

RASCUNHOS#

DRAFT#

Diana de Hollanda

Poeta e dramaturga. Mestre em Letras pela PUC-RJ. Doutoranda em Artes Cênicas na Unirio.

dianadehollandacavalcanti@gmail.com

RESUMO

Neste artigo, apresentam-se três procedimentos do processo criativo dramático desenvolvido pela própria autora na tese *A dramaturgia do insight e a prática textual da atenção plena*, através de rascunhos que os ilustram na prática. Todos objetivam estender a atenção plena (Satipatthana) para o texto, portanto, têm como mote ou princípio condutor um dos quatro fundamentos da prática (Corpo, Sensações, Estados Mentais, Dhammas) e os exercícios respectivos a cada um deles.

PALAVRAS-CHAVE: *Atenção Plena; Dramaturgia; Insight*

ABSTRACT

In this article, through drafts that will illustrate them in practice, three procedures are presented regarding the playwriting creative process developed by the author in the thesis *Insight playwriting and the textual practice of mindfulness*. They all aim to bridge together mindfulness and text and, therefore, have as motto or guiding principle one of the four fundamentals of the practice (Body, Sensations, Mind, Dhammas) and their respective exercises.

KEYWORDS: *Mindfulness; Playwriting; Insight*



Figura 1: Ensaio do Roteiro da papa (rascunho#2), com a atriz Marina Hodecker

rascunhos#

O primeiro procedimento consiste em registrar uma das contemplações da atenção plena concomitante à sua realização, tendo como produto o texto. No caso de exercícios que pedem movimento (por exemplo, a atenção plena dirigida às quatro posturas e às atividades), será mais fácil começar o registro com uma câmera ou um gravador e, depois, efetuar a transcrição para o papel. No exemplo abaixo, o exercício que primeiro serviu de base para a contemplação integra o fundamento do Corpo (a atenção plena à respiração), mas, ao longo do processo, a observação abrangeu os fundamentos das Sensações (prazer, desprazer), dos Estados Mentais (gradações da aversão, como irritação e ansiedade) e dos Dhammas (percepção e reações condicionadas, entre outros).



Figura 2: Ensaio do Roteiro da papa (rascunho#2), com a atriz Marina Hodecker

rascunho#1

As vias nasais, obstruídas pelo catarro, reproduzem uma respiração barulhenta. A cada vez que engulo saliva, o ouvido estala (sensação desprazerosa de estar, em looping, descendo e subindo a serra). Tusso com o objetivo de puxar o catarro do centro do peito, mas ali tudo está sólido está petrificado. Só consigo sentir o líquido, fluido, se foco nas narinas. Aspiro, então, com força, muita força, o catarro pelas vias nasais, até que ele faça a curva e desça pela garganta. Salgado. Não penso em assoar o nariz. Ou: penso que não quero assoar o nariz. O pensamento de assoar o nariz vem associado à frustração da memória de todas as vezes em que assoar o nariz não deu resultado. Assoar o nariz vem associado à frustração de realizar uma ação inútil, enquanto aspirar o catarro, por outro lado, é associado à percepção de progresso. Provável que a percepção de progresso esteja influenciada pelo prazer do contato com o sabor do catarro – salgado. Ao assoar o nariz, todo o contato se resume ao catarro sendo expelido em direção ao papel e, ainda assim, as vias nasais permanecem obstruídas. Quando aspiro o catarro, contudo, o contato se faz em mais pontos, como na garganta e no paladar; assim, embora as vias nasais também permaneçam obstruídas, posso acompanhar mais trechos do processo. Não fosse saboroso o catarro, a

percepção – facilmente manipulada pelas sensações de prazer e desprazer – me induziria a assoar o nariz. Apesar do prazer gerado pela sensação de gotas salgadas pingando na garganta, observo na mente o surgimento do mau humor. Em contraste com a recente (e já antiga) percepção de que aspirar o catarro significaria progresso, a repetição desse ciclo é recebida com impaciência. Busco artifícios para modificar a dinâmica: inclino a cabeça para trás, mantenho-me na posição de espera, olhando para o teto, um espirro se aproxima e esguicharei água para todos os lados. Sem causa aparente, o espirro sofre um aborto no meio do caminho. Busco artifícios para modificar a dinâmica: inspiro e expiro o catarro, formando bolhas na ponta da narina. Desagradável. Busco artifícios para modificar a dinâmica: dirijo a atenção aos dentes, que não escovei após o jantar, que não escovei após mastigar e mastigar. Há uma camada de qualquer coisa sobre eles, como se fossem restos invisíveis dos alimentos grudados, formando uma capa que, de tão fina, parece imaginação. Talvez seja imaginação. Talvez seja uma fantasia contada pelo medo. Desagradável. Se estivesse acostumada a não escovar os dentes logo após as refeições, não sentiria nenhuma camada; a camada que sinto agora se deve ao medo que surgiu porque contrariei o costume de escovar os dentes após a refeição. Passo a me alternar entre a ansiedade de me levantar para resolver o mal-estar com os dentes e a irritação com o ciclo de ouvido estalando mais o catarro em pinga-pinga. Estou deitada na cama. Consigo me levantar e caminhar até o banheiro, que não está longe, para escovar os dentes. Devo, deveria, me levantar para escovar os dentes. Consigo, com as próprias mãos, manipular a escova sobre as arcadas e sobre a língua. Nem mesmo nos meus piores momentos pedi a alguém que escovasse meus dentes. Não vi, até hoje, muitas pessoas terem seus dentes escovados por outras, senão as crianças, que ainda não aprenderam que precisam, precisarão, por toda a vida, escovar os dentes. Não há equanimidade: quero os dentes limpos, quero que o catarro acabe. Se houvesse equanimidade, estaria tranquila caso assim as coisas continuassem (bem como estaria tranquila caso terminassem). Não estou tranquila, e solto gemidos de desconforto a cada vez que o ouvido estala.

*

O segundo procedimento adota como material bruto um texto já pronto – das mais variadas procedências: e-mail, notícia, comentário na rede, poema, chat, bula etc. –, e lhe dirige perguntas que sejam fruto de uma leitura da atenção plena (isto é, que se relacionem aos quatro fundamentos e seus respectivos exercícios). Assim, criam-se ramificações que imprimem no texto temas pertinentes à prática, sem que estes apareçam de forma didática.

rascunho#2

Espectadores e atores reunidos em torno de uma mesa redonda. Há velas espalhadas sobre a superfície da mesa e, entre elas, três pratos fundos cheios de papa. Três atores comem em sincronia a papa. Na mesa, um celular dispara um monólogo, entrecortado pelo diálogo de outros quatro atores que também estão ao redor da mesa, formando um segundo círculo que envolve os três atores que comem a papa. Os quatro atores têm os corpos vendados de preto, apenas as bocas visíveis. Os espectadores se distribuem nos assentos dos dois círculos ao redor da mesa.

Roteiro da papa

1) Levantar a colher e deixar a papa cair; 2) fazer, com a colher, círculos em torno da papa. Os círculos começam pela beirada do prato, depois se tornam menores e transformam a papa em um montinho; 3) cavar a papa e a esticar com a colher, o mais alto possível; 4) levar a papa à boca, estalar e lambe os beiços; 5) passar a colher na narina; 6) exibir os beiços sujos; 7) deixar comida no lábio de cima com boca aberta; 8) tornar o cabo da colher inviável de tão melado; 9) comer com as duas mãos; 10) mergulhar rosto na papa; 11) descer e subir o rosto sujo de papa; 12) cuspir pedacinhos de papa; 13) levar prato para a cabeça e passar no cabelo.

Monólogo do celular

Aí da cama eu vejo a impressora ligada aquela luz. É aquele momento em que você se pergunta eu vou levantar pra apagar aquela luz vou levantar pra desligar a impressora e se eu levantar vou apagar a impressora no botão ou simplesmente vou puxar a tomada. Você se pergunta já levantando me levanto pra apagar a impressora pra desligar a impressora, mas enquanto levantava

pra puxar da tomada, ou seja, já estou dizendo, eu pensei, enquanto, eu pensei olhando para a impressora e sabendo que eu tinha acabado de levantar meu corpo, que já estava deitado e que não dorme porque não tem a coruja não sei onde está minha corujinha e não quero outra venda não vou achar outra com o rostinho de coruja. Não consigo dormir já me acostumei com o peso sobre os olhos é como se fosse a mão de alguém me autorizando a descansar alguém que tivesse autoridade para consentir agora você pode agora descanse. Não consigo pensar quem seria esse alguém não consigo personificar, e não é como se existisse um Deus nem como se não existisse não tem nada a ver com Deus independente de Ele existir ou não Deus não seria uma autoridade para me permitir descansar. Nesse impasse entre me forçar a ficar deitada para um dia enfim conseguir dormir e o não me conformar com a impressora ligada, concluí que tudo bem já levantando pra desligar a impressora mas já seria demais desligar no botão, me exigiria estratégia. Enquanto levantava pra puxar da tomada, pensei enquanto pensei olhando para a impressora, ok vou desligar pra não gastar energia à toa, mas só vou puxar a tomada puxo e aí desliga tudo de uma vez. () Talvez eu jogue uma partida de bríscola aprendi bríscola nesse feriado com o Ciro a gente jogou bastante. O Ciro é um cara muito racional né muito calculista. Vendo ele jogar War chega a ser engraçado. Ele fica sério leva aquilo muito a sério. Dá uma risada aí porra é um jogo. Verdade que eu tenho um estilo de jogar meio provocativo pro adversário. Jogo eufórica jogo falando comemorando. O Ciro joga pra dentro articula pra dentro comemora pra dentro. Enfim. Ele me ensinou esse jogo de bríscola estava pensando em jogar uma partida mas não consigo ganhar repito os mesmos erros. Nesse feriado a gente ficou hospedado num hotel que tinha várias portas de um ambiente pro outro e a da entrada dizia “puxe” tinha uma placa enorme dizendo “puxe” mas eu empurrava, sempre empurrava, porque a porta da piscina e a gente foi muito à piscina dizia “empurre”. () Cheguei à conclusão de que tô fodida amanhã fodida cara tô fodida salvo se eu curtir muito a ideia de ficar fodida nos próximos dias. Porque, quando digo “amanhã”, quando digo “tô fodida amanhã”, me refiro a uma sucessão de amanhãs, ninguém se fode só um dia isso é uma ilusão, quando a gente se fode não é um dia porque se foder é um carma nossa ação fica repercutindo esse é o grande problema: nossas ações ficam repercutindo, repercutindo. Agir é um enorme problema é um enorme problema porque as ações vão ficar repercutindo. () Mas tenho um pressentimento de que todo esse papo que precede o sono todo esse papo que faz parecer que amanhã vai ser um triste dia tem por outro lado a chance de ser brindado. Não o papo vai ser brindado né mas o dia de amanhã que em tese vai ser uma bosta por não existir. A gente tem que

pensar também no lado bom da não existência né porque afinal a não existência vai continuar sendo existência se eu vou estar dormindo ou se vou estar acordada tanto faz. O dia vai existir. Então talvez se esse dia for gasto dormindo vai ser um excelente gasto do dia porque uma das melhores formas né de você gastar um dia é dormindo. Pensando assim o ideal é que eu não durma pra acordar amanhã o ideal é que eu durma pra acordar só domingo de manhã. Talvez isso até seja possível mas significariam quase 24 horas de sono e quem é que dorme 24 horas seguidas acho que a última vez que dormi 24 ou quase 24 horas seguidas foi em 2011. É muito difícil, primeiro porque você se levanta pra fazer xixi segundo porque acho que pinta fome né em algum momento vai pintar a fome. Minha vontade é de passar os próximos dias meio dopada sentir a realidade meio dopada porque tem um lado agradável um lado um pouco agradável de você, é, ser tão consumido por esse sono que você coma com torpor. É uma qualidade diferente da falta de atenção, diferente dessa a que estamos acostumados. É uma falta de atenção pela ausência de forças e não pela compulsão em fazer mil coisas ao mesmo tempo. Minha vontade é de me entregar, nos próximos dias, a essa ausência de forças. Tem essa coisa da entrega, porque se gasta muita energia querendo resistir à doença. Talvez a gente devesse constatar a doença e aceitar a doença, porque o fato é que a gente tá o tempo todo buscando prazer querendo prazer e é isso realmente que gera o sofrimento. Daí me recordo daquela frase que já me repetiram em diferentes contextos: seja bondosa com a doença. Minha única dúvida é como, ao ser bondosa com a doença, continuo caminhando rumo ao positivo entre aspas positivo, como vou me aprimorar se abraço a doença. Abraçar é ser conivente?

Diálogo dos quatro atores

(voz 4) Não sei mais o que fazer com meu estômago, gente por favor me ajudem, acabei de comer sacrificado pois estou passando mal desde dias daí como e fico com a sensação simultânea de saciedade e fome, não sei se como se tomo café ou buscopan, parece que comi um boi e não comi nada, meu cérebro entende mal os recados do sistema digestivo estão se dando meio mal e tô com medo de que se separem, médicos em geral sabem muito pouco a respeito da vida humana nos corpos e eu nem sequer tenho plano de saúde tô querendo ir a um pajé ou algo assim que trate da cura espiritual. (voz 3) Alguém venceu o tabu ou estamos trabalhando nisso? (voz 1) Acho que venci. Hoje cheguei à sala de aula e, em vez de dizer que estava cansada porque tinha virado a noite, o que seria uma mentira para justificar minha aparência abatida, disse que estava com



problemas intestinais. Os dois caras me olharam, ainda era cedo e ninguém além deles havia chegado, me olharam um pouco constrangidos e, como eu tinha acabado de comprar uma palha italiana que estava em cima da mesa, ressaltei, precisei esclarecer pra que eu não soasse irresponsável ou incoerente, vejam meu problema intestinal não é diarreia, daí eles me olharam mais estranho então complementei é que fiz uma cirurgia no intestino, eles mantiveram o ar de constrangimento, então decidi complementar mas não é hemorroida porque sei que é nisso que vocês tão pensando, daí finalmente um deles perguntou se a cirurgia tinha sido bem-sucedida e respondi que, até onde eu sabia, tudo tinha dado certo. (voz 4) Nesse sentido, sempre estive vencido sempre falei para os outros sobre minha situação intestinal anal etc., só não toco muito no assunto quando transo com as pessoas. Acho que o tabu do cocô é algo mais profundo, nossa merda, nossos excrementos, a sujeira o feio o fedor, o cocô tanto num nível simbólico quanto no material e concreto. Por isso justo não consigo tocar nesse assunto com quem transo, porque é escancarar o que a gente finge que não vê, e, no meu caso, mais ainda, já que de onde vem a satisfação sexual vem também a merda. (voz 3) Segundo minha mãe já nasci na merda foi tanta força pra eu sair que o cocô me acompanhou ou foi a forma de ela dizer desde sempre “você é um merda”. (voz 4) Pior é sua mãe te dizer que você é fruto de uma foda mal dada que ela se lembra exatamente do dia e que odiou. (voz 5) Acho que ainda tenho o tabu do cocô. (voz 1) Diz minha mãe que tinha um cercadinho com brinquedos quando era bebê claro daí ela chorava muito na solidão do cercado, porém um dia a babá notou que ela estava rindo brincando e fazendo todas aquelas vozes estranhas de bebês contentes e quando foi verificar minha mãe estava toda pegando e se lambuzando com cocô. Infelizmente ela não foi estimulada a estabelecer essa brincadeira como prática. (voz 5) Comovente história essa da sua mãe lambuzada no próprio cocô. (voz 3) Minha mãe falou que não era pra eu ter nascido tipo foi sem querer. (voz 2) Minha história de cocô é quando eu entrava num mercado específico tinha vontade de fazer cocô, sempre, e fazia, nas Sendas, o mercado. (voz 1) Vocês têm problemas pra fazer cocô fora de casa? (voz 2) Atualmente eu tenho. (voz 3) Não graças a Deus mas já tive muito inclusive para fazer em casa. (voz 4) Claro que não era para eu ter nascido, ouvi isso a vida inteira. Temos muito em comum, mas ao contrário de você eu ainda não cago fora de casa só em banheiros muito limpos com chuveirinho funcionando bem e sabonete líquido bactericida.

*

O terceiro procedimento, por fim, escolhe uma das contemplações elencadas nos quatro fundamentos da atenção plena para tematizar como elemento cênico. O fragmento a seguir toma o Desejo – um dos cerne da contemplação dos Estados Mentais e dos padrões de fenômenos observados entre os Dhammas – como mote para a construção de um cenário.

rascunho#3

Este é o cenário do desejo. A iluminação reproduz a cor do desejo. A cor do desejo é o subtítulo do livro 80 dias, que, segundo recomendação do site Lovereading, é “perfeito para quem gostou da trilogia ‘Cinquenta Sombras’”. A cor do desejo é também nome de uma música do Ney Matogrosso que afirma “exata é a cor do teu desejo a dor do teu desejo”. Este é um cenário do desejo, não da cor nem da dor do “teu” desejo. Como, ainda assim, pode ser “exata” a cor do desejo, a dramaturgia da luz se baseia numa investigação consistente, para evitar grave erro:

No Yahoo Respostas de uma década atrás, a melhor resposta escolhida para a pergunta “Qual a cor do desejo?” é a de G.A.T., que defende: “vermelho fogo”. E acrescenta: “desejo é algo irracional não é suave é intenso e impulsivo aquele desespero de possuir, nenhuma cor suave só o vermelho em chamas mesmo descreve esse sentimento”. Há outras respostas em destaque, como a de Juca Bala – “não vejo cor no desejo, vejo o transpirar da pele os olhos falando e ânsia do toque” – e a de  A Eremita  – “aí depende do ‘desejo’ de quem deseja”. Os versinhos de Cris esclarecem mais um pouco: “vermelho é a cor do romance e do sangue que leva a vida, laranja é a abundância das frutas da colheita do outono com o pôr do sol glorioso, amarelo é felicidade das flores brilhantes, verde é a natureza dos bosques assim como da esperança, violeta é paz do mar profundo e dos raios do amanhecer, a vida é um arco-íris maravilhoso mas lembre-se não esqueça se deseja arco-íris tens que tolerar chuva não há maior arco-íris que o que brota em nossos corações após a chuva, a casualidade não existe e por alguma razão você existe em minha vida”.

A luz reproduzirá, sim, a cor do desejo, mas passará longe da exatidão do vermelho. A decisão foi de inteira responsabilidade de Adriana, nossa iluminadora, que não somente bateu o martelo como ainda lançou a farpa: se é para criar um trabalho meia-boca e óbvio, construam logo uma grande e EXATA pelve. Nem todos da equipe entendem de pelve, então Marina tomou a palavra e tratou de explicar o que para Adriana era evidente:

“A Dri tem total razão. Não é à toa que o segundo chacra, o Svadhisthana, que, aliás, é laranja, fica ali na pelve, embaixo do umbigo. Tem a ver com o desejo é o chacra do desejo, e fica logo ali na pelve, descendo o umbigo. Se vocês repararem, o Ney dança mexendo a pelve, mas claro que a Dri foi muito além no que ela disse, e claro

que a pelve é muito mais que isso, claro. Na pelve tem a bexiga, tem o órgão genital, tem até feto de vez em quando. Então o que a Dri tá colocando é que o desejo tá na pelve, e esse cenário de desejo podia ser uma grande pelve, a gente podia todo mundo ficar dentro da grande pelve, ou, sei lá, pensar numa projeção de grande pelve como pano de fundo.”

A luz passará longe do vermelho e tampouco será construída a grande pelve. Este cenário, um cenário do desejo, terá mil braços. Braços saindo das paredes, braços saindo do chão, braços saindo do teto. Os braços, por sua vez, terão as próprias mãos, será preciso que tenham mãos e estas mãos tenham os próprios dedos, as mãos terão dedos que sem intervalos abrem e fecham. Este é o cenário de mãos carnívoras que abocanham para novamente abocanhar. Mãos carnívoras com dedos que abrem e fecham, abocanhando para novamente abocanhar. Nas palmas das mãos, das mãos carnívoras, há olhos que têm consciência, olhos vidrados com pupilas de ímã conscientes do desejo e do que desejam abocanhar. São os olhos vidrados com pupilas de ímã que magnetizam e atraem o que desejam abocanhar. A sala comporta um público de no máximo trinta pessoas – questiona-se a necessidade de atores –, não há arquibancada nem cadeiras. Cabe aos espectadores decidir onde se situar, mas não há mais que centímetros de distância entre os mil braços e suas respectivas mãos carnívoras, com pupilas de ímã, conscientes do desejo e do que desejam abocanhar. Aos espectadores são distribuídas vestimentas adequadas para a fruição da peça – que devem ser devolvidas ao fim de cada sessão –, como collants de material ferroso; collants que, de tão aderentes, se confundem com o próprio corpo. Os espectadores com collants de material ferroso que se confundem com o próprio corpo se situam a centímetros de distância das mil mãos carnívoras com pupilas de ímã. Não há mais que centímetros entre o ímã e o material ferroso. A trilha sonora (original) é composta pelo ruído baixo e intermitente de uma sucção, e, por fim, a temperatura é agradável, senão por momentos em que o ar-condicionado se converte em um bafo quente.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

ANALAYO. Satipatthana: the direct path to realization, Birmingham: Windhorse, 2003

ANALAYO. Satipatthana. Perspectives on Satipatthana, Cambridge: Windhorse, 2013.

BODHI, Bhikkhu. Org. A comprehensive manual of Abhidhamma. Trad. Mahathera Narada, Sri Lanka: BPS, 2010

Satipatthana Sutta, disponível em: <http://www.acessoainsight.net/sutta/MN10.php>, último acesso: 17/10/2017

Anapanasati Sutta, disponível em: <http://www.acessoainsight.net/sutta/MN118.php>, último acesso: 17/10/2017

pós: