

IMPLICAÇÕES CRIATIVAS DE UM CORPO CÊNICO-MARCIAL¹

Débora Zamarioli²

RESUMO

Desde 2007, dedico-me à prática da arte marcial chinesa *kung fu* estilo *ChoyLayFut* e seu diálogo com o treinamento/preparação de atores/performers e possíveis resultantes criativas. A reflexão se dá a partir do estudo da concepção corporal dessa arte marcial fundamentada na Medicina Tradicional Chinesa, que integra meridianos ou canais de energia em sua prática e teoria do corpo. Nesse sentido, em diálogo com os estudos do corpo entre Ocidente e Oriente realizados pelo filósofo japonês Yuasa Yasuo (1925-2005), exploro como diferentes paradigmas anatômicos modificam as formas de praticar e criar do ator/performer.

Palavras-chave: Treinamento de atores.Arte marcial.Medicina tradicional chinesa.

INTRODUÇÃO

Em chinês, *Kung-fu*, conhecido no Ocidente como uma técnica de combate, significa literalmente “a habilidade para resistir”. Ela tem, entretanto, muitos outros significados: é o nome da arte nacional, mas também se refere a qualquer disciplina, capacidade ou habilidade que é dominada somente por esforço contínuo. [...] Para um ator, ter *Kung-fu* significa “estar em forma”, ter praticado e continuar a praticar um treinamento peculiar, mas também significa possuir aquela qualidade especial que o faz vibrar e o torna presente, e que indica que ele dominou todos os aspectos técnicos de seu trabalho. (BARBA; SAVARESE, 1995, p.74-75)

Para estudar qualidades como presença e energia vinculadas ao trabalho do ator, Barba e Savarese identificam e aproximam conceitos e práticas de técnicas orientais, tais como “*prana* ou *shakti* na Índia; *Koshi*, *ki-hai* e *yugen* no Japão; *chikara*, *taxu* e *bayu* em Bali; *Kung-fu* na China” (BARBA; SAVARESE, 1995, p.74). Entretanto, ao avizinhar essas expressões e adaptá-las a um tipo de treinamento de ator, os pesquisadores tendem a generalizar a cultura de origem dessas técnicas,

1 Esse artigo foi apresentado na sessão de comunicação Treinamento do Ator/Cena Híbrida na I Semana Acadêmica do Curso de Teatro da UFSJ no dia 13 de outubro de 2014. O trabalho é parte da pesquisa de doutoramento “O Cultivo de si: treinamento de ator e a reinvenção do sujeito”, em desenvolvimento na Universidade do Estado de Santa Catarina sob orientação da Profa. Dra. Maria Brígida de Miranda.

2 Docente da Universidade Federal de Santa Catarina, nas áreas de atuação e corpo e pesquisadora do PACT, Grupo de Pesquisa em Artes Cênicas e Tecnologia da UFSC, onde é responsável pela linha de pesquisa Estratégias de Autocultivo e Criação, que propõe práticas de treinamento corporal, tais como o *kung fu* e o *yoga*, como meio de reinvenção subjetiva do artista. Atualmente, dedica-se à formação doutoral no programa de pós-graduação em Teatro da Universidade do Estado de Santa Catarina, sob orientação da Profa. Dra. Maria Brígida de Miranda. Mestre em Artes Cênicas pela USP, onde desenvolveu a pesquisa Cartografia de um Corpo Cênico: extração e codificação de matrizes corporais através do método Body-MindCentering®. Atuou e dirigiu espetáculos do grupo Teatro de Senhoritas da cidade de São Paulo. Desde 2007, dedica-se ao treinamento da arte marcial chinesa *kung fu* estilo *ChoyLayFut* no Instituto de Kung Fu Shaolin em São Paulo. Contato: debora.zamarioli@ufsc.br

sem fazer distinção entre as especificidades de estilos, países, metodologias, linguagens e percepções sobre o corpo. Por exemplo, sobre a arte marcial chinesa, foco desse estudo, o historiador José Otávio Aguiar esclarece:

A China possui uma história milenar de rebeliões, batalhas, disputas pelo poder e vasto desenvolvimento filosófico e intelectual. Está em uma vasta região, ocupada por dezenas de etnias com histórias e idiomas próprios. Comunidades que, ao longo do tempo e diante das necessidades, desenvolveram suas próprias técnicas de combate corporal com e sem armas. Ao contrário do que somos levados a crer, portanto, a história nos leva a perceber que não existe apenas uma arte marcial chinesa, mas dezenas de artes marciais chinesas, das quais algumas chegaram até nós. (AGUIAR, 2009, p.614)

Nesse sentido, proponho uma atenção mais cuidadosa e, ao mesmo tempo, desmistificada sobre a cultura chinesa e suas artes marciais a fim de aproximar conceitos estrangeiros, possibilitando-nos um olhar mais difuso e maleável sem a necessidade de buscar autenticidades ou verdades unilaterais, mas sim possibilitar encontros que expandam nossos próprios padrões de pensamento. Para isso, nesse artigo exponho as especificidades do esquema corporal de Yuasa (1993) em diálogo com minhas experiências no treinamento de *kung fu* e atuação.

ESPECIFICIDADES DO CORPO

Como podem percepções de algo tão básico e íntimo como o corpo se diferenciarem tanto (KURIYAMA, 1999, p.8)?³

³ How can perceptions of something as basic and intimate as the body differ so (KURIYAMA, 1999, p. 8).

FIGURA 1

Hua, Shou. Jushikeihakki. 1341.



Fonte: Disponível em: <http://www.nlm.nih.gov/>. Acesso em: 20 out. 2014.

FIGURA 2

Vesalius, Andreas. De humanicorporis fabrica libri septem. 1543.



Fonte: Disponível em: <http://www.nlm.nih.gov/>. Acesso em: 20 out. 2014.

Ambas as figuras representam esquemas corporais. A da direita esquematiza o meridiano da vesícula biliar e seus pontos de acupuntura, fundamentos na Medicina Tradicional Chinesa, enquanto que a esquerda compõe o sistema muscular desenhado durante o renascimento italiano para o atlas de

anatomia da época. Longe de criar oposições ou de limitar e generalizar as representações sobre os corpos orientais e ocidentais, essas imagens proporcionam tensões acerca do discurso sobre o corpo desenvolvido em cada tradição. Essa discussão é desenvolvida pelo pesquisador em medicina comparada Shigehisa Kuriyama que percebe que as diferentes formas de tocar, ver e ser o corpo moldam personalidades e percepções em diferentes sociedades (KURIYAMA, 1999).

Professor de filosofia e ética e praticante de yoga, o filósofo japonês Yuasa Yasuo se debruçou sobre as teorias do corpo-mente concebidas na filosofia, psicologia e medicina ocidentais e orientais, principalmente do Japão, China e Índia, discutindo-as em uma perspectiva contemporânea. Yuasa aprofundou as teorias do corpo ao entender que a unidade do corpo-mente não é uma circunstância natural, mas sim um estado a ser alcançado a partir de treinamento entendido como cultivo de si (QUILICI, 2011). Para entender como se vive o corpo por ele mesmo, o conceito de esquema corporal de Yuasa possui uma visão sistêmica e se compõe em quatro circuitos de sistemas de informação interligados: circuito sensório-motor, circuito coenestésico, circuito emoção-instinto e circuito do inconsciente *quasi*-corpo (YUASA, 1993).

Em linhas gerais, o circuito sensório-motor se relaciona aos órgãos do sentido e às respostas motoras; o circuito coenestésico se subdivide em dois, um deles informa ao corpo sua localização e sua condição em relação a ele mesmo e ao ambiente externo (circuito cinestésico), e o outro informa as condições dos órgãos internos e vísceras (circuito somatossensorial); o circuito emoção-instinto enfatiza a regulação da vida por meio do sistema nervoso autônomo; e o circuito *quasi*-corpo reconhece a presença do sistema de meridianos ou canais de energia, estabelecendo a energia *qi*,⁴ fundamento da Medicina Tradicional Chinesa, como um conceito psicofisiológico.

Como explica o médico e especialista em *Chi Kung*,⁵ Dr. Yang, Jwing-Ming (1997), na visão da Medicina Tradicional Chinesa o *qi* é a energia interna responsável pela funcionalidade e proteção dos órgãos, pela renovação do sangue, pela nutrição dos tecidos corporais, pela abertura e fechamento dos poros da pele,

4 *Chi, ch'i* ou *ki* são grafias encontradas para o mesmo princípio energético.

5 Métodos de harmonização da energia a partir da respiração, intenção e postura.

pela defesa do organismo contra agentes externos, como o vento, e pelas regulações da respiração, da fala e dos batimentos cardíacos. Sua grafia é formada por dois ideogramas: nada e fogo. Dessa forma, *qié* sem fogo, ou seja, quando os órgãos recebem a quantidade certa de *qi*, eles não superaquecem (YANG, 1997).

Para a narrativa deste artigo, focalizaremos a atenção nesse último circuito, do inconsciente *quasi*-corpo, que traz a especificidade do discurso corporal. Em resumo,⁶ de acordo com Yuasa (1993), os meridianos fundam a base da teoria do corpo na Medicina Tradicional da China. São doze meridianos regulares que conectam os membros mais distantes, o sistema límbico – responsável pela vida emocional e pela memória – com a cabeça e órgãos viscerais. Há oito meridianos irregulares que funcionam como reservatórios de energia *qi*, provendo energia para as células do sangue que são capazes de estocá-la, transportá-la e distribuí-la para todos os sistemas e tecidos corporais.

FIGURA 3

Hua, Shou. JushikeiHakki. 1341.
Meridiano do Pericárdio.



Fonte:Disponível em <http://www.nlm.nih.gov/>. Acesso em 19/02/2015.

6 Além da teoria dos meridianos, a Medicina Tradicional Chinesa é fundamentada na teoria dos cinco elementos e na teoria yin yang. Nossa intenção não é fazer um resumo da medicina tradicional chinesa nem mesmo interpretá-la do ponto de vista clínico. Apenas recortamos aspectos que nos auxiliam a pensar sobre especificidades do corpo em diálogo com formas de treinamento e preparação de atuantes. Para aprofundar-se na leitura acerca da Medicina Tradicional Chinesa, recomendo a leitura de MACIOCIA, 1996.

Mais comumente conhecidos, os pontos de acupuntura se situam ao longo desses meridianos que percorrem a superfície do corpo (alguns meridianos também circulam no interior do corpo) e são localizações importantes para identificar mudanças patológicas em algum órgão ou víscera. Quando localizados nos membros distais (mãos, pés e cabeça), eles são entendidos como poços de energia em comunicação com o mundo externo (FIG. 2). Nesse sentido, Yuasa entende que o corpo na Medicina Tradicional Chinesa é concebido como um sistema de comunicação com o mundo externo:

[...] A medicina oriental, desde o início, entendeu o corpo como um sistema aberto conectado com o mundo externo. Ao fazê-lo, concebeu que, embora não detectado pela percepção sensorial, há uma troca de energia vital de algum tipo entre corpo e mundo externo, isto é, há uma absorção e uma liberação de *ki*⁷ entre eles. Aqui, temos uma visão do ser humano como um microcosmo correspondente ao universo como macrocosmo, e o corpo humano como um canal para o fluxo de *ki* do universo. (YUASA, 1993, p.106-107)⁸

Desse ponto de vista, a circulação de *qi* regula e integra inconscientemente o entendimento de mundo interno (corpo-mente) e de mundo externo (ambiente), sendo um a continuidade do outro. Nesse sentido, a energia *qi* é a responsável pela conexão entre o corpo-mente e o ambiente de forma inconsciente cotidianamente, e de forma consciente por meio de treinamento de manipulação dessa energia. De acordo com a tradição chinesa, a energia *qi* pode ser manipulada pela inserção de agulhas em técnicas de acupuntura, treinos de *Chi Kung* e artes marciais (*Kung Fu*), métodos de meditação estáticos ou em movimento, massagens, moxabustão, acupuntura auricular, fitoterapia e dietas alimentares. Mas, como essa concepção de corpo ou esse trânsito de energia se dá na prática marcial de *kung fu*? Quais são suas implicações para o campo de treinamento de atores/performers?

7 Optamos por manter a grafia utilizada pelos tradutores dessa obra.

8[...] Eastern medicine has from the outset understood the body as an open system connected to the external world. In so doing it has conceived that, although undetectable by sensory perception, there is an exchange of life-energy of some sort between the body and the external world, that is, there is an absorption and release of *ki* between them. Here we see a view of the human being as a microcosm corresponding to the universe as a macrocosm, and of the human body as a vessel for the flow of *ki* in the universe (YUASA, 1993, p. 106-107).

EM TREINAMENTO MARCIAL

[As artes marciais] insistem na necessidade que temos de sentir os fluxos interiores de energia, de liberá-los, de perceber nosso ambiente de forma intuitiva e de conseguir uma harmonia com nosso “oponente”, de tal forma que o combate se transforme numa dança de sentimentos mutáveis. (PAYNE, 1997)

Em consonância com o pesquisador de artes marciais Peter Payne, o filósofo japonês afirma que “uma estratégia ofensiva para controlar o oponente é atacar os meridianos e pontos de acupuntura onde o oponente emite o *ki*” (YUASA, 1993, p.76).⁹ Por essas sugestões e pela prática regular, percebo que, no treinamento de *kung fu*, o fluxo entre interno e externo se estende para além do espaço e considera o outro (ou o oponente) como parte do trânsito energético. Ou seja, como aponta Yuasa, “para o sucesso da execução técnica correta, a mente deve apreender o sentimento de que seu próprio fluxo *ki* se tornou uníssono ao fluxo do oponente” (YUASA, 1993, p.76).¹⁰ Para alcançar esse tipo de sutileza sensorial durante um combate, o treinamento proposto pela organização de *kung fuda* qual faço parte¹¹ exige dedicação para aspectos externos (técnicas de luta e condicionamento físico) e internos (desenvolvimento do *qi*). Em 2007, iniciei o treinamento na arte marcial chinesa *kung fu* estilo *ChoyLayFut* no Centro de Treinamento Kung Fu Shaolin (CTKFS)¹² em São Paulo/SP. Esse estilo, introduzido no Brasil em 1992¹³ pelo Mestre Daniel Tomizaki, apresenta características de cinco animais: tigre, pantera,

9 [...] meridians and acu-points are to be cultivated in martial arts; they are at the same time both killing and saving points. For example, one offensive strategy for controlling an opponent is to attack on the meridians or acu-points where an opponent's *ki* is emitted (YUASA, 1993, p. 76).

10 “for successful execution of correct technique the mind must apprehend the feeling that the flow of one's *ki* has become unified with that of an opponent” (YUASA, 1993, p. 76).

11 Os métodos de ensino-aprendizagem variam de acordo com cada escola e estilo de arte marcial. Como exemplo podemos citar o sistema de faixas, utilizado primeiramente no fim do século XIX pelos japoneses Jigoro Kano, fundador do judô Kodokan, e Gichin Funakoshi, pai do karatê moderno, com o intuito de indicar o nível técnico de seus alunos. Longe de ser universal, o sistema de faixas depende de cada organização marcial, bem como a utilização de uniformes, a participação em competições, a corrente filosófica e religiosa, a utilização de sons aliados aos golpes, entre outros.

12 O Centro de Treinamento Kung Fu Shaolin foi inaugurado em 19 de novembro de 1998, sob responsabilidade do Sifu Alexandre Mazzoni em São Paulo/SP. O CTKFS integra a *International Traditional Kung Fu Association*, formada em 2009 pelo Mestre Daniel Tomizaki (EUA) e Mestre Marco Serra (Brasil) com a missão de preservar o *kung fu* tradicional.

13 Essa data pode variar de acordo com a árvore genealógica adotada por cada academia de *ChoyLayFut* e sua organização correspondente. No caso do Centro de Treinamento Kung Fu Shaolin, filiado à *International Traditional Kung Fu Association*, o estilo desenvolvido por Chan-Heung é continuado pelos mestres JeungHungSing, Leung Gwai, PoonDik, Lee KoonHung, Tat Mau Wong, Daniel Tomizaki e Marco Serra.

garça, serpente e dragão, e combina uma variedade de técnicas de mãos, chutes e armas, tais como bastão, lança, facão, corrente, ente outros.

No começo das minhas experiências no *kung fu*, encontrei um vasto horizonte sobre o corpo em situação de combate. Em sua grade de ensino, essa organização prevê uma sequência de habilidades que devem ser adquiridas pelo aluno de acordo com sua posição no sistema de faixas, sendo a faixa preta a décima etapa, sucedida por dez graus de desenvolvimento. Dentro dessas habilidades estão os aprendizados de: formas (*katisou taolus*), que são golpes encadeados realizados geralmente individualmente para compreensão e treino de foco, precisão e utilização das técnicas; aplicações, que se compõem de sequências pré-determinadas de ataque e defesa, realizadas em dupla, para treinar o controle da força, a eficácia da técnica, o aprimoramento da velocidade de reação e fortalecimento (calejamento) de regiões específicas do corpo; técnicas de chutes; técnicas de combate desportivo, conhecido como Boxe Chinês (*sanshou, san da e lei tai*); e técnicas de luta combinada, que é a luta tradicional propriamente dita, composta por técnicas próprias do estilo, capazes de invadir a guarda do oponente e atingir pontos vitais. Além disso, durante o desenvolvimento das aulas são aprendidas algumas técnicas de *Chi Kung* com sequências que devem ser realizadas com números específicos de repetições e em ordem pré-estabelecida. A princípio, tudo é aprendido por imitação e repetição. Imitamos o professor e, muitas vezes, seguimos seu comando para repetir e entender o golpe ou para transformar o movimento em um golpe eficaz.

Ao longo do tempo, quando a coordenação motora, a velocidade, a força e a postura estão entendidas, o treinamento extrapola esses aspectos técnicos externos e solicita criatividade e controle emocional/mental, surgindo a necessidade de um tipo de engajamento maduro entre corpo e mente. Notei esse momento quando o treinamento voltado para a luta tradicional foi intensificado. Por não ter, na minha trajetória, um repertório nem uma memória corporal de contato físico voltado para a luta, estar à frente de um oponente, nesse caso um colega de treino, colocou-me em uma situação de instabilidade mental e emocional ainda não experimentada, por exemplo, em treinamentos de atuação em que outro tipo de desestabilização é requisitado. Lembro-me de que experimentei (e ainda experimento!), nas situações de combate (controladas por se tratar de um treino),

uma apatia física originada por uma intensa atividade emocional que bloqueava qualquer intuição técnica corporal de ataque ou defesa. Ou seja, muitas vezes, fiquei sem reação: não fugi, não bati, não chutei, não esquivei, mas quis chorar e fiquei com muita raiva de mim mesma por não conseguir lutar. Mas o que isso significa em termos marciais?

Percebo que isso é, justamente, um caminho marcial de treinamento da própria conexão entre corpo e mente, tendo a consciência da circulação da energia *qi* como baliza de desenvolvimento e amadurecimento dessa integração. Nas palavras de Payne,

Num sentido estrito, deve dizer-se que não se trata de poder interior (*nei-kung*), mas de poder mental (*hsin-kung*). Essas técnicas [de aprendizagem do *qi*] baseiam-se no fato de que podemos influenciar a mente de nossos oponentes com nossos próprios pensamentos (mais do que atuar sobre o *ki* do oponente mediante nossa própria energia). Uma das habilidades que se desenvolve, de uma forma ou de outra, na maioria dos desportos de combate, é a de antecipar, mediante a intuição, qual será o movimento seguinte do opositor; tudo isto poderia chegar a desenvolver-se a um nível aparentemente telepático. Outra das habilidades mais importantes, se falamos em autodefesa cotidiana, é a arte de não provocar a agressão. Em outras palavras, podemos, mantendo a atitude mental adequada, criar uma atmosfera na qual o possível agressor perca o impulso agressivo. (PAYNE, 1997, p.12-13)

Por esse viés, em quais aspectos o corpo-mente cultivado no *kung fu* possibilita outros caminhos de criação ou tensionamentos entre artes marciais e treinamento de atores a partir dessas especificidades dos discursos e práticas corporais?

EM TREINAMENTO CÊNICO

As situações de combate regulares me permitem o desenvolvimento de uma forma de autoconhecimento específico, que priorizam a percepção dos meus padrões emocionais, mentais e motores e, principalmente, minha forma de integrar ou não essas qualidades do corpo-mente. E, nesse sentido, ao analisar a teoria do corpo proposta por Yuasa, compreendo que o circuito *quasi*-corpo e sua intrínseca qualidade de troca energética entre corpo e ambiente (ou outro) constitui a base para as padronizações emocionais, perceptivas e sensório-motoras. Ou seja, a forma de trocar, distribuir e transformar diferentes energias consciente ou

inconscientemente constrói nosso conhecimento sobre as noções de si mesmo, de sentimento e emoção e de ações motoras.

Por exemplo, vejamos uma situação cotidiana. A prática de uma arte ou um treino em arte marcial ou em algum esporte são tipos de preparação para a apresentação perante um público. Mas, frente a essa importante situação, alguém pode não executar sua performance tão bem por ter ficado muito nervoso. Quando se perde a própria calma, o movimento do corpo se torna rígido e gasta muita energia desnecessariamente. Isto é porque o movimento da mente e do corpo se torna discordante. Em um combate de arte marcial, se alguém ficasse com raiva por causa da movimentação do oponente, ele se perderia dentro desse estado raivoso, ele deve treinar para reter a mente calma em qualquer situação. Portanto, treinar para manter a estabilidade emocional é importante até mesmo do ponto de vista do movimento muscular. (YUASA, 1993, p.53)¹⁴

Nesse sentido, percebo que ao integrar os meridianos ao seu esquema corporal Yuasa estabelece o *qi* como conceito psicofisiológico passível de análise, discussão, treinamento e localização corporal concreta, pois, para ele, a circulação de energia *qi* subjaz e organiza funções motoras, perceptivas e emocionais. E esse fundamento me leva à reflexão de como criar espaços de fluxo energético dentro do meu treinamento pessoal como artista marcial e atriz-pesquisadora.

Na minha trajetória, encontrei e pratiquei treinamentos em dança e em teatro que partiam do treinamento do circuito sensório-motor para trabalhar o circuito coenestésico, ou seja, que enfatizavam práticas estritamente físicas (musculares) para alcançar estados emocionais, autoconhecimento (ou sensação de si mesmo) e encontrar ações motoras/gestuais não habituais ou cotidianas. Contudo, ao me deparar com o treino de *kung fu*, especialmente suas práticas de combate, percebi que, apesar do treino técnico do controle muscular e do treino de *Chi Kung* isolado, existe o treino da própria conexão entre mente-corpo que se potencializa na presença do outro, que se mostra (como você mesmo!) inconstante, imprevisível e processual. E, dentro dessa tradição, o treinamento se dá na

14 Take an everyday example. The practice of an art, or training in a martial art or sport, is preparation for a performance before an audience. But in such an important situation one often cannot exert one's usual strength because of becoming too nervous. When one loses one's calm, movement of the body becomes stiff and wastes power in unwanted places. This is because the movement of the mind and body become discordant. In a martial arts match, if one were to get angry with an opponent's move, one would lose into this state, one must train oneself to retain a calm mind in any situation. Therefore, training to maintain emotional stability is important even when examined from the standpoint of muscular movement (YUASA, 1993, p. 53).

repetição da própria ação, isto é, na experiência de cada combate. Nesse caso, treinar a conexão entre mente-corpo é treinar o encontro.

Nesse sentido, tomo essa última ideia como pista para desenvolver um diálogo entre treinamento de *kung fu* e treinamento de atores, pois encontro nessa interface o treinamento do próprio encontro com suas qualidades de inconstância, imprevisibilidade e de processo. Assim, ao longo dessa pesquisa, parece-me que esse paradigma corporal chinês me convida às experiências de trocas constantes com o lugar em que atualmente vivo, crio e desenvolvo o próprio trabalho. Tenho a sensação de que na tentativa de corporificar a teoria de Yuasa na minha prática de atuação sou levada a habitar Florianópolis em suas paisagens e pessoas.

Desse modo, o processo me leva e se desenvolve fora da sala de trabalho: em reservas naturais, praias, parques, em sessões de acupuntura, na casa de amigos... É como se a pesquisa acontecesse numa lógica de *site-specific*,¹⁵ em que o lugar interfere radicalmente nas sensações e na investigação da conexão entre corporeamente. É como se da mesma forma que o treino de combate se realiza no próprio combate, o treinamento para o encontro com o público acontecesse no próprio encontro. Porém, como esse treinamento se transforma em linguagem? Ele pode ser a própria linguagem poética? Se ele se propõe a investigar o fluxo de energia, é possível sua reprodução ou transferência para outros corpos ou lugares?

Enfim, essas são algumas questões que provocam a pesquisa e que desestabilizam minha forma de criar ou atuar. Para mim, elas criam fricções entre a utilização de artes marciais no treinamento de atores, pois, longe de ser um conjunto de posturas e exercícios físicos ou uma “filosofia oriental”, o treinamento de *kung fu* é contido por uma concepção de corpo singular que pode convidar outros caminhos para as formas de criar do ator/*performer*.

REFERÊNCIAS

KURIYAMA, Shigehisa. *The expressiveness of the body and the divergence of the greek and chinese medicine*. New York: MIT Press, 1999.

15 Nesse caso, sigo a definição e princípios do curso *Creating Site-Specific Dance and Performance Works*, ministrado pelo coreógrafo e pesquisador Stephan Koplowitz, oferecido *online* pelo Instituto de Artes da Califórnia na plataforma Coursera, entre os dias 29 de setembro de 2014 e 13 de novembro de 2014. Disponível em: <<https://www.coursera.org/course/sitedance>>.

MACIOCIA, Giovanni. *Os fundamentos da medicina chinesa: um texto abrangente para acupunturistas e fitoterapeutas*. São Paulo: Editora Roca LTDA, 1996.

PAYNE, Peter. *Artes marciais*. Rio de Janeiro: Edições del Prado, 1997.

QUILICI, Cassiano Sydom. *O Conceito de "Cultivo de Si" e os Processos de Formação e Criação do Ator/Performer*. VI Reunião Científica da ABRACE – Porto Alegre, p. 5, 2011.

YANG, Jwing-Ming. *The root of chinese qigong: secrets of health, longevity, & enlightenment*. Massachusetts: Ymaa Publication Center, 1997.

YUASA, Yasuo. *The body, self-cultivation, and ki-energy*. New York: State University of New York Press, 1993