



LUGAR ESPECÍFICO

EXPERIÊNCIA INTEGRAL DE UM ESPECTÁCULO

Lugar Específico - entre Arte e Educação



OBJETIVOS

PROCESSAMENTO COLECTIVO DE
UMA EXPERIÊNCIA DE ESPECTÁCULO

- Documentação corporal
- Expressão artística
- Co-criação de significado e compreensão colectiva

MATERIAIS

- Papel A3
- cores (lápis de cera, marcadores, óleos pastel, etc.)
- Papel A4 e canetas para notas

PREPARAÇÃO

- Escolher um espetáculo cultural: teatro, dança, concerto, novo circo, actuação, etc.

INTRODUÇÃO

Assistir a atuações culturais (teatro, dança, música, etc.) pode trazer benefícios para a saúde e o bem-estar.

Várias pessoas podem estar todas no mesmo espectáculo e cada uma terá uma experiência diferente. Cada experiência é única e, quando partilhada, pode enriquecer a experiência e perspetiva de todos. Ao mesmo tempo, durante a experiência de um espetáculo, podemos ter uma sensação de união com os outros espectadores, através da linguagem universal da arte.

PASSOS

1. Antes do espetáculo: O facilitador propõe um exercício orientado para trazer os participantes ao aqui e agora. Pode ser tão simples como pedir aos participantes que fechem os olhos e respirem profundamente três vezes, ou outro exercício da escolha do facilitador.

2. Depois do espetáculo: O facilitador deve encontrar um espaço que seja calmo, como uma sala privada dentro do edifício do espetáculo ou um jardim próximo. / **Corpo** - „O que se passa contigo agora”? • O nosso corpo regista todas as experiências e, por isso, a sua expressão é uma grande fonte de documentação. Primeiro, os participantes fecham os olhos e tentam expressar através do corpo o que está com eles agora como ressonância do espetáculo. • Depois os participantes formam pares: um irá mover-se para expressar, não o que estava no espetáculo, mas o que está presente no seu corpo, durante 1 min, enquanto o outro observa. Depois o observador tenta replicar o movimento que testemunhou. • Em seguida, trocam de papéis. O novo “performer” leva algum tempo de olhos fechados para voltar à sua experiência do espetáculo e ao movimento que fez antes de se juntar a um par. Depois do performer fazer então o novo movimento, o observador tenta replicar o que viu. / **Expressão artística** - „O que chamou a tua atenção”? • Os participantes desenharam num papel a cena/parte do espetáculo de que mais gostaram. Depois, um a um, apresentam-na e explicam porque é a sua preferida. / **Natureza** - „Sobre o que era o espetáculo”? • Os participantes formam pequenos grupos de 3-4 pessoas para dialogar sobre o que pensam ser a natureza do espetáculo, tendo em conta: **Fogo:** Qual foi a força/luz do espetáculo? **Água:** Como é que fluiu? **Terra:** Em que princípios estava enraizada? **Ar:** O que é que te inspira a fazer/ser? Depois cada grupo partilha as suas ideias com os outros no grupo maior.

EXPERIÊNCIA INTEGRAL DE UM ESPETÁCULO



REFLEXÃO

- Como te sentiste durante cada parte da atividade?
- O que aprendeste sobre ti próprio, sobre os outros e sobre o espetáculo?
- Como pensas que esta atividade pode contribuir para a construção da resiliência individual/grupo?

COMENTÁRIOS

- Num espetáculo podemos projetar o nosso mundo interior e experimentá-lo através dos artistas, para nos permitir aliviar emoções fortes através de catarse ou mesmo ser capazes de ver situações de uma perspetiva exterior.
- A experiência em si mesma é um convite a viver o momento presente, para nos ligarmos a algo que acontece fora de nós ao mesmo tempo que o envolvemos com o nosso mundo interior, com a nossa compreensão e experiência única do mesmo.
- Através da tragédia grega, as pessoas costumavam enfrentar em conjunto as trevas da existência humana, fomentando a compaixão e a compreensão.
- Matthew Hancock, um político do Reino Unido, lançou aquilo a que chama uma „dieta artística” para todos: „As artes não são apenas um direito de cada um de nós na busca da verdade e da expressão da condição humana. Está cientificamente provado que o acesso às artes e às atividades sociais melhora a saúde física e mental dos indivíduos”.