

Pontifícia Universidade Católica de São Paulo  
PUC-SP

Denisse Elena Iturra Marambio

**Voz humana sem amarras: abordagem a partir de Wolfsohn**

MESTRADO EM FONOAUDIOLOGIA

São Paulo

2012

Pontifícia Universidade Católica de São Paulo  
PUC-SP

Denisse Elena Iturra Marambio

**Voz humana sem amarras: abordagem a partir de Wolfsohn**

Mestrado em Fonoaudiologia

Dissertação apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como exigência parcial para obtenção do título do Mestre em Fonoaudiologia sob a orientação do Prof. Dr. Luiz Augusto de Paula Souza.

São Paulo

2012

**Autorizo, exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, a reprodução total ou parcial desta dissertação por processos de fotocopiadoras ou eletrônicos.**

---

**São Paulo**

**Banca Examinadora**

---

---

---

## AGRADECIMENTOS

---

A meu querido orientador professor **Luiz Augusto de Paula Souza, Tuto**, quem acreditou no meu trabalho desde o começo. Por meio de suas palavras, sempre me incentivou a seguir com meu trabalho, sem perder o foco, e sem desistir.

Pela dedicação que deu a meu texto, traduzindo meus pensamentos e convertendo-os em verdadeira poesia. Pela paciência, entendendo que, no início, foi muito difícil me comunicar em português. Obrigada pelas suas aulas, que para mim foram um ensino de vida.

À professora **Marta Assumpção de Andrada e Silva**, pelo carinho e preocupação com meu trabalho. Pela oportunidade que me deu de fazer o estágio docente com, o que permitiu obter uma grande experiência e me aproximar da Fonoaudiologia. Também, pela colaboração com material relevante para esta pesquisa.

Ao professor **João Batista Del Faro, Zebba**, por ter aceitado ser parte da banca, contribuindo com suas ideias e expressando sensibilidade e apoio.

A **Linda Wise**, por ser generosa e permitir a realização da pesquisa de campo, por meio de observação sistemática de seu trabalho.

A **Paula Molinari**, por me apresentar o trabalho de Wolfsohn e ao Tuto, por me ensinar que as respostas que eu estava procurando se encontravam na vida mesma, nas pessoas, na relação com o outro.

Ao **Enio Lopes Mello**, pelas observações e comentários na pré-qualificação.

A meus pais, **Angélica Marambio** e **Sergio Iturra**, pelo grande esforço que têm feito, por muitos anos, para me dar uma educação de excelência. Por me permitirem vir ao Brasil, para seguir meus sonhos, ultrapassando muitos obstáculos. Por acreditarem no amor, essência da vida, capaz de mover montanhas.

A **Cesar Maçol**, pela sua presença de começo a fim deste trabalho. Pela preocupação, dedicação e interesse pelos meus objetivos. Por traduzir ao português boa parte da dissertação. Por me auxiliar em todos os trâmites que tive que fazer para ficar no Brasil. Em fim, pelo amor incondicional que me deu, obrigada de todo coração.

À tia **Tania Costa** e ao Tio **Cesar Maçol**, por me acolherem como filha no Brasil. Pela preocupação de que não me faltasse nada.

Aos meus amigos do Chile, especialmente à **Karen Mellado, Catalina Breinbauer, María Ignacia Bustos, Caterina Gore e Pedro Pagliai**, por acreditarem em mim de olhos fechados. Por todas as conversações “cibernéticas” que tivemos, pelos conselhos, pela força que me transmitiram em todos os momentos, para seguir trabalhando até o fim.

A meu querido amigo chileno **John Mena Sepúlveda**, pelas conversações às terças na PUC.

À **CAPES**, pela bolsa de estudos.

## RESUMO

Alfred Wolfsohn (1896-1962), alemão, pesquisador da expressão humana por meio da voz. Participou, como soldado, da primeira guerra mundial, o que lhe causou uma neurose de guerra: ponto de partida da formulação de suas ideias sobre a voz humana, principalmente em relação às condições orgânico-funcionais em associação às dimensões emocionais e afetivas da produção e preparação vocal. Wolfsohn desenvolveu uma detalhada proposta de preparação vocal de cantores e atores, embora seja ainda pouco conhecido na América Latina, especialmente no Brasil.

O objetivo da dissertação foi descrever algumas dimensões da obra de Wolfsohn, colaborando na difusão de sua obra e com o debate sobre possibilidades de preparação vocal no Brasil. Além disso, como objetivo específico, analisamos criticamente a concepção de trabalho vocal de Wolfsohn, assim como uma possibilidade de trabalho prático nela inspirado. Nossa hipótese foi a de que, embora existam similaridades entre o trabalho de Wolfsohn e de outros preparadores vocais, a novidade da proposta do autor alemão diz respeito à exploração da visceralidade da produção vocal, na condição de plano de sustentação da preparação vocal.

Do ponto de vista metodológico, trata-se de pesquisa exploratória, realizada por meio de levantamento bibliográfico e de observação sistemática de um processo de preparação vocal, realizada por meio da proposta de Wolfsohn.

Os resultados obtidos na pesquisa demonstram que o trabalho de Wolfsohn possui convergências com a literatura especializada da área de preparação vocal, sobretudo em aspectos relacionados ao trabalho com a respiração; com os apoios vocais, a postura, as ressonâncias, a articulação e a projeção da voz. A maioria dos autores levantados na revisão da literatura, referem dimensões psicológicas e/ou psíquicas, que influenciam no trabalho vocal, poucos as abordam diretamente na prática de preparação para o canto.

Diferentemente, Wolfsohn busca a visceralidade da voz a partir da noção Junguiana de arquétipos; ferramenta que permite a ele entrar em contato com o inconsciente e com as pulsões, explorando a extensão vocal como caminho privilegiado para ampliação da expressão humana; o que pode ser verificado também na observação sistemática dos sujeitos de nossa pesquisa, por meio da percepção e da integração corpo/voz, o que fez com evoluíssem em termos de articulação entre percepção de si e do mundo através da expressão vocal.

A conclusão da pesquisa aponta para pertinência da proposta de Wolfsohn na preparação vocal de profissionais da voz, especialmente de cantores, podendo constituir subsídio ao trabalho fonoaudiológico nesse campo.

Palavras-Chave: Voz; Preparação Vocal; Fonoaudiologia

## ABSTRACT

Alfred Wolfsohn (1896-1962), German researcher of human expression through voice. He participated as a soldier of the First World War, which caused a war neurosis: the starting point of formulating his ideas about the human voice, especially in relation to organic and functional conditions in association with emotional and affective dimensions of production and vocal preparation. Wolfsohn developed a detailed proposal preparation vocal for singers and actors, although it is still unfamiliar in Latin America, especially in Brazil.

The aim of the dissertation was to describe some aspects related to Wolfsohn's work, collaborating in the dissemination of his work and the debate about the possibilities of vocal preparation in Brazil. Additionally, as a specific objective, we discuss the design of vocal work of Wolfsohn, as well as a possibility of practical work it inspired. Our hypothesis was that, although there are similarities between the work of Wolfsohn and other preparers vocals, the novelty of the proposal of the German author regards the exploration of visceral vocal production, provided support plan preparation vocal.

Concerning the methodology, this is an exploratory research, conducted through a literature review and systematic observation of a vocal preparation process, performed by the proposed of Wolfsohn.

The results show that the research of Wolfsohn's work has convergences with the literature of vocal preparation area, especially in the aspects related to the work with the breath, vocal support, posture, resonance, articulation and voice projection. Most authors raised in the literature review, refer psychological dimensions and / or psychological, which influence the vocal work, few directly address the practice in preparation for singing.

Unlike, Wolfsohn seeks visceral voice from the Jungian notion of archetypes; tool that allows him contact with the unconscious and the drives, exploring the vocal range as privileged way for the expansion of human expression, which can be verified also systematic observation of the subjects of our research through the integration of perception and body / voice, which made to evolve in terms of linkage between perception of themselves and the world through the utterance.

The conclusion points to the relevance of Wolfsohn's proposal in the preparation of voice professionals, especially singers and may constitute as subsidy to speech therapy.

**Keywords: Voice, Vocal Preparation; Speech Therapy**

## SUMÁRIO

AGRADECIMENTOS.....	v
RESUMO.....	vii
ABSTRACT.....	viii
<b>1. INTRODUÇÃO.....</b>	<b>1</b>
<b>2. OBJETIVOS.....</b>	<b>6</b>
2.1 OBJETIVO ESPECÍFICO.....	6
<b>3. MÉTODO.....</b>	<b>7</b>
3.1 ÉTICA.....	7
3.2 PROCEDIMENTOS.....	8
3.3 ANÁLISE DOS DADOS.....	8
<b>4. PANORAMA SOBRE PREPARAÇÃO VOCAL.....</b>	<b>9</b>
<b>5. CONCEPÇÃO VOCAL DE ALFRED WOLFSOHN .....</b>	<b>23</b>
5.1 A VIDA E OBRA DE ALFRED WOLFSOHN.....	23
5.2 UMA EXPERIÊNCIA PRÁTICA VIA CONCEPÇÃO DE ALFRED WOLFSOHN.....	36
<b>6. DISCUSSÃO E CONCLUSÃO.....</b>	<b>72</b>
<b>7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.. .....</b>	<b>77</b>
7.1 BIBLIOGRAFIA CONSULTADA.....	82
8. ANEXO.....	86

## 1. INTRODUÇÃO

Pode-se estudar a voz a partir de várias dimensões, não necessariamente excludentes e, muitas vezes, complementares entre si: do ponto de vista de seus mecanismos anátomo-fisiológicos; como produção implicada na comunicação e na expressão cotidiana (verbal e não-verbal) do homem; como dimensão importante às artes cênicas, sobretudo ao teatro e ao canto; entre outras possibilidades.

A partir do ponto de vista anatômico, para falar ou cantar, utilizam-se elementos do aparato fonador (como a boca), respiratório (como pulmões e a laringe) e uma série de grupos musculares (como o diafragma, a musculatura abdominal, entre outros. (Gimeno e Torres, 2009).

Se, por um lado, a produção vocal é anátomo-fisiológica, por outro ela é produzida por demandas comunicativas e afetivas, pelos modos a partir dos quais afetamos e somos afetados pelo outro em nossas relações. A voz participa da construção, da modulação e da expressão de pensamentos e sentimentos; as emoções se veem, simultaneamente, refletidas e produzidas pela nossa voz.

Tanto McCallion (1989) quanto Sánchez (2007) afirmam que não se pode separar a voz do corpo e do psiquismo humanos. O impulso de comunicar vocalmente vem e utiliza toda nossa pessoa, não só os órgãos vocais. Na mesma direção, para Newham (1993, p. 13) a voz é a via principal de comunicação entre os seres humanos: “no timbre da voz de uma pessoa, você pode ouvir a delicada música do sentimento e do pensamento”.

Barba (1991) refere a voz como o prolongamento do corpo. Ela começa do corpo e age, e todo o corpo vive e participa dessa ação. McCallion (op. cit) menciona a importância de pensar sobre o que fazemos com nosso corpo antes de começar a trabalhar a voz, porque para bem ou para mal, essa é a base no qual a voz se apoia.

A voz é um movimento do corpo: nasce, vibra, cresce e o projeta como som. O som é emitido por intermédio de movimentos musculares, ossos e tecidos corporais (Fiche, 2004) . Além disso, ainda segundo a autora, a voz humana é

produto de fatores psicológicos, culturais e sociais, que estão entranhadas na história pessoal do indivíduo.

Outros autores seguem nessa mesma trilha. Sánchez (2007, p. 86) afirma que “o ser humano é um instrumento vocal em sua totalidade. Conhecer a voz é também conhecer-se, tanto em nível físico, quanto mental e emocional.” O ator e diretor teatral, Roy Hart (1926-1975), definiu a voz como “o músculo da alma”, o qual – no trabalho do ator e do cantor – deve ser trabalhada para superar as barreiras que se interpõem ao seu desenvolvimento. Ele diz que,

a voz (...) é o primeiro movimento de expressão do ser humano. Atrás da linguagem ou do canto há uma multiplicidade de expressões e de evocações sonoras, das mais puras e sofisticadas as mais estranhas e primitivas, das mais graves as mais agudas. A exploração desse universo é uma aventura que reconcilia o ser humano consigo mesmo. É também uma arte – uma “arte biológica”, criativa e libertadora – que oferece um caminho pelo qual qualquer indivíduo pode se desenvolver – artisticamente, emocionalmente e intelectualmente. (apud MOLINARI, 2008, p. 98 – nossa tradução).<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> “La voix (...) est le premier moyen d’expression de l’être humain. Derrière le langage ou le chant se trouvent une multitude d’expressions et d’évocations sonores, allant des plus purs et beaux jusqu’aux plus étrangers et primitifs, des plus graves aux plus aigus. L’exploration de cet univers est une aventure qui renoue l’être humain avec lui-même. C’est aussi un art – un art “biologique” créatif et libérateur – qui offre un chemin par lequel chaque individu peut se développer – artistiquement, émotionnellement et intellectuellement”.

A partir de experiência pessoal como cantora, tendo aulas de voz com diversos docentes e durante vários anos, não conseguia avançar em meu processo de desenvolvimento vocal sem saber exatamente os porquês das propostas e dos exercícios realizados. Isto, às vezes, gerou frustração, ansiedade e muitas dúvidas sobre meu futuro profissional. O mais difícil era compreender e conhecer as complexidades da voz, mas não apenas em sentido geral e conceitual, mas da minha própria voz. Aos poucos me dei conta de que tal compreensão corresponde a um processo contínuo de autoconhecimento, uma vez que, ao lado de suas determinações anátomo-fisiológicas, a voz é singular, respondendo às trajetórias e experiências igualmente singulares de cada um de nós. Tal percepção começou a se refletir diretamente em meu trabalho de canto: a voz é meu “instrumento musical” e suas condições dependem de minhas experiências e de meus estados, digamos assim, psicofísicos.

Foram essas as razões que me levaram a procurar respostas às perguntas que fazia sobre a voz; respostas que não operassem dicotomias entre suas dimensões físicas e psíquicas. Essa busca me levou a entrar em contato, em 2009, com o trabalho de Alfred Wolfsohn, pesquisador da expressão humana pela voz, cuja obra nasceu de um processo de autoconhecimento, motivado por experiências traumáticas vividas durante a I Guerra Mundial.

Paula Molinari, professora e preparadora vocal, que trabalha a partir das proposições de Wolfsohn, realizou em 2009 um Workshop em Santiago do Chile. Sem maiores expectativas, decidi participar, por duas razões: “encontre tua própria voz” era a mensagem no pôster do workshop, o que me chamou atenção; além disso, me encontrava em plena elaboração da monografia de final de curso, na qual estudava aspectos que influenciam na voz cantada. Enfim, fiquei curiosa e, ao mesmo tempo, achei que poderia ser útil para minha pesquisa acadêmica.

No workshop, vivi experiências vocais inéditas, algo de diferente se anunciou: reparei melhorias em minha voz, porém, mais do que isso, descobri possibilidades de expressão e de superação de alguns de meus

limites vocais. Decidi, naquele momento, estudar o trabalho de Wolfsohn com maior profundidade.

Essa decisão me trouxe ao Brasil, para continuar meus estudos com Paula Molinari e também para realização do mestrado sobre o tema aqui na PUC-SP. Além disso, realizei estudos na França sobre a obra de Wolfsohn, que buscam constituir subsídios à pesquisa de mestrado, bem como para aperfeiçoar minha formação como cantora.

O trabalho de Wolfsohn ainda é pouco conhecido pelos falantes de língua espanhola e da portuguesa. Como se verá ao longo da dissertação, a proposta vocal que o autor apresenta, embora tenha sido, inicialmente, inspirada por uma experiência de guerra, desenvolveu-se largamente ao longo de toda sua vida. Suas reflexões e conceitos se expressaram em práticas de preparação vocal/corporal para muitos atores e cantores no continente europeu. Em parte, o desconhecimento em algumas partes se dá pelo fato de que há pouco material bibliográfico disponível: o autor deixou apenas dois manuscritos, um deles ainda não publicado. Tais textos são de acesso limitado, apenas os – autointitulados – Roy Hart Voice Teachers (professores encarregados de trabalhar e difundir a proposta de Wolfsohn) têm acesso aberto aos manuscritos, em função do controle dos direitos sobre a obra. Porém, para efeitos desta pesquisa, por meio de Noah Pikes, um dos Roy Hart Voice Teacher, pedi permissão ao editor e detentor dos direitos autorais de Wolfsohn, Jay Livernois, para usar o primeiro manuscrito de Alfred Wolfsohn (*Orpheus or the way to a mask*), uma vez que este está em processo de publicação pela editora Abraxas. Assim, tive acesso a uma cópia do manuscrito para uso exclusivo na pesquisa. É importante assinalar que, muito recentemente, a editora publicou uma versão eletrônica desse manuscrito, deixando-o acessível a todos.

Além do material de Wolfsohn, seus seguidores publicaram alguns textos sobre sua vida e obra, e estes são mais imediatamente acessíveis. Sendo assim, o conhecimento sobre a proposta de Wolfsohn tem passado pelo ensino dos Roy Hart Voice Teachers e pelo estudo dos poucos escritos disponíveis.

Para contextualizar a análise das propostas de preparação vocal de Wolfsohn, realizei um levantamento sobre preparação vocal na literatura especializada. Isso constituiu o material de referência a partir do qual foi possível fazer uma leitura crítica das propostas de Wolfsohn, identificando convergências e/ou de divergências entre suas perspectivas e práticas e as de outros autores dedicados ao estudo da voz e da preparação vocal, principalmente de cantores, mas também de atores e outros profissionais da voz.

Embora existam similaridades entre o trabalho de Wolfsohn e de outros preparadores vocais, a novidade da proposta do autor investigado diz respeito à exploração da visceralidade da produção vocal como processo de autoconhecimento, podendo ser útil como plano de sustentação da preparação vocal, na condição de mais uma contribuição aos trabalhos de preparação vocal realizados no Brasil e também no restante da América do Sul, especialmente no Chile, meu país de origem.

Orientada por tal perspectiva, a dissertação apresenta e analisa a proposta de trabalho vocal de Alfred Wolfsohn, em seus princípios, conceitos e possibilidades práticas, em diálogo com autores que também se dedicam ao tema da preparação vocal.

## **2. OBJETIVOS**

Explorar e refletir sobre a obra de Wolfsohn, colaborando com o debate e com a diversificação de possibilidades de preparação vocal.

### **2.1 OBJETIVO ESPECÍFICO**

Descrever e analisar a concepção de trabalho vocal de Wolfsohn, bem como uma experiência de trabalho prático nela inspirado.

### 3. MÉTODO

A pesquisa é de natureza exploratória e se desenvolverá por meio de duas estratégias ou desenhos complementares:

1- Análise de referências bibliográficas relacionadas às concepções de voz e de trabalho vocal desenvolvidas por Wolfsohn, para posterior cotejamento (no capítulo destinado à discussão) com dimensões e aspectos de outras concepções e propostas de preparação vocal presentes na literatura.

2- Descrição e análise de um trabalho vocal inspirado pela concepção de Wolfsohn. A apresentação e posterior análise dessa prática (também no capítulo de discussão) tem o propósito de mostrar tal concepção operando na preparação vocal, para que seja possível discutir a pertinência de sua utilização, bem como suas possibilidades de diálogo com outras propostas de trabalho vocal já consagradas entre nós.

#### 3.1 ÉTICA

Este projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP) e aprovado sob o protocolo de nº 207/2011.

### 3.2 PROCEDIMENTOS

1- Para a realização de análise bibliográfica, pesquisou-se material no meio eletrônico; dissertações, artigos e livros que têm como tema a preparação vocal, preparação corporal e o canto.

2- O trabalho vocal descrito foi realizado num Workshop com duração de 32 horas e participação de 20 pessoas de diversas áreas profissionais. O Workshop foi efetuado na Academia de Actuación de Fernando Gonzáles Mardones (Clube de Teatro), situado em Santiago do Chile. O processo de trabalho foi definido em função das necessidades vocais dos participantes e esteve a cargo da Roy Hart Voice Teacher Linda Wise, que permitiu nossa observação e se dispôs a colaborar com a efetuação da investigação. As atividades tiveram registro sistemático por escrito e também em áudio e vídeo.

### 3.3 ANÁLISE DOS DADOS

Em função das estratégias de coleta de dados, a discussão dos resultados se efetuou pela identificação de semelhanças e diferenças na fundamentação e nas proposições do trabalho de Wolfsohn em relação a outros aspectos de propostas de preparação vocal levantados na revisão da literatura.

#### 4. PANORAMA SOBRE PREPARAÇÃO VOCAL

De que maneira podemos conhecer nossa própria voz? Quais são os elementos que influenciam em sua preparação para determinados usos profissionais?

A voz é única em cada ser, o processo para conhecê-la, portanto, é singular. Se é assim, preparar a voz começa pelo autoconhecimento. Segundo Bloch (1980), o autoconhecimento é condição básica da preparação vocal do cantor: “na voz humana, o instrumento está dentro do instrumentista” (Ferreira, 2002, p. 113). Sánchez (2007) menciona que conhecer a própria voz é, ao mesmo tempo, se conhecer. A autora realça que em situações de estresse emocional, pessoal ou profissional, conhecer e cuidar da mente será a maneira de conhecer e cuidar da própria voz.

A voz está em nosso corpo, condição que influencia diretamente o trabalho de desenvolvimento vocal. A voz faz-se matéria no corpo e o corpo acompanha a voz. Grotowski (1971, p.137) afirma que “todos os estímulos do corpo podem ser expressos pela voz”.

Gimeno e Torres (2009) sugerem que, para utilizar a voz de forma adequada, é necessário possuir controle físico e emocional. Sobreira (2003), em seu livro “Desafinação vocal”, mostra que os aspectos físicos e emocionais estão presentes em toda e qualquer expressão vocal, mesmo nas cotidianas. Sobreira entrevista à professora de música e regente de coros Patrícia Costa, que trabalha com adultos desafinados. Ela menciona que os problemas emocionais são absorvidos pelo corpo, o que gera certas posturas corporais que afetarão o canto, por exemplo: os ombros caídos podem indicar uma atitude pessimista; o maxilar elevado pode ser interpretado, em certos contextos, como ansiedade. Essas atitudes, às vezes, estabelecem um círculo vicioso: os problemas emocionais não permitem o uso da voz na plenitude e a percepção de não cantar de maneira adequada também afeta a postura do corpo.

Dai também a importância da preparação vocal, pois, segundo Dantas (1999), o período de preparação vocal é aquele no qual se consegue otimizar os níveis de qualidade física, técnica e psicológica necessários à *performance* vocal.

Gayotto (2005) trata da conexão da voz com o corpo, criando o conceito de *Corpo Vocal* a partir do pressuposto, inspirado em ideias de Gil (1997), de que a voz se faz pelo 'feito' do corpo e o corpo se faz também pela voz. A autora menciona que, muitas vezes, na formação dos profissionais da voz, o trabalho prático ocorre com dissociação entre voz e corpo. Relata também que, tanto na formação do fonoaudiólogo, quanto do ator, é comum a falta de consciência vocal/corporal.

Braga e Pederiva (2008, p. 210) observaram que a maioria dos cantores líricos se preocupam demais com a técnica vocal, o que gera problemas na compreensão de que a voz parte de um corpo que necessita ser vivenciado integralmente. "Priorizar a fragmentação das funções musculares do aparelho fonador (laringe, boca, diafragma, língua) pode proporcionar uma visão equivocada de corpo e da unidade existente entre as dimensões cognitiva, física e emocional do ser humano".

O psicanalista Wilhelm Reich trouxe a ideia de que o homem se constitui como um todo, não sendo possível, nem desejável, separar as partes para analisá-lo. No canto, essa ideia poderia ser traduzida por uma visão da voz como integrante do todo do corpo, isto é, a voz é corpo, é emoção, é mente e tudo o que envolve o indivíduo como ser singular. Ao assumir que, no canto, é possível trabalhar esta singularidade, a voz é pensada como corpo e este é buscado em sua integralidade. Essa busca, por sua vez, é o que permite tomar consciência dos acontecimentos corporais e, por meio deles, da voz. Gonçalves, et. al. (2010, p. 82) arremata: "o homem é uma consciência encarnada que concretiza sua intencionalidade com a intermediação do corpo."

Carlos Simioni, diretor teatral e fundador do Lume, em entrevista para Stein (2006, p. 76), diz o seguinte:

As coisas já existem, só que você precisa tomar consciência. Você precisa saber como ativá-las. Você entende? Então a voz já é corpo, é lógico. Mas é preciso ativá-la, é preciso ter consciência, é preciso saber o mecanismo dela dentro do seu corpo.

No trabalho teatral de Jacobs e Martins (2001), inspirado por Merleau-Ponty, utiliza-se a percepção corporal para o conhecimento do espaço cênico, o que contribui com a preparação vocal do ator, especialmente para a projeção da voz. Segundo Jacobs e Martins (op. cit., p. 73), a projeção vocal é percebida a partir do constante fluxo entre o corpo e o ambiente, em suas relações com o espaço: “o foco está na construção de uma vocalidade poética calcada na relação com o outro”.

Assim como no canto, no teatro a voz é o instrumento do ator. A preparadora vocal Goidanich (2010), menciona a importância de trabalhar a voz através do indivíduo como um todo. Em entrevista concedida à Bourscheid (2011), menciona que quando se trabalha com uma voz se está trabalhando com a personalidade do indivíduo, ou seja, com a pessoa toda.

A descoberta e o domínio do potencial vocal do ator decorre da aprendizagem, na qual a técnica precisa estar baseada na utilização da respiração, da voz, da articulação, da pontuação, da entonação, do ritmo e da velocidade da fala. “A assimilação da técnica vocal para o teatro permite, ainda, a liberação de recurso de expressão inerentes ao falante, como a expressão vocal-corporal, o temperamento, o conhecimento das possibilidades do corpo e da voz, e um julgamento mais consciente quanto a construção vocal-corporal do personagem.” (Oliveira, 2012, p. 2).

Dal Farra (2007, p. 10) relata que “o corpo do ator, como instrumento produtor da voz, centraliza os atributos técnicos e poéticos, tratando-se seu trabalho de buscar o ponto de equilíbrio da mistura, pois o foco excessivamente técnico em potenciais específicos da voz conduz frequentemente à preocupação com a própria voz”.

Warburton (2005) afirma que os diretores Grotowski, Barba e Stanislawski uniram três elementos para estabelecer um princípio orientador

do trabalho de preparação vocal do ator: voz/corpo/consciência. A partir deste princípio, organizaram os procedimentos técnicos de respiração orgânica e espontânea, e o uso dos ressonadores vocais, com o objetivo de desenvolver a extensão vocal e as diversas qualidades da voz.

No trabalho vocal, Grotowski utilizou canções tradicionais e técnicas de canto milenares, na condição de eixos centrais da investigação vocal. Segundo Warburton (op. cit.), os três autores abordaram o trabalho vocal de forma altamente física e, muitas vezes, os movimentos físicos vem acompanhados de imagens específicas, as quais podem permitir a consciência de zonas do corpo. Quando isso ocorre, há um despertar desse “lugar” corporal, gerando deslocamento interior, o que produz movimento: quando há movimento se concreta a modificação (Sánchez, 2007).

Piret e Béziers (1992) explicam que os gestos (movimentos) derivam das escolhas e vivências, conforme as demandas psíquicas de cada indivíduo. No entanto, as vivências que deixam marcas perturbadoras no ser humano, tanto físicas quanto psíquicas, podem gerar consequências musculares capazes de bloquear o movimento.

Fenichel (1986) vai na mesma direção, para ele os efeitos físicos de emoções reprimidas refletem-se na musculatura, podendo causar interrupção dos impulsos, gerando como consequência bloqueio de movimentos corporais. Isso levará ao enfraquecimento parcial do controle voluntário da mobilidade. Schilder (1999) também concorda com esta ideia, afirmando que, muitas vezes, as tensões musculares são decorrentes de descargas psíquicas.

Reich (1991) menciona que as emoções, quando reprimidas no inconsciente, além de representarem transtornos psíquicos, podem produzir lesões físicas determinadas pela rigidez muscular. Reich, por meio de sua experiência clínica, concluiu que a via para se aproximar integralmente da complexidade humana é a do trabalho psico-corporal, por isso seria necessário aprender também a linguagem do corpo.

Federick Alexander, criador da técnica alexander no início do século

XX, fala da importância em aprender a conhecer o próprio corpo e em ter consciência dos movimentos, detectando os momentos em que se produz tensão (MacDonald, 2006). Trata-se de técnica baseada na postura corporal, que não busca eliminar tensões no corpo, mas em reorganizá-las e convertê-las em energia. Lembra que quando se contrai a cabeça, o pescoço e a zona das costas, provoca-se tensão na garganta e uma persistente perturbação da voz. Ele observa que a manutenção do tônus muscular do pescoço e a posição da cabeça, em relação com o resto do corpo, é um requisito indispensável para o uso correto do corpo. Quando se cai em estado depressivo, de dor ou medo, o equilíbrio da cabeça, do pescoço e do torso são consideravelmente alterados (Gelb, 1987).

Campaignon (2001) acrescenta que o sujeito adota uma atitude corporal que lhe é própria, isto é, produto da sua vivência psíquica e comportamental. Cavalari (2005, pp. 60-61) diz que ter consciência do corpo significa reconhecer esse corpo em sua totalidade:

Desenvolver um trabalho de consciência corporal, não é simplesmente desenvolver a lateralidade, o equilíbrio, ou o conhecimento da dimensão física do corpo: é a partir desta dimensão desenvolver a consciência do ser, experimentando e conhecendo o mundo; não só privilegiar as habilidades físicas, mas também o sentir, o perceber, o refletir, o verbalizar, o expressar-se.

A percepção do corpo, segundo Beutenmüller e Laport (1974), se define como resultado da organização nervosa e cerebral do ser humano, o que permite identificar e interpretar as impressões recebidas pelos sentidos. O processo acumulativo de percepções gera conhecimento e os estímulos recebidos pelos sentidos criam estados interiores no indivíduo: sentimentos e emoções. As autoras fazem uma analogia entre percepção e fotografia, mencionando que “primeiro fotografamos, isto é, colhemos a paisagem (...). Depois é que revelamos, e então podemos estudar os seus detalhes, seus componentes” (op. cit., p. 102).

No campo da voz, essa ideia sobre a percepção do corpo diz respeito à formação de uma imagem completa de nosso instrumento vocal, o que

inclui o corpo. Imagem mental que permitirá, na sequência, estudar suas partes mais específicas. Sánchez (2007) lembra que, levando em conta as condições físicas e o perfil psicológico do sujeito, é preciso reconhecer as sensações das regiões corporais que formam a emissão sonora, isto é, o pescoço, as partes da cabeça, as costas, a pélvis, os joelhos e os pés.

A imagem do corpo, que o sujeito cria, se faz consciente pela representação da sua percepção. Na psicanálise, a representação é “a complexa rede de conexões entre os símbolos manifestos nas variadas produções do inconsciente e aquilo que eles representam. (...) Os conteúdos inconscientes ascendem à consciência através da linguagem” (Cunha, 2001. pp.86 e 88).

O canto é linguagem, e a voz, certamente, modula conteúdos inconscientes na expressão consciente da fala. Sendo assim, a voz é uma via, uma ponte de comunicação entre o inconsciente e a consciência.

Para Damásio (2010), a representação é sinônimo de imagem mental. A “imagem” é como um “padrão mental”, que tem uma estrutura elaborada com sinais que vem de cada uma das modalidades sensoriais (visual, auditiva, olfativa, gustatória e somato-sensitiva ou somato-sensória). A modalidade somato-sensitiva incorpora formas de percepção como temperatura, tato, dor, percepção visceral, vestibular e muscular. Sendo assim, se estabelece que a imagem não é só visual, mas também pode ser muscular e até sonora. Greiner (2005) relata que também os sentimentos criam imagens, são as imagens somato-sensórias que indicam aspectos dos estados do corpo.

É importante notar que várias imagens nem chegam a ser conscientes. Então, onde ficam essas imagens no sujeito? Será que algumas encontram-se em nosso inconsciente? Jung (1970) propõe que os conteúdos inconscientes que concernem à formas típicas de conduta social são coletivos, daí seu conceito de inconsciente coletivo, o qual funciona por meio de arquétipos. Estes correspondem a condutas comuns, compartilhadas que, quando chegam a ser conscientes, se manifestam como representações,

igual a tudo que chega a ser conteúdo da consciência. Os arquétipos são fatores psíquicos que carecem de forma e conteúdo, mas transformam-se em imagens arquetípicas, tendo uma forma definida pela experiência proveniente de cada sujeito. Alguns dos arquétipos propostos por Jung são: *self*, *anima*, *animus* e *sombra*<sup>2</sup>. As imagens arquetípicas são preenchidas com conteúdos que resultam de um processo de individuação, isto é, dizem respeito ao caminho que nos permite chegar a certos graus de autoconhecimento, bem como de saber relacionar-se com outras pessoas, o que permitiria nossa integração com a natureza, a cultura e a sociedade.

Segundo Fiche (2004), no trabalho de preparação vocal, é relevante auxiliar o aluno a vivenciar as imagens arquetípicas por meio de uma busca físico-vocal. Isso porque as condutas socialmente típicas, que configuram as imagens arquetípicas, podem estar, e com frequência estão, vinculadas à características vocais: extensão, altura, ressonância, etc. Não é difícil verificar tais características em imagens socialmente comuns: criança, adulto, velho, homem, mulher, estados de alegria, de tristeza, entre várias outras. Essas imagens configuram representações comuns, que em nível inconsciente correspondem, na teoria junguiana, aos arquétipos.

A voz do violino é basicamente associada com o arquétipo da criança. Através de um exercício simples com um som *haah*, suave e agudo, e a abertura do peito aliada ao relaxamento da musculatura do pescoço, visando perder o controle, chega-se à abertura total da criança recém-nascida. (Stein, 2009, p. 122).

Fiche (op. cit.), que desenvolveu a “Oficina de Música Orgânica” para alunos de Teatro, dizia que trabalhar com os arquétipos ajuda os alunos a ampliarem seu potencial vocal e conseguirem alcançar alturas novas, que vão além da sua escala vocal normal. Percebeu, em seu trabalho, que é

---

<sup>2</sup> Segundo Zweig e Abrams (1994, p. 29), “o self significa o ‘eu’, o ‘si-mesmo’, o centro psicológico do ser humano. Por outro lado, os conceitos de anima e animus são “imagens ideais internalizadas do sexo oposto, a imagem da alma em cada pessoa” (idem, p.29). Todo ser humano possui características femininas e masculinas. Anima está associado à personificação da natureza feminina no inconsciente masculino, e animus está associado à personificação da natureza masculina no inconsciente feminino. Finalmente, a sombra é “o lado ‘negativo’ da personalidade, a soma de todas aquelas qualidades desagradáveis que preferimos ocultar, junto com as funções insuficientemente desenvolvidas e o conteúdo do inconsciente pessoal.” (idem, pp. 27 e 28).

possível uma liberação vocal nos alunos quando esses relacionam a voz com o repertório de imagens e condutas pessoais e sociais de que dispõem. Fichte ainda diz que tal investigação com os alunos ajuda no amadurecimento individual de cada um deles.

Nesse sentido, associar os arquétipos à preparação vocal pode ser “uma forma de despertar a consciência do aluno e de auxiliar a sua expansão, pois possibilita uma maior aproximação do *self*, isto é, de sua totalidade”. (Guberfain, 2004, p. 58); *Self* entendido como núcleo organizador da psique humana.

Numa direção convergente, Stein (2006) assinala que Grotowski realizou um trabalho usando o *grammelot*, técnica que consiste na imitação onomatopaica de termos de vários idiomas, que misturam, de vez em quando, palavras verdadeiras com sons que não têm significado. Ao utilizar o *grammelot*, possibilita ao sujeito criar línguas pessoais, maneiras de articular sons que criam sonoridades específicas. Este trabalho é bastante utilizado no teatro. Grotowski desenvolveu a técnica dos ressonadores, estes entendidos como “diferentes espaços do corpo para onde é direcionada a vibração do som, dando qualidades diferentes para a voz”. (Stein, 2009, p. 65). O objetivo do trabalho é conseguir uma coluna de ar livre, sustentada nas musculaturas do abdômen e da pélvis, para apoiar a voz e assim direcioná-la para os diversos pontos do corpo.

Trabalhar os ressonadores facilita a ampliação da qualidade vibratória da voz, aumentando as possibilidades de variação de timbre e do registro vocal. Nesse trabalho vocal, utiliza-se imagens e sons da natureza: sons de animais, do vento nas árvores, etc. No livro *O teatro Laboratório de Jerzy Grotowski 1959-1969* (2010), Grotowski constata que há zonas de ressonância do som no corpo que não são, necessariamente, as caixas de ressonância nas quais se percebe a vibração do som emitido. Na realização da técnica, o som é dirigido a certos pontos específicos do corpo, tais como:

- A cabeça, associada à emissão de sons agudos (região frontal ou occipital)

- A boca
- O nariz
- O tronco, região do peitoral associado à emissão de sons mais graves.
- A região abdominal, que é de mais difícil acesso e menos utilizada, associado à emissão de sons graves.
- Costas: o som pode vibrar por toda a coluna vertebral ou por regiões específicas da mesma, como nas escápulas, na lombar ou no sacro.

Grotowski mencionou a possibilidade de que o corpo todo vibre. Trabalhar com os vibradores tem como única finalidade compreender que a voz não tem limite e que se pode fazer qualquer coisa com ela, “experimentar que o impossível é possível”. (Flaszen e Pollastrelli, 2010, p. 161).

É importante dizer que o trabalho dos vibradores requer habilidade e sutileza, é um processo no qual o sujeito, através da experimentação, vai conhecendo seu instrumento vocal e reencontrando sua organicidade. No entanto, Quinteiro (1989) acredita que se o sujeito não possuir uma percepção apurada de sua imagem corporal e/ou se o trabalho não for conduzido cuidadosamente, pode causar alterações no tônus muscular ou mesmo na postura, e outras perturbações que interferem ao processo vocal e à imagem vocal.

Na prática do canto, um corpo rígido, tenso, não consegue cantar bem, o som sai retraído, fraco, débil. Tal como sugere Quinteiro (2000, p. 39): “se o corpo está demasiadamente apertado, a voz mal consegue sair”.

Segundo Flaszen e Pollastrelli (2010), Grotowski assinalou que para liberar a voz, não se deve focar excessivamente o instrumento vocal, isto é, não se deve prestar atenção no trabalho vocal isoladamente, mas sim trabalhar com o corpo, como se o corpo cantasse. O autor define instrumento vocal como apenas um corredor onde “isso” passa. Sendo assim, a voz é uma extensão do corpo; é um órgão que se desdobra no exterior do corpo.

Segundo Sánchez (2007), a percepção dos órgãos profundos de nosso corpo se chama “propriocepção”. Não temos o controle dos órgãos internos e, por esta razão, para a autora é eficaz a utilização de imagens para que o cantor visualize o que necessita de seu corpo, para conseguir emissões específicas com sua voz.

Quando propomos a um aluno que ao cantar deixe chegar o som até o sincipício, como se tratasse de uma chaminé e a fumaça fosse o som que vai para o exterior, estamos resumindo com esta imagem – absurda, porém eficaz – o conjunto de recomendações mais <<verdadeiras>>, porém menos fáceis de interiorizar. (Sánchez, 2007, p. 109).

Sousa, Andrada e Silva e Ferreira (2010, p. 327), após realizarem um estudo com 20 professores de canto, com os seguintes objetivos: - verificar se eles utilizavam expressões metafóricas (imagens) como ferramenta didática para trabalhar a ressonância vocal; - se existe a correspondência fisiológica pretendida para cada metáfora empregada; - e os motivos para utilização de tal linguagem, chegam à conclusão de que “as imagens são consideradas por esses sujeitos como ferramenta para comunicar ao aluno tópicos pouco concretos ou objetivos relacionados ao canto, e para estimular a aquisição de sensações proprioceptivas. A maior parte da amostra utiliza imagens porque considera que explicações objetivas do ponto de vista fisiológico são de difícil compreensão, e que instruções musculares são de difícil execução”.

Os resultados deste estudo apontam que, ao não distinguir os objetivos musculares dos objetivos musicais e proprioceptivos das imagens, o professor de canto pode não estar plenamente consciente dos ajustes fisiológicos envolvidos em seu trabalho. Simultaneamente, os depoimentos evidenciam que separar o processo fisiológico de produção da voz do processo subjetivo da criação artística, não seria o caminho mais produtivo para o desenvolvimento da voz cantada. Por último, as autoras afirmam que as imagens poderiam estabelecer uma conexão entre o universo técnico do canto, a imaginação criativa e o fazer artístico do cantor.

Mello e Andrada e Silva (2008) lembram que a preparação física do cantor é um elemento importante para a manutenção da saúde vocal e do corpo na sua totalidade, e que os estudos de repertórios musicais podem melhorar a integração de corpo, mente e voz. Uma visão integrativa é relevante, na medida que são dimensões indissociáveis, não funcionam separadas, são interdependentes: trabalhar uma significa afetar a outra.

Antes que o cantor gere som, o corpo se prepara para tal ação, criando movimentos específicos. Para criar movimento, precisamos da respiração. A respiração é o combustível que mantém o ser humano vivo. Nela, ocorrem dois processos: a inspiração e a expiração. Na maioria das vezes a respiração é inconsciente, instintiva, de movimentos regulares e sincrônicos. Na área do canto, os profissionais que trabalham com a voz precisam ser conscientes dos movimentos respiratórios para que estes se tornem ativos e eficazes, tendo como resultado o controle do instrumento vocal. A respiração é a base principal da técnica vocal e deve-se conhecer a maneira mais adequada e natural de respirar, para facilitar a emissão da voz no qual o indivíduo obtenha consciência desse espaço próprio, tendo como resultado uma voz livre e fluida.

Segundo Dal Farra (2007, p. 14) “o corpo é o instrumento da voz, cuja matéria é o ar: a inspiração é impulso do ar que se faz voz na ação expiratória”. Trabalhar a voz significa trabalhar o corpo, portanto, respirar de forma inadequada pode impedir a boa fluência do ar, criando tensões não só nas pregas vocais mas também em músculos do corpo, afetando a postura corporal e, conseqüentemente, a qualidade da emissão sonora.

Flaszen e Pollastrelli (2010), lembram que Grotowski assinalou que, em âmbito teatral, a maior parte dos erros, na formação do ator, são cometidos nos exercícios vocais, sobretudo porque os mal entendidos começam na respiração. Afirma também que a respiração é um problema individual. Não existe nenhum modelo ideal, estatístico, para respirar, mas existe um caminho para abrir a respiração natural de cada sujeito. Portanto, o modo respiratório vai variar segundo necessidades e possibilidades do organismo de cada pessoa, na esteira da ideia de que a voz é uma dimensão

singular.

Para Andrade, et al. (2007), no canto, o tipo respiratório teoricamente mais indicado seria o costodiafragmático-abdominal, pois favorece a respiração ampla e profunda, evitando um aumento de tensão muscular na região cervical. Na expiração, utiliza-se a musculatura abdominal para um melhor controle da saída do ar. Por sua vez, Quinteiro (1997) aconselha aos atores uma respiração intercostal e controle expiratório; isso preveniria lesões nas pregas vocais.

Do ponto de vista da fisiologia muscular, Facincani, et al. (2001); Scarpel e Pinho (2001) mencionam que é possível comparar a preparação vocal do canto com a de um atleta que utiliza o aquecimento muscular prévio para a posterior realização da atividade esportiva, pois o instrumento de trabalho, tanto do atleta quanto do cantor, é o corpo. Scarpel e Pinho (2001) fazem um levantamento bibliográfico nas áreas da Fonoaudiologia, Otorrinolaringologia e Canto, encontrando pouco material sobre as bases fisiológicas do aquecimento (e desaquecimento) vocal. Porém, procuram elementos na área da fisiologia do esporte para estudar efeitos do aquecimento e do desaquecimento muscular, e fazem um paralelo com a musculatura da voz.

Tanto na área do esporte quanto na do canto, o termo aquecimento se faz presente como o “período em que se promove aumento tanto na frequência cardíaca, quanto na frequência respiratória. Isso promove um funcionamento eficiente e seguro de seu coração, de seus vasos sanguíneos, de seus pulmões, músculos e articulações.” (Mello e Andrada e Silva, 2008, p. 551). No canto, destacam que trabalhar o aquecimento “previne futuras lesões, promove flexibilidade, favorece alongamento e garante melhor vibração nas pregas vocais” (idem). Somado a isso, Scarpel e Pinho (2001) mencionam que o aquecimento favorece a consciência cinestésica e proprioceptiva dos músculos responsáveis pela produção da voz no canto, isto é, dos músculos respiratórios, laríngeos e articulatorios. Foss e Keteyian (2000) dizem que através da correta preparação da musculatura, a execução das atividades acontecem com maior flexibilidade e resistência, livre de

esforços desnecessários.

De acordo com Sataloff (1991), é aconselhável começar o aquecimento vocal com exercícios corporais, uma vez que ajudam a desenvolver uma consciência proprioceptiva/cinestésica do corpo no espaço, assim como a consciência dos músculos utilizados na fala ou no canto. Para Andrade et al.(2007), é aconselhável que o profissional da voz inicie o aquecimento com um bom alongamento da musculatura corporal e logo com exercícios de vocalizes.

Considera-se importante para o aquecimento vocal exercícios respiratórios associados a movimentos corporais. Segundo Mauléon e Furnó (1997), a ativação do diafragma durante a emissão estabiliza a posição da laringe e do trato vocal, o que leva a uma emissão menos tensa.

Goidanich (2010), Pirajira (2010) e Motta (2010) mencionam que é importante aquecer o corpo todo, não somente a voz. Na prática da preparação vocal não existe dissociação de voz e corpo, trata-se de uma unidade. Os autores destacam a relevância da conscientização da postura corporal para uma respiração correta. No caso de Goidanich, embora trabalhe especificamente com atores, destaca que a abordagem do trabalho que utiliza é também para cantores.

Pérez-González (2000) ressalta que relaxar a mente é importante na preparação vocal do cantor, buscando paz de espírito e placidez visceral que o protejam, o que vai ao encontro do fato de que “a tensão mental está relacionada com o excesso ou abuso que ocorre frequentemente quando o mesmo [indivíduo] não respeita a sua natureza, extrapolando as suas condições vocais” (Ferreira, 2002, p. 114).

Integração corpo e voz; consideração ao caráter, simultaneamente, orgânico e psíquico da voz; percepção de que a voz é o corpo projetado e desdobrado no espaço correspondem as dimensões de base, que compõem esta revisão bibliográfica; ela traçou um rápido quadro teórico de referência sobre o trabalho de preparação vocal, incluindo aí processos de aquecimento e desaquecimento da voz. Ela mostrou que há concepções relativamente

diversas, mas com convergências e posições consensuais sobre as dimensões implicadas na produção vocal (anátomo-fisiológicas, ambientais e psíquicas) e também sobre procedimentos a serem observados no desenvolvimento vocal de atores, cantores e outros profissionais da voz. Sempre lembrando que é

necessário apreender sensações e emoções que, às vezes, passam despercebidas, forças que brotam do sujeito, das situações em que vive, das trocas e inter-relações que estabelece socialmente e que, processualmente, alimentam a voz, suas posturas e manifestações. (Gayotto, 2005, p. 402).

Tal lembrança se articula à concepção de preparação vocal de Wolfsohn, que será apresentada a seguir e, posteriormente, analisada à luz do quadro teórico de referência que acabamos de expor.

## 5. CONCEPÇÃO DE ALFRED WOLFSOHN

### 5.1 VIDA E OBRA DE ALFRED WOLFSOHN

Alfred Wolfsohn (1896-1962), alemão, pesquisador da expressão humana através da voz. Aos 18 anos, foi recrutado para servir a seu país na primeira guerra mundial (1914-1918). Foi a experiência de guerra que, de maneira traumática, iniciou uma trajetória que culmina com a formação de sua visão sobre a vida e, particularmente, nas suas ideias a respeito da voz humana e das formas de aprimorá-la.

Wolfsohn sofreu uma neurose de guerra ao viver uma experiência traumática na trincheira. Ele se perguntava como os soldados feridos conseguiam emitir sons que lhe eram completamente estranhos, desesperadores. Ele ficou preso num pântano, lutando para tentar sair. Nesse esforço, recebe o pedido de socorro de outro soldado. Wolfsohn escolhe salvar sua própria vida, e esta experiência tem, segundo ele, duas consequências psicológicas importantes: perder a fé em Deus, por permitir os horrores da guerra, e sentir-se culpado por não conseguir responder ao pedido de socorro de seu camarada. Para resolver seus traumas, Wolfsohn considera necessário entender Deus, mas agora na condição de estudo da gênese humana e, conseqüentemente, de sua própria condição psíquica.

Quando a guerra terminou, Wolfsohn volta despedaçado de corpo e alma. Os médicos diagnosticaram “shell-shock” (estado de choque), durante vários anos de tratamento não conseguiu curar as feridas psíquicas da guerra.

Wolfsohn estudou direito, porém não concluiu o curso. Ele tinha desejo de cantar, possuía uma boa voz de barítono, mas não suficiente para os estandartes italianos da época. Em busca de desenvolver habilidades vocais, passou por diversas aulas de canto com diferentes professores, não logrou os resultados esperados, nem encontrou o que estava buscando: uma voz

capaz de expressar os sentimentos e as sensações mais viscerais, ajudando a elaborá-las.

Wolfsohn abandonou as aulas e começou a investigar sua voz por conta própria. Se perguntava sobre as razões de não ter os resultados esperados nos trabalhos vocais: as causas estavam nele mesmo e nas maneiras como o ensinavam, ou nas duas coisas. Mais precisamente, a ideia de que a voz humana poderia ser capaz de expressar o humano era apenas fruto de sua imaginação e desejo, ou poderia ser alcançada por abordagens tradicionais de trabalho vocal para o canto? Suas investigações o levaram a concluir que “o problema não era com os seus professores, nem com sua laringe; o problema se encontrava nele mesmo, em sua neurose de guerra, o que o desabilitou para se expressar”<sup>3</sup>. O “nele” significava admitir-se na união de corpo, voz e emoção, com tudo que isso envolve. Wolfsohn tomou consciência de que nenhum progresso na voz poderia ser feita sem antes curar-se do dano psíquico, que chamava de “doença da alma”.

Apoiado nas experiências de guerra, ele percebeu que, em situações de dor e desamparo extremos, era comum que a voz pudesse gritar por períodos relativamente longos de tempo, se mantendo potente em vários casos. Tal percepção torna a voz, para Wolfsohn, o ponto de partida e o caminho para estudar e compreender o humano. Wolfsohn começa uma investigação mais profunda da voz, de início em sua própria voz, por meio da qual buscava a origem das forças vitais que a voz encarnava e expressava.

Na sequência de sua investigação, para além da condição adulta, observou também o período inicial da ontogênese da voz, por meio do choro dos bebês, do quão potente podem ser suas vozes ao nascer e nos primeiros tempos de vida; o bebê se relaciona e exprime as condições mais primitivas do ser humano: fome, frio, desejo da presença do outro para suprir seu desamparo e suas necessidades. Sendo assim, o bebê grita a força da vida que nele pulsa, ele exprime sua presença no mundo: fonte vital de energia.

---

<sup>3</sup> O trecho foi traduzido do inglês para o português por Paula Molinari em aula aberta, a partir do Manuscrito de Alfred Wolfsohn: *Orpheus, oder der Weg zu einer Maske (Orpheus or the Way to a Mask)*.

Mais tarde, ao desenvolver estratégias de preparação vocal de cantores, diz que qualquer cantor poderia e deveria explorar tal energia em proveito de sua arte. No entanto, quando crescemos é comum que nosso corpo e, por isso, também nossa voz esteja enredada por uma série de constrangimentos sociais e pessoais, decorrentes do sistema moral e dos valores que incorporamos e com os quais organizamos nossa vida em sociedade. Isso não é mal ou bom em si mesmo, é apenas uma condição inexorável da vida em sociedade. No entanto, um dos efeitos na voz diz respeito ao fato de que, quase sempre, tais contornos sociais limitam a gama de potencialidades emissivas e expressivas, uma vez que os padrões sociais de conduta e de educação determinam certos modos de expressão vocal no cotidiano, limitando outros.

Em outras palavras, ajustando-se ao mundo ao seu redor, o adulto adormece no corpo várias de suas possibilidades vocais. Além de deixar no esquecimento parte da energia vocal, nossa voz pode também ser induzida, muito frequentemente, por hábitos (alimentares, vocais, etc.) que a fragilizam. Wolfsohn acreditava que a voz dos adultos era inibida, por exemplo, por problemas emocionais e por regras impostas pela sociedade. No caso do canto, a voz era cerceada também por valores relacionados ao gênero. Cabe mencionar que, naquela época, os papéis do gênero masculino e feminino estavam rigidamente separados. Wolfsohn acreditava que o ser humano tinha dentro de si os elementos masculinos e femininos, concebendo a ideia de que anima e animus (arquétipos junguianos dos gêneros)<sup>4</sup> eram potencialmente audíveis através da voz humana, bastando que fossem trabalhados e liberados na expressão vocal.

Na experiência de guerra, Wolfsohn escutou gritos desgarrados dos soldados feridos, que pareciam ultrapassar os parâmetros de extensão vocal normalmente definidos para o homem.

---

<sup>4</sup> Segundo os conceitos junguiano dos arquétipos de anima e animus, como referimos anteriormente, todo ser humano possui características femininas e masculinas. Anima está associado à personificação da natureza feminina no inconsciente masculino, e animus está associado à personificação da natureza masculina no inconsciente feminino.

Wolfsohn acreditava que, no canto, era possível expressar a totalidade das emoções, da delicadeza, o amor e o ódio. Mas onde se encontra essa voz em nosso íntimo? Quais os caminhos para se chegar a ela? Tentando responder a essas questões ao longo de seu trabalho, Wolfsohn desenvolveu a ideia de “Voz Humana sem Amarras”, uma voz livre para expressar o homem. “Pensou que era essencial, em cada indivíduo, libertar as inibições psicológicas que limitam a expressão vocal do *self*”<sup>5</sup> (Edinger, apud MOLINARI, 2008, p. 26).

O *Self*, como núcleo organizador da psique humana, seria resultado do processo de individuação, ou seja, o caminho que nos permite chegar ao autoconhecimento, ao saber relacionar-se com as demais pessoas e com nós mesmos, permitindo a integração com a natureza, com a cultura e a sociedade, o que significa também escutar a nós mesmos e não apenas conhecer racionalmente aspectos e características do nosso corpo, do ambiente e da cultura. (Braggins, 2012).

Vê-se aqui que o trabalho vocal de Wolfsohn está, em alguma medida, conectado com a psicanálise de Jung, que propõe a escuta ao inconsciente para alcançar a determinação coletiva e social das condutas pessoais. Por essa via, Wolfsohn atribui a liberação da voz ao autoconhecimento. Tal afirmação faz pensar que o trabalho com a voz pode adquirir valor terapêutico. É a partir dessa perspectiva que Wolfsohn decide curar-se de seu trauma pós-guerra, conforme descreveu Newham (1997, p 1- nossa tradução):

Pressionando sua voz aos extremos da expressão humana acústica, passando intermináveis horas vocalizando, cantando, fazendo sons e trabalhando na sua voz, Wolfsohn mudou as imagens internas que dominavam sua psique e a paisagem imaginativa em sons – e fazendo-o curou-se a ele mesmo do seu trauma pessoal.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Para Edinger (1986, p. 9) “o termo *self* é utilizado por Jung para designar o centro transpessoal e a totalidade da psique.”

<sup>6</sup> “Pushing his voice to the extremes of human acoustic expression, spending endless hours vocalising, singing, sound-making and working on his voice, Wolfsohn turned the inner images which dominated his psychic and imaginative landscape into sounds – and in so doing cured himself of his mental turmoil”.

Wolfsohn interessou-se particularmente em trabalhar com o que Jung chamou de *sombra*, arquétipo no qual se representa o lado escuro da personalidade. Este conceito personifica o que o sujeito se recusa a reconhecer em si mesmo. A *sombra* também tem um nível coletivo universal, no qual se esconde o lado selvagem, animal, primitivo, que habita o humano, em favor da exposição dos chamados parâmetros civilizados de conduta.

Se a voz era expressão da verdadeira natureza da psique, teria que possuir conexões com a *sombra*, pensava Wolfsohn. Esse conceito, na prática, o levava a fazer com que a voz pudesse gritar, chorar, dar expressão vocal ao primitivo, animalesco, ao pré-verbal. Dimensões que fazem parte da expressão legítima da *sombra*. Wolfsohn não estava preocupado com a beleza estética da voz, mas com a expressão dos aspectos sombrios da psique pela voz, como caminho para o autoconhecimento e, por meio dele, para o aprimoramento vocal.

As experiências de Wolfsohn com a guerra deixaram-lhe uma crença indelével de que somente no enfrentamento e na superação do lado escuro de si mesmo é que se torna possível alcançar a expressão artística verdadeira. Ele baseou o título de seu primeiro manuscrito: *Orpheus, or the way to a mask*, na história de Orpheus, personagem da mitologia grega, que precisa ir às profundezas do inferno para encontrar sua esposa perdida. Wolfsohn escolheu esse título para seu manuscrito por três razões: primeiro, ele se identificava com Orpheus<sup>7</sup>, na busca pela sua alma/voz. Em segundo lugar, Orpheus era músico e, em terceiro, torna-se um Deus ou figura salvadora, que ajuda as pessoas a se reencontrarem consigo mesmas, por meio da voz.

Quando Wolfsohn perdeu sua habilidade para cantar, se entristeceu em um nível profundo pois, para ele, perdeu a alma, como Orpheus. A fim de encontrar sua voz novamente e, assim, não ter que viver apenas nas sombras, Orpheus é forçado a se aventurar pelo caminho perigoso dos subterrâneos, lutando com fúrias e demônios. A lei divina, que proibia Orfeu de olhar para sua esposa Eurídice até que voltasse ao mundo superior,

---

<sup>7</sup> Orpheus or the Way to a Mask. Versão eletrônica publicada em 2011.

também significa que a nova imagem psíquica deve ser conquistada pelo caminho do instinto e da sublimação, em um grau que ainda não tinha sido alcançado pelo herói.<sup>8</sup>

Wolfsohn, apoiado na história de Orpheus, acreditava que ele próprio tinha que ir até as profundezas, onde se ocultara sua alma, para então poder alcançar as alturas. Segundo Braggins (2012), para Wolfsohn, a música era seu amor, sua alma, sua voz; perde-la na guerra, trouxe a necessidade de lutar por ela, de tê-la de volta. A busca que fez com que Wolfsohn reencontrasse sua alma o levou à sua imagem como menino, uma imagem que mostrava como amar a vida e escapar da morte em vida. É isso que explica a segunda parte do título do seu manuscrito: *Or the way to a mask*.

Nos anos 1930, o amigo escultor, Walter Midener, fez uma máscara facial de Wolfsohn. Quando Midener terminou o desenho da máscara, Wolfsohn, ao olhar o resultado, se reconheceu como menino, imagem que sempre carregava consigo, acreditando no rosto puro de um garoto como numa espécie de talismã para afastar o perigo.

Na guerra, Wolfsohn, vítima da sua covardia nas horas de desespero e por não conseguir salvar seu camarada, teve vontade de morrer. Ele conta ter se “visto”; visto sua imagem de menino e pensando o seguinte: “você é estranho para mim, te perdi, mas ainda te levo comigo porque tenho a esperança que sua essência ainda está em mim”. (Braggins, 2012, p. 41 - nossa tradução). Wolfsohn se deu conta que se deve escavar em si mesmo, para ser possível sair de si e se oferecer ao mundo.

Para Braggins (2012), entrar em si significa também reconhecer o próprio inferno interior para, a partir dele, chegar a um novo acordo consigo mesmo. Wolfsohn começa sua reestruturação quando sente que aquilo que havia perdido na guerra ainda existia; isto significava que poderia amar a vida mais uma vez.

No caminho pelos opostos, das profundezas às alturas; das sombras à luz, Wolfsohn encontra as chaves para entrar em si, se autoconhecer. Por

---

<sup>8</sup> Orpheus or the Way to a Mask. Versão eletrônica publicada em 2011.

isso, propõe esta visão ao seu trabalho prático com a voz, no qual ir às profundezas do ser é condição de possibilidade para se elevar às alturas.

Na voz, esse tipo de experiência correspondia, para Wolfsohn e entre outras coisas, ir ao extremo grave para alcançar o extremo agudo. Ele propôs a busca dos sons mais graves e dos mais agudos como meio de encontrar a inteireza do ser pela voz; o que não era “mero exibicionismo vocal; [era] forma de integrar-se, de totalizar-se, de se ouvir inteiro” (MOLINARI, 2008, p. 75).

Wolfsohn pensava que a alma vive quando está livre para exaltar o êxtase da alegria e do prazer, ou quando tem que sofrer a agonia da dor, do sofrimento; a voz vive quando pode expressar a gama completa dos mais altos graus de angústia à mais profunda sensação de alegria. (Braggins, 2012).

Para Ramos (2005), a ideia das oposições tem relação direta com o conceito junguiano do *sizígia*, que encontra paralelo na filosofia chinesa, expressando-se no símbolo *Tai Chi*, que compreende a oposição e a complementariedade entre o princípio Yin (feminino, branco) e Yang (masculino, preto). Ambos descrevem duas forças fundamentais, opostas e complementares, que se encontram em todas as coisas: luz/sombra, som/silêncio, calor/frio, movimento/quietude, vida/morte, mente/corpo, masculino/feminino, etc. Todo ser possui campos, estados e dimensões complementares, dos quais depende para existir, uma vez que elas não correspondem à forças ou energias diferentes, mas às valências da energia vital de todos os humanos.

Tais ideias delineiam os sentidos da voz para Wolfsohn, nascem a partir de sua própria experiência, se desenvolvem em seu trabalho de preparação e de cuidados vocais, realizados a partir de 1930, inicialmente na Alemanha, com cantores que tinham problemas de voz e com pessoas que se sentiam incapazes de cantar. Também trabalhou com pessoas que não conseguiam se expressar satisfatoriamente, por meio da gestualidade, da voz ou de alguma forma de expressão artística.

Derek Gale, psicoterapeuta e aluno de Wolfsohn, menciona que, sendo completamente desafinado, se inicia no trabalho vocal do seu professor e consegue não só desenvolver sua personalidade, mas também uma bela voz, e com grande potencialidade. Wolfsohn não via o canto como um exercício necessariamente artístico, mas como possibilidade de reconhecer-se a si mesmo e de transformar-se. Através da prática com seus alunos, descobre que não é só pelas suas vozes que sofrem, fica claro que também suas almas sofrem. Ele mencionou: “a experiência ensinou-me que não se alcança o progresso senão corrigindo o dano psíquico, reestabelecendo a fé em si mesmos e transmitindo meus sentimentos neles.” (Pikes, 2004, p. 38 - nossa tradução)

Posteriormente, durante a Segunda Guerra, Wolfsohn vai para Londres, onde leciona canto tanto para profissionais da voz quanto para amadores. Com sua forma peculiar de trabalho, Wolfsohn ganha a fama de restaurador de vozes. Tem, em sua maior parte, alunos cantores, que sofreram interrupção na carreira por problemas vocais.

Segundo Newham (1997), Wolfsohn estabeleceu o caráter terapêutico como motor primordial do seu trabalho com a voz. No entanto, as pessoas que escutavam seus alunos ficavam mais impressionadas com as qualidades vocais que eles desenvolviam.

Ginsbourguer (1996) assinalou que o trabalho prático de Wolfsohn despertou curiosidade de biólogos e laringologistas, dentre eles Sir Julian Huxley e Paul Moses.

Em Agosto de 1955, a voz de Jenny Johnson, uma das alunas destacadas de Wolfsohn, foi examinada pelo professor Luchsinger da Clínica Otorrinolaringológica de Zurique, cujos resultados foram apresentados em uma conferência na Sociedade Alemã para fala e terapia vocal em Hamburgo. Nesse mesmo ano, publicou-se um artigo co-escrito por C.L. Dubois sobre o estudo (Newham, 1997). Os exames revelaram que a laringe de Jenny Johnson não mostrou nenhuma anormalidade estrutural, mas era pequena, simétrica, correspondente à coloratura de uma soprano. A partir

das gravações realizadas, Luchsinger descreveu a voz de Jenny Johnson com uma extraordinária extensão vocal. O especialista Nadoleczny reportou:

Jennifer Johnson cantou pela primeira vez arpeggi de f3 para a4. O que é notável aqui é que a cantora ainda mostra um registo pequeno, mesmo nesta altura extraordinária; em d4, ela ainda é capaz de aumentar o som, que é um pouco como um apito, notavelmente. Então a senhorita Johnson cantou uma canção folclórica russa (Alabieff) em um intervalo de d para d4. Para a profundidade também, sua voz é desenvolvida em um grau surpreendente. A cantora pode chegar a C (65 cps), aparentemente sem esforço e pode cantar a ária de Pagliacci (Leoncavallo) na forma de um barítono ou usando qualquer voz desejada. (Newham, 1997, p. 73 – nossa tradução).

As aulas que Wolfsohn realizava não só consistiam em trabalhar com a extensão vocal, como forma de ampliar as potencialidades expressivas, mas também trabalhar com a exploração das diversas possibilidades tímbricas que possui a voz. Segundo Braggins (2012), Wolfsohn mencionava que o timbre é o encanto metafísico da voz, a essência do indivíduo, mas mais do que isso, é a expressão da totalidade do *self*.

Conforme Pikes (2004), Wolfsohn trabalhou com os sons dos quatro instrumentos de corda clássicos na voz: violino, viola, violoncelo e contrabaixo. O aluno poderia soar com a mesma nota musical, mas variando o timbre, por exemplo: a pessoa canta a nota C central localizada no piano (referente à viola: som com ressonância de peito) e logo canta a mesma nota, mas com o timbre do violino: som com ressonância de cabeça.

As aulas de Wolfsohn sempre variavam na forma, uma vez que se baseavam na ideia de que a aula devia se realizar em função das necessidades próprias de cada aluno naquele determinado dia, pois a voz varia em razão das condições físicas e emocionais do indivíduo. Braggins (2012) relata que Wolfsohn não tinha uma regra ou um plano preconcebido para suas aulas. Era um processo que não podia ser escrito como um roteiro ou fórmula, nem poderia ser transmitido para outra pessoa como teoria de ensino. Assim, no seu trabalho, não existia um método apriorístico, uma

ordem de eventos; o trabalho de Wolfsohn só tinha um objetivo: tentar alcançar a liberação da expressão vocal em extensão e dinâmica, o que para ele só podia ser realizado através da liberação da expressão do *self*.

Avis Cole (apud Pikes, 2004, p. 48), aluna de Wolfsohn, conta suas impressões logo após um treinamento vocal. Ela diz que o trabalho era totalmente diferente do treinamento vocal que tivera com outros professores de canto:

Pela primeira vez na minha vida alguém tentou entender a minha conexão com a música. Os meus professores anteriores tinham imposto suas ideias sobre mim sem ver-me em minha totalidade, ao passo que Wolfsohn tentou com cada lição procurar o que eu realmente queria com o canto. Ele tentou descobrir porque era importante para mim e para que. Eu realmente tinha algo em mim para dar. E esta foi uma tarefa com que ele se comprometeu. Passei os dois primeiros anos desaprendendo todos os maus hábitos, nos quais eu tinha sido tão cuidadosamente treinada.

Como dissemos, Wolfsohn começa a escrever sua obra mais importante em meados dos anos 1930, em Berlin: *Orpheus - or the way to a mask*. O título deriva do mito segundo o qual, o personagem mitológico, que era cantor e perdeu a voz, devia descer aos subterrâneos do mundo antes de poder retornar ao mundo dos homens, para cantar com uma voz transformada pela experiência nas profundezas.

Tal manuscrito foi escrito em idioma alemão. Marita Günter, aluna de Wolfsohn, o traduziu para o inglês com a intenção de tentar publicá-lo na década dos 70, o que não ocorreu (as razões são desconhecidas). Atualmente, Sheila Braggins e Jay Livemois trabalham na publicação da versão em inglês do manuscrito. Não obstante, existe uma versão eletrônica publicada no final de 2011 pela editora Abraxas Publishing. Além disso, existem cópias da tradução do manuscrito, que podem ser consultadas nos arquivos do Roy Hart Theatre, localizado em Malérargues, França. Isso também se aplica a outros manuscritos e ensaios: *The Bridge*; *The Problem of Limitations*; *Biography of an Idea - fragment e Christus*.

Após a morte de Marita Günther (maio de 2002), os **manuscritos** e outros documentos pessoais de Alfred Wolfsohn, que estavam sob os cuidados de Marita, foram doados ao Museu Judaico de Berlim, onde permanecem guardados.

Roy Hart (1926 – 1975), ator, de nacionalidade sul-africana e discípulo de Wolfsohn, foi seu aluno mais destacado. Ele se encarregou de continuar e propagar o trabalho de Wolfsohn, em duas direções: introduziu uma forte conexão com o teatro, e uma importante conexão com o movimento físico corporal/vocal (considerando que Wolfsohn sempre esteve mais ligado à área musical). Segundo Braggins (2012), este último acréscimo (movimento físico corporal/vocal) marcou uma importante parte das aulas de canto que ministrava Roy Hart: aula de aquecimento físico antes de começar o trabalho vocal e, durante toda a aula, um aquecimento e uso do movimento corporal.

Roy Hart, após estudar disciplinas como literatura inglesa, psicologia, filosofia e história da música na Universidade de Johannesburg em Witwatersrand, foi a Londres para estudar teatro na Academia Real de Arte Dramática (RADA) e, paralelamente, iniciou seus estudos de voz com Wolfsohn.

Após a morte de Wolfsohn, Hart se encarregou de propagar o legado do seu professor, criando posteriormente, em 1969, o “Roy Hart Theatre”<sup>9</sup>, uma companhia de teatro que seguiu desenvolvendo a pesquisa vocal na trilha aberta por Wolfsohn.

No vídeo “Theatre of being”, há demonstrações do trabalho vocal dos membros do *Roy Hart Theatre*; alguns entre esses membros falaram sobre o que tal trabalho significou em suas vidas, por exemplo:

Eu fiz um treinamento convencional de atriz. Quando tive contato com o grupo, sabia que existia alguma coisa nele que era extremamente excitante, algo que eu sabia que precisava participar e descobrir mais a respeito. Há muito tempo percebia não ter contato com meu corpo, através do uso, ou na tentativa do uso da voz no grupo, eu consegui, estou conseguindo entrar em contato com meu corpo. Há facetas da minha personalidade sobre as quais

---

<sup>9</sup> Disponível em <http://www.roy-hart-theatre.com>

não sabia nada, agora as coisas estão ficando mais claras através da tentativa de uso da voz.

[Outro membro do grupo diz] As pessoas que vem para cá, o fazem por que sentem q encontraram um novo objetivo na vida. O prazer e segurança que eles descobriram ao desenvolver a sua voz é o mesmo que um pintor, um músico ou um escritor encontram em seus trabalhos. Ao desenvolverem as suas vozes, eles desenvolvem a suas personalidades. Em todos os outros campos, o individuo esta fazendo algo externo a ele mesmo. Mas neste tipo de produção de voz, ele esta fazendo internamente. Por causa disso, é uma experiência pessoal intensa.

Compositores como Karlheinz Stockhausen, Hans Werner Henze e Peter Maxwell Davies, escreveram obras especialmente para as possibilidades vocais de Roy Hart, que possuía uma extensão vocal de 8 oitavas, o que o levou para o Record Guinness.

Na atualidade, na cidade de Thoiras, França, situa-se o Centre Artistique International Roy Hart (CAIRH), que é o ponto de encontro daqueles que fizeram parte do Roy Hart Theatre e daqueles que querem se formar como Roy Hart Voice Teacher.

De acordo com Chiochetta (2010, p. 98), “o trabalho desenvolvido por Roy Hart e pelo Roy Hart Theatre foi, certamente, pioneiro de uma nova perspectiva vocal, tanto para a cena teatral quanto para a musical.” Seu reconhecimento no âmbito teatral pode ser percebido pela atenção da crítica inglesa e mundial, além das visitas de alguns importantes homens de teatro, como Peter Brook e Jerzy Grotowski.

Paula Molinari, cantora lírica formada no Brasil, é Roy Hart Voice Teacher, sendo uma das duas sul-americanas detentoras deste título até o momento. Atualmente, dedica-se a transmitir o legado de Wolfsohn, como forma de compreender a origem de uma prática que se tornou conhecida como Roy Hart Voice Work, relativa à investigação científica do método desenvolvido por Wolfsohn.

Molinari (2008, p. 102) descreve o treinamento que se deve seguir para se formar em Roy Hart Voice Teacher:

O Roy Hart Teacher, além de ter um número de horas em cursos de formação básica no próprio CAIRH e de horas de aula individuais, deve ser aceito e avaliado por todos os professores já formados. Como habilidades a desenvolver devem:

- Conhecer o material em áudio, vídeo e também escrito sobre Alfred Wolfsohn e Roy Hart;
- Viver as experiências em aula e relacioná-las com sua prática e história pessoal, devendo discuti-las e apresentar suas considerações ao professor orientador;
- Escutar. A habilidade da escuta é passo de grande importância. Deve-se escutar sem interferir.
- Saber música e também tocar algum instrumento musical;
- Ter afinidade com mais de uma forma de expressão artística;
- Compreender a relação terapêutica inerente ao processo de desenvolvimento artístico.
- Ter aulas com vários professores do CAIRH, além de seu próprio orientador.

Ainda assim, cumprindo todas as etapas, há uma avaliação que está relacionada ao amadurecimento. O novo Roy Hart Teacher só será oficializado quando todos os professores da comissão de avaliação acharem que tem experiência e maturidade para (...) seguir sem auxílio de um orientador.

Para isso, o candidato tem suas aulas assistidas por professores da comissão durante grande parte de sua trajetória de formação.

É neste entrecruzamento de perspectivas: treinamento técnico; escuta ao outro e a si mesmo; domínio vocal e musical; amadurecimento pessoal no uso de conceitos e procedimentos; e disponibilidade para entrar em contato com os próprios conteúdos psíquicos, que residem os princípios do trabalho proposto por Wolfsohn. Não se trata, portanto, de um método de preparação vocal que, uma vez conhecido, poderia ser aplicado de maneira indiferenciada.

Diferentemente, a obra de Wolfsohn corresponde a uma concepção de voz e de trabalho vocal, a ser singularizado e desdobrado em função das características pessoais e das necessidades vocais de cada pessoa e/ou

grupo, cujo desejo seja o desenvolver a voz a partir de um processo de autoconhecimento, da disposição à experiência de conhecer certas visceralidades do psiquismo através do trabalho vocal. É esse o convite.

Na sequência, será descrita uma experiência prática de trabalho vocal inspirado pela concepção de Wolfsohn, em todas as suas etapas, para que seja possível ter uma ideia mais precisa sobre a prática que tal concepção de trabalho vocal põe em cena.

## 5.2 UMA EXPERIÊNCIA PRÁTICA VIA CONCEPÇÃO DE ALFRED WOLFSOHN

Como dissemos, as ideias de Alfred Wolfsohn são elaboradas a partir de experiências que ele viveu. A construção conceitual, as analogias, as reflexões e as práticas vocais que ele desenvolveu, a partir dessas ideias, estão expressas em seus escritos e nos de seus seguidores. Igualmente, essas ideias se materializaram nos modos pelos quais Wolfsohn trabalhou sua voz e as de seus alunos, também pelos trabalhos vocais elaborados sob sua inspiração.

A concepção vocal de Wolfsohn, na prática, foi difundida pelas pessoas que trabalharam com ele, que seguiram formando preparadores vocais, passando tais conhecimentos de geração em geração.

Wolfsohn não propõe um método de trabalho vocal, não há manuais nos quais estejam estabelecidos os passos a seguir para uma preparação vocal. Ao contrário, como também já referimos, ele desenvolveu uma concepção, simultaneamente, dos sentidos da voz e de caminhos para aprimora-la e trata-la. Aliás, pelas ideias de Wolfsohn, não faria sentido o estabelecimento apriorístico de um método fechado para preparar a voz de atores e cantores, pela singularidade, pelo caráter único que ela tem para cada indivíduo, em função de suas características físicas e de suas experiências pessoais e sociais; todas singulares.

Naturalmente, Wolfsohn conhecia as dimensões e parâmetros comuns da voz humana (anátomo-fisiológicos, psíquicos e sociais), por isso os utilizou em suas práticas de preparação vocal. Para isso se valeu, como já mencionado, da interlocução com autores de várias áreas (dramaturgia, canto, psicanálise, fisiologia, etc.), mas sempre empregando suas ideias e as de outros autores a partir e em função das condições, necessidades e especificidades daqueles com quem trabalhava; isto fazia com que variasse sua abordagem a cada vez, moldando-a aos sentidos e aos significados que a voz assumia nas experiências pessoais e profissionais de cada um de seus alunos. Em síntese, sua concepção supunha um método aberto, reorientável, capaz de ser flexibilizado em cada nova experiência de preparação vocal.

Por estas razões, aqueles que trabalham a partir da concepção de Wolfsohn não aplicam um método de preparação vocal pré-determinado, ao contrário, exploram possibilidades de trabalho com a voz orientados pelas ideias, conceitos e práticas de Wolfsohn, traçando caminhos e estéticas próprias, relativas às suas próprias experiências e às de seus alunos.

Ao descrever uma experiência de preparação vocal nessa perspectiva, realizada em workshop conduzido por uma Roy Hart Voice Teacher (tal como indicado no item sobre o método da dissertação), não pretendemos dar exemplo de aplicação de um método, mas apenas mostrar uma entre outras possibilidades de trabalho que operam com ideias e parâmetros de preparação vocal de Wolfsohn. Então, passemos à apresentação da experiência.

Tal como foi assinalado no capítulo sobre o método da dissertação, esta experiência de trabalho vocal foi realizada na Academia de Atución de Fernando Gonzáles Mardones (Clube de Teatro) situado em Santiago do Chile, nos dias 23 a 30 de Janeiro de 2012.

O workshop foi conduzido por Linda Wise. Linda, de nacionalidade africana, foi aluna de Roy Hart de 1969 até sua morte em 1975. Ela é diretora teatral, bailarina e professora de voz. Estudou Bel Canto, foi membro do Roy Hart Theatre e fundadora do Centre Artistique International Roy Hart no sul da França. É também diretora do Pantéâtre e Pantéâtre ACTS Ecole

Expérimentale de la Voix, situado em Paris, França. Atualmente, realiza diversos Seminários, Workshops, entre outros, em diversos países, tais como Chile, Dinamarca, Noruega, França, Austrália, Nova Zelândia, Argentina e Escócia. É consultora do programa de voz L'Academie Internationale de Théâtre, Scène Nationale, Limoges.

Linda realizou o workshop com a ajuda de uma assistente, Audrey Pernell, que é cantora lírica e, nos últimos anos, tem explorado em maior profundidade o trabalho de corpo e voz, depois de participar dos diversos workshops do Roy Hart Theatre e Pantheatre<sup>1</sup> (França).

No workshop, chamado “Voz expressiva”, participaram 20 pessoas de diversas áreas profissionais: cantores, atores e fonoaudiólogos. Passemos, então, ao relato dos acontecimentos surgidos no workshop.

## **PRIMEIRO DIA**

Linda Wise começa pedindo aos participantes que escrevam o que desejam de sua voz; material que será usado durante os trabalhos e em sua avaliação.

Trabalha-se, primeiramente, com exercícios de respiração. A intenção é compreender e perceber, no corpo que a respiração utiliza grande espaço corporal. Desta maneira, os alunos trabalham a percepção do próprio corpo, utilizando as mãos para poder sentir os pontos onde se gera movimento durante a respiração (zona do peito, abdomen, entre outros).

Aos poucos, o corpo vai intensificando seus movimentos em função dos exercícios respiratórios. Linda introduz outros movimentos, associando-os àqueles que surgem com o trabalho de respiração, mencionando que é

---

<sup>1</sup> Pantheatre é uma companhia independente que nasceu do Roy Hart Theatre. Fundado pelo diretor teatral Enrique Pardo e co-dirigido por Linda Wise.

importante sentir que cada movimento passa por várias partes do corpo. Ela também diz que se os alunos sentirem necessidade de bocejar, devem fazê-lo, pois o movimento se estende e pode ativar áreas do sistema nervoso.

Após esse trabalho, dá-se um tempo para alongarem todo o corpo, de maneira livre, como cada participante quiser.

Depois, a partir dos movimentos corporais, introduz-se a voz. Trabalha-se vários exercícios, prestando atenção nos apoios de certas zonas do corpo para, a partir daí, emitir sons. A professora menciona que quando se realiza o som, deve-se imaginar que “tudo é muito aberto”, inspirando, imaginando e buscando sentir o corpo aberto.

Segue-se com trabalho de massagem. Em um dos exercícios, realizado em pares, a professora diz que se alguém sentir dor em algum ponto do corpo, que fale ao companheiro que lhe está realizando a massagem. Depois, a professora diz aos alunos que estão recebendo a massagem que podem realizar pequenos sons com a voz, desde que tenham relação com o que estão sentindo durante a massagem.

Trabalha-se sons como, por exemplo, glissando (ascendente e descendente). Os sons são acompanhados de outros movimentos do corpo: braços, pernas, etc. A professora pede para que imaginem que os espaços como, por exemplo, da área do tronco, da zona do pescoço e da nuca estão totalmente abertos, uma abertura tanto corporal quanto sonora. A professora diz que, em cada momento, devem tentar ter contato com seu próprio som: “se você não tem interesse no seu som, o som morre”.

Mais tarde trabalha-se com ressonadores. Os alunos emitem diversos sons e utilizam as mãos para sentir a vibração do som; colocam as mãos nas maçãs do rosto, depois no nariz, na testa, na parte superior da cabeça, nas orelhas, na zona atrás das orelhas e na nuca, no peito. A professora diz que devem se imaginar bocejando, assim o som cresce, fica mais amplo. Depois, devem colocar as mãos nos lados da face, imaginando agarrar uma bola grande. Deve-se imaginar que o ar é o impulso, e que ele passa e energiza todos os espaços recém trabalhados, ao mesmo tempo.

Em um momento, os participantes emitem o som “u”, tentando sentir a diferença entre a vogal “u” e a “o”. A professora menciona que o som da vogal “o” é muito mais aberta, enquanto o “u” é mais fechada. Então, deve-se pensar que o som tem uma forma circular, que vai até a frente e volta até atrás. Depois, emitem o mesmo som, porém criando um pouco de movimento com o corpo. Posteriormente, emitem o mesmo som, mas o movimento será interno. A professora menciona que devem ficar atentos a uma sensação de formigamento no corpo. Linda usa esse exercício para dizer que há uma conexão entre os seios e os lábios, faz uma analogia com os bebês durante a amamentação. Assim, sugere que quando se emite a vogal “u”, os lábios não podem estar muito fechados ou rígidos, o som deve ser emitido com generosidade, ou seja, o som precisa ser muito fluido. Aconselha que se busque identificação com os sons produzidos, permitindo que os afetem.

Os participantes devem emitir um tipo qualquer de som, adicionando palavras a este som. Agora, cada um deve dizer palavras para, depois, estas mesmas palavras terem melodia. Faz-se uma relação entre palavra falada e cantada. A professora diz a uma participante que quando ela fala há muita convicção, porém quando canta vê e sente inibição. Pede-lhe convicção ao cantar, que pense e viva sua canção.

Todos os participantes cantam uma melodia específica para logo definir um caráter nessa melodia, por exemplo, pensar que são meninos maus, ou cantar como se fossem anjos: como seriam esses sons?. Uma das alunas emite um som parecido ao de um pássaro, a professora pede a todos que criem o mesmo som que ela.

Em um outro momento, os participantes emitem o som “mi” . O som vem acompanhado dos braços, ou seja, quando o som sobe, os braços sobem, e quando o som desce, os braços abaixam. A professora menciona que é muito importante não reter as notas altas, porque devem pensar no movimento, não em cantar a nota exata: pensar no espaço. Ela diz: quando se pensa “eu quero chegar a esta nota” é, neste momento, que se fecham os espaços corporais, gerando tensões desnecessárias.

## SEGUNDO DIA

Neste dia, o trabalho começa com o pedido para os participantes sintam o peso do corpo. Caminham pelo espaço da sala e devem tentar sentir se tem tensões no corpo. Devem caminhar todo tempo em curvas, pois nada é linear e, com essas curvas, reparar como mudam o peso e os apoios do corpo. A professora pede para que tentem não olhar para o chão, que olhem uns aos outros. Podem caminhar rápida ou lentamente, cada um decide.

Logo, se trabalha o movimento do corpo, começando pelos pés, as pernas e quadris, as omoplatas, e a cabeça. O movimento deve ser realizado no ritmo de cada participante. No momento em que se realiza o movimento dos pés, Linda diz para os alunos que percebam que quando os pés estão flexionados em posição para cima, a boca cai, e quando os pés estão juntos em posição para baixo, a boca sobe. É um movimento associado natural e frequente. A professora menciona que o movimento vem do centro do corpo, pede para que sintam. Logo, se criam dissociações de movimento, por exemplo: o movimento da boca é muito rápido e dos pés muito lento. Tenta-se tomar consciência dos vetores desses movimentos.

Cria-se um movimento para as costas, ou seja, a mão esquerda vai até a mão direita passando pelo peito e, quando as mãos se juntam, sobem os joelhos ficando em posição fetal. Depois, a mão esquerda sobe, criando um semicírculo até chegar ao outro lado. O olhar deve seguir o movimento da mão esquerda. A professora menciona que ao olhar o movimento da mão, as costelas se abrem mais naturalmente e se tem um pouco mais de espaço nas costelas. Depois, repete-se o movimento com o outro lado do corpo.

Trabalha-se com o movimento de pelvis e coxís junto à respiração. O movimento do corpo deve seguir o ritmo do ar na respiração. Logo se trabalha com som que nasce a partir do movimento. A título de exemplo: em um exercício, os participantes devem inspirar de maneira suave, sentindo o peito e a garganta totalmente abertos e, no momento de expirar, realizam um

som rápido e enérgico de “ss”, levando todo o apoio à zona da pélvis e, ao mesmo tempo, flexionar os pés até em cima e levantar a cabeça indo para frente. Devem imaginar o som de uma serpente. A professora diz que ao mudar a posição dos pés, muda um pouco a posição das costas. Logo esse som muda para um “a”. Linda lembra que sempre se deve pensar na zona da pelvis, porque ali se encontra a força de sustentação da voz nesse tipo de movimento.

O trabalho, na sequência, é com a vibração. Os participantes criam pequenos movimentos com suas mãos nos corpos dos outros. Por outro lado, cada um realiza vibrações no seu próprio corpo (por exemplo, pequenos golpes suaves com a polpa dos dedos sobre toda a cabeça, como se fossem movimentos de gotas de chuva. Beliscam as orelhas).

Realizam-se movimentos de mandíbula e de língua. É importante ter consciência que o movimento da língua começa na raiz desse músculo.

Tal como no primeiro dia, também trabalha-se o glissando. Busca-se apoio nas costas, utilizando os músculos que se encontram nesta região. Também se trabalha o apoio na zona dos quadris. A professora conta que, hoje em dia, o tipo de apoio recém-trabalhado é utilizado muito em Musicais, a técnica é chamada de “belting”. Ela diz que é muito útil para os sons que têm muita força, podemos sentir que as costelas também se abrem, tendo muito espaço para o ar.

Emitem um som, que deve ser acompanhado do movimento do corpo, dando propósito ao som. A professora diz que o propósito também deve estar nos olhos. Também menciona que não se deve ter o som só para si mesmo, é preciso compartilhá-lo, mas sempre sentindo o próprio corpo.

Linda diz que tem trabalhado muito com os espaços sonoros; ela sente que a parte média da voz necessita de trabalho, uma vez que é o lugar no qual se sente, verdadeiramente, que o corpo está presente, dispensando grandes movimentos ginásticos da “garganta” a todo tempo. Trabalhando este lugar (os médios), as outras partes (agudos e graves) serão mais fáceis, conclui ela.

Para trabalhar o staccato, realiza-se pequenas risadas. A professora pede para os alunos moverem um pouco os quadris. É importante sentir o apoio nesta zona, para que o som não vá para a garganta (ou seja, não criar tensão na zona do pescoço). Também diz que o movimento dos quadris não deve ser aleatório, mas sim um movimento preciso.

Experimenta-se a construção de uma composição musical; uma pessoa que canta (1) e a outra (2) deve criar um movimento a partir do que escuta, pensar também que tem independência, não é uma marionete da voz. Não se trata só de explorar possibilidades vocais, mas também de utilizar silêncios, motivos, dinâmicas, ritmo, dentre outros.

A professora menciona o quão importante são as pausas, diz que o silêncio é música e também muda as dinâmicas vocais. Pergunta: se temos uma ideia, como conseguimos desenvolvê-la? Cada ideia tem um tempo, se ele passa e a ideia não é desenvolvida, a imagem se perde. É importante sentir o momento, o tempo de uma variação ou de um som.

Trabalha-se com improvisação. A professora diz que quando se trabalha com a improvisação, talvez o começo seja um pouco tímido ou tateante. Ela diz que é preciso usar os primeiros sons emitidos para ganhar confiança. Sugere que, cada um, tenha uma proposta para disparar a improvisação, e que ela tem de ser clara para quem propõe.

Os participantes criam seus próprios motivos musicais, suas propostas de improvisação.

### **TERCEIRO DIA**

Começa-se realizando pequenos movimentos em todo o corpo (como pequenos quiques), relaxando a face e a mandíbula. Os participantes são

instruídos a sentir que a energia passa pelos pés e sentem como entra o ar pelo nariz.

Em um momento, partindo do corpo quieto, os alunos movem a cabeça para a direita e para a esquerda, porém agora os olhos guiam a cabeça (ou seja, os olhos miram para a direita e então a cabeça se move para a direita, na sequência, o mesmo ocorre à esquerda).

Trabalha-se o movimento de pernas. Flexionam um pouco o joelho e relaxam a mandíbula. Devem pensar que o joelho leva a força do movimento. Através desta prática, se exercita toda a zona dos quadris, trabalhando flexibilidade. O importante aqui é levar e sentir o peso na perna.

Relaxa-se os pés, dando pequenas sacudidas em cada um. Agrega-se o movimento das mãos (quando o pé direito vai para frente, a mão direita vai para frente). Agora, incorpora-se a voz, emitindo um som quando o pé e a mão direita vão para frente. A professora diz que a boca deve estar sempre aberta, para que o ar entre naturalmente.

Trabalha-se movimento e ritmo: os alunos criam um “passo de dança”. Através desses passos, indicados pela professora, formam-se dois subgrupos. Esses subgrupos ficam se observando frente a frente. A professora atribui um passo para o subgrupo 1 e o segundo passo para o subgrupo 2. Ela dá indicações para cada subgrupo começar a realizar os passos designados. A professora diz que há um momento em que os dois grupos se juntam (emitem ao mesmo tempo o “há”) e quando isso acontecer, todos devem dizer “hey”, levantando as mãos para cima.

A professora sugere que tentem não contar os tempos, pois em geral isso atrapalha: controle racional e antecipatório do movimento. Pedem que sintam o corpo, que se deixem levar pela naturalidade do ritmo, observando que também é importante observar ao outro grupo, pois a semelhança dessa alteridade pode ajudar bastante. Logo, realizam o mesmo exercício, porém sem os passos, apenas utilizando a voz, tentando manter o ritmo.

Trabalha-se com alongamento; o corpo vai lentamente para baixo, começando pela cabeça, braços e tronco. No tempo que cada participante

estime conveniente, expiram no momento de abaixar o corpo, emitindo um “sss”, e inspiram quando sobem o corpo, voltando à posição inicial. Depois, a emissão será de uma vogal.

Trabalha-se ressonância: abrir espaços (para frente, atrás e dos lados). Isto se faz com a ajuda das mãos e dos braços, imaginando abrir espaços. Deve-se sentir as vibrações na face, levando as mãos a ela, depois ao peito (sem perder a vibração na face). Sente-se as vibrações nas costas, levando as mãos a esta região. Busca-se ressonâncias da cabeça até a zona inferior do corpo, emitindo um glissando descendente com “m”, sempre com a ajuda do movimento das mãos (como se o som estivesse nas mãos, levando-o a diferentes pontos do corpo).

Explora-se sons baixos e altos, sempre relaxados, utilizando o glissando. Quando o som sobe, se tenta abrir as costelas, junto com o movimento ascendente dos braços. A professora solicita que pensem que este movimento ascendente (vertical) também pode ser horizontal.

A assistente da professora Linda, Audrey Pernell, realiza um exercício onde se trabalha improvisação. Audrey pede aos alunos para separar o grupo em 1 subgrupo de homens e 3 subgrupos de mulheres. Ela diz aos participantes que lhes entregará algumas ferramentas, para ajudar a abrir suas capacidades de improvisação. Trabalhar-se-á com uma canção negro-espiritual, uma canção folclórica, criada por escravos africanos no sul dos Estados Unidos. Em suas origens, estas canções sempre eram improvisadas, então, há muitas coisas que se pode capturar dos princípios da estética deste gênero de música.

Primeiro, diz ela, necessita-se da união de corpo e voz, porque nas culturas africanas desses escravos, sempre cantavam suas histórias e tradições, e dançavam também. Lembrou que em certas culturas africanas, há uma só palavra para cantar, dançar, tocar tambor e também para a noção de cultura, entendem tudo isso como uma coisa só. Também cantam ao fazer vários outros trabalhos: canções para cozinhar, para trabalhar no campo; canções que acompanham muitas atividades físicas, uma conexão muito forte entre corpo, voz e atividades cotidianas.

Para trabalhar isto, a assistente propõe 6 ações:

1. Caminhar – correr: caminhar emitindo um “a”. Não se tratará de mudar a voz, a voz será um passageiro do movimento do corpo, porém a voz vai mudar por si só, em função do movimento.

Primeiramente, um subgrupo começa a caminhar a partir dessas instruções, os demais observam. A caminhada vai variando de velocidade (caminhar, correr). Uma vez que todos os subgrupos realizam o exercício, a assistente pergunta o que aconteceu nesta etapa: todos chegam à conclusão de que a voz seguiu o movimento do corpo e também houve, em alguns participantes, reações emocionais.

2. Brincar: dão pequenos saltos emitindo um som com a vogal “a”. Devem brincar pela sala.
3. Girar: giram com todo o corpo, junto da emissão de um “a”. Podem variar a altura e a intensidade do movimento. Giram por toda a sala.
4. Quicar: fazem pequenos quiques com os pés, sem se mover da posição em que se encontram.
5. Saltar: saltam de várias formas, como cada participante quiser. Salta-se por toda a sala.

Agora, misturam-se as ações, tendo um líder por subgrupo. O líder deve criar uma ação e seu subgrupo deve segui-lo. A assistente menciona que não, necessariamente, deve-se observar o líder todo o tempo para seguir seus movimentos, também pode-se observar outros companheiros.

A assistente ensina uma canção, começando pela letra; ela diz uma frase e o resto do grupo repete até que aprendam toda a letra da canção:

Wait in the water

Wait in the water children

Wait in the water

Gods gonna trouble the water

Depois, ensina o ritmo da canção e canta acompanhada do piano, que ela mesmo toca.

Cantam a melodia várias vezes, depois caminham de maneira suave, rindo com os olhos, com palmas.

Agora, misturam-se as ações trabalhadas anteriormente junto com o canto. Isso é realizado primeiro por subgrupos e, posteriormente, com todos juntos.

A assistente menciona que agora será realizado um trabalho mais íntimo. Escolhe-se 3 duplas. Cada dupla terá um líder (1) e a outra pessoa cantará (2). O líder deve realizar movimentos corporais e o cantor deve cantar realizando movimentos junto com o líder.

Escolhe-se uma dupla enquanto os demais participantes observam. A assistente diz que, agora, se trabalhará a improvisação. Ela menciona que o primeiro elemento a ser trabalhado é o mais importante: o silêncio. O líder (1) deve criar movimentos corporais enquanto seu par (2) deve ficar atrás do líder e cantar a canção junto com o movimento que realiza seu líder. Quando não há mais movimento, não há canto.

Agora, escolhe-se 4 participantes. A assistente menciona que vai manter a interpretação das ações trabalhadas, porém agora sem um líder. Pode-se mover os corpos a serviço da própria voz. Trabalhar-se-á com três elementos: silêncio, estirar as frases e a canção. Primeiro, os quatro participantes cantam a melodia uma vez. Posteriormente, enquanto o primeiro participante segue com seu exercício, um segundo participante começa a realizar o seu exercício. Depois, entra o terceiro participante e logo o quarto, realizando o exercício os 4 ao mesmo tempo. Através da música que os 4 criam, buscam um final para seu trabalho.

Um dos participantes menciona: “que bom sentir a inspiração de algo, de algo real”. Outros comentam que houve muitas coincidências na realização do exercício, como por exemplo: havia momentos em que alguns cantavam a mesma nota, ou se encontravam em harmonia, isso ajudava a criar um fio condutor para música que estavam fazendo juntos. A assistente menciona que devem aproveitar todos esses “acidentes” na improvisação.

Também diz que é muito importante usar a repetição (de movimento, de voz) para ver o que acontece.

Finalizado o trabalho com a assistente, em um outro exercício, emite-se um som no qual se desce ou sobe gradualmente de tonalidade, dependendo das indicações que Linda faz, tentando abrir espaços (utiliza-se o movimento de mãos e braços para imaginar esta abertura dos espaços). A professora diz que o importante é sentir todo o corpo em vibração. Sentir o apoio no abdômen inferior (diz para ficcionarem, imaginando que a boca se encontra na zona do abdômen inferior). Também diz que, caso saia um pequeno vibrato na voz, permitam sua manifestação. Linda pergunta aos participantes sobre o tipo de som que estão fazendo. Um deles responde: “o som do vínculo da voz com o corpo”. A professora diz que sim, e que também é o som da força que utilizamos na produção do som. Ela diz para os alunos imaginarem, no momento da emissão, que se está carregando um peso nos braços (dá um exemplo aos alunos, levantando com seus braços um participante). É esta força que se deve utilizar, tentar sentir esta força no abdômen inferior. Realiza-se o mesmo exercício, mas agora se deve pensar no som como um “triumfo” (ou seja, os participantes cantam levando as suas mãos e braços para frente e para cima). Trabalha-se também cantando com a emoção que cada aluno sente no momento. Depois, os alunos cantam sentindo diversas emoções: alegria, ódio, tristeza. Com a emoção de tristeza, cantam novamente a melodia “Wait in the water”, porém utilizando apenas a vogal “o”. A canção é interpretada individualmente e depois em grupo.

Trabalha-se com duas vogais ( i – u) com o objetivo de que estas duas sejam emitidas no mesmo espaço (mesma ressonância). Quando o som vai subindo gradualmente, a professora menciona que não se deve pensar que o som vai em direção vertical para cima, mas sim que a direção é diagonal, uma subida, mas no mesmo plano.

Cria-se uma melodia e a partir daquela diagonal sonora ascendente, os alunos realizam uma improvisação utilizando tres vogais (“u”, “i” e “a”). Tenta-se experimentar diversos sons e, ao mesmo tempo, busca-se aprender a escutar os companheiros, uma vez que eles podem emitir alguns sons que

ajudem na própria interpretação. Com isso, cria-se uma música grupal. A professora menciona que é muito importante escutar os sons dos outros, e como esses sons podem afetar as pessoas emocionalmente. Há um compartilhamento de sons, cantar é também escutar.

#### **QUARTO DIA**

O dia começa com a realização de uma massagem (trabalhando em dupla, se realiza massagem nas costas, coluna vertebral, cervical e ombros). A massagem deve estar acompanhada de uma respiração profunda. Ao expirar, se cria uma leve pressão com as mãos na zona sacra.

Trabalha-se com o peso do corpo: em duplas, de pé e olhando frente a frente, mãos dadas, os dois participantes devem inclinar seus corpos para trás, mantendo os pés firmes no chão. Depois, começa-se a descer lentamente, flexionando os joelhos até chegar ao chão. É importante sentir a inspiração baixa. A professora fala aos participantes que imaginem estar abrindo toda a zona baixa do tronco. Então, começam a subir lentamente e, com os joelhos flexionados, os companheiros se firmam com apenas uma mão e a outra levam para trás. É importante abrir o peito, as costas, com movimentos suaves.

Seguindo com o trabalho do peso corporal, deitados, se deve levar todo o peso do corpo para o chão, relaxar as pernas e sentir a respiração. Se algum participante necessitar se mover para sentir-se confortável, deve fazê-lo. Realiza-se movimentos suaves na cabeça e, depois, repete-se o movimento com a diferença de que, agora, o olhar deve seguir o movimento. A mandíbula deve estar relaxada.

Trabalha-se com a percepção do movimento corporal: na posição de cachorro (4 apoios), realizam uma pequena ondulação nas costas para fora (como uma caverna). No momento de inspirar, somente a ponta dos pés toca

o chão. Inicia-se um movimento ascendente de ondulação no cóccix, depois o movimento das costas vai para dentro (até o chão) e, finalmente, um movimento ascendente da cabeça olhando para cima. No momento de expirar, emitindo um “sss”, o movimento da cabeça vai para baixo, o movimento das costas vai para fora (direção do teto) e o movimento do cóccix vai para dentro. A professora diz que este exercício não é simplesmente para sentir a mudança de posição do corpo, não é yoga. É experimentar e sentir os movimentos do corpo para tirar consequências na voz. Também menciona que a posição de “cachorro” é muito confortável para a inspiração, porque o estômago se encontra relaxado, porém, diz que a zona das costas é muito difícil de relaxar, por isso sugere também relaxar os ombros. Depois, realizam movimentos nas costas, tentando abrir espaço na zona das costelas. O movimento das costas vai acompanhando o movimento da cabeça. Deve-se pensar sempre na coluna vertebral, imaginar que as costelas estão fora do eixo. O movimento deve ser suave.

Em seguida, realiza-se movimentos na zona dos quadris e glúteos, abrindo espaço nessas regiões.

Agora, livremente, na mesma posição em que se encontravam os alunos (posição de 4 apoios), devem se movimentar prestando atenção na respiração. Sentir as mudanças da respiração, que vão junto com o movimento.

Os exercícios de movimento corporal auxiliam a ter uma maior compreensão da própria voz. Linda menciona que se deve conhecer a voz através do corpo, pede para que se busque a voz nos diversos movimentos corporais (sobretudo prestando atenção em toda zona das costas e do sacro).

A professora menciona que nas cartas que recebeu dos alunos (no primeiro dia), falando sobre o desejo em relação aos suas vozes, várias pessoas comentaram que tinham problemas com a duração da respiração. Para ela, o tema da respiração tem a ver com o tempo, porém também tem a ver com o pensamento. Diz que, quando falamos, necessitamos de certa

quantidade de ar para lançar no espaço o pensamento que temos em nossa mente. Diz que quando cantamos, acontece o mesmo.

Realiza-se um trabalho de respiração. Deve-se perceber, neste dia, como está a respiração de cada integrante. A professora diz que não é muito útil amplificar a respiração artificialmente. Pede para imaginarem que o ar entra e vai para baixo, para fora, e que as costelas se abrem. Para este exercício, a professora utiliza a imagem de uma “pera”, diz que não se deve inverter a pera, mas sim respirar sempre pensando o fluxo de ar para baixo e para fora. Começa-se inspirando em 1 tempo e expirando em 4 tempos, emitindo um “sss”. Depois, aumenta-se o tempo de expiração em 6, 8 e 10 tempos. Os tempos são contínuos. A professora vai marca os tempos.

Inspira-se e, na expiração, os alunos caminham emitindo um “sss”. Quando se volta a inspirar, os integrantes param, inspiram e, nesse momento, devem tentar sentir o movimento interno da inspiração. Então, novamente, expiram e caminham ao mesmo tempo. A professora menciona que se alguém se sente muito confortável ao expirar, pode mover seu corpo com movimentos mais amplos. Ela menciona que esse momento de silêncio não é morto, é uma continuação do som.

Os alunos realizam o mesmo exercício, porém, agora, no momento de expirar, emitem vários sons com vogais, as que cada participante escolher. Devem sentir o momento de inspiração e de expiração.

Trabalha-se a escuta: a ideia é que os integrantes escutem os sons emitidos pelos seus companheiros, tentando realizar sons que tenham relação com os sons do outro, buscando dissonâncias ou harmônicos.

Seguindo com o trabalho de escuta, realiza-se um exercício no qual cada pessoa emite uma nota, a que quiser, até que se acabe o ar. Um companheiro começa a emitir o som, depois de três segundos emite um som o companheiro do lado e assim sucessivamente, até que todos consigam emitir um som. A professora pede a cada aluno um som claro, um som seguro, para gerar confiança neles mesmos. Depois, o mesmo exercício, porém com a diferença de que a professora dá a entrada dos sons; cada

participante deve estar atento quando ela, através de um gesto de mão, dá a entrada para que um deles comece a emitir um som e assim com todos os demais companheiros. Posteriormente, o papel da professora, uma espécie de “regente de coral”, é passado para um integrante do grupo, que se encarrega de dar as entradas, como também de finalizar os sons.

Trabalha-se com ressonadores, utilizando diversos sons de animais. Um dos participantes começa a tossir. A professora diz para tentar não deixar o som ir para zona da garganta, mesmo com a tosse, a força deve continuar vindo da zona abdominal inferior. Agora, os participantes devem emitir o som “haa”, buscando a ressonância no peito, com som enérgico.

Posteriormente, realizam pequenos movimentos de animais com os braços, acompanhados sempre do som que surge da ressonância do peito. Em um exercício subsequente, os participantes dividem-se em dois subgrupos. Os subgrupos se olham frente a frente. A professora atribui o nome de “bestas” ao primeiro subgrupo e de “anjos” ao segundo. O primeiro subgrupo emitirá sons que considerem sujos e escuros, enquanto o segundo emitirá sons considerados limpos e claros. A professora será a condutora, dando o sinal (utilizando gestos de mão, move a mão para cima e para baixo caso o som deva ser mais forte ou mais fraco, mais agudo ou mais grave) para que o grupo comece a emitir seus sons e para quando devem parar. Depois, dá-se a oportunidade a dois integrantes para que conduzam o exercício.

Trabalha-se com uma canção; os alunos devem pensar numa canção, se não conhecem uma, podem inventar uma melodia. Tranquilamente, cada um deve começar a cantar a canção escolhida. Depois, em duplas, sentados, uma pessoa canta a seu companheiro escuta atentamente. Não é necessário olhar nos olhos todo o tempo. O ambiente deve ser muito íntimo. Uma vez terminada a canção, o companheiro que estava escutando agora canta e o outro escuta.

Na sequência, uma pessoa (1) deve abraçar a seu companheiro (2) como se fosse seu próprio bebê e este deve cantar para a pessoa (1), sempre em um espaço íntimo. Depois, mudam de posição. Quando o

exercício termina, a dupla tem um tempo para comentar o que aconteceu no momento de cantar e no momento de escutar.

Em seguida, trabalhando em duplas, uma pessoa se deita no chão, com os olhos fechados, e canta sua canção enquanto seu companheiro a escuta e realiza movimentos na zona do rosto e da cabeça, e também pequenos movimentos vibratórios com as mãos em seu peito, muito suavemente. A professora diz que, para ela, a zona do peito é “minha casa”. Com esse exercício, busca-se estar dentro, “em casa”, e não fora. Diz: “cante para você mesmo”. Lentamente, a pessoa que cantou se levanta, levando o tempo necessário e, quando se sentir preparada, realizará os movimentos em seu companheiro.

Seguindo o trabalho com a canção, em subgrupos de 4 pessoas, um participante se encontra no chão, começa a cantar sua canção (a mesma que usou no exercício anterior) e os demais companheiros começam a mover seu corpo, tomando seus braços, suas pernas ou seus pés, movimentando seu peito, cabeça e rosto. Os movimentos são suaves. A professora diz que podem fazer movimentos que afetem o som. O corpo está disponível para o canto, porém não necessariamente se vê afetado todo tempo pelo movimento, e vice-versa.

A professora pergunta: quais são as tensões necessárias para cantar? Necessitamos das pernas, das mãos? Diz que há tensões, que se criam no corpo, desnecessárias no momento de cantar.

Pergunta novamente aos participantes: Sentiram coisas novas? Eles respondem que sim. Depois, a professora pergunta: Podem colocar estas coisas em palavras? Os alunos riem. Um deles diz que é muito difícil explicar, porque são muitas as vibrações que cada um sente. Ele diz: “senti que a pele do outro entrava em mim e eu podia sentir suas próprias vibrações.”

Outro aluno diz que os cantores são mais difíceis de serem afetados que os atores, custa um pouco mais aos cantores a entrega, deixar que os demais toquem seu corpo. Diz que os atores têm experiências mais intensas

de contato com o outro. A sensação individual, como cantor, parece muito mais forte.

Outro comentário: uma aluna diz que para ela é muito difícil este exercício, uma vez que é muito sensível, um acúmulo de sensações muito fortes. Além disso, ela diz que ser tocada por outros a incomoda, não a relaxa.

Um companheiro diz que ele também é muito sensível e que, nesse dia, se sentiu perturbado, porém, com o desenrolar do exercício, foi se sentindo num estado perceptivo diferente. Primeiro, no exercício anterior pode conectar-se consigo mesmo e cantar para si, conseguindo um estado mais tranquilo. Quando trabalhou com o grupo sentiu que a comunicação ficava mais fluida, o que permitiu que saísse da perturbação, sentiu que o som também mudou para melhor.

Outra aluna diz que, fora a sensação de tocar-se e de se sentir vulnerável e ingênua em face da manipulação de um terceiro, percebe que é muito interessante esse trabalho na área da voz, porque ela usava muitas estratégias corporais para ter certos sons e que, talvez, não fossem muito adequadas. Porém, com esse exercício, aquelas “estratégias” que utilizou são superadas porque, por exemplo, move várias partes do corpo de modos que não moveria normalmente para cantar, o movimento do peito, por exemplo, que é um movimento totalmente contrário ao que ela usaria normalmente. Tais experiências foram, para ela, expansivas, começaram a gerar uma produção fisiológica do som, real (da pélvis, do pulmão, dos braços e pernas, etc.). Diz que está aprendendo outros recursos para cantar e que, para ela, são mais efetivos e integradores. Dá outro exemplo, mencionando que não se dava conta que cantava franzindo a testa. Quando um de seus companheiros realiza pequenos movimentos com os dedos em sua testa durante seu canto, percebe a perda de força na região, que estava apoiada em tensões desnecessárias. Daí começa a buscar forças em outros lugares, mais abaixo em seu corpo, o que diminui as tensões. Com isso, sua voz ganhar potência; potência que nem imaginava possuir.

Ao final desse dia de trabalho, uma outra companheira menciona que, no principio, estava cantando tranquilamente, mas ainda estava muito “nela mesma”, porque sua cabeça ficava racionalizando e controlando o que estava acontecendo com seu corpo. Durante o trabalho esqueceu os controles, simplesmente deixou passar os fluxos de ar e de movimento. O som começou a sair e a encher o espaço externo (a sala). Segundo ela, o som pode encontrar lugares também no interior do corpo: alguém movia a sua perna e ela sentia que o som ia até a perna e depois se expandia até o exterior.

## **QUINTO DIA**

Inicia-se o dia com alongamentos, a professora dá 5 minutos para que cada integrante busque sua própria maneira de alongar o corpo.

Realiza-se pequenos quiques com o corpo, em sintonia com a respiração. Os joelhos devem estar flexíveis. Sente-se a energia que passa pelos braços e pelos pés Os pés devem estar confortáveis. Relaxa-se a mandíbula. O ar entra pelo nariz e sai pela boca. Depois, param o movimento e sentem a energia. Em caso de necessidade de mudar o ritmo da respiração, podem faze-lo. Lentamente, abaixa-se a cabeça até o chão, depois o peito, cintura e por último os braços. Imaginam que os ísquios sobem. Nessa posição, os alunos realizam pequenos movimentos com a cabeça e com os braços, mantendo a cabeça muito relaxada. Depois, as mãos se apoiam no chão, deixando um espaço entre os pés e as mãos. A cabeça encontra-se relaxada. Realiza-se uma pequena vibração na zona da pélvis, criando uma espécie de quique com o corpo. Então, começam a subir lentamente até ficarem em pé novamente.

Trabalha-se respiração: num exercício, se trabalha em dupla. Um integrante (1) põe as mãos nas costelas de seu companheiro (2). A pessoa

(1) deve sentir que o espaço que se encontra entre as costelas de seu companheiro (2) está aberto durante a inspiração. Na expiração, pode-se emitir um “ss”. Depois, os dois companheiros falam como se sentiram com o exercício e trocam de papel.

A professora diz que se fala muito da respiração profunda. É muito importante entender que as costelas servem para proteger e abrir espaços e, quando se canta, é necessário abri-las mas, ao mesmo tempo, se trabalha a zona inferior (zona da pélvis). Também dá o exemplo de que há pessoas que têm grande movimento na zona da pélvis e dos quadris, mas a zona das costelas está parada, o que gera limitação na respiração, no som e na emoção.

Agora, todos os participantes devem falar o que vier primeiro à cabeça, numa espécie de monólogo. Depois, devem falar mais rapidamente. A professora observa os corpos dos integrantes e diz que quando começam a falar rápido, não acontece nada com o corpo, portanto, ela quer sentir que o corpo participa na voz. Assinala que na fala há acentos e coisas importantes a dizer, e que elas devem buscar apoio no corpo; o corpo precisa falar. Pede para tentarem não criar uma fala neutra. A professora diz que as articulações das mãos estão relacionadas com a boca, então, pede para tentarem utilizar o movimento das mãos durante a fala, e ver o que acontece.

A professora pede aos alunos que exagerem na entonação de sua fala, mas não apenas exagerar na voz, mas também no corpo. Diz também que se eles acreditam que uma palavra é importante, devem alargar esta palavra e, pouco a pouco, sua fala converter-se-á em algo mais “musical”. A professora diz para repetirem o exercício, porém agora devem se perguntar: caso se fale e de repente esta fala se converta em voz cantada, como saber que é a mesma pessoa que canta e fala, sem ter dupla personalidade?

Cada participante deve pensar numa canção e cantar. Um dos participantes canta uma frase de sua canção e fala a frase seguinte. A professora diz que, para ela, o momento quando fala de sua frase é a explicação de quando canta e não a continuação. Também menciona que

sabemos que cantar e falar são duas coisas distintas, mas que se deve sentir o mesmo estado quando se fala e quando se canta.

Trabalha-se com som e movimento: emite-se a vogal “a” como se fosse um suspiro. Os participantes utilizam seu corpo para gerar um som (sobem os braços quando o som sobe e abaixam os braços quando o som abaixa). A professora fala para seus alunos imaginarem que o som é elástico e que têm muito espaço no corpo de cada um para que sejam produzidos. Pede também que sintam a abertura de toda a zona anterior de seu corpo.

Trabalha-se com improvisação: um ajudante da professora começa a tocar uma música ao piano (uma valsa). Os participantes devem cantar qualquer melodia junto com a música, podem utilizar o corpo para se mover no espaço da sala. Utilizam a imaginação e pensam que todos conhecem sua própria canção. 4 participantes cantam suas canções enquanto os demais escutam. Linda diz que não escuta alguns dos participantes, que a intensidade do piano não abaixará, então sugere que tentem dar espaço às suas vozes. Também fala que quando se improvisa uma música, é mais fácil inventar pequenas palavras. Imaginar, dizer coisas como, por exemplo, “hoje estou feliz” e cantar esta frase. Também sugere utilizar notas largas. Para as mulheres, e se os homens também quiserem, imaginar que estão utilizando vestidos largos e que se movem no espaço enquanto cantam.

A professora pergunta qual é a particularidade da música que escutam. Os alunos dizem que o ritmo é muito definido (ritmo de valsa) e que é uma música alegre. A professora diz que, normalmente, é uma música para dançar, há uma mudança de peso (referindo-se ao corpo).

A professora pergunta aos participantes: como utilizar o corpo quando o movimento muda o som? Para responder à questão, agora devem tentar criar uma espécie de dissociação do movimento em relação a voz, ou seja, tentar impedir que o movimento afete a voz.

Trabalha-se a relação cantor-pianista junto à improvisação. Deve-se sentir que o pianista não é simplesmente uma pessoa que te acompanha na

música, mas sim que se realiza um diálogo entre o pianista e o cantor. A professora menciona que passou quatro dias com o pianista para desenvolver este exercício.

O grupo se divide em 2, estando todos de pé e olhando frente a frente. O pianista começa criando uma música e cada participante deve entrar cantando quando sentirem que estão preparados. Um participante canta junto com a música do pianista e os demais companheiros escutam. A professora diz que podem utilizar notas largas, ou palavras, que utilizem a imaginação.

Para cada participante, o pianista cria diversas músicas. Num momento, o pianista cria uma música marcada (utilizando vários staccatos) e com muitos sons graves – a intensidade da música é um pouco forte. Quando um dos participantes canta esta música, sua voz é suave, a professora sugere que cante novamente a melodia, mas com uma atitude de “maldade” e que encha o espaço com a sua voz (entendendo que cante numa intensidade maior). Isto faz com que lhe de outro caráter, tanto à sua personalidade quanto à música. A voz deve responder à energia do piano.

A música tem uma intencionalidade e, na voz, deve acontecer o mesmo.

Quando um dos participantes canta sua canção, a música que a acompanha é um pouco acelerada, com muitos staccatos e com três acordes. O participante utiliza sons legatos. A professora lhe diz que está muito bem a ideia que está desenvolvendo. Também lhe mostra que há uma urgência na música (referindo-se ao ritmo, especificamente), pede que cante novamente, mas com maior energia e dramaticidade. Pede também para que utilize mais o corpo. Na segunda vez, segundo a professora, fez muito melhor, utilizando mais espaço na sala com o seu corpo. A participante teve problemas para entrar na música. A professora lhe diz que deve estar segura e pensar: “agora é meu tempo”, sem duvidar. A professora faz uma analogia com o carrapato; ele, para conseguir o sangue de outro animal, deve subir numa planta até que possa saltar e atacar o animal. Porém, se esta espera é excessiva, o animal já poderá ter passado. A professora diz que a imagem interna, a música, dá o momento para dizer: agora é a minha vez de cantar.

Trabalha-se com ressonadores: se emite um som (“na”) em forma de legato, utilizando principalmente o ressonador da face. A professora diz para abrirem a zona anterior da cabeça e, ao mesmo tempo, imaginarem que o som sai pelo nariz, como se as vibrações fossem sentidas no nariz e nos dentes. Os participantes utilizam suas mãos para expressar o som, levando-as ao rosto e criando movimento circulares. Depois, realiza-se o mesmo exercício, porém agora se canta com mais harmônicos baixos e os olhos devem estar abertos. Deve-se sentir a ressonância na zona do peito. Posteriormente, canta-se uma nota, cantando “na”, imaginando primeiro que o som sai da área dos olhos, depois da boca e, por último, do peito. Com esse canto, terminam os trabalhos do dia.

## **SEXTO DIA**

Começa-se o dia com um relaxamento das pernas, sentindo todo o peso do corpo. Sentem também a respiração, as articulações e relaxam a mandíbula. Realizam pequenos movimentos dos calcanhares para fora e para dentro. Esfregam a zona do tronco e da pélvis, e depois as omoplatas. Finalmente, fazem leves movimentos de cabeça para a direita e para a esquerda. Depois, flexionam o joelho direito e se movem lentamente para o lado esquerdo, mantendo o pé no chão. Sentem que se abrem espaços entre as costelas. Agora, mudam a perna e realizam o mesmo movimento. Relaxam todo o corpo, sentindo as pernas no chão.

Deitados no chão, flexionam os cotovelos. O braço direito encontra-se na direção para cima, colado no chão, enquanto que o braço esquerdo encontra-se na direção para baixo. Fazem movimentos com os braços (braço direito se move para baixo e braço esquerdo se move para cima).

Deitados, realizam pequenos movimentos com os calcanhares, para cima e para baixo, sentindo que todo o corpo se move. Depois, relaxam todo o corpo.

Deitados, gira-se o corpo para um lado, ficando na posição de bebe (joelhos flexionados e cabeça para baixo). Logo depois, passam para a posição sentada e então utilizam os braços como apoio para voltar a se deitar completamente no chão. A professora menciona que é importante sentir o apoio dos braços.

Deitados novamente, pernas flexionadas, inspiram e, no momento de expirar, direcionam o ar para os pés. A professora diz que esse exercício ajuda a recuperar a energia, uma vez que depois de vários dias de trabalho o corpo pode se sentir cansado. Imaginam que cada vez que se expira, dura um pouco mais de tempo. Expiram emitindo um “s”.

Deitados, com as pernas flexionadas, realizam um pequeno movimento no cóccix. Quando se inspira, o cóccix vai na direção dos calcanhares e, quando se expira, emitindo um “s”, a direção é para cima, seguindo o tronco e terminando num movimento ascendente da cabeça. Pode-se buscar o apoio dos calcanhares. Agora, realizam o mesmo exercício, porém na expiração se realiza um pequeno suspiro, emitindo um “há”. A professora diz que o mais importante nesse exercício não é a posição do corpo, mas sim a subida do movimento, muito sensível, muito suave. Há corpos diferentes e há lugares no corpo que não se movem, a professora recomenda não forçar a posição em que se encontram.

Na mesma posição que se encontravam antes (deitados com as pernas flexionadas), durante a respiração, no momento de expirar, emitindo a vogal “a”, realizam pequenos quiques na zona da pélvis, utilizando o apoio dos calcanhares.

Novamente, na mesma posição anterior, no momento de inspirar, o peito sobe, ficando apenas a ponta da cabeça no chão e, quando se expira, emitindo um “s”, a cabeça abaixa lentamente junto ao peito. O movimento deve ser realizado lentamente.

Depois, trabalhando em duplas, uma pessoa (1) se deita no chão. No momento de inspirar, seu companheiro (2) realiza pequenos movimentos entre as costelas e abaixo delas (como umas cócegas). No momento de expirar, emitindo um “s”, seu companheiro (2) faz uma leve pressão abaixo das costelas. Sentir que os espaços entre as costelas estão mais abertos. Depois, a professora diz que o companheiro (2) pode realizar pequenos movimentos circulares na zona do tronco. Este exercício é realizado 2 vezes. Agora, o companheiro (2) se deita e a pessoa (1) realiza os movimentos nele.

Um participante (1) se deita no chão e seu companheiro (2) faz “cócegas” na zona das costelas. Realizam certas pausas nos movimentos. A professora diz que há pessoas que não sentem cócegas. Ela diz que há um ponto que se encontra abaixo das axilas que é importante, e sugere realizar pequenos movimentos circulares nesta zona também. Depois, mudam de papel para que o outro companheiro realize o exercício.

Seguindo o trabalho em duplas, os dois se encontram de pé. Um deles (1) põe sua mão esquerda na zona inferior das costas de seu companheiro (2) e põe sua mão direita sobre sua clavícula. A mão direita deve realizar uma pequena pressão abaixo e acima da clavícula. Busca-se um ponto na clavícula (seja acima ou abaixo dela) e seu companheiro (2) deve respirar pensando no ponto onde está sendo tocado. A professora diz que com esse exercício se sente que os ombros e as costas relaxam, e também a respiração se conecta com estas zonas trabalhadas (clavícula, ombros e costas). Mudam de papel para que os dois consigam realizar o exercício.

Trabalha-se com ressonância: emite-se um som glissando descendente utilizando o “m”. A professora pede para utilizarem muito espaço na boca, sentirem as vibrações da boca e, ao mesmo tempo, sentirem a abertura na zona do pescoço e da cabeça (nuca, occipital). Agora, emitindo o “me”, realiza-se um glissando ascendente e depois descendente. A professora diz para buscarem o apoio na zona baixa do corpo e para abrir as costelas.

Trabalha-se com acústica e improvisação: é solicitado imaginar como podem cantar naquele espaço (a sala onde se encontram) numa relação com o piano. O piano toca uma frase melódica, com dois acordes. Os alunos escutam e tentam emitir um som, quando acharem que é conveniente cantar. O ajudante da professora (pianista) vai mudando os acordes. Um dos participantes canta uma melodia utilizando seu registro médio, enquanto o piano toca no mesmo registro. Linda pede ao aluno que tente buscar outro espaço na sua voz (outro registro, seja um som mais agudo ou mais grave) diferente do piano. O participante realiza novamente o exercício e a professora lhe diz que está muito bem, que assim pode escutar claramente o piano e a voz.

É pedido aos alunos que tentem criar uma espécie de contraponto com a sua voz (por exemplo, entrar cantando no segundo tempo depois de começar a tocar o piano) para criar novas ideias musicais.

Agora, seguindo o trabalho junto ao piano, os participantes devem colocar palavras em suas músicas. Primeiramente, falam as palavras na canção, mas se o participante desejar cantar, pode cantar. A ideia é trabalhar a utilização das palavras.

Num momento, o pianista toca um ritmo stacatto e acelerado, enquanto o participante fala algumas palavras e canta notas largas. A professora lhe diz para tentar realizar o exercício como se estivesse gaguejando. A ideia é ter uma relação com o piano, não significa que fazem o mesmo ritmo, mas sim que existe uma relação. Ao mesmo tempo, o participante canta com sua voz suave e de baixa intensidade. Ao pedir que tenha mais energia em sua voz, pois o piano se destaca, ele consegue uma emissão com bastante energia. Com a energia vocal em alta, termina o trabalho desse dia.

## SÉTIMO DIA

Começa-se o dia com alongamento: move-se o corpo, girando para a direita e para a esquerda, mantendo os pés no chão. Flexionam os joelhos e os movem. Depois, se realiza movimentos dos quadris, da cabeça, e, finalmente, movem o corpo todo.

Esticam os braços para cima, sentindo o peso nos pés. Abrem espaço entre as costelas. Posteriormente, abaixam os braços, criando um movimento circular (como o de uma bola), abaixam até o chão, junto com a cabeça, e, por último, o tronco, e relaxam. Sobem lentamente.

Continuando em pé, flexionam os joelhos e realizam pequenos movimentos “de quique” com o corpo. Os braços devem estar relaxados, também a mandíbula.

Prestando atenção à respiração, flexionam os joelhos. Um deles vai para frente junto com a expiração e, quando se dobra o joelho, se inspira. O outro joelho é levado para frente junto com a expiração e, quando se abaixa o joelho, se inspira. Esse exercício é realizado de uma forma, gradativamente, mais rápida. Com este movimento, começam a caminhar pela sala. A professora fala para os alunos relaxarem os pés.

Sentem a energia que passa pelo corpo. Em pé, com os pés flexionados, inspira-se e, no momento de expirar, emite-se um “ss”, concentrando a energia na zona abdominal inferior. Cada participante deve seguir seu próprio ritmo respiratório. Tentam abrir espaço na zona sacra. Verificam se a respiração é calma, não necessariamente tem que ser larga. Agora, no momento de expirar, emitem um som como cada um desejar. O som segue o movimento dos braços para frente.

Depois, trabalhando em duplas, os dois em pé. Um participante (1) flexiona levemente os joelhos e seu companheiro se posiciona atrás dele, onde deve colocar suas mãos na zona sacra do primeiro. O participante (1) deve dar o peso do sacro a seu companheiro (2), sentindo como se as mãos

deste último fossem uma cadeira muito confortável. Agora, mudam de turno para que o companheiro realize o exercício.

Sentados no chão, com as pernas flexionadas, pés e mãos apoiados no chão, inspira-se e, no momento de expirar, baixam o tronco, flexionando os cotovelos, expirando como se estivessem rindo, mas sem som, só com ar. Inspira-se subindo o tronco, tendo como apoio as mãos. A professora diz que o importante é abrir espaço dos quadris e do sacro.

Posteriormente, deitados no chão, pernas flexionadas e pés apoiados no chão, inspira-se e, no momento de expirar, emite-se um “ss”. A professora diz para buscarem o apoio dos pés. Deve-se inspirar com o nariz e com a boca, realizando uma grande respiração, sem criar tensões no corpo. Abrir toda a zona das costelas.

Realiza-se a mesma respiração mas, desta vez, quando inspiram, imaginam que as costelas estão muito abertas e que a zona onde mais se está trabalhando é a zona abdominal inferior, sentindo a profundidade da respiração. Quando expiram, no último momento, quando não há mais ar, abaixam as costelas.

Trabalhando em duplas. É avisado que se alguém tem algum problema físico, é melhor não realizar esse exercício.

Os dois participantes se sentam no chão, com as pernas abertas. Um (1) de frente e o outro (2) atrás dele. O participante que se encontra de frente (1) deve esticar seus braços e ir para frente, junto com o tronco e com a expiração, seu companheiro (2) deve agarrar seu tronco (do participante 1) e o jogar para trás, junto com ele, inspirando os dois ao mesmo tempo. Ao inspirar, os braços do participante (1) ficam relaxados. Quando os dois participantes conseguem levar um ritmo determinado, pode-se acelerar um pouco. Depois, o companheiro (2), que se encontra atrás do participante (1), realiza uma massagem nas costas do seu companheiro (1).

Trabalha-se com ritmo-movimento-voz: os alunos caminham pela sala, para cada passo dado, deve-se emitir o som “há”. O ritmo vai depender de cada participante, mas deve ser sempre constante. A professora menciona

que o passo que devem realizar é como o de um soldado, firmes. Depois, realiza-se o mesmo exercício, mas com a diferença de que agora o ritmo pode mudar. A professora sugere que quanto mais acelerado for o ritmo, mais agudo deve ser o som e, contrariamente, se o ritmo é mais lento, o som deve ser mais grave. Tentam não correr, mas, se puderem, devem caminhar rápido. Devem buscar ritmos e sons diferentes.

Depois, realiza-se o mesmo exercício mas, desta vez, ao emitir o som, dizem o abecedário. Ou seja, cada letra do abecedário corresponde a um passo.

Trabalha-se com o peso do corpo: com as mãos na cintura, realizam um movimento de pé, flexionando o joelho. Posteriormente, realizam pequenos saltos com o pé, levando todo o peso do corpo para o chão. Quando o peso do corpo cai em um pé, deve-se emitir o som “há”, sendo este um som preciso, abrindo bem a boca. Agora, realizam o mesmo exercício, porém emitindo o som “há” quando não se tem o peso do corpo no pé (ou seja, no momento em que se tira o pé do chão).

Linda, aplaudindo, dá aos participantes um pulso determinado. Eles devem saltar com os dois pés juntos, seguindo este pulso e se movendo em um círculo (para frente, direita, atrás, esquerda). A ideia é que os pés caiam no chão no momento que surge o aplauso (pulso). Depois, seguindo este pulso, um participante salta uma vez, realizando um movimento de 180 graus e, no segundo pulso, salta o companheiro ao lado, e assim sucessivamente, até que todos os participantes consigam saltar. A professora menciona que a dificuldade desse exercício é a antecipação (ou seja, que o participante caia com os pés no chão antes do pulso).

Trabalha-se sons graves e agudos: próximos ao piano, emitem um som “há”, realizando um glissando descendente. Realiza-se o exercício baixando de tonalidade gradualmente. Quando os participantes chegam a emitir um som baixo, a professora diz que entrar neste som tão baixo é difícil, o lugar do corpo onde se realiza o som não é encontrado facilmente. Sugere que se imaginem como um rio, que faz som pelas pedras que passa. Os participantes tentam imaginar com a ajuda corporal, inclusive com o

movimento dos braços. Depois, emitem o som “o”, buscando um som mais escuro. Seguidamente, canta-se “o”, transformando-o num “a”. A ideia é que quando se emite a vogal “a”, encontre-se o mesmo espaço que a vogal “o” (mesma ressonância). Sobe-se de tonalidade gradualmente. Agora, emitem um som utilizando a palavra “glória”. É pedido que tentem sentir o significado dessa palavra, buscando o espaço e a energia dela no corpo. A professora diz também para tentarem ter convicção nos sons que são emitidos, se cantam é porque verdadeiramente querem cantar. Não é de grande importância se cantarem em desarmonia com o grupo. Os participantes utilizam o gesto de seus braços, levando-os para cima para cantar a palavra “glória”.

Agora, emitem a mesma palavra, mas utilizando diferente melodia. Canta-se com efeito glissando. Um dos participantes canta fora da tonalidade. A professora pede a todos os homens para se juntarem e cantarem ao mesmo tempo a melodia. Depois, o participante canta uma vez sozinho e, novamente, todos os demais cantam com ele. Uma vez realizado isso, o participante consegue cantar na tonalidade correta.

Agora, emitem “iu” (Dó uma oitava acima do Dó Central). É solicitado para que cada um busque a ressonância deste som em seu corpo.

Posteriormente, uma vez que o pianista escuta as vozes dos participantes, a professora lhe pede para tocar alguns acordes a partir do que escutou. Quando o pianista começa a tocar, os participantes cantam junto com a harmonia do piano. Desta vez, trabalham as variações, tentando perceber, sobretudo, a delicadeza do som (intensidade baixa). Agora, inventam palavras na melodia. A professora diz para experimentarem formas de articular o som.

Trabalha-se os sons médios, emitindo o som “hey”, levando os braços para frente. Realiza-se o mesmo exercício, mas desta vez tenta-se criar variações no som. É pedido que tentem moverem-se junto com o som.

Os participantes devem imaginar que falam uma língua africana, devem cantar imaginando que são africanos, utilizando a mesma ressonância

que têm trabalhado (ressonância do peito). Seguidamente, o pianista acompanha os participantes com uma música de estilo africano.

A professora menciona que os cantores de rock utilizam muito a ressonância do peito, pede ao pianista que toque um rock. Os participantes cantam junto com ele.

Trabalha-se a improvisação: Linda pergunta quem quer trabalhar a improvisação. Quem escolhe primeiro, improvisa junto ao piano. Enquanto o primeiro participante canta, a professora lhe diz para usar um pouco mais o silêncio, ou mudar a cor do som. Também menciona que numa improvisação não é necessário cantar todas as notas possíveis, às vezes é possível realizar muito com pouco, com simplicidade.

Esta participante diz à professora que estava com muita vergonha de cantar, porque não é atriz e não estava num personagem. Terminando o dia de trabalho, Linda lhe diz que, por ser a primeira vez, o seu trabalho ficou muito bom, que tem uma voz potente. Também lhe diz para não sentir vergonha, apenas para tentar desfrutar o que canta.

## **OITAVO DIA**

Começa-se o dia com alongamento: esfregam as mãos, tranquilamente, movimentando os braços para vários lados (cima, baixo, esquerda e direita). Esfregam a cara com as mãos, relaxam a mandíbula com o peso das mãos. Realizam pequenos movimentos com os dedos das mãos na cabeça, cara, orelhas e na zona da cervical. Realizam pequenos golpes nas costas com os punhos. Com as mãos, massageiam as costelas e o sacro, com intensidade moderada. Sobem a mão direita enquanto a esquerda toca as costelas direitas. O corpo se move em 180 graus para a direita e para a esquerda, mantendo os pés firmes no chão, inspirando e expirando junto com o movimento (movimento para a direita: inspiração / movimento para a

esquerda: expiração). Depois, realizam o mesmo exercício, porém mudam a mão. Tentam perceber que a força do movimento não é realizada a partir do tronco, mas sim na mão que se encontra na zona das costelas.

Realizam pequenos quiques com o corpo, flexionando levemente os joelhos, sem mover os pés do chão. O movimento de quique é realizado rapidamente, igual à respiração.

Deitados com as costas no chão, as pernas se juntam. Realizam um pequeno movimento ascendente e descendente com os pés, acompanhando a respiração. A boca se encontra um pouco aberta. É pedido para que cada participante realize o exercício em seu ritmo próprio, e para perceberem se há lugares em seus corpos que se encontrem limitados por falta de ar. Relaxam o corpo e suspiram, caso necessário.

Realizam movimentos leves com a cabeça para a direita e para a esquerda. Depois, realizam o mesmo exercício, porém agora pensando que a força do movimento é realizada pelos músculos que se encontram na zona anterior do pescoço.

Com os pés flexionados, inspiram e logo depois expiram emitindo um “ss”. Deve estar muito clara a direção do ar. A professora diz que é muito importante usar o tempo que for necessário para respirar, além disso, seguir o próprio ritmo de respiração. Agora, realiza-se o mesmo exercício, porém na expiração deve-se emitir um “a”, com um glissando descendente e sem tensionar a garganta. Depois, emitem a vogal “o” e observam que, nesse caso, são necessários mais músculos para trabalhar o “o” (abdominais laterais). Posteriormente, emite-se a vogal “e” e depois a “i”.

Na sequência, respiram em seu próprio ritmo, alongam o corpo da forma que cada participante desejar.

Na mesma posição que se encontram (no chão, pernas flexionadas), inspiram e, ao expirar, emitem um “s”, levantando levemente a cabeça com as mãos. Depois, realiza-se o mesmo exercício, porém agora, no momento de expirar, levantam os músculos e abrem as costelas.

Relaxa-se as costas, levando os joelhos para o peito e as mãos fixadas nos joelhos.

Os participantes ficam deitados, com os pés flexionados e no chão. Para trabalhar a tonicidade do corpo, inspiram e, no momento de expirar, levam os braços para os joelhos com as mãos fechadas. Além disso, os participantes criam movimentos ascendentes e descendentes de maneira acelerada junto com a expiração, emitindo um “ss”. Depois, realiza-se o mesmo exercício, porém muda-se o “ss” por um “a”. Depois, relaxam e se sentam vagarosamente.

Trabalha-se a língua. A ponta da língua vai atrás dos dentes inferiores e se cria um movimento ascendente e descendente com a zona média da língua, apoiando-a no céu da boca. Depois, mandam pequenos beijos com os lábios. Posteriormente, os participantes conversam com o companheiro ao lado, colocando a boca como se fossem dar um beijo.

Trabalha-se a relação ar-som. Emite-se a vogal “a”. A professora menciona que, no momento de expirar, deve-se primeiramente sentir como o ar sai do corpo e depois buscar o momento da entrada do som. Diz que existe uma diferença de espaço entre ar e som. Deve-se tentar abrir muito espaço no momento de emitir o som e também dar maior energia no começo do som. Fala para sentirem o “som aberto”. Agora, realizando o mesmo exercício, no momento de inspirar, pensam no som que se vai cantar. Depois, emite-se um “mm”, realizando um glissando ascendente e depois descendente. Sentir muito ar nos pulmões. A professora diz para “sentir o espaço aberto”, e que, para isso, é necessária maior pressão do ar, mas não imaginar que o ar vai para cima, chega à garganta e sai, porque desta forma se cria tensão. Para abrir um espaço maior, é necessário um trabalho maior das costas e da zona abdominal inferior.

Agora, realiza-se o mesmo exercício, porém utilizando o “si”.

A professora diz que há muitos lugares onde se pode apoiar o som. Normalmente, se fala da zona abdominal inferior. Também existe o apoio das

costas, como se trabalhou hoje. Tentam não apoiar o som na zona que se encontra entre as costelas. Esta zona deve estar “aberta e plana” todo tempo (nem muito para fora ou para dentro). Pensam nas costas e na parte do sacro, que devem se encontrar totalmente abertos. Realizando o mesmo exercício, canta-se uma melodia em forma de stacatto e a última nota se alarga. Posteriormente, canta-se utilizando as vogais “ia”. Utilizam as costas como apoio, dando abertura a esta zona junto com o sacro. Agora, emite-se o som das mesmas vogais, porém desta vez se trabalha a extensão vocal.

Trabalha-se com a vogal “u” numa certa tonalidade. A professora diz para tentarem dar movimento a este som, gerando vibrato. Sentirem que o som que se está cantando está em contato direto com o movimento (tanto do corpo quanto da emoção).

Depois, o pianista, ajudante da professora, começa a tocar uma música de tonalidade menor. A professora diz para escutarem primeiro a música e depois cantarem junto com o piano, utilizando a vogal “u” junto ao vibrato. A professora diz que o estilo que estão cantando é muito mais romântico.

A professora pergunta: o que acontece quando coloco corpo na voz? Diz para tentarem sentir a diferença quando se canta com o peito levado para frente e com o peito levado para trás. Também diz para tentarem explorar as diversas cores da voz; cantarem com um som mais “cru” (peito para fora) e depois passarem para um som mais lírico (peito para dentro).

Usando os conceitos de verticalidade, espaço e tonalidade do som, trabalha-se os agudos, médios e graves. Imaginam como podemos abrir estes espaços utilizando 3 respirações. Realiza-se o exercício de maneira grupal e depois individual.

Realizam improvisações individuais curtas. Trabalha-se o conceito de “oposição da pessoa”, ou seja, cada pessoa tem certos hábitos e, nesse exercício, se improvisa pensando em algo que não somos normalmente, como por exemplo, se sou uma pessoa doce, cantar de maneira agressiva,

ou se sempre cantei jazz, agora canto rock, etc. Esse exercício é realizado junto com o pianista, que improvisa em conjunto com o participante. Antes de cada improvisação, quando um participante vai cantar, os outros companheiros comentam, com carinho, como é este participante. Tentam formar uma imagem clara para que possa cantar, por exemplo: uma anciã que sente dor; um animal específico; ou uma “Maria Callas”.

Um dos participantes pergunta: Como sou? Quem sou? Seus companheiros dizem que ela deve cantar como uma pessoa rude, como uma gorda, com muito busto e ironia. O estilo pode ser salsa. Outros dizem que pode cantar como uma pessoa hiperativa ou como Celia Cruz.

Ela canta um estilo salsa, com uma voz de grande intensidade, com muito movimento de cintura e de braços, movendo-se agitada pela sala. Uma vez terminada sua improvisação, a professora comenta que ela não tem problema para dançar, porém para cantar sim.

Trabalha-se com improvisação livre: o pianista toca um estilo flamenco e os participantes devem cantar junto com a música. Depois, realiza-se uma improvisação individual curta.

=====

Finalizando o workshop, há um momento em que os participantes comentam o que viveram ao longo dos oito dias de trabalho. Finalizo esse capítulo com alguns desses comentários.

Um dos participantes menciona que cada pessoa tem seus limites, medos com a voz. Agradece a seus companheiros por lhe darem o respeito necessário para que sua voz se desenvolvesse e se libertasse. Outro participante diz que o clima do trabalho foi muito acolhedor, que ele “cresceu bastante”, como artista e pessoa. Termina seu comentário dizendo que foi “motivador”. Outro participante diz que esta experiência foi “comovente”, resgatando o que chamou de qualidade humana do trabalho. Para ele, esse trabalho com a voz foi especial e “espacial”, finaliza dizendo que o trabalho que se fez com a voz a relaciona, não apenas com a emissão dos sons, mas também com a vida, com os sentidos da vida que a voz traz à tona.

## 6. DISCUSSÃO E CONCLUSÃO

O trabalho vocal de Wolfsohn nasce da sua experiência pessoal, das vivências intensas; aquelas que deixaram marcas, que o modificaram e alteraram sua forma de viver, de pensar e de sentir. Wolfsohn toma essas marcas como base de seu trabalho. É a partir daí que, para ele, faz sentido trabalhar a voz.

A rigor, o trabalho de Wolfsohn não configura uma proposta terapêutica, porém o fato de construir sua concepção e suas formas de trabalhar a voz a partir de experiências intensas, faz com que seu trabalho cumpra funções terapêuticas, sobretudo relacionadas ao autoconhecimento e ao manejo dos conteúdos psíquicos implicados na produção e na preparação vocal.

Essa dimensão terapêutica, tanto para Wolfsohn quanto para Roy Hart advém da convicção de que a voz expressa a alma. Na prática, isso significava trabalhar a voz como um possível caminho de revelação dos pensamentos, desejos e sofrimentos do sujeito.

Para Wise (2012), os eventuais efeitos terapêuticos do trabalho vocal inspirado por Wolfsohn é uma consequência natural: não se pode trabalhar a voz sem entrar em contato com o íntimo, com as coisas pessoais do sujeito. Ela, que foi aluna de Roy Hart, acredita que o trabalho emocional se faz a partir e em conjunto com o trabalho físico.

No campo das sutilezas psicofísicas, no qual a voz se situa, o trabalho vocal não pode ser rígido, precisa ter parâmetros e, simultaneamente, ser maleável, dotado de flexibilidade para trabalhar a voz a partir das necessidades e da singularidade do aluno. Talvez esse seja o princípio angular da proposta de Wolfsohn, o que lhe confere visceralidade e delimita o solo a partir do qual de ação prática se desenvolve.

Wolfsohn levou os nexos psicofísicos da voz às últimas consequências, embora outros autores, antes e depois dele, também tenham

levado em consideração tais articulações. Por isso mesmo, este é um plano de convergência entre a obra de Wolfsohn e as obras de vários outros autores apresentados nesta pesquisa.

Goidanich (2010) e Bourschedid (2011) estão próximos da visão de Wolfsohn sobre trabalhar a voz no todo do corpo em sua inteireza psicofísica. Reich (1991) e Cavalari (2005) mencionam que se deve observar o homem como um ser singular. Considerar o sujeito como um ser inteiro e singular é também o que pensa Wolfsohn para sustentar sua proposta de trabalho vocal.

Na trilha aberta por Wolfsohn, Wise (2012) afirma que, para trabalhar a voz, primeiramente, é preciso entrar em contato consigo mesmo. Trabalho interno, processo de autoconhecimento, portanto também trabalho vocal. Nesse sentido, Wolfsohn auxiliava seus alunos a procurarem o autoconhecimento no trabalho vocal, e vice-versa.

Na experiência prática aqui apresentada, Linda Wise mostra que a voz sempre está acompanhada do movimento de todo corpo, em suas dimensões física e psíquica. Os exercícios que conduz procuram colocar os alunos em contato com esses nexos, acreditando que aprimorar a escuta ao corpo, bem como as habilidades e a prontidão para os movimentos físicos e emocionais envolvidos com a produção vocal, leva os alunos a compreenderem e a se apropriarem da voz, podendo usa-la de maneira mais plena e produtiva.

A obra clássica de Grotowsky e a, contemporânea, de Gayotto (2005) também trabalham, cada uma a seu modo, as relações psicofísicas na produção vocal. Ambos autores lembram, no entanto, que é bastante comum tais dimensões serem dicotomizadas na preparação vocal de atores, em detrimento de uma das duas dimensões, ou de ambas, acrescento eu. No canto não é muito diferente, Braga e Pederiva (2008) afirmam que a maioria dos cantores não têm consciência de que a voz é corpo, e que é frequente os cantores se preocuparem demais com a técnica vocal de maneira isolada e mecânica. Esta também era a percepção de Wolfsohn, daí a ênfase que concedeu à integração corpo/voz.

Tomemos um exemplo: o aquecimento corporal e vocal. Vários autores, tais como Mello e Andrada e Silva (2008), Scarpel e Pinho (2001), Foss e Keteyian (2000), Sataloff (1991) e Pérez-González (2000), referem a necessidade do aquecimento para o trabalho vocal. Na verdade, tal percepção, no levantamento que fizemos, parece consensual. Nele se trabalha a respiração, o alongamento, o postura corporal e o relaxamento muscular, mas nem sempre fica claro se o aquecimento é feito de modo a integrar esses aspectos e funções; igualmente nem sempre fica explícito se esse trabalho se faz a partir da integralidade do corpo, em suas faces psicofísicas.

Sob a inspiração de Wolfsohn, Wise (2012) reafirma que, sem a ideia de integralidade do corpo, não funciona bem a ação isolada sobre partes e funções do corpo. Também diz que se pode trabalhar o corpo para criar espaço ao som, o que pode dar a impressão de que seria eficiente exercitá-los separadamente. Para Linda, é preciso trabalhá-los conjuntamente, porque são faces do movimento que constitui a vida do corpo. Por sua vez, a percepção e a consciência do corpo pelo movimento se opera, principalmente, por meio das imagens corporais, por isso esses são importantes para orientar o aprimoramento vocal.

Vários autores, como Fiche (2004), e Guberfain (2004), concordam que a percepção corporal e vocal podem ser trabalhadas por meio de imagens. Não obstante, o que diferencia o trabalho de Wolfsohn dos demais autores pesquisados é que Wolfsohn dialoga com a psicanálise Junguiana.

Ao estudar as ideias de Jung, Wolfsohn buscou as imagens afetivo/corporais de suas experiências pessoais para fundamentar seu trabalho, para entrar em contato com o inconsciente e, dessa forma, enfrentar e superar barreiras relacionadas ao “lado escuro do ser”, tentando alcançar a expressão artística da voz. Expressão artística não apenas em sentido estético, mas como meio de (re)criar as condições de vida, por meio da elaboração das experiências, sobretudo daquelas que, pela dor e sofrimento, paralisam ou limitam as potencialidades pessoais, inclusive as vocais.

Desta maneira, como se observou também no trabalho prático com a Linda Wise, as imagens afetivo/corporais são um dos caminhos para chegar ao autoconhecimento do sujeito. No entanto, é bom lembrar que, segundo Braggins (2012), Wolfsohn acreditava que o autoconhecimento não deve se limitar à aquisição de uma visão sobre nós mesmos, mas também incluir a capacidade de se escutar.

Nesse sentido, as imagens afetivo/corporais são, portanto e ao mesmo tempo, uma construção primeiramente inconsciente, que envolve todos os sentidos, pois estes estão envolvidos nas sensações corporais que, uma vez representadas no psiquismo, são capazes de significar, permitindo a compreensão e a elaboração das experiências. Em uma palavra: autoconhecimento.

Em função disso, não é por acaso que uma das necessidades fundamentais e características do trabalho vocal de Wolfsohn é a escuta: escutar a si e ao outro. Se escutar a si é estratégia de autoconhecimento; esta só pode se efetuar, como disse Linda Wise na experiência aqui descrita, se também pudermos compartilhá-la. É preciso escutar o outro, nossa alteridade.

Escutar o outro, leva a não criar julgamentos e preconceitos, dá liberdade ao outro para se expressar, o que legitima também a nossa própria busca pela liberdade. No plano vocal, Wolfsohn pensa a liberdade como uma voz “sem amarras”, uma voz que se dispõe à aventura de conquistar-se na relação com o outro, com o mundo.

Era por isso que Wolfsohn acreditava ser importante escutar com total atenção a seus alunos, observar o que estavam procurando na vida, e como isso se refletia na voz. Ao dialogar com vários professores que conheceram Wolfsohn e, posteriormente, Roy Hart (Linda Wise, Kaya Anderson, Pascale Ben, Noah Pikes, Margaret Pikes), todos me disseram que o legado mais relevante que deixaram, Wolfsohn e Hart, foi a arte de aprender a escutar, a si e ao outro.

Em síntese, não existe um método de Wolfsohn para, por exemplo, aprender a cantar. Wolfsohn, através do canto, através da voz, ensinava cada aluno a lutar pela vida, a ama-la. Quando um aluno desafinava, não era problema, cada um tem necessidades e caminhos diferentes, canta por razões diferentes.

As indagações que a proposta vocal de Wolfsohn traz à tona, para aqueles que a experimentam, dizem respeito ao processo de autoconhecimento pela voz. As relações psicofísicas são complexas; para elas não há respostas apriorísticas e definitivas. Há experiências e respostas singulares, provisórias, temporais e históricas, inclusive em termos de preparação vocal.

Por isso, Wolfsohn se valeu do mito do cantor *Orpheus*, cuja busca da própria voz pode ser entendida como metáfora do caráter errante, variável e processual do humano, cujo canto representa a narrativa e os sentidos dessa aventura. A obra de Wolfsohn nos pareceu de início, e continua nos parecendo agora, pertinente e passível de entrar no debate contemporâneo sobre a preparação vocal de profissionais da voz, especialmente de cantores.

Enfim, na posteridade de Wolfsohn, sempre será preciso cantar.

## 6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, S.R, FONTOURA, D.R. Inter-relações entre fonoaudiologia e canto. *Música Hodie Rev Acad Mus*. 2007; 7(1):83-98.

BARBA, E. *Além das ilhas flutuantes* São Paulo: Hucitec, 1991.

BEHLAU, M., REHDER, M., PELA, S. O trabalho fonoaudiológico com corais. In: MARCHESAN Irene Q, ZORZI Jaime L, GOMES Ivone CD. *Tópicos em Fonoaudiologia 1997/1998*. São Paulo: Lovise; 1998. p. 529-541.

BEUTTENMULLER, D.G.M, LAPORT, N. *Expressão vocal e expressão corporal*. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1974.

BLAYLOCK, T. R. Effects of systematized vocal warm-up on voices with disorders of various etiologies. *J Voice*, v. 1, n. 13, p. 43-50, 1999.

BLOCH, P. *Falar bem é viver melhor*. Rio de Janeiro: Editora Nórdica, 1980.

BOURSCHEID, C.D.C. *Cantores que atuam/autores que cantam: barreiras, desafios e aprendizagens na prática artística interdisciplinar*. Trabalho de Conclusão de Especialização em Pedagogia da Arte – Faculdade de Educação – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2011.

BRAGA, A., PEDERIVA, P. A consciência corporal no âmbito de relação “corpo-voz”. XVIII Congresso de Associação Nacional de Pesquisa e Pós-Graduação (ANPPOM), Salvador, p. 210-212. 2008.

BRAGGINS, S. *A biographt of Alfred Wolfsohn: the mystery behind the voice*. Grã Bretanha: Matador, 2012.

CAMIGNION, P. *Aspectos biomecânicos: cadeias musculares e articulares método GDS noções básicas*. São Paulo: Summus, 2001.

CAVALARI, T. *Consciência corporal na escola*. Dissertação (Mestrado em Educação Física), Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

CHIOCHETTA, L. *A criação da cena teatral à luz do pensamento de Alfred*

Wolfsohn e Roy Hart. Revista "AspaS" – Nº 1 – 2011 – Anais do Primeiro Seminário de Pesquisas em Andamento do Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da Universidade de São Paulo.

CHIOCHETTA, L. MARAMBIO, D. Workshop Voz Expresiva [2012]. Academia de Actuación Fernando Gonzáles Mardones. Santiago, Chile. Entrevista concedida a Linda Wise.

COSTA, E. Voz e arte lírica – técnica vocal ao alcance de todos. São Paulo: Lovise; 2001.

CUNHA, M.C. Fonoaudiologia e psicanálise: a fronteira como território. 2ª ed. São Paulo: Plexus, 2001.

DAL FARRA, JB. Percursos poéticos da voz. São Paulo: Sala Preta, v.7, n.1, 2007.

DAMASIO, A. O erro de Descartes: emoção, razão e o cérebro humano. São Paulo: Companhia das Letras, 2010.

EDINGER, E. F. Encontro com o Self: Um comentário junguiano sobre as Ilustrações do Livro de Jó de William Blake. Trad Alípio Correia de Franca Neto. São Paulo: Cultrix; 1991. 95 p.

FACINCANI M., NOVAES R., FERRETTI, E., BEHLAU, M. Análise de parâmetros vocais e avaliação videolaringoscópica pré e pós-aquecimento vocal em cantores líricos. In: BEHLAU, M. A voz do especialista. Rio de Janeiro: Revinter; 2001. p. 151-161.

FENICHEL, O. Teoria psicanalítica das neuroses. Rio de Janeiro: Atheneu, 1986.

FERRACINI, R. (org). Corpos em fuga, corpos em arte. São Paulo: Hucitec, 2006.

FERREIRA, J.G.P. Preparação vocal do corista. Per Musi. Belo Horizonte, V.5/6, 2002. p. 112-119.

FICHE, N.R. Movimento da voz. In: Guberfain, Jane Celeste. (Org.). Voz em

cena. V. 1. Rio de Janeiro: REVINTER, 2004, p. 45-59.

FLASZEN, L; POLLASTRELLI C. (curadoria). O teatro laboratório de Jerzy Grotowski 1969-1969. Textos e materiais de Jerzy Grotowski e Ludwik Flaszen com um escrito de Eugenio Barba. São Paulo: Perspectiva: SESC-SP; Pontedera: Fondazione Pontedera Teatro, 2010.

FOSS MERLE, KETEVIAN, S. F – bases fisiológicas do exercício e do esporte. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2000.

GAYOTTO, L.U. Dinâmicas de movimento da voz. São Paulo: Rev. Distúrbios da Comunicação, 2005: 17(3): 401-410.

GELB, M. El cuerpo recobrado. España: Urano, 1987.

GIL J. Metamorfoses do corpo. Lisboa: Relógio D'Água; 1997.

GINSBOURGER, M. La voix de l'inouï: Le travail de voix au Roy Hart Theatre, hier et aujourd'hui. Le Souffle d'Or. 1996. 160 p.

GIMENO, P. F. & TORRES, G. B. (2009). Anatomía de la voz. España: Paidotribo.

GONÇALVES R.O., LIMA E SILVA, I.R., CARDOSO, F.A., BERESFORD, H.E. O valor da percepção do corpo para o conhecimento do espaço cênico: uma contribuição para a preparação vocal de atores de teatro baseada no pensamento de Merleau-Ponty. Salvador: Rev. REPERTÓRIO: Teatro e Dança, 2010. ISSN 2175-8131.

GROTOWSKY, J. Em busca de um teatro pobre. Rio de Janeiro, Civilização Brasileira, 1971.

GREINER, C. O corpo: Pistas para estudos indisciplinados. São Paulo: Annablume, 2005.

GUBERFAIN, J. C. (Org.) Voz em cena. Rio de Janeiro: Revinter, 2004. 123 p.

JACOBS, D.D.S, MARTINS, J.T. As vozes de Augustine. Anais do I

Seminário Internacional História do Tempo Presente. Florianópolis: UDESC; ANPUH-SC; PPGH, 2011. ISSN 2237-4078.

JUNG, C. G. Arquetipos e inconsciente colectivo. España: Paidós, 1970.

MCCALLION, M. The Voice Book. England: Faber and Faber, 1989.

MACDONALD, R. & NESS, C. Los secretos de la Técnica Alexander. □Evergreen, 2006.

MAULEON, C., FURNO, S. – Estado del arte en la voz cantada: formación del músico profesional: Intérprete y professor. 1er Encuentro Latinoamericano en Educación Musical – ISME, Bahia-Brasil, 1997.

MELLO, E.L, ANDRADA E SILVA, MA. O corpo do cantor: alongar, relaxar ou aquecer? São Paulo: Rev. CEFAC, 2008: 10(4): 548-556.

MILLER, D.; HART, R. Theatre of Being: A demonstration film of the work of the Roy Hart Theatre. [Filme-vídeo]. Produção de Dennis Miller, direção de Roy Hart. London, London studio, 1964. 31 min. son.

MOLINARI, P. Conhecer e expressar o indizível: O legado de Alfred Wolfsohn. Campo Limpo Paulista: FACCAMP, 2008. 125 p.

NEWHAM, P. The prophet of song: The life and work of Alfred Wolfsohn. Londres: London & Boston. 1997.

\_\_\_\_\_. The Psychology of Voice and the Founding of the Roy Hart Theatre. New Theatre Quarterly, 9. 1993. pp 59-65 doi:10.1017/S0266464X00007478.

\_\_\_\_\_. The singing cure – an introduction to voice movement therapy. Londres: Rider, 1993.

OLIVEIRA, D.S.F. Voz na arte: Uma contribuição para o estudo da voz falada no teatro. 2012. Disponível em: [www.profala.com/arttf77.htm](http://www.profala.com/arttf77.htm)

OLIVEIRA, I.B.; ALMEIDA, A.A.F.; RAIZE, T.; BEHLAU, M. (orgs.) Atuação Fonoaudiológica em Voz Profissional. São Paulo, 2011.

PEREZ-GONZALEZ, E. Iniciação à Técnica Vocal: para Cantores, regents de

coros, atores, professores, locutores e oradores. Rio de Janeiro: E. Pérez-González, 2000.

PIKES, N. Dark Voices: The Genesis of Roy Hart Theatre. New Orleans, Louisiana: Spring Journal Inc 2004.

PIRET, S., BEZIERS, M.M. A coordenação motora: aspecto mecânico da organização psicomotora do homem. São Paulo: Summus, 1992.

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

\_\_\_\_\_. Manual de terapia corporal como base da estética da voz e fala. Carapicuíba: Pró-Fono, 2000.

\_\_\_\_\_. Respire sim, mas não muito: ... a respiração como base auxiliar da partitura do ator [tese de doutorado]. São Paulo: Universidade de São Paulo, 1997.

RAMOS, A.L.M. A psicologia analítica de Carl Gustav Jung: apontamentos da aula. Área temática: estudos piagetianos & psicologia clínica e educacional. ETD – Educação Temática Digital, Campinas, v.6, n2, p.192-205, jun. 2005 - ISSN: 1676 – 2592.

REICH, W. Análisis del carácter. Barcelona: Paidós, 1991.

SANCHEZ, I.B. La voz: La técnica y la expresión. 1ª ed. España: Paidotribo. S.L, 2007. 432 p.

SATALOFF, R.T., M.D.,D.M.A - Professional Voice, The Science and Art of Clinical Care. 2ª edição, Singular Publishing Group, San Diego, 1991.

SCARPEL, R., PINHO S.MR. Aquecimento e desaquecimento vocal. In: Pinho S. Tópicos em voz. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2001. p. 97-104.

SCARPEL, R. Aquecimento e desaquecimento vocal no cantor. (Monografia - Especialização - Fonoaudiologia - Curso de Especialização em fonoaudiologia clínica - CEFAC). Salvador, 1999. 35 p.

SCHILDER, P. A imagem do corpo: as energia construtivas da psique. 3ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

SOBREIRA, S. Desafinação Vocal. 2ª ed. Rio de Janeiro, 2003.

SOUSA JM, ANDRADA E SILVA M.A, Ferreira LP. O uso de metáforas como recurso didático no ensino do canto: diferentes abordagens. São Paulo: Revista Soc Bras Fonoaudiol. 2010: 15(3): 317-28.

STEIN, M. Corpo e palavra: caminhos da fala do ator contemporâneo. Dissertação (Mestrado em Teatro) – Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 2006.

WARBURTON, P. A voz integrada: uma análise das preposições de Grotowski, Barba e Staniewski para o treinamento vocal e sua aplicação na preparação vocal do ator. Dissertação (Mestrado em Artes Cênicas) – Escola de Teatro – Escola de Dança, Universidade Federal de Bahia, Salvador, 2005.

WOLFSOHN, A. Orpheus or the Way to a Mask. Versão eletrônica publicada. Abraxas Publishing, Connecticut: 2011.

ZWEIG C, A.J. Ao encontro da Sombra. Cultrix São Paulo, 1994.

## 6.1 BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

ALEIXO, F. A voz (do) corpo: memória e sensibilidade. Urdimento – Revista de Estudos Pós-Graduados em Artes Cênicas/Universidade do Estado de Santa Catarina. Programa de Pós-Graduação em Teatro – Vol 1, n.6 (Dez. 2004) – Florianópolis: UDESC/CEART, 2004.

BACKES, L. B. Voz e emoção: Provocações a partir de Wolfsohn, Roy Hart e Pantheatre. 139 f. Dissertação (Mestrado em Artes Cênicas) – Instituto de Artes, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2010. Disponível em

<<http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/26996/000762933.pdf?sequence=1>>. Acesso em: 28 Jun. 2011.

CAMPBELL, P.G. A voz integrada: Uma análise das proposições de Grotowski, Barba e Staniewski para o treinamento vocal e sua aplicação na preparação do ator. Dissertação (Mestrado em Artes Cênicas) – Escola de Teatro – Escola de Dança, Universidade Federal de Bahia, Salvador, 2005.

CAMPIGNION, P. Respirações: A respiração para uma vida saudável. São Paulo: Summus. 1998. 144 p.

Centre Artistique International Roy Hart. Disponível em: <<http://www.roy-hart-theatre.com>>. Acesso em 6 de jan. 2011.

Centro de Estudos de Voz Wolfsohn. Disponível em: <<http://www.vozwolfsohn.com>>. Acesso em 18 de maio. 2011.

CHENG, C.S. El tao de la voz. Espanha: Gaia Ediciones. 1991. 156 p.

COELHO, H.W. Técnica vocal para coros. 8ª ed. São Leopoldo, RS: Sinodal, 2005. 76 p.

COSTA, E.O.; ANDRADA E SILVA, M. A. Voz Cantada: Evolução, Avaliação e Terapia Fonoaudiológica. São Paulo: Lovise. 1998.

DAMASIO, A. O mistério da consciência. São Paulo: Companhia das Letras, 2011.

\_\_\_\_\_. Em busca de Espinosa: prazer e dor na ciência dos sentimentos. São Paulo: Companhia das Letras, 2009.

DINVILLE, C. A técnica da voz cantada. 2ª ed. Rio de Janeiro: Enelivros. 2008.

DRAKE, J. Postura sana. Barcelona: Martínez Roca. 1992. 140 p.

ESTIENNE, F. Voz falada Voz cantada: Avaliação e Terapia. Revinter. 2004.

FERRARI, R. Movimento Vocal: A fonoaudiologia na formação do ator sob a inspiração de Rudolf Laban. Dissertação (Mestrado em Fonoaudiologia), Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2006.

FERREIRA, L. P. Voz profissional: o profissional da voz. 2ª ed. Pró-fono Departamento Editorial. 1998.

GARCIA, L. Tu voz, tu sonido. España: Díaz de Santos. 2003.

GAVA J.W; FERREIRA, L.P, ANDRADA E SILVA, M.A. Apoio respiratório a voz cantada: perspectiva de professores de canto e fonoaudiólogos. Rev. CEFAC [online]. 2010, vol.12, n.4, pp. 551-562. Epub May 28, 2010. ISSN 1516-1846.

GONÇALVES R.D.F, COELHO C.M. Avaliação de alguns aspectos representativos para a ocorrência de alterações vocais em atores de teatro. FIEO BULLETIN – Vol. 80 – Special Edition – ARTICLE I – 2010.

MARAMBIO, D.I.; SILVA, L.V. Canto corporal: el camino hacia una voz libre. 2010. 180 f. Tese (Graduação em Música e Som) - Universidad Uniacc, Santiago de Chile. 2010.

MOLINARI, P. Pedagogia Wolfsohn. WEA 2007, IV Workshop Multidisciplinar sobre Ensino e Aprendizagem. Campo Limpo Paulista (SP): FACCAMP, 2007.

LOUZADA, P. As bases da educação vocal. Rio de Janeiro: O livro médico. 1982

MOTA, A.C.G. Aquecimento e desaquecimento vocal. São Paulo: CEFAC, 1998.

NEWHAM, P. The Psychology of Voice and the Founding of the Roy Hart Theatre. New Theatre Quarterly, 9. 1993. pp 59-65 doi:10.1017/S0266464X00007478.

\_\_\_\_\_. Jung and Alfred Wolfsohn. Journal of Analytical Psychology. 1992. 37: 323–336. doi: 10.1111/j.1465-5922.1992.00323.x.

PEREZ, F.G.; GALLARDO, B.T. Anatomía de la voz. España: Paidotribo. 2009.

PEREIRA PFA, PENTEADO RZ. Desenhos e depoimentos: recursos para investigação da percepção e do conhecimento vocal. Rev. CEFAC, 2007; 9(3): 383-396.

PINHEIRO, N.J; COSTA, P. Algumas notas sobre o conceito de individuação em Jung e Simondon: pensando a natureza das novas mediações técnicas. Congresso LUSOCOM, Universidade Lusófona, Lisboa, 14 e 15 de Abril de 2009. Ver em:

[http://neves.paginas.sapo.pt/SOPCOM\\_Neves\\_P\\_Costa\\_Abril2009.pdf](http://neves.paginas.sapo.pt/SOPCOM_Neves_P_Costa_Abril2009.pdf)

RAMOS, L. A psicologia analítica de Carl Gustav Jung: apontamentos de aula The analytical psychology of Carl Gustav Jung: notes of lesson. **ETD - Educação Temática Digital - ISSN 1676-2592**, América do Norte, 6, nov. 2008. Disponível em:

<http://www.fae.unicamp.br/revista/index.php/etd/article/view/1664>. Acesso em: 22 Ago. 2011.

SCHILDER P. A imagem do corpo: as energia construtivas da psique. 3 ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

SOUZA, L. A. P. Objetividade, subjetividade e um caminho pelo meio. Revista Distúrbios da Comunicação, São Paulo, v.12, n.1, p.11-20, 2000.

SARTRE, J.P. A imaginação. Porto Alegre: L&PM POCKET, 2011.

TEIXEIRA, S. B. A arte de cantar. Campinas 1976.

## 7. ANEXO



**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO**  
**COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA DA PUC-SP**  
**SEDE CAMPUS MONTE ALEGRE**

**Protocolo de Pesquisa nº 207/2011**

**Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde**  
**Programa de Estudos Pós-Graduados em Fonoaudiologia**  
**Orientador(a): Prof.(a). Dr.(a). Luiz Augusto de Paula Souza**  
**Autor(a): Denisse Elena Iturra Marambio**

**PARECER** sobre o Protocolo de Pesquisa, em nível de Dissertação de Mestrado, intitulado **Voz humana sem amarras: uma abordagem a partir do método Wolfsohn**

**CONSIDERAÇÕES APROVADAS EM COLEGIADO**

Em conformidade com os dispositivos da Resolução nº 196 de 10 de outubro de 1996 e demais resoluções do Conselho Nacional de Saúde (CNS) do Ministério da Saúde (MS), em que os critérios da relevância social, da relação custo/benefício e da autonomia dos sujeitos da pesquisa pesquisados foram preenchidos.

O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido permite ao sujeito compreender o significado, o alcance e os limites de sua participação nesta pesquisa.

A exposição do Projeto é clara e objetiva, feita de maneira concisa e fundamentada, permitindo concluir que o trabalho tem uma linha metodológica bem definida, na base do qual será possível retirar conclusões consistentes e, portanto, válidas.

No entendimento do CEP da PUC-SP, o Projeto em questão não apresenta qualquer risco ou dano ao ser humano do ponto de vista ético.

**CONCLUSÃO**

Face ao parecer consubstanciado apensado ao Protocolo de Pesquisa, o Comitê de Ética em Pesquisa da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – PUC/SP – Sede Campus Monte Alegre, em Reunião Ordinária de **12/09/2011**, **APROVOU** o Protocolo de Pesquisa nº **207/2011**.

Cabe ao(s) pesquisador(es) elaborar e apresentar ao CEP da PUC-SP – Sede Campus Monte Alegre, os relatórios parcial e final sobre a pesquisa, conforme disposto na Resolução nº 196 de 10 de outubro de 1996, inciso IX.2, alínea “c”, do Conselho Nacional de Saúde (CNS) do Ministério da Saúde (MS), bem como cumprir integralmente os comandos do referido texto legal e demais resoluções do Conselho Nacional de Saúde (CNS) do Ministério da Saúde (MS).

São Paulo, 12 de setembro de 2011.

  
 Prof. Dr. Edgard de Assis Carvalho  
 Coordenador do Comitê de Ética em Pesquisa da PUC-SP