

Conversa com Jorge Parente sobre aquecimento vocal no trabalho cênico

Eugênio Tadeu Pereira ⁱ

Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG, Belo Horizonte/MG, Brasil ⁱⁱ

Resumo - Conversa com Jorge Parente sobre aquecimento vocal no trabalho cênico

Este texto é uma transcrição de uma entrevista realizada pelo autor com o professor e artista Jorge Parente, sobre voz, trabalho cênico e aquecimento vocal. Os assuntos abordados se referem à proposta de trabalho desse docente e como ele reflete sobre a voz e o corpo no ofício das Artes Cênicas, e a descoberta da voz pela pessoa.

Palavras-chave: Técnica vocal. Aquecimento vocal. Voz e cena. Prática vocal. Estudos Vocais.

Abstract - Conversation with Jorge Parente about vocal warm-up in scenic work

This text is a transcription of an interview conducted by the author with the teacher and artist Jorge Parente about voice, scenic work, and vocal warm-up. The topics relate to his work proposal and how he reflects on the voice and the body in the Performing Arts, as well as people's discovery of their voices.

Keywords: Vocal technique. Vocal warm-up. Voice and Scene. Vocal practice. Vocal studies.

Resumen - Conversación con Jorge Parente sobre calentamiento vocal en obra escénica

Este texto es una transcripción de una entrevista realizada por el autor al maestro y artista Jorge Parente, sobre voz, trabajo escénico y calentamiento vocal. Los temas abordados hacen referencia a la propuesta de trabajo de este docente y cómo reflexiona sobre la voz y el cuerpo en las artes escénicas, y el descubrimiento de la voz por parte de la persona.

Palabras clave: Técnica vocal. Calentamiento vocal. Voz y Escena. Práctica vocal. Estudios vocales.

Em abril de 2017, no belo jardim do Museu Nacional de Arte Antiga – Lisboa-Portugal, o autor desta entrevista teve a alegria e a honra de conversar com o professor Jorge Parente¹. Foram duas horas de boa conversa e de reflexão sobre a voz, o trabalho autoral, o aquecimento vocal e sobre coisas da vida. Ele, nascido em Portugal, mas morando, desde criança, na França, é o continuador do trabalho corporal vocal de Zygmunt Molik².

Parente acompanhou o trabalho de seu professor por mais de vinte anos e, com base nesses estudos, desenvolveu uma continuidade da proposta de Molik, acrescentando seus conhecimentos à prática e aos estudos que estava elaborando. Atualmente, ele possui uma didática própria que tem formado e possibilitado desenvolver corpo e voz para o ofício das Artes Cênicas. Na verdade, seu trabalho vai além disso. Ele toca a pessoa em sua inteireza e, com atuação delicada e incisiva junto a quem estuda com ele, faz desabrochar uma voz que está escondida na pessoa e que se abre para o espaço e para outrem.

A conexão com o fora de si mesmo é um princípio do trabalho, mas não ignorando a si próprio. A relação consciente que se estabelece nos exercícios é que vai gerar o jogo e a música. Os movimentos, as ações e os gestos no cotidiano são a base para o trabalho e são referências importantes no processo.

Abrir a voz não é um ato de ‘estupro’ em relação ao ser, é um desvencilhar de algumas amarras ou bloqueios criados no percurso de vida. ‘Ver’ esse som que está latente nas pessoas e convidá-lo a vir à tona é fazer um convite para o ser sair da caverna onde ele se encontra. Essa voz somente pode aparecer se houver um consentimento em deixá-la sair. Ver esse potencial, apenas é possível com base em uma escuta atenta e respeitosa. Fora isso, é interferência bruta que poderá deixar as pessoas mais submersas, ainda, em sua toca.

¹ Jorge Parente é ator, encenador e formador. A riqueza de vinte anos de experiência, como ator e encenador, permite-lhe usar o teatro a serviço de uma pedagogia lúdica e vivaz, com o propósito de estimular as faculdades de expressão de cada um. A sua formação passou pelo seguimento do método “voice&body” de Zygmunt Molik (cofundador do Teatro Laboratório de Grotowski). Desde 2010, Jorge é o sucessor oficial desse método. Mandatado pelo instituto Grotowski na Polônia, ele dirige regularmente estúdios, conferências e *masterclasses* em França e no estrangeiro. <http://www.jorgeparente.com>

² O ator e professor polonês Zygmunt Molik (1930-2010) foi um dos fundadores do Teatro Laboratório de Grotowski e era o responsável pelas atividades vocais do grupo. Ele desenvolveu um método de estudos e práticas vocais, o “Voice and Body” do qual fazia parte o Alfabeto do Corpo.

Quando Parente chama alguém para ficar à frente, fazendo os movimentos e os sons, é sempre uma oportunidade de aprender. Estar ali é estar disponível a correr o risco de errar e de não sair ‘bem-feito’.

Em uma de suas aulas, após uma intensa experiência corporal vocal, estabeleci relação com um livro que eu estava a ler, no qual uma frase escrita pelo monge vietnamita Thich Nhat Hanh, sintetizava o processo vivenciado naquele dia: “cada um de nós tem que acender sua própria tocha e carregá-la” (Hanh, 2008, p.98).

Esse professor tem oferecido oficinas em várias partes do mundo, vindo ao Brasil em uma única vez, no ano de 2012, quando ministrou oficinas em Campinas, Curitiba, Florianópolis e Rio de Janeiro.

O trabalho de Molik, o Alfabeto do Corpo, não é tão difundido em nosso meio formativo e artístico. Em nosso País, há poucas publicações, tais como, Campo e Oleszko-Molik, 2012; Finard, 2014; Stein, 2020 e algumas menções em Pereira, 2019.

A transcrição da entrevista foi realizada por Isabella Assis³ e revista por António Dente⁴ e por Parente.

Este texto obedeceu ao fluxo da conversa e a fidelidade do discurso oral com alguns poucos ajustes. A transcrição da fala de Parente manteve a gramática do português de Portugal, exceto nas acentuações das palavras. Essa prosa foi uma espécie de encontro de amigos que não se conheciam presencialmente, mas que, em algum canto da existência, eles travavam algum relacionamento. Na época, o autor desta entrevista estava na busca de dados e informações para a pesquisa de pós-doutorado na Universidade do Minho – Portugal, sob a supervisão do prof. Dr. Tiago Porteiro. Essa pesquisa foi publicada pela Editora Synergia em 2019, sob o título de Aquecimento vocal na prática cênica: múltiplas vozes.

Convido você, que lê este texto, a imaginar toda esta cena em um jardim, em uma tarde fresca, um café e uma boa prosa na bela cidade de Lisboa.

³ Licenciada e bacharel em Teatro. Na época, era estudante da graduação em Teatro da EBA-UFMG e bolsista de Iniciação Científica, sob a orientação do autor.

⁴ António Maria Dente é licenciado em Pintura pela Faculdade de Belas Artes da Universidade de Lisboa (2013). Em 2014, conhece Jorge Parente e, em 2016, muda-se para Paris para seguir de perto o trabalho do Voice & Body, acompanhando o Jorge Parente nos seus estágios pela Europa. Atualmente, está ligado ao ensino de música e fisicalidade nas escolas, e continua a acompanhar Jorge Parente na transmissão do Voice & Body.

Em suma, a conversa, o curso realizado com Parente, despertaram, neste autor, o poema:

O mergulho nos poros,
nos vácuos do corpo.
Quase todos, estes,
dormidos. Agora
acordados, nem todos!

Em cada poro
iceberg, escondido,
guardado, lacrado.
Agora mexido, remexido,
abalado.

Nesse átimo de tempo
um suspiro, uma lembrança.
Esperança
de dar ouvidos
aos sons, aos ecos
que reverberam
no ser,
do ser
sendo.

O som é assim:
aquilo que vibra
no corpo, no espaço
em mim.

A voz é essa marca,
essa cara
que a gente deixa, ou não,
ressoando no ar.
É um pouco de nós em direção
a quem nos escuta.

Eugênio Tadeu: Bom, estou aqui com Jorge Parente que é, vamos assim dizer, o representante mor de Zygmunt Molik, em sua proposta: alfabeto do corpo. Como te falei noutrora, esta pesquisa que estou fazendo não é especificamente sobre o alfabeto do corpo. Ela é sobre o Aquecimento vocal-corporal para o trabalho antes da cena. Então, as minhas questões são fundamentadas nesta perspectiva: o que é o aquecimento? Para que serve o aquecimento? Quando é que você se percebe aquecido para entrar em cena? Vamos começar com isso. O que é um aquecimento para você?

Jorge Parente: Eu encontrei vários aquecimentos na minha vida, o que faz com que agora os questione em relação à sua finalidade, ao que vem depois. Qual é o meu objetivo? Terei um papel complicado em nível físico? Ou será uma performance que estarei sempre sentado a falar a um tom de voz baixo? Foi isso que compreendi com a minha passagem por diferentes companhias de teatro: como vou precisar do meu corpo, da minha voz, da presença, da minha relação com o grupo? Mas existem bases, certo? A respiração é um exemplo. Que respiração vou precisar? Ampla? Posso correr. Ou necessito de calma? Posso fazer exercícios de respiração interna.

Eugênio Tadeu: A meu ver, você pontuou muito bem o que é o aquecimento e o sentido ao que vem depois, ao que virá. Mas pensando em algo básico, quanto tempo mais ou menos você se sente aquecido? O que você precisa fazer para se aquecer?

Jorge Parente: Isso está relacionado com um conhecimento pessoal. Quanto mais conheces o teu instrumento mais te conheces a ti mesmo, quantas mais ferramentas tens, mais eficaz serás. No entanto, temos que ter em conta o contexto. Onde vou aquecer? No próprio teatro onde terá lugar a representação? Já me aconteceu só poder ter acesso ao espaço da apresentação, 10 minutos antes dela, o que é pouco tempo, certo? Terei que me preparar em casa? Pelo caminho? De metro (metrô), a pé? Se vier a pé, posso caminhar com uma atitude que me desperte os meus sentidos, a minha consciência, a minha respiração. Por isso, o lugar e o tempo que temos são fatores essenciais a ter em conta. A idade também tem o seu peso. Por exemplo, quando era novo, lembro-me de sentir que precisava de largar parte da minha energia que tinha em excesso, não só por causa da idade, mas também pelos nervos que a falta

de prática provocava. Agora, vejo que há técnicas tão eficazes como as que usava e são mais tranquilas.

Eugênio Tadeu: Comedida.

Jorge Parente: Comedida, mensurada, ajustada à situação. Passei por muitos aquecimentos. Não sei se há um melhor que o outro. Há o autoconhecimento do que é entrar no palco para fazer o seu trabalho. Vi muitas pessoas, vi muitas maneiras de preparação. Há aqueles que usam o texto, a palavra, concentram-se no que vão dizer como forma de confiança. Outros interagem com os outros elementos do grupo, sorrindo. Também isso é aquecimento, brincar para não se deixar ganhar pelo nervosismo. A esse nível, passei por uma companhia onde nos púnhamos em roda, ou fazíamos jogos de escuta, de conexão, éramos 15. Também trabalhei a solo. O que é que aquele momento me pede? Houve vezes que apenas me deitava no chão para trabalhar a nível do relaxamento, da visualização, da respiração. Ou então, dias em que claramente senti que precisava de fazer um trabalho articular e pôr-me a mexer. É uma escuta muito pessoal.

Eugênio Tadeu: De alguma forma, você respondeu esta outra pergunta, mas, de todo modo, vou fazê-la para que, a ela, seja dado um foco: como é que você se percebe aquecido?

Jorge Parente: Quando é que eu me sinto pronto? Isso é complexo porque é uma escuta interna exigente. Quanto tempo falta para entrar em cena? Às vezes senti que três minutos antes eu ainda não estava pronto e, nesses três minutos, resolvi a situação porque, quando entrei, funcionou. Muitas vezes podemos ter esse sinal pelos músculos, pelo estado interno, mental, pela respiração... Cada um tem que reconhecer, em si, esse ponto delicado entre a presença, a tensão muscular justa e o relaxamento. Sim, um equilíbrio entre a tensão e o relaxamento. Se estiver demasiado relaxado, onde encontro a reatividade? Demasiado excitado, posso não me adaptar e internamente ao que a cena exige. É um carinho por si mesmo.

Eugênio Tadeu: Você me fez lembrar aqui de uma máxima de Buda de que a corda não pode ficar nem frouxa nem muito estirada.

Jorge Parente: Sim, tem a ver com isso. É um estudo consigo mesmo perante a diversidade das situações. Aprende-se com a vida. Nem sempre será da maneira que pensamos que deve ser. Houve vezes que encontrei a solução já no palco. É sempre possível, eis o que se aprende com a vida. A vida, a vivência é a educação, autoeducação, autoconhecimento. Existem as técnicas que nos ajudam neste estudo. Quando é que estou pronto? Só o posso saber efetivamente quando entro em cena. Só o sei quando começo a caminhar. Descobri hoje que esta nota não me sai bem, amanhã já sei que dois minutos antes a posso preparar. É um jogo amoroso, delicado, entre a finalidade e nós mesmos. Hoje, onde estou? Complexo, importante.

Eugênio Tadeu: E você tem algum roteiro que você faz constantemente assim, que repete esse roteiro, ou não? Para se aquecer!

Jorge Parente: Tive vários. Alguns inspirados no yoga focavam-me mais na postura, no alinhamento do corpo, no estiramento muscular ou no trabalho respiratório. Houve vezes que simplesmente cantava as músicas que apresentava no palco. Cheguei também a utilizar técnicas de automassagem, procurava sítios que precisava de libertar a tensão, fosse ela muscular, articular ou mental. E por que não a interação com os parceiros? Houve vezes que era isso que me era adequado para estar na zona emotiva justa, para acordar essa energia e estar leve.

Eugênio Tadeu: Acender o fogo, não é isso?

Jorge Parente: Acender o fogo. Ritmo. Que ritmo me acompanha neste trabalho? Lento? Rápido?

Eugênio Tadeu: E as suas referências? Você estava comentando, há pouco comigo, as suas referências do Molik. Você já até citou aqui também a Ioga, né?

Jorge Parente: Sim. O trabalho com o Molik mostrou-me que a sua proposta é uma grande ciência. À medida que fui passando pelas diferentes etapas, descobri que há uma enorme riqueza por detrás. Sim o Yoga... ter a atenção desperta interiormente e exteriormente. Há um equilíbrio entre as duas. Também passei pela Psicofonia, inventada por Marie-Louise Aucher⁵ e que tive acesso por intermédio de Iseult Welsh⁶. É um trabalho muito interessante.

Eugênio Tadeu: Ok, há mais algo que você gostaria de falar sobre o aquecimento, alguma curiosidade, sugestão?

Jorge Parente: Reconhecer a sua importância naquilo que ele traz para o nosso autoconhecimento. O momento que antecede a entrada em cena exige muito de nós. Isso faz com que procuremos soluções e que encontremos ferramentas. E voltando a utilizar como exemplo o trabalho de grupo, o que é essa capacidade de entrar em harmonia com outras pessoas que estarão conosco e vem cada uma de situações, de universos tão distintos? Estamos juntos, recolhemo-nos e preparamo-nos para essa viagem que é o espetáculo que apresentaremos.

Eugênio Tadeu: Engraçado, eu tinha falado que era a última pergunta, mas me lembrei de uma: você percebe uma pessoa, quando ela não está aquecida? O que que te faz perceber: “olha, aquela pessoa não está aquecida”. Tem algo que te chama atenção?

Jorge Parente: Sim, às vezes sentimos isso no outro. E aí pode entrar um outro nível de escuta que pode ser considerado como escuta moral porque, afinal de contas, estamos juntos no mesmo barco. Estarmos prontos para o desconhecido. Se eu não estou pronto a isso, não estou aquecido para entrar no palco. Saber olhar à volta e reconhecer se os meus parceiros de tripulação estão prontos. Saber reconhecer se o meu amigo está pronto e se o posso ajudar caso ele não esteja. E talvez, se não encontrar uma solução para o ajudar, isso signifique que eu não estou pronto. Estar pronto a um nível global, preparado para vibrar em conjunto. Há

⁵ Marie-Louise Aucher (1908-1994) foi criadora do método da psicofonia, que “é um método de harmonia vital pelo estudo consciente da voz falada e cantada seguindo a correlação entre sons, ritmos e o indivíduo”. http://www.envie-de-chanter.com/-/?page_id=2274.

⁶ Yseult Welsh é fundadora do Centro e gestora pedagógica do Centre Psychophonie Héliogramme. Há mais de 20 anos, esse centro oferece uma intensa formação na voz falada, cantada e gesticulada, dirigida a quem se interessa no estudo e prática vocais. In: <http://www.centrepshophonieheliogramme.fr/>

aqueles que precisam apenas de 25 minutos, outros, de uma hora. Não há bem nem há mal. É apenas importante sabê-lo. Saber ser responsável por si e pelo todo. Se eu estou pronto, eu dou confiança ao outro. Se o outro confia em mim, eu confio nele. A confiança de que falo é o amor. Somos pessoas que trabalhamos para apresentar a nossa ligação a outras pessoas. É preciso muito amor para isso. É uma palavra arriscada de usar. Longe de ser associada a essa manifestação comum do amor que não é mais do que jogos de possessividade. Falo de outra dimensão longe do egocentrismo. Falo do amor que não precisa de palavras, que é um olhar, uma escuta, um gesto, o cuidado, a delicadeza. O aquecimento é também um estado de espírito.

Eugênio Tadeu: Eu costumo dizer no grupo que eu não posso ter o meu tempo, nem alguém ter o seu tempo, é o tempo do grupo que vai sobrepor o nosso tempo. Porque é um trabalho coletivo. Jorge, muito obrigado nesta bela tarde do dia 20 de abril de 2017, nesta cidade encantadora que é Lisboa! Muito obrigado pela entrevista!

Jorge Parente: Obrigado, Autor, prazer!

Eugênio Tadeu: Muito prazer!

Referências

CAMPO, Giuliano; OLESZKO-MOLIK, Ewa. **Trabalho de corpo e voz de Zygmunt Molik: o legado de Jerzy Grotowski**. Tradução de Julia Barros. São Paulo: Realizações Editora, 2012.

FINARDI, Angela Emília. **O centro de energia de base do corpo na preparação vocal do performer**. Florianópolis: Udesc, 2014 (Dissertação).

HANH, Thich Nhât. **Para viver em paz. O milagre da mente aberta**. 26ª Ed. Tradução do inglês de Odette Lara. Petrópolis: Vozes, 2008.

PEREIRA, Eugênio Tadeu. **Aquecimento vocal na prática cênica: múltiplas vozes**. Rio de Janeiro: Synergia, 2019.

STEIN, Moira Albornoz. **O nomadismo e a palavra um percurso performativo pelas práticas de Jorge Parente, Panthéâtre e Amok Teatro**. Tese Doutorado. Florianópolis: Ceart-Udesc, 2020.

Entrevista recebida em 09/03/2021 e aprovada em 03/06/2021.

Para submeter um manuscrito, acesse <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>

ⁱ Eugênio Tadeu Pereira - Professor da EBA-UFMG nas áreas de Estudos Vocais e Musicais e da Licenciatura da graduação em Teatro e no Prof-Artes; integrante do Serelepe, da ABRACE, do MOCILYC e do MOVMI. Mestre em Educação (FaE-UFMG), Doutor em Artes Cênicas (ECA-USP) e Pós-Doutor pela UMINHO-Portugal. eugenio.tadeu@yahoo.com.br

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7270775257194395>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8881-396X>

ⁱⁱ This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

