica, onde cada cômodo corresponde a uma emoção dos rasaboxes. Mais do que metáfora, essa casa foi também uma forma de organizar o excesso, dar estrutura ao que transbordava. Ao escrever, percebi que eu estava tentando mapear minhas próprias travessias emocionais com um tipo de rigor que não é o da objetividade acadêmica, mas o da verdade sensível. Cada espaço, da garagem ao quarto de visitas, tornou-se um território de memória e de invenção, onde eu podia experimentar a coragem, o riso, o medo, o desejo, a repulsa... com liberdade e forma.

Esse texto não apenas ressignificou minha relação com o espetáculo, como também me ajudou a compreender que as emoções que atravessam a cena não são abstratas ou inomináveis, elas têm corpo, gesto, peso, cheiro, temperatura. Elas moram em mim, mas se expandem quando encenadas, escritas, partilhadas. E, ao traduzi-las em palavras, não as esvaziei. Pelo contrário: elas se adensaram, encontraram outros modos de existir.

Foi ao escrever “*DONNA de casa*”, que entendi que minha prática cênica se sustenta não apenas na fisicalidade, mas também no desejo de dar forma àquilo que é muitas vezes considerado informe: o afeto, a memória, a dor, a alegria. O tabuleiro dos rasaboxes não serviu apenas como ferramenta de treinamento, mas como arquitetura emocional de uma casa que também é corpo.

Finalizo esta pesquisa com a certeza de que a dramaturgia não veio depois da teoria, nem fora da cena. Ela brotou do mesmo lugar de onde nasce a pergunta mais insistente desta dissertação: é possível sentir, pensar e criar a partir das emoções sem ser engolida por elas? Com “*DONNA, de casa*”, minha resposta é sim, desde que eu tenha espaço para construir, no corpo e na palavra, uma casa onde essas emoções possam, finalmente, morar.

E é justamente nesse cruzamento entre palhaçaria e rasaboxes que reconheço uma das maiores potências de criação. O jogo da palhaça, com sua liberdade, sua lógica própria e sua capacidade de exposição cômica e trágica do mundo, encontra nos rasaboxes uma estrutura sensível capaz de sustentar essa travessia emocional. Não se trata de domar o afeto, mas de ofertá-lo com precisão. Não se trata de esconder a dor, mas de torná-la matéria poética. Essa junção me permite criar com verdade e com liberdade, sem que uma anule a outra.

A pesquisa não se encerra aqui. Sigo em processo de criação de um novo espetáculo, que parte justamente dessa intersecção entre afetos, palhaçaria e tabus. O tema do suicídio, ainda tão silenciado em nossa sociedade, tem me mobilizado como artista e como pesquisadora. Como falar disso em cena? Como criar uma escuta real com o público? Será que os rasaboxes podem se tornar uma metodologia capaz de mediar esses encontros, oferecendo ao corpo um espaço para sentir sem colapsar, para criar sem performar respostas prontas?

Não tenho ainda essa resposta, mas tenho o desejo. Um desejo que pulsa no corpo e na criação. E talvez, nesse desejo, já habite o início de outro caminho emocionado.

Referências Bibliográficas

ACHCAR, Ana (org.). Caderno de textos sobre rasaboxes. Revisão geral: Adriana Bonfatti; Anna Wiltgen. Rio de Janeiro: UNIRIO/Núcleo do Ator – Investigação e Documentação Teatral, 2016. 40 p. (Coleção Cadernos, n. 4).

ACHCAR, Ana Lúcia Martins Soares. O jogo do palhaço no Rasaboxes. In: CONGRESSO DA ABRACE, 7., 2012, Salvador. Anais [...]. Salvador: ABRACE, 2012. Disponível em: https://www.portalabrace.org/viicongresso/completos/processos/Ana_Achcar_-_O_Jogo_da_Palha_o_no_Rasaboxes.pdf. Acesso em: 05/2025.

ARTAUD, Antonin. O teatro e seu duplo. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2023.

BERGSON, Henri. A evolução criadora. Rio de Janeiro: Editora Delta, 1964.

BERGSON, Henri. El pensamiento y lo moviente. Buenos Aires: Cactus, 2013

BHARATA. Nāṭyaśāstra. Tradução de Adya Rangacharya; organização de Janine Pimentel e Thaisa MCS. São João de Meriti, RJ: Desalinho, 2021. EPUB.

BOGART, Anne; LANDAU, Tina. O livro dos Viewpoints: um guia prático para Viewpoints e composição. Organização, tradução e notas de Sandra Meyer. São Paulo: Perspectiva, 2019.

BOLOGNESI, M. F. Palhaços. [S.l.]: UNESP, 2003.

BONFITTO, M. O ator-compositor. [S.l.]: Perspectiva, 2002. 176 p.

BORGES, A. C. V.; CONKÁ, K. A neutralização da mulher na dramaturgia da palhaçaria clássica no Brasil. In: BRUM, A. W. e D. (org.). Palhaças na universidade: pesquisas sobre a palhaçaria feita por mulheres e as práticas feministas em âmbitos acadêmicos, artísticos e sociais. [S.l.]: UFSM, 2021. cap. 12, p. 182-204.

BRONDANI, J. A. Bufonas, cômicas e palhaças: o riso que nos foi proibido. In: BRUM, A. W. e D. (org.). Palhaças na universidade: pesquisas sobre a palhaçaria feita por mulheres e as práticas feministas em âmbitos acadêmicos, artísticos e sociais. [S.l.]: UFSM, 2021. cap. 11.

CASTRO, L. Palhaços: multiplicidade, performance e hibridismo. Rio de Janeiro: Mórula, 2019.

CONKÁ, K. Parto de mim: palhaçaria feminina. [S.l.]: Chapecó, 2018. v. 4.

DAMÁSIO, António. Sentir e saber: uma nova teoria da consciência. Tradução de Luiz A. de Araújo. São Paulo: Companhia das Letras, 2021. EPUB

EKMAN, Paul; FRIESEN, Wallace V. Constants Across Cultures in the Face and Emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 17, n. 2, p. 124–129, 1971. DOI: 10.1037/h0030377.

FUCHS, A. C. M. O sorriso da palhaça: pedagogias do riso e do risível. 2020. 289 p. Tese (Programa de Pós-Graduação em Educação) — Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/218425>. Acesso em: 10 nov. 2023.

LE BRETON, David. *A antropologia das emoções*. Tradução de Luís Alberto S. Peretti. Petrópolis, RJ: Vozes, 201

MINNICK, Michele; COLE, Paula Murray. O ator como atleta das emoções: o rasaboxes. Tradução de Ana Bevilaqua, Márcia Moraes e Michele Minnick. *Revista Urdimento – Revista de Estudos em Artes Cênicas*, Florianópolis, v. 3, n. 1, p. 2–25, jan./jul. 2011. Disponível em: <https://seer.unirio.br/opercevejoonline/article/view/1797>. Acesso em: 04/2025.

MINOIS, G. História do riso e do escárnio. Tradução: Maria Elena O. Ortiz Assumpção. São Paulo: UNESP, 2003.

NASCIMENTO, E. C. M. Comicidade feminina: as possibilidades de construção do cômico no trabalho de mulheres palhaças. 2014. 161 p. Dissertação (Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, Escola de Teatro, Escola de Dança) — Universidade Federal da Bahia. Acesso em: 18 nov. 2023.

NÉIA, Adelvane. “A palavra da monsieur: qual é sua graça palhaça?”. *Palhaçaria Feminina Chapecó*, n. 3, p. 85-87, 2015

PAIS, A. Comoção: os ritmos afetivos do acontecimento teatral. Lisboa: Orfeu Negro, 2018.

PINTO, Tarcísio Jorge Santos. O método da intuição em Bergson e sua dimensão ética e pedagógica. São Paulo: Edições Loyola, 2010

ROMANO, L. R. V. De quem é esse corpo?: a performatividade do feminino no teatro contemporâneo. 2009. Tese (Escola de Comunicações e Artes) - Universidade de São Paulo. Disponível em: <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/27/27156/tde-25102010-162044/publico/1056874>. Acesso em: 20 nov. 2023.

RUSSELL, James A. Culture and the categorization of emotions. *Psychological Bulletin*, Washington, DC, v. 110, n. 3, p. 426–450, nov. 1991. DOI: [10.1037/0033-2909.110.3.426](https://doi.org/10.1037/0033-2909.110.3.426).

SANTOS, Adriana Patrícia dos. Processo e jogo individual na interpretação por estados. In: CARREIRA, André; FORTES, Ana Luiza (org.). *Estados: relatos de uma experiência de pesquisa sobre atuação*. Florianópolis: Editora da UDESC, 2011. p. 31–54.

SARMENTO, Júlia Peredo. Enlouquecer o Rasaboxes: produção de intensidades no trabalho do ator. 2015. 270 f. Dissertação (Mestrado em Artes) – Instituto de Cultura e Arte, Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2015. Disponível em: <http://www.repositorio.ufc.br/handle/riufc/14632>. Acesso em: 12/2023.

SCHECHNER, R. Performance e antropologia de Richard Schechner. In: LIGIÉRO, Z. (org.). Rio de Janeiro: Mauá, 2012.

SCHECHNER, R. Performers e espectadores transportados e transformados. *Revista Moringa*, João Pessoa, v. 2, 2011.

Links da pesquisa:

[Processo de Criação Donna \(2016\)](#)

[Apresentações Donna](#)

[1º Mapeamento](#)

[Experimento "Aberração"](#)

Anexos

Breve comentário sobre o processo de direção do Espetáculo “Donna” de Eluhara Resende Videira

por Felipe Casati

Lembro-me como se fosse ontem o chamado de Eluhara para dirigir um novo espetáculo solo de palhaçaria com ela em cena. “Claro!” foi minha resposta; era uma época em que a criação pulsava mais vigorosa dentro de mim e o desejo de estar junto de uma amiga pesquisando a palhaça, e eu podendo praticar minha visão de diretor, brilhou meus olhos. Seria um desafio, tínhamos pouco tempo para criar a estrutura do espetáculo, que mais tarde seria finalizado para então ser apresentado.

ELUHARA: Queria um espetáculo que falasse da minha palhaça, que fosse fácil de transportar...

Eluhara me fez pedidos certos que nortearam a criação. Meu jeito de dirigir, pelo menos até o momento, era buscando o que a atriz tinha em sua vida para emprestar para sua palhaça, para contar uma história no palco. Começamos com uma espécie de “rasaboxes” modificado; utilizei alguns materiais que instigariam a figura da Chuvisca — palhaça da Eluhara — a descobrir sua figura em relação à sua bagagem de vida, e por falar em bagagem me lembro dos objetos serem: secador de cabelo, esparadrapo, luvas, outro nariz de palhaço, creme de barbear, vestido, casaco, cabide e outras coisinhas que colocamos no local, e outras coisas que já se encontravam lá, pois o local escolhido para o exercício/jogo era o banheiro da minha casa.

Estar em um banheiro grande, cheio de possibilidades e por muito tempo, instigou Eluhara a se fotografar, em registros pedidos por mim, de diversas maneiras, experimentando diversos estados cênicos e que mais tarde fomentariam nossos pontos de partida para as cenas do espetáculo.

Através das fotos e relatos produzidos no exercício/jogo de “rasaboxes” modificado, iniciei meu trabalho de organizar e propor cenas a partir do material. Fomos conversando sobre, mas uma conversa cênica, com Eluhara já executando as propostas que partiam dela mesma, instigadas por mim e mais tarde organizadas em uma dramaturgia.

Constatamos que o espetáculo estava narrando questões sociais de como a sociedade poderia entender o que era “masculino” e o que era “feminino”, claro, sempre questionando esses dois termos, e além disso as cenas iam rumando para um relato de como essas petrificações sociais construíam uma situação de abuso físico e psicológico de um “monstro” idealizado por nós através das experiências de abuso do ponto de vista da palhaça/atriz cis branca Eluhara.

A estrutura do espetáculo estava construída: uma palhaça brincando de se travestir e jogar com o “masculino”, o “feminino” e o que está no meio disso, e ao final uma relação de abuso dessa figura monstruosa com o próprio corpo que habita, o da palhaça Chuvisca.

É uma experiência visual muito interessante para o público; este se pega rindo durante boa parte do espetáculo e mais tarde se vê enxergando uma relação de abuso que é passível de identificação imediata, já que usamos clichês sociais para performar esta situação. Reparei que as mulheres que assistiam ao espetáculo se identificavam mais que qualquer outro tipo de público.

Após esses dias de intenso trabalho no banheiro e na sala da minha casa, a estrutura foi tomando forma de espetáculo e tudo começou a se encaixar para uma narrativa toda arrumadinha com começo, meio e fim. E por falar em FIM, este era o despir-se de toda a brincadeira que acontecia no palco até a atriz/palhaça se mostrar vulnerável, porém muito segura de carregar essa história em seu corpo, e como um resumo, um desabafo, Eluhara traz à cena uma música que ela gostava e que ilustrava bem os entraves das cenas e seu final: “Vence na Vida Quem Diz Sim”, de Chico Buarque.

Um trabalho que tenho muito orgulho de fazer parte e que, todas as vezes que ajudei a montar, assisti o espetáculo, ajudei na técnica, me modificou — e que espero que tenha vida longa.

O Espetáculo DONNA foi idealizado para que seja mutável, para que se adapte às novas discussões que a própria narrativa propõe e que Eluhara tenha a liberdade de se experimentar enquanto ser humano, palhaça, atriz e produtora.

Eluhara, muito obrigado por ter confiado em mim para este trabalho, serei sempre grato. Vida longa!

Imagens e Mapas:



Figura 15- Quintal Casa Yasmin

Fonte: Arquivo Pessoal, 2024



Figura 16- Oficina no Centro Cultural de Tupaciguara/Mg

Fonte: Arquivo Pessoal, 2024

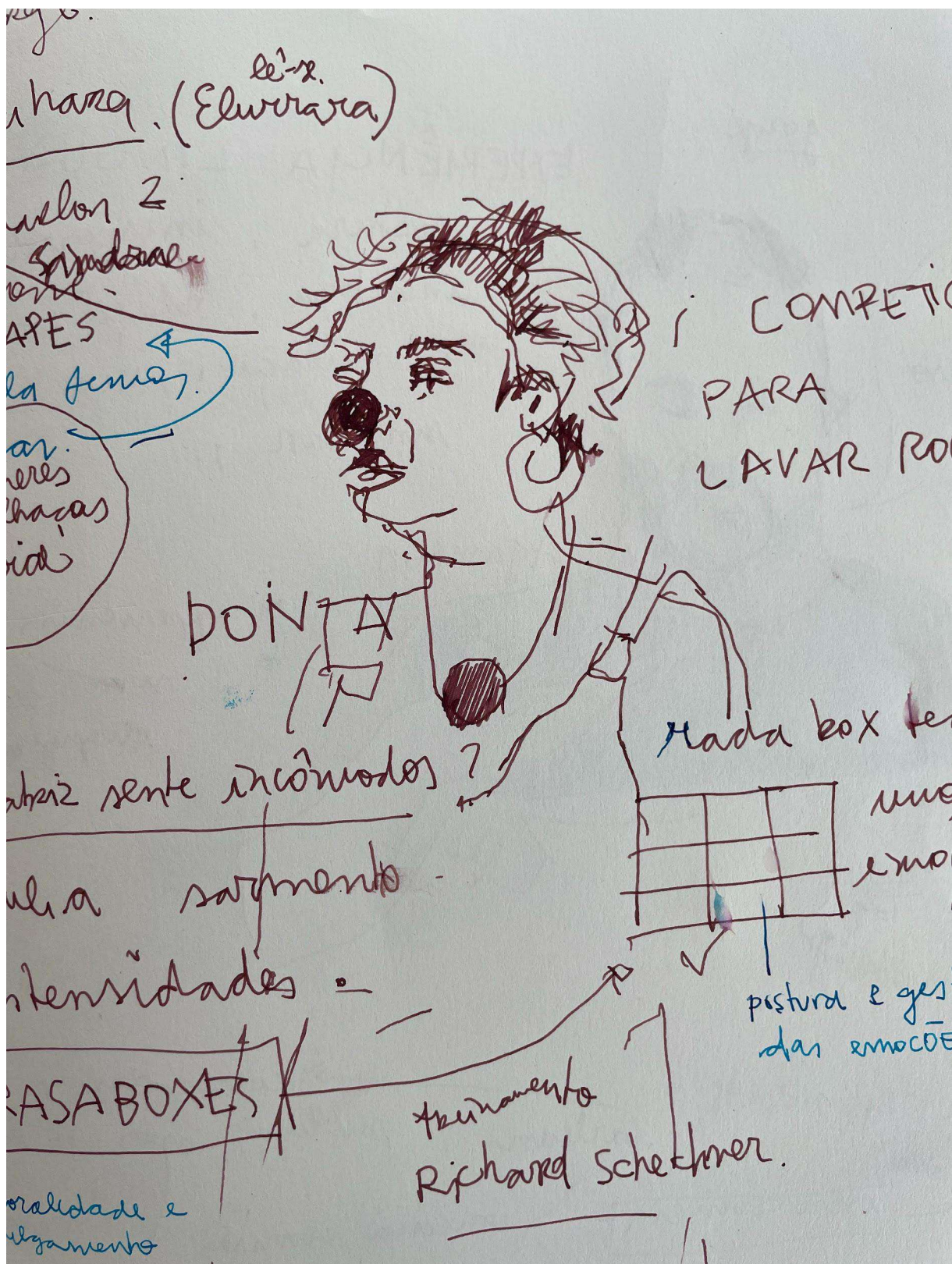


Figura 17- Registro de Comunicação acadêmica

Fonte: Luciana Arslan, 2024



Figura 18- Rasa Hasya, oficina com Joana Tavares em Belo Horizonte

Fonte: Arquivo Pessoal, 2024

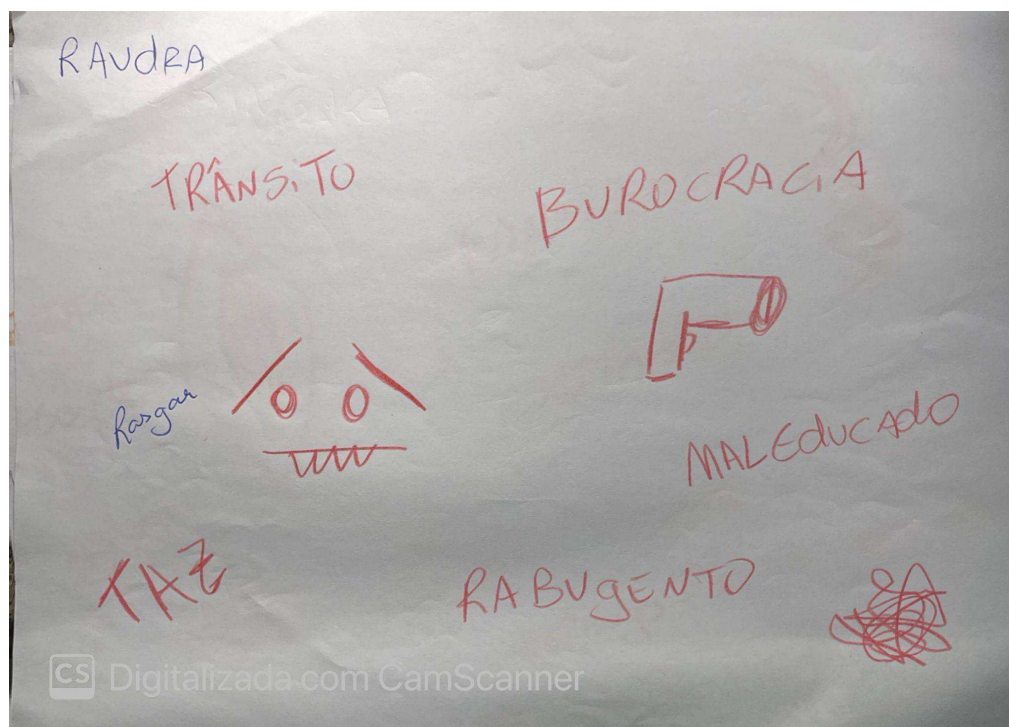


Figura 19- Estudo e jogo Raudra

Fonte: Arquivo Pessoal, 2024

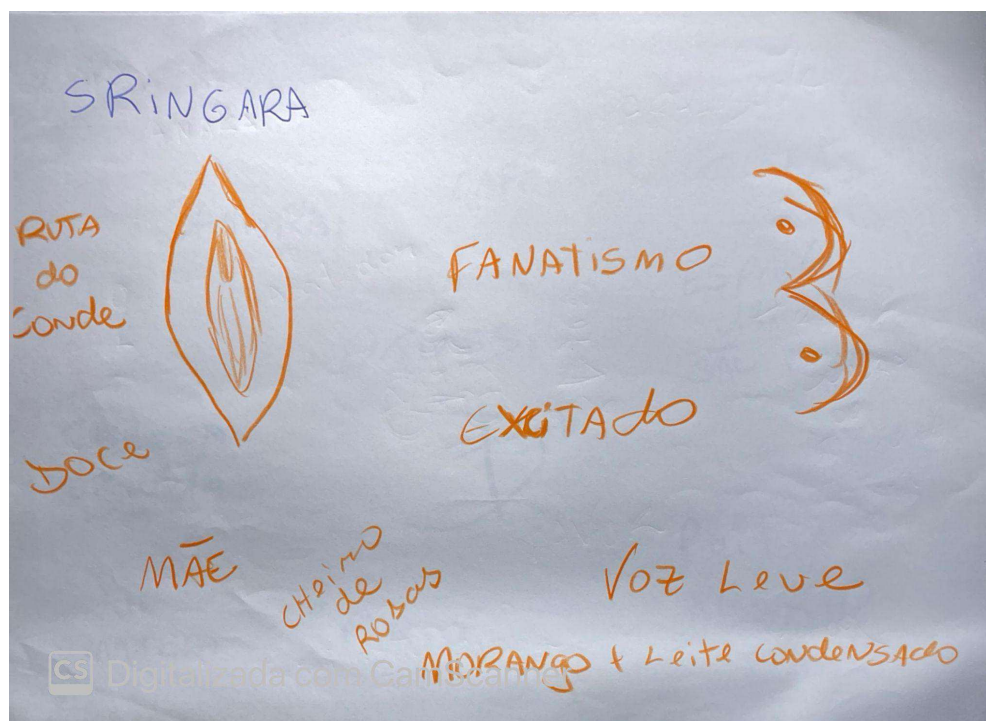


Figura 20- Estudo e jogo Sringara

Fonte: Arquivo Pessoal, 2024

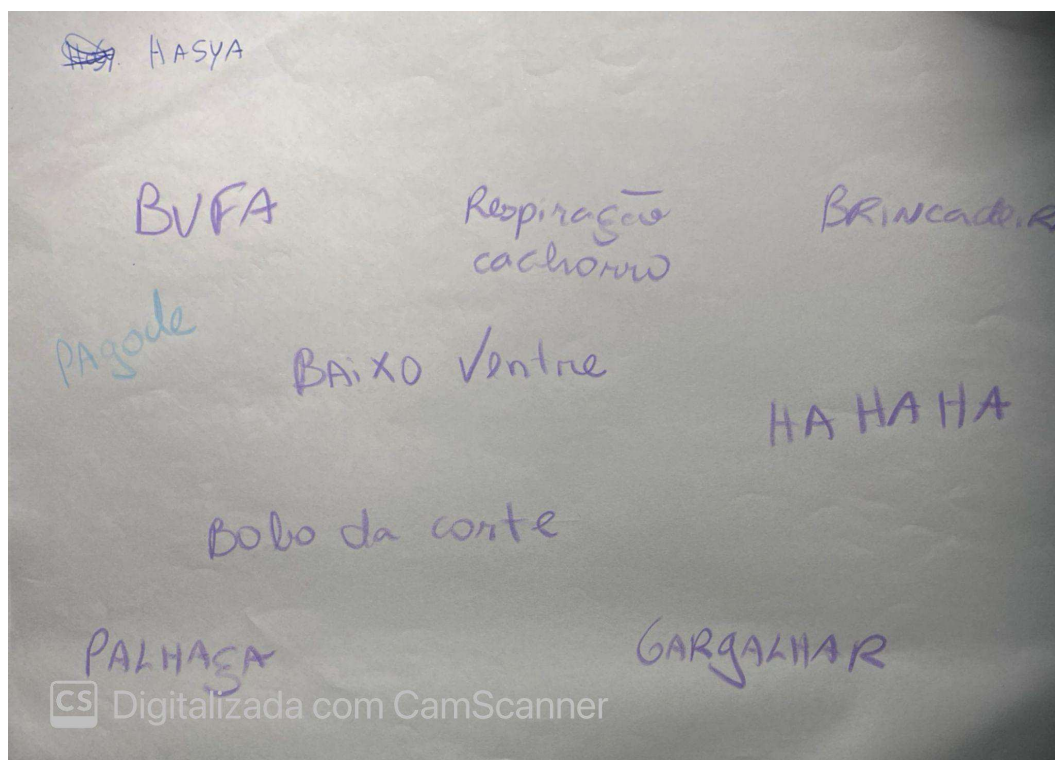


Figura 21- Estudo e jogo Hasya

Fonte: Arquivo Pessoal, 2024

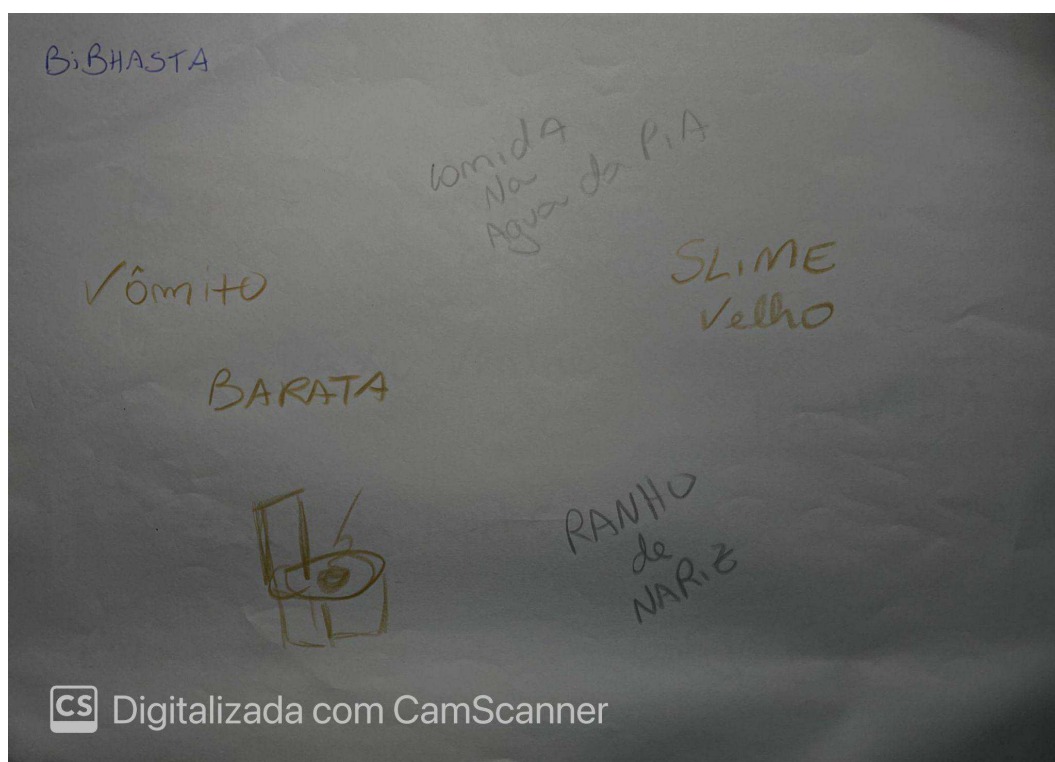


Figura 22- Estudo e jogo Bibhasta

Fonte: Arquivo Pessoal, 2024

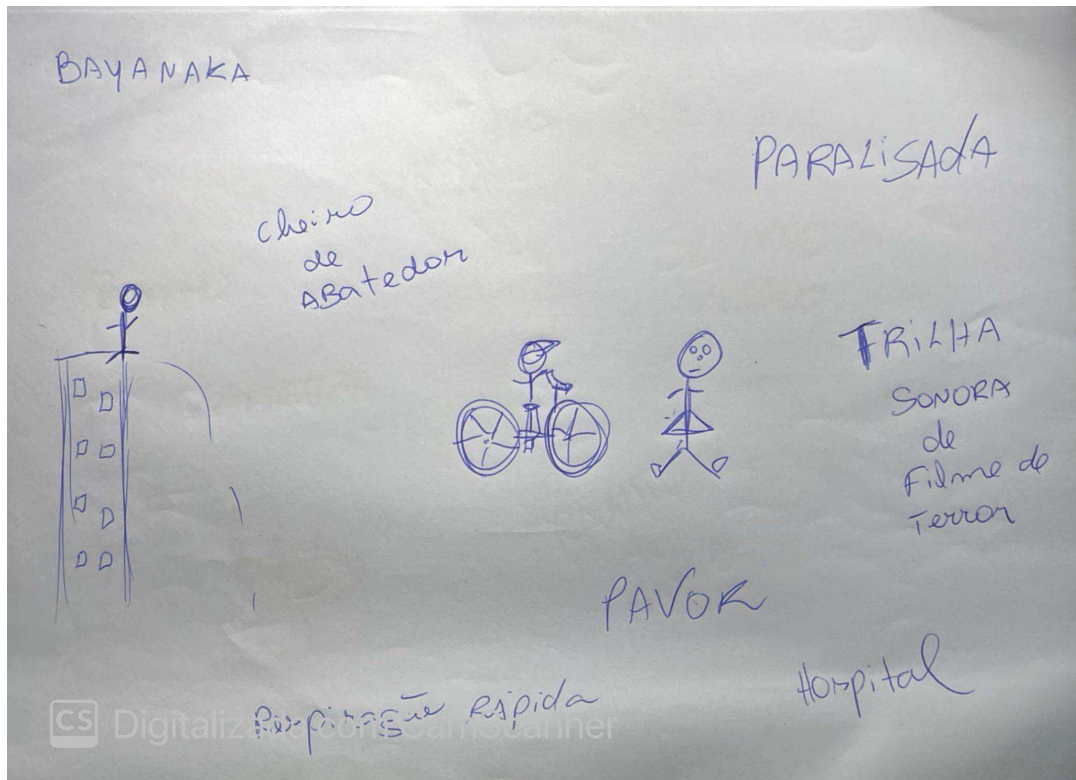


Figura 23- Estudo e jogo Bayanaka

Fonte: Arquivo Pessoal, 2024

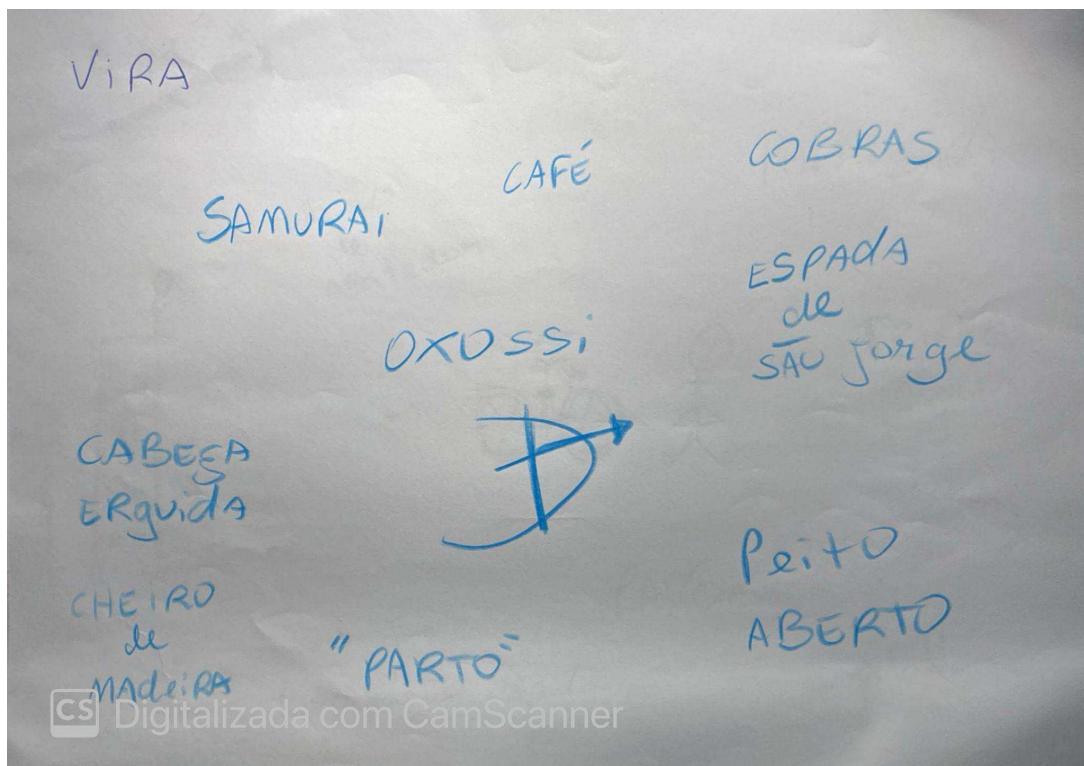


Figura 24- Estudo e jogo Vira

Fonte: Arquivo Pessoal, 2024

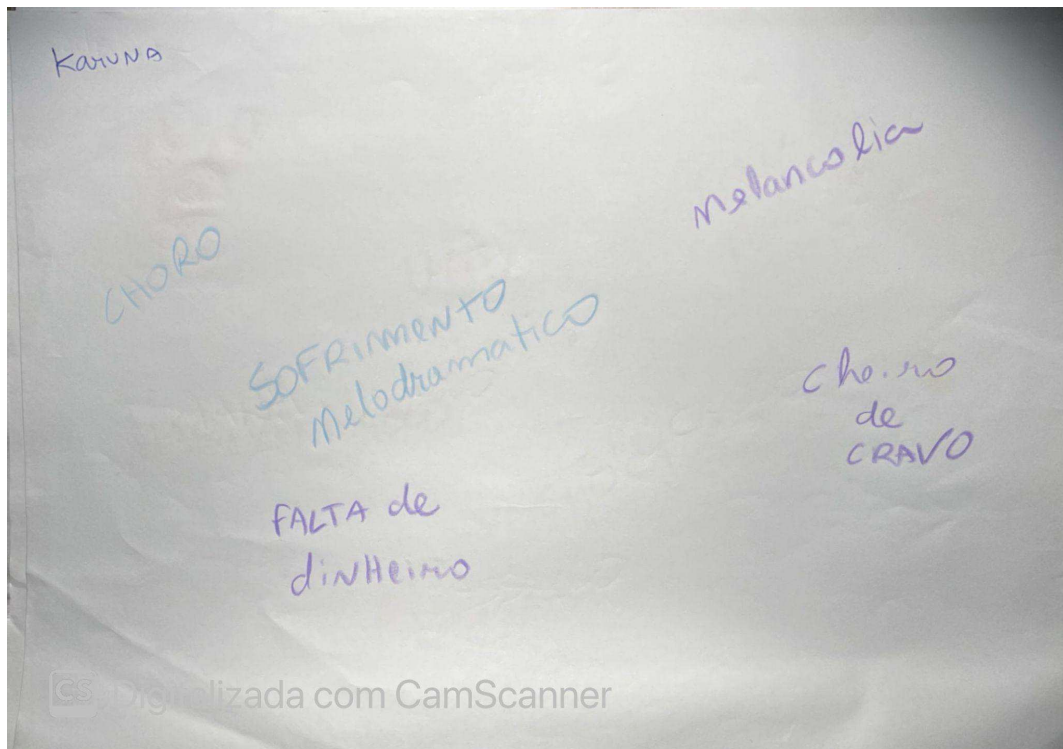


Figura 25- Estudo e jogo Karuna

Fonte: Arquivo Pessoal, 2024

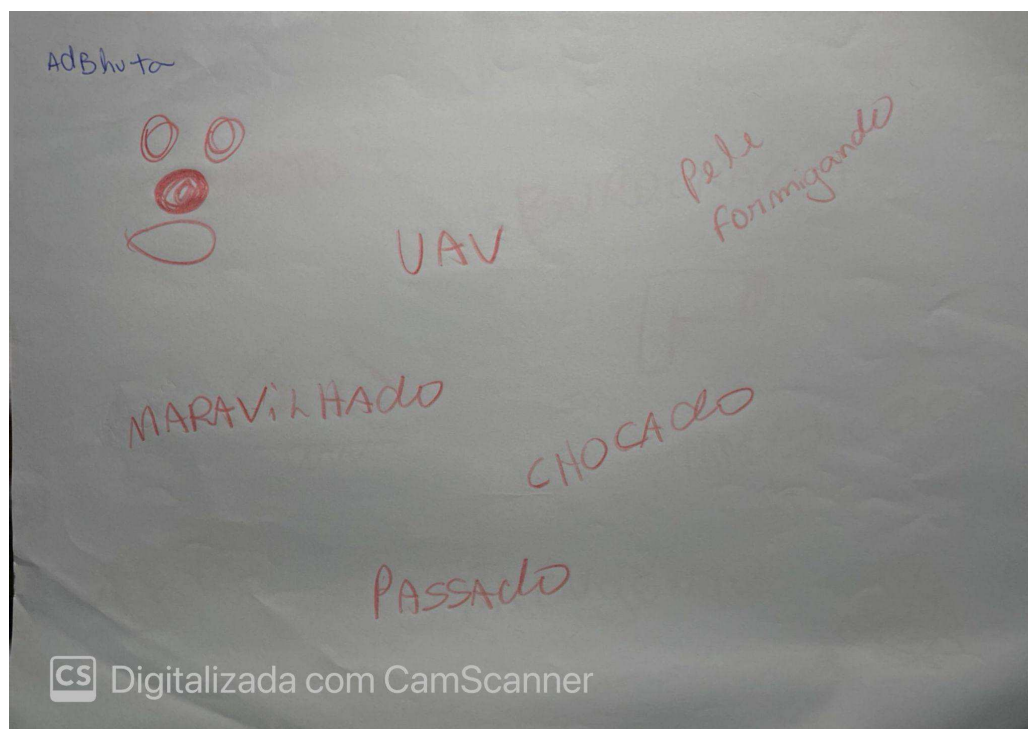


Figura 26- Estudo e jogo Adbhuta

Fonte: Arquivo Pessoal, 2024

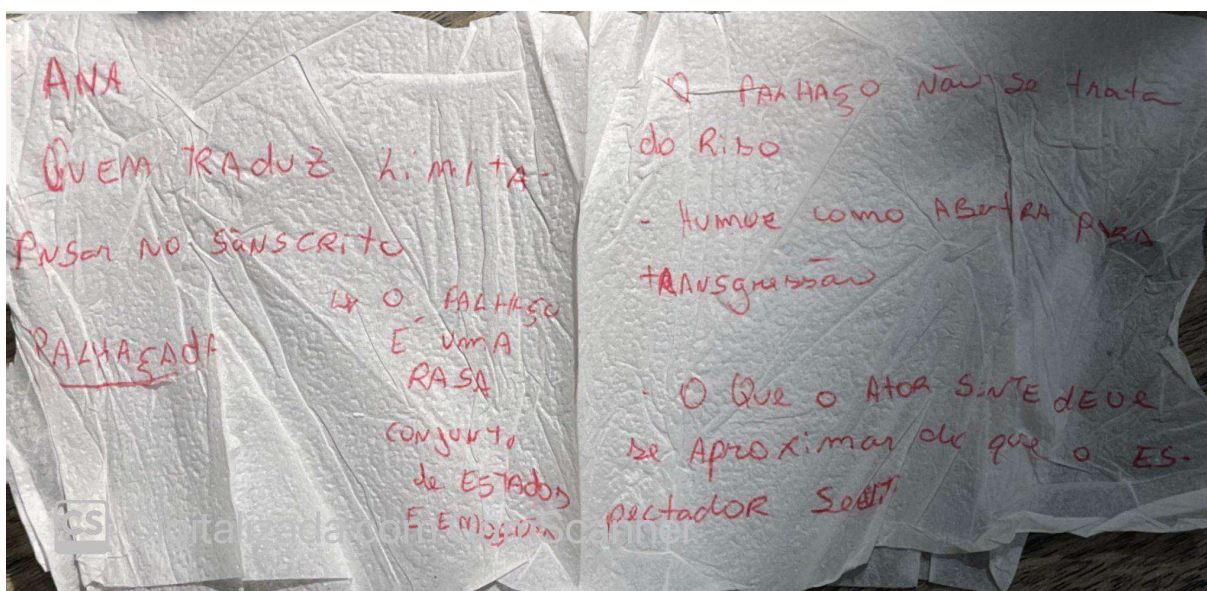


Figura 27- Anotações do seminário

Fonte: Arquivo Pessoal, 2024