

Possíveis ligações entre a psicologia bioenergética e a arte do palhaço

Santiago Harris Hermida

Programa de pós-graduação em Artes Cênicas – UFBA/ Mestrando

Poéticas e Processos de Encenação – Or. Prof. Jacyan Castilho

Psicólogo

Resumo: Proponho a investigação de aportes teórico-práticos da conjunção entre a Psicologia Bioenergética e alguns processos metodológicos de treinamento de palhaço. Um dos caminhos da construção ou encontro com o palhaço se fundamenta no trabalho físico para potencializar a expressão de características corporais e subjetivas do indivíduo. A Bioenergética trabalha a personalidade procurando desencadear sentimentos inconscientes enraizados na memória corporal. Os processos criativos artísticos poderiam ser potencializados e enriquecidos a partir da integração destes saberes e práticas que se vislumbram como complementarias.

Palavras-chave: psicologia bioenergética, corpo, palhaço, processos criativos

O intuito deste artigo é apresentar algumas possíveis ligações encontradas entre a Psicologia Bioenergética e a arte do Palhaço, com a finalidade de fundamentar a pesquisa que propõe uma análise teórico-prática do processo criativo desenvolvido nesta conjunção.

O objetivo principal do projeto de pesquisa é vivenciar, registrar e analisar o processo criativo da conjunção entre a terapia de análise bioenergética e algumas propostas pedagógicas de treinamento de palhaço, conseqüentemente desenvolver uma oficina grupal experimental; e finalmente descrever, analisar e sistematizar esse processo criativo geral.

Diversos artistas e pesquisadores da arte do palhaço, como Jaques Lecoq, Luís Otávio Burnier, Jesus Jará entre outros, concordam com a idéia de que um dos caminhos da construção ou encontro com o palhaço (embora este possui características gerais que atravessam a história de varias culturas), é manifestado de forma particular em cada pessoa. Segundo Andréia Aparecida no livro *A personagem palhaço*, dentro dessa perspectiva, o palhaço obedece a um determinado perfil individual que se apóia nas características corporais do individuo e em sua própria subjetividade.

A psicologia de Análise Bioenergética é um processo terapêutico criado a partir do trabalho de Wilhelm Reich, aluno de Freud, que desenvolveu os princípios da terapia corporal. Alexander Lowen e John Pierrakos, alunos de Reich, ampliaram esse método transformando-o no que hoje se conhece como Análise Bioenergética. Desenvolveram uma técnica terapêutica baseada no estudo da personalidade humana em função dos processos energéticos do corpo. A partir do despertar dos movimentos involuntários, procura-se desencadear os sentimentos inconscientes enraizados na memória corporal.

Palavras como palhaço, subjetividade, bioenergética, características corporais, personalidade, memória corporal, processos criativos, entre outras; compõem noções gerais

que ligam a prática terapêutica da psicologia bioenergética com a prática artística do palhaço.

Jaques Lecoq, fundador da Escola Internacional de Teatro em França, diz que “[...] não se joga a ser *clown*¹, a pessoa somente é, quando sua natureza profunda manifesta-se junto aos medos primitivos da infância.”² (2003, p.215, tradução nossa). Ele concluiu que uma debilidade pessoal pode-se transformar em força teatral, e esse princípio foi convertido numa ferramenta fundamental no seu método para a aproximação individualizada dos atores na procura do seu próprio palhaço. Dentro desta busca, segundo Lecoq, o palhaço não tem que representar nenhum papel. Isso permite ao ator afirmar com força sua realidade de jogador criativo num processo que passa, entre outras experiências, pelo reconhecimento de aspectos da própria personalidade.

Para a Bioenergética, falar de personalidade significa considerar os distintos tipos de comportamentos sustentados por defesas (psico-corporais) geradas e mantidas ao longo da vida e que variam segundo cada indivíduo. Quando a procura de prazer, experimentada desde a infância, se vê privada, frustrada ou castigada provocamos estados de ansiedade. Neste momento, o organismo contra resta este estado com defesas que têm o título comum de “estruturas do caráter”. Segundo, Lowen:

Se define o caráter como um padrão fixo de conduta, como a maneira especial na que um indivíduo administra sua busca de prazer. Está estruturada no corpo em forma de tensões musculares crônicas e geralmente inconscientes, que bloqueiam ou limitam os impulsos para fora. O caráter é ademais uma atitude psíquica, protegida por um sistema de negações, racionalizações e projeções, e polarizada para um ego ideal que afirma seu valor. A identidade funcional do caráter psíquico com a estrutura corporal ou a atitude muscular é a chave para entender a personalidade, porque nos permite ler o caráter em base ao corpo e explicar uma atitude por suas representações psíquicas e vice-versa (1977. p. 130).

Podemos aproximar (ao falar de caráter psíquico, defesas e estrutura corporal) o território das teorias e práticas da Psicologia Bioenergética, à prática de uma linha de treino e encontro do palhaço que considera o corpo como fundamental:

No livro de Renato Ferracini: *A arte de não interpretar como poesia corpórea do ator*, ao falar do palhaço como uma linha particular de pesquisa do LUME, indica que ele trabalha basicamente com um “estado orgânico ou estado de clown”. Dito estado é encontrado ao passar por um processo iniciático, doloroso e difícil, que é o de expor seu

¹ A respeito da diferença entre os términos “Clown” (Inglês) ou “Palhaço” (Português), neste artigo será utilizado o termo em português Palhaço. Embora ao redor do mundo seja trabalhado desde varias vertentes metodológicas, algumas das quais tendem a separar *clown* de palhaço para recalcar a diferencia de estilo. Outros as utilizam como sinônimos.

² [...] No se juega a ser clown, uno lo es, cuando su naturaleza profunda se manifiesta junto a los miedos primigenios de la infancia.

ridículo e sua ingenuidade a través de exercícios que “[...] buscam colocar o ator em situação de desconforto na qual se opera um arriamento de suas defesas naturais.” (p.217)

A psicologia bioenergética, trabalhando com as defesas através do próprio corpo, utiliza recursos no sentido de um re-encontro com o corpo, sua vitalidade, sua sexualidade, respiração, movimento, sentimento, e auto-expressão, aliada à tentativa de relacionar o funcionamento energético atual do indivíduo com a história da sua vida. Seguindo numa linha paralela, Ferracini diz, “O *clown* é um ser que tem suas reações afetivas e emotivas todas corporificadas em partes precisas do seu corpo, [...] A lógica do *clown* é físico-corpórea: ele pensa com o corpo.” (p.217)

Dentro das propostas de treinamento corporal com movimentos de carga e descarga de energia, a psicologia bioenergética propõe exercícios físicos específicos chamados de “exercícios bioenergéticos”, segundo Lowen, com a finalidade de fazer consciente os espasmos musculares e as emoções ocultas por trás destes. Estas contrações musculares crônicas constituem uma limitação da capacidade de sentir prazer. O objetivo dos exercícios é restaurar a mobilidade natural do corpo, que é a base de toda espontaneidade, prazer e criatividade (LOWEN. 1984. p.37).

Ricardo Puccetti, num artigo escrito para a revista numero 7 do LUME (2009), descreve brevemente sua metodologia de treinamento energético para desenvolver e revelar o que ele chama de “estado de presença” que se fundamenta no trabalho a partir da exaustão física. Propõe a través de movimentos corporais sem pausas e por um período prolongado de tempo, a possibilidade de “[...] despertar e dilatar os impulsos físicos e entrar em contato com camadas musculares profundas, [...] Por esse caminho o aprendiz experimenta o “não-pensar” e somente “agir com o corpo”, o que seria, na verdade, “pensar com o corpo”.”

Na bioenergética, esse “pensar com o corpo” equivaleria a um “deixar acontecer” os impulsos ou reações inconscientes, já que para Lowen (em seu livro *Prazer um abordagem criativa da vida*); o ego que é representante do *self* consciente, e o corpo que é representante do *self* inconsciente são dois aspetos da personalidade completamente interligados entre si. Por tanto, poderia me aventurar a dizer que mesmo não tendo um objetivo terapêutico, as praticas de estas linhas de trabalho do palhaço, trabalham com aspetos emocionais profundos enraizados na estrutura de caráter de cada indivíduo. E estes trabalhos parecem ter consequências parecidas as consequências terapêuticas de ampliação da consciência propostos pela bioenergética.

Frente a estas reflexões, coloco algumas perguntas desde onde pode se partir pra pensar esta proposta: Como a través do jogo, a brincadeira e formas lúdicas (elemento fundamental da arte do palhaço), podem se descobrir fragilidades próprias da personalidade

como força cênica? De que forma seria possível propor processos criativos de palhaço tendo como aporte específico exercícios e teorias bioenergéticas? Quais são os efeitos psicológicos que uma pessoa experimenta ao pesquisar em si mesma a arte do palhaço? Como é este processo desde a bioenergética?

Estas idéias constituem um esboço geral das possíveis ligações entre estas práticas que, por jogar uma hipótese, ao ser juntadas poderiam potencializar mutuamente seus objetivos.

O propósito da pesquisa será utilizar algumas propostas específicas da psicologia bioenergética, como exercícios e propostas teóricas; para articular, explicar e até propor procedimentos (vivenciados anteriormente) dentro do processo criativo do palhaço. Os processos criativos artísticos poderiam ser potencializados e enriquecidos tanto como os processos criativos terapêuticos, a partir da integração destes saberes e práticas complementárias.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

APARECIDA, Pantano Andréia. *A personagem palhaço*. São Paulo: UNESP, 2007.

BURNIER, Luís Otávio. *A arte de ator: da técnica à representação*. Campinas, SP. Editora da Unicamp. 2001.

FERRACINI, Renato. *A arte de não interpretar como poesia corpórea do ator*. Campinas, SP: Editora da Unicamp, 2001.

JARA, Jesús. *El clown, un navegante de las emociones*. Sevilla: PROEXDRA.

LECOQ, Jaques. *El cuerpo poético: Una pedagogía de la creación teatral*. Barcelona: Alba, 2003.

LOWEN, Alexander. *Bioenergética*. México: Diana, 1977.

_____. *Prazer: Uma abordagem criativa da vida*. 7. ed. São Paulo: Summus, 1984.

PUC CETI, Ricardo. *No caminho do palhaço*. In: REVISTA DO LUME. Campinas UNICAMP, n. 7, julho 2009 (p. 119-124).