



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ  
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA ARTE  
ESCOLA DE TEATRO E DANÇA  
LICENCIATURA EM TEATRO

**LORENA PRISCILA DA COSTA FERREIRA**

**CAFETO: CAFÉ COM AFETO E A DIALÉTICA DO CUIDADO DO  
SI.**

Belém – PA  
2019



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ  
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA ARTE  
ESCOLA DE TEATRO E DANÇA  
LICENCIATURA EM TEATRO

**LORENA PRISCILA DA COSTA FERREIRA**

**CAFETO: CAFÉ COM AFETO E A DIALÉTICA DO CUIDADO DO  
SI.**

Monografia apresentada à Escola de Teatro e Dança da Universidade Federal do Pará, como requisito parcial à obtenção do título de Licenciado no Curso de Licenciatura em Teatro.

Orientadora: Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Olinda Margaret Charone

Belém – PA  
2019

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD Biblioteca  
Universitária da Escola de Teatro e Dança da UFPA - Belém-PA**

---

F383c Ferreira, Lorena Priscila da Costa

CAFETO: café com afeto e a dialética do cuidado do si / Lorena  
Priscila da Costa Ferreira -- 2019.

Orientadora: Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Olinda Margaret Charone.

Monografia (Graduação) – Universidade Federal do Pará, Instituto de  
Ciências da Arte, Escola de Teatro e Dança, Curso de Licenciatura em  
Teatro, Belém, 2019.

1. Teatro – Processo de criação. 2. Representação teatral. 3. Teatro –  
Narrativas pessoais. 4. Performance (Teatro). I. Título.

CDD - 22. ed. 792.02

---

**Elaborado por Rosemarie de Almeida Costa – CRB-2/726**



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ  
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA ARTE  
ESCOLA DE TEATRO E DANÇA  
CURSO DE LICENCIATURA EM TEATRO



### ATA DE AFERIÇÃO DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

Aos 05 dias do mês de dezembro do ano de dois mil e Dezenove, às 18h, reuniu-se na sala 26 desta ETDUFPA, a Banca Examinadora composta pelos professores: Profa. Dra. Olinda Margaret Charone (Orientadora e Presidente), Profa. Ma. Claudia Gomes da Silva (Examinadora) e Profa. DMA. Marluce Oliveira (Examinadora) para a avaliação do Trabalho de Conclusão de Curso de autoria da aluna LORENA PRISCILA DA COSTA FERREIRA, intitulado: "CAFETO: CAFÉ COM AFETO E A DIALÉTICA DO CUIDADO DE SI". Após a apreciação do trabalho escrito e da apresentação pública oral e expositiva, a banca promulga o seguinte resultado:

O trabalho foi APROVADO com conceito EXCELENTE  
com as seguintes observações: Revisas gramatical e  
normativa

e após constar, foi lavrada a presente Ata, que depois de lida e aprovada, foi assinada pelo presidente e demais membros da banca examinadora.

Belém, 05 de Julho de 2019

Olinda Margaret Charone  
Profa. Dra. Olinda Margaret Charone  
Orientadora e Presidente

Claudia Gomes da Silva  
Profa. Ma. Claudia Gomes da Silva  
Examinadora

Marluce Souza de Oliveira  
Profa. Ma. Marluce Oliveira  
Examinadora

Autorizo, exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, a reprodução total ou parcial desta memorial por processos fotocopiadores ou eletrônicos, desde que mantida a referência autoral. As imagens contidas neste trabalho, por serem pertencentes a acervo privado, só poderão ser reproduzidas com expressa autorização dos detentores do direito de reprodução.

Assinatura: \_\_\_\_\_

*Lorena Priscila da Costa Ferreira*

Local e Data: Belém, 5 de julho de 2019.

*Dedico esse trabalho a minha família, amigos e ao meu amor que foram partes fundamentais na construção desta pesquisa e a quem de interesse for.*

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço a minha família, amigos e ao meu amor por estarem ao meu lado nesses quatro anos de curso, por todas as lágrimas enxugadas, pelas risadas dadas, pelos cuidados comigo em todos os sentidos. Percebi que sou muito sortuda por ter todos vocês ao meu lado sempre.

Agradeço ao grupo Asas da Paz Kotekitai do Brasil que sempre me ensinaram a polir meu coração e me tornar uma pessoa forte e feliz.

Agradeço ao meu grande mestre da vida Dr. Daisaku Ikeda que nunca desistiu de mim.

Agradeço a minha orientadora Professora Dr<sup>a</sup>. Olinda Charone que aceitou orientar-me nesta pesquisa e por ser uma mulher incrível. Tornando-se alguém que eu admiro e confio.

As professoras mestres Marluce Oliveira e Cláudia Gomes que aceitaram fazer parte de minha banca examinadora. Mulheres fortes e inteligentes, dignas de total admiração.

Agradeço aos ensinamentos dos professores Edson Fernando e Larissa Latif.

Agradeço muito a cada um de vocês e finalizo com um poema do Dr. Daisaku Ikeda: “Existe uma única estrada e somente uma, e essa é a estrada que eu amo. Eu a escolhi. Quando trilho nessa estrada as esperanças brotam e o sorriso se abre em meu rosto. Dessa estrada nunca, jamais fugirei”

*“O não Ser é outro Ser”.*  
*-Fernando Pessoa*

## RESUMO

Este Trabalho de Conclusão de Curso visa relatar o processo de criação e execução da performance denominada “Cafeto”. Nesse processo narro a importância do cuidado do si e como esse cuidado interno se estabelece em relação ao outro com base no desenvolvimento performático. O termo “Cafeto” nasce da união de duas palavras: café e afeto. Onde utilizo o café para ativar memórias dos participantes e a partir dos relatos de vida, construir uma relação de cuidado do si para com o outro, evidenciando que toda história de vida tem significância não apenas para o emissor, mas, também, para o receptor. Além disso, essa pesquisa aborda minha relação com as pessoas que ajudaram nesse processo criativo, pois teatro é uma das poucas artes que não se faz sozinho. Nesta pesquisa encontra-se fundamentação teórica para a realização da performance com Renato Cohen. Em relação ao cuidado do si, dialogo com as ideias de Michel Foucault e George Gurdjieff. Outros autores da poesia que me auxiliaram nessa pesquisa como Flavio Venturini, Renato Russo, Leandro Flores, Fátima Araujo, Manoel de Barros, Martha Zamora e com cartas apaixonadas de Frida Kahlo que me auxiliaram na construção da escrita poético-acadêmica. Assim como, se faz presente no desenvolvimento da metodologia de pesquisa a história de vida de Waldir Abreu.

**Palavras-Chave:** Cuidado do Si. Performance. Cartas. Cafeto.

## **ABSTRACT**

This Course Completion Work aims to report the process of creation and execution of the performance called "Cafeto". In this process I narrate the importance of self care and how this internal care is established in relation to the other based on performance development. The term "Cafeto" is born from the union of two words: coffee and affection. Where I use coffee to activate memoirs of the participants and from the life reports, build a relationship of care from the self to the other, showing that every life story has significance not only for the sender, but also for the recipient . In addition, this research addresses my relationship with the people who helped in this creative process, since theater is one of the few arts that is not done alone. In this research is found theoretical basis for the performance of the performance with Renato Cohen. Regarding the care of the self, I dialogue with the ideas of Michel Foucault and George Gurdjieff. Other authors of poetry who helped me in this research such as Flavio Venturini, Renato Russo, Leandro Flores, Fátima Araujo, Manoel de Barros, Martha Zamora and with letters of passion of Frida Kahlo that helped me in the construction of poetic-academic writing. As well as, it is present in the development of the research methodology the life story of Waldir Abreu.

Keywords: Care of the Si. Performance. Letters. "Cafeto".

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

<b>Figuras 1 e 2</b> – Primeira experimentação da performance “Cafeto” .....	<b>39</b>
<b>Figura 3</b> – Segundo participante da experimentação “Cafeto” .....	<b>39</b>
<b>Figura 4</b> – Registro da narrativa do participante.....	<b>41</b>
<b>Figura 5</b> – Registro da narrativa do participante.....	<b>41</b>
<b>Figura 6</b> – Preparação para a realização da performance na praça Brasil, Belém, Pará..	<b>45</b>
<b>Figura 7</b> – Espaço montado a realização da performance na praça Brasil, Belém, Pará.	<b>46</b>
<b>Figura 8</b> – “Cafeto” performance na praça Brasil, Belém, Pará.....	<b>47</b>
<b>Figura 9</b> – Preparação para a realização da performance na praça Brasil, Belém, Pará.	<b>49</b>
<b>Figura 10</b> – Performance na praça Brasil, Belém, Pará.....	<b>50</b>
<b>Figura 11</b> – Performance na praça Brasil, Belém, Pará.....	<b>51</b>

## **LISTA DE ABREVEATURAS E SIGLAS**

ETDUFPA- Escola de Teatro e Dança da UFPA

UFPA- Universidade Federal do Pará

GITA - Grupo de Investigação do Treinamento Psicofísico do Atuante

EAUFPA – Escola de Aplicação da UFPA

## SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	14
<b>1 A ESCOLHA DA ESCRITA EM FORMATO DE CARTAS.....</b>	<b>16</b>
1.1 Março de 2018.....	16
1.2 Abril de 2018.....	21
1.3 Outubro de 2018.....	25
1.4 Novembro de 2018.....	27
1.5 Novembro de 2018.....	29
1.6 Fevereiro de 2019.....	35
<b>2 A PERFORMANCE DO CUIDADO DE SI.....</b>	<b>37</b>
2.1 Abril de 2019.....	38
2.2 Maio de 2019.....	45
<b>CARTA PARA MEU EU FUTURO.....</b>	<b>53</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>55</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>57</b>

## INTRODUÇÃO

*Caro (a) leitor (a), esse é um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) sendo desenvolvida na Escola de Teatro e Dança da UFPA, como aluna de Licenciatura Plena em Teatro, no qual resolvi me comunicar em formato de cartas, pois é uma forma que me sinto livre para compartilhar os meus temores e como aprendi a superá-los com a arte e a encontrar-me como artista-pesquisadora. Por esta razão, compartilho com você um poema de Manoel de Barros intitulado “Retrato do artista quando coisa”, onde esse poema fala de como a visão do artista, enquanto “coisa”, se entrelaça com tudo o que está a sua volta, querendo se tornar parte e não estar à parte do contato com as vidas desse mundo. É através do se colocar no lugar do outro, de sentir o que o outro senti que o autor encontra equilíbrio e paz na sua existência.*

*Retrato do artista quando coisa: borboletas  
Já trocam as árvores por mim.  
Insetos me desempenham  
Já posso amar as moscas como a mim mesmo.  
Os silêncios me praticam.  
De tarde um dom de latas velhas se atraca  
Em meu olho  
Mas eu tenho predomínio por lírios.  
Plantas desejam a minha boca para crescer  
Por de cima.  
Sou livre para o desfrute das aves.  
Dou meiguice aos urubus.  
Sapos desejam ser-me  
Quero cristalizar as águas.  
Já enxergo o cheiro do sol.*

*-Manoel de Barros*

*Sempre tive questões sem explicações, e vivo em uma busca constante para conseguir responder todas as minhas indagações. Quando me tornei aluna dessa instituição tive momentos de bastante angustia, com altos e baixos.*

*Sempre me perguntava: o que eu estou fazendo aqui, como poderei contribuir nesse espaço. Nessa busca encontrei “possíveis” respostas que serviram como área de atuação do meu trabalho como atriz e pesquisadora. Porém nenhuma delas me satisfazia. Andei pela teoria do psicodrama, teatro como forma terapêutica, passando por uma vertente teatral com influência na filosofia existencial.*

*Então encontrei o termo “O cuidado do si” termo esse que me agrada bastante, porém não sabia como aplicar, foi então que encontrei na disciplina Exercício da cena IV- Visualidade, a chance de fazer uma dialética com o termo na performance chamada “Cafeto”.*

*O primeiro capítulo, são cartas direcionadas a pessoas importantes que fizeram parte desse processo de si, pois teatro nunca fazemos sozinhos, sempre existem pessoas que fazem parte da criação diretamente e indiretamente, cartas essas que contam a minha trajetória como atriz e pesquisadora.*

*O segundo capítulo, são cartas que contam o processo da performance e as suas histórias de vida e a experiência que transforma a mim quanto o outro, e como o cuidado do si se aplica para ambas as partes, registrada com fotografias.*

## **1. A ESCOLHA DA ESCRITA EM FORMATO DE CARTAS.**

*Caro leitor (a),*

*As cartas são o meio de comunicação mais antigo do mundo. Estudiosos afirmam que a carta é considerada a “mãe” de todos os gêneros textuais que existem. São através delas que busco relatar minha trajetória no curso de Licenciatura em Teatro na Escola de Teatro e Dança da UFPA até a realização da performance “Cafeto” no ano de 2019. A escolha desse veículo de comunicação se deu pela liberdade de poetizar minha escrita e a partir dela, transmitir ao leitor minhas frustrações, conquistas, sentimentos e aprendizados que me ajudaram em minha formação como professora-pesquisadora. As cartas são endereçadas às pessoas que foram fundamentais em meu percurso acadêmico e com elas me sinto segura, compreendendo o verdadeiro valor de “cuidado com outro” e para que isso aconteça é necessário, primeiramente, um “Cuidado do si”.*

***Belém, março de 2018***

*Meu Querido Robert,*

*Amor faz tempo que não te escrevo. Como a saudade é grande quando estou longe de você, porém quero lhe manter informado. Quero tanto te contar algumas coisas, quando eu penso em você e em nós é como se passasse um filme na minha cabeça. Deixa-me dizer que para isso precisamos voltar ao ano de 2015 quando a gente se encontrou pela primeira vez... Foi um ano muito importante para mim, foi o ano que entrei na Universidade. Eu era uma mulher diferente do que eu sou hoje, infelizmente nessa época nos conhecíamos tão superficialmente que você nem fazia ideia do que vinha por aí, mas sim, quando ingressei na Universidade eu tinha certeza entre todas as minhas decisões de quem eu era. Lembro do primeiro*

*dia que entrei pela porta da Escola de Teatro e Dança da UFPA (ETDUFPA), um lugar que tanto almejei fazer parte imaginando inúmeras vezes enquanto passava de ônibus em frente àquele edifício. Eu sempre dizia, “é aqui que um dia eu vou estudar”.*

*Diferente de algumas pessoas, o teatro não foi a minha última opção, mas sim a primeira. Eu estava tão feliz sentia como se eu pudesse conseguir tudo. Eu não tinha medo de nada e de ninguém, cheguei brincando, sorrindo, me permitindo receber todas as dicas e ensinamentos, me aproximei de primeira de uma pessoa que se tornou hoje, uma das minhas melhores amigas, eu a conheci no começo de tudo, assim como você.*

*As pessoas de alguma forma estão interligadas, nem sabia eu, que existem laços tão fortes, contudo no começo foi tudo incrível, eu não me sentia melhor do que ninguém, porém me sentia capaz de fazer parte daquele lugar com tantas pessoas maravilhosas, super talentosas, pela primeira vez na vida senti que era o meu lugar. As pessoas antes de entrar na faculdade me chamavam de louca, doida, e eu sempre era cobrada a mudar o meu jeito, pois na cabeça delas não era normal, quando eu finalmente entrei na escola me senti em casa, finalmente eu havia encontrado o meu lugar.*

*Ao lado de minhas colegas de turma nos auto-intitulamos como “Musas”. Nos exercícios em sala de aula eu me jogava de cabeça estando disposta a tudo, e foi assim por um tempo. No entanto, começaram a fazer divisões de quem era “bom” ou não, e começou a corrida de algumas pessoas para provar o seu valor. Nessa corrida eu ainda estava na faixa de largada, eu fiquei, e fui uma das primeiras a ser excluída aos poucos dos trabalhos, percebi que havia somente interesse das pessoas para que eu fizesse parte apenas dos trabalhos escritos, vi pessoas virando as costas para mim, ouvir também dizerem que eu sou péssima atuando.*

*Apesar dos professores dizerem que “o talento é construído”, essa frase me sustentou por pouco tempo, mas as atitudes das pessoas eram totalmente opostas a essa frase, eu comecei a ter conflitos comigo, comecei a duvidar se realmente eu deveria fazer parte daquele ambiente. Por mais que me esforçasse eu já tinha colocado uma barreira a minha volta, quanto mais tempo passava, mais difícil era desfazer... Eu pensava que eu não servia pra nada, que eu era inútil nesse lugar.*

*A partir daí, eu comecei uma busca de como me reafirmar, encontrar uma maneira de encontrar uma saída... Já é madrugada e eu precisava escrever coisas que despertariam o meu coração, ter coragem de expor esse sentimento, essa noite em um mar de lágrimas acompanhada de lembranças que estavam guardadas no fundo de um rio, uma forte tempestade agita a momentânea calmaria das águas do meu coração. Choro ao lembrar um passado que lutei para superar, não sei o que isso significa para você que está lendo, mas para mim foram momentos dolorosos.*

*Por muito tempo fui um rio como uma forte correnteza, queria ser feliz sendo acompanhado pela luz do sol, as árvores, o céu, os animais, poder enfim, celebrar a vida. Contudo, as pessoas que me observavam criticavam minhas ondas, minha correnteza de felicidade. Apesar da minha felicidade não fazer mal nenhum a ninguém. Porém, as pessoas incomodadas se sentiam no direito de diminuir ou simplesmente limitar o meu modo de agir.*

*Mas eu que sou um rio tão grande e vasto com minhas ondas pulando de alegria, ao longe se formavam lindos sorrisos para somar com aqueles que sabiam mergulhar em minhas águas. Passei por muito tempo presa a uma forma que não me pertencia. Com o passar do tempo não me sentia disposta a aguentar aquela situação. E aos pouco começava a sair dessa prisão. Quando me libertei totalmente e pensava estar em um lugar que era*

*meu e foi conquistado com muito esforço, novamente se incomodaram com a fluidez das minhas águas, de meu ser.*

*Tentaram impedir meu fluxo, colocando uma barragem no qual eu sei que eu não caberia, só que dessa vez se tornou mais difícil de sair. Eu estou no processo, mas eu quero sair e não quero que me impeçam de seguir meu caminho... Eu não quero ser como Vicent Van Gogh (1853-1890), pintor holandês considerado uma das figuras mais famosas e influentes da história da arte ocidental, muitas vezes criticado e chamado de louco, era um artista incompreendido, ele teve que morrer para reconhecerem o seu fazer artístico. Apesar de me sentir assim, menosprezada, eu o entendo. Quando digo que eu não quero ser igual a ele e acabar tendo o meu valor reconhecido depois de morta. Mesmo não sendo reconhecido pelos demais pintores da época, ele continuou pintando, continuou sendo ele mesmo.*

*Apesar de tudo, eu aprendi a amar as pessoas que estão nesse lugar no qual criei vínculos tão fortes, mas que por muitas vezes eu me senti sozinha. Às vezes eles não acreditavam no meu potencial, eu sei que tudo precisa partir do si, mas como é tão difícil acreditar em si hoje em dia com tanta gente dizendo para não acreditar... Sem ninguém para comprar a sua ideia, ou te ajudar a acreditar na sua loucura. Quantas e quantas vezes eu fui excluída e menosprezada por amigos e familiares... dói, machuca.*

*A madrugada pode parecer um momento de solidão na qual nos encontramos nas profundezas de nosso íntimo, dialogando com demônios que queremos esconder, mas assim como um rio tranquilo, basta uma pedra para se criar uma movimentação e tudo vem à tona, talvez a luz do dia me esclareça alguma coisa e me ilumine a encontrar alguma saída.*

*Essa barragem em que me colocaram, deixaram-me insegura, com medo de sair, mas não posso fazer isso comigo. Preciso lutar, eu necessito.*

*Apesar de agora não conseguir encontrar uma solução, mas vou esperar a chegada do verão que nos aquece, que ilumina o mais escuro caminho, o sol, que estou esperando ansiosa para ver nascer. Quero poder olhar para ele e dizer: “ensina-me a nascer com o teu esplendor todos os dias, dissipando toda a escuridão desta madrugada fria e solitária que se faz hoje”. Eu quero poder amar tudo novamente e ter forças amanhã para nascer, ou melhor, para renascer... Meu amor eu sei que é um desabafo, mas sabe que me fez lembrar uma música que sempre me deixava esperançosa toda vez que eu escutava. Uma música que fala da confiança em si mesmo, de acreditar que se é capaz, mesmo quando não se tem forças para acreditar. Observe a letra da música, meu amor.*

Mas é claro que o sol/Vai voltar amanhã/Mais uma vez, eu sei/Escuridão já vi pior/De endoidecer gente sã/Espera que o sol já vem/Tem gente que está do mesmo lado que você /Mas deveria está do lado de lá/Tem gente que machuca os outros /Tem gente que não sabe amar/Tem gente enganando a gente /Veja nossa vida como está/Mas eu sei que um dia/A gente aprende/Se você quiser alguém em quem confiar/**Confie em si mesmo/Quem acredita sempre alcança**/Mas é claro que o sol /Vai voltar amanhã/Mais uma vez, eu sei/Escuridão já vi pior/De endoidecer gente sã/Espera que o sol já vem/**Nunca deixe que lhe digam que não vale a pena/Acreditar no sonho que se tem/Ou que seus planos nunca vão dar certo/Ou que você nunca vai ser alguém**/Tem gente que machuca os outros /Tem gente que não sabe amar/Mas eu sei que um dia a gente aprende/Se você quiser alguém em quem confiar/**Confie em si mesmo/Quem acredita sempre alcança/Quem acredita sempre alcança/Quem acredita sempre alcança.** (Flavio Venturini/ Renato Russo)

*Eu amo essa música e você meu amor, às vezes é difícil compreender que tudo depende de si, porém eu demorei um pouco a entender isso.*

**Belém, abril de 2018.**

*Querida Geane,*

*Sei que faz tempo que não nos vemos... agora você mora longe ou talvez eu more longe. Como você dizia em nossas conversas, “sempre temos que procurar nosso caminho”, e você, querida amiga, foi atrás do seu. Eu também andei em uma busca constante para conseguir me sentir aceita no meio artístico no qual você conhece bem. No começo eu até demonstrava sinais de reação, dava o meu melhor. Certa vez, durante uma das aulas do curso de licenciatura em teatro, mais precisamente, eu uma das aulas da disciplina performance, ministrada pela Prof<sup>a</sup>. Dra. Karine Jansen, várias pessoas já sabiam o que fazer para a avaliação final e utilizariam como base para a composição de suas performances traumas da infância como abusos acontecidos no decorrer da vida. Havia uma famosa escultora, pintora e performe cubana chamada Ana Medieta (1948-1985), conhecida pelas performances com terra no corpo (earth-body) na qual ela sempre abordava assuntos relacionados a abusos sexuais e violências contra as mulheres, estes são assuntos me incomodavam e incomodam até hoje e eu precisava usar essa mulher como indutora no desenvolvimento de minha performance.*

*Durante o processo criativo, convidei um colega para criarmos algo junto, pois bem, fizemos a apresentação: eu queria usar a minha arte para protestar, a violência e abusos contra mulheres, foi então que decidimos usar a sala de dança na qual tinha espelhos, meu colega me amarrou e me batia com toda a sua força, apesar de ser apresentações que aconteciam todos os anos, nesse dia mostramos a impotência da sociedade. Pois havia uma mulher apanhando e ninguém se mexeu para ajudar, foi por isso que foi tão marcante para mim.*

*Naquele momento, eu me doeí tanto que as pessoas que assistiram refletiram bastante com o que viram, ali eu sabia que tinha feito o meu trabalho, eu estava feliz com que tinha realizado. Contudo, parecia que aquilo não tinha sido o suficiente para a minha turma me levar a sério, é como se o meu trabalho não importasse, só ouvia comentários sobre o meu corpo, que eu era “gostosa”... Como se o significado artístico, a mensagem por trás que se tratava de um grito de socorro das mulheres em uma sociedade machista construída na adstração, exclusão e censura da mulher, não fossem o principal da Performance, nada mais... Tudo isso foi me consumido aos poucos, é como o fogo da paixão e desejo pelo teatro estivesse se esvaindo de dentro do meu ser.*

*Quando cheguei à disciplina do Pré-projeto de TCC, tínhamos que pesquisar para saber sobre o que iríamos falar no trabalho, eu estava procurando respostas para essa angústia que se estalava em meu coração, passando por assuntos como “teatro como forma terapêutica”, “psicodrama”, “psicofísico”... Assuntos dos quais não supriam meus interesses como artista- pesquisadora, foi então que encontrei um termo chamado “o cuidado do si”, Foi então que eu percebi “está aí, eu precisava cuidar de mim”. Mas porque o cuidado do si?. Por que quem tem a chance de encontrar o teatro, tem a oportunidade e a necessidade de externar seus sentimentos, que levantamos questões que não foram resolvidas consigo mesmas, que são colocadas de frente, coisa que em outros lugares por exemplo não temos a chance. E precisava compreender as minhas frustrações dentro do Teatro.*

“Antes de ser algo restrito apenas a produção do belo nas belas artes, obra de arte é o modo de ser de toda e qualquer produção original, no sentido da criação que faz aparecer o que, antes, não aparecia, [...]. Arte é fazer aparecer, mostrar- essa é a sua obra, a criação”. (PESSOA, Fernando. A vida como obra de arte. S/D. disponível em [http://secult.es.gov.br/\\_midias/pdf/2223-4a64ac4b80cc9.pdf](http://secult.es.gov.br/_midias/pdf/2223-4a64ac4b80cc9.pdf). Acesso em 12/3/2019).

*Um pensamento criado por Michel Foucault (1926-1984), que foi um filósofo, crítico literário, teórico social, e dentro da obra Teoria da Sexualidade, contém o termo “o cuidado do si” Ele se compõem na existência que o indivíduo dá sobre si mesmo. Onde se caracteriza como “estética da existência” onde a pessoa volta a olhar para si, para depois agir , às vezes ele consegue atingir momentos de liberdade, como Foucault diz “o indivíduo acaba tendo a vida como obra de arte, onde expõem sua subjetividade, sem temer as posições sociais que colocam-nos em uma bolha. Quando se consegue olhar para si mesmo, consegue tratar-se e não se martirizar por fazer parte de tal sociedade.”*

*Com essas coisas acontecendo ao mesmo tempo e tendo que contar com poucas pessoas, eu fui esmorecendo, a cada ano se tonava cada vez mais difícil de acreditar que eu fazia parte daquele lugar, então eu resolvi ingressar em um grupo de pesquisa da Escola de Teatro e Dança da Universidade Federal do Pará chamado GITA (Grupo de Investigação do Treinamento Psicofísico do Atuante), no qual tem como objetivo usar artes marciais e meditativa para o treinamento do ator para cena, eles fazem um processo de seleção pois as vagas são limitadas. Eu me lembro como se fosse hoje, eu estava sentada nas escadas da biblioteca usando o Wi-Fi e foi quando vi o meu nome selecionado mais uma vez em uma lista importante para mim, porque a primeira foi do vestibular e me senti tão feliz que pulei e gritei de euforia. E também foi dentro do grupo que nossa amizade começou...*

*Foi um momento no qual pensei que realmente poderia aos poucos ganhar espaço, encontrei o meu lugar e confesso que eu adorava, eu achava muito difícil as arte marciais e meditativas que eram aplicadas no grupo e como elas iriam influenciar na atuação. No entanto, lá no fundo eu sabia que era algo magnífico, me jogava de cabeça em todas as improvisações, no começo não chegava atrasada, mantive uma disciplina, ao final de todas as atividade tínhamos um feedback. Certa vez o professor que estava a frente da pesquisa naquela época era o Profº. Me. Edson Fernando, conhecido como “Cretino chefe”, disse que eu era como um piloto de carro que nunca teve uma aula de direção, mas dirigia mesmo assim sem medo.*

*É uma analogia que chega até ser estranha, mas nessa época eu estava tão desesperada que não podia ficar parada esperando a morte chegar como dizem por ai, me jogava com “sangue nos olhos”... Uma vez eu cheguei disposta a fazer diferente, eu estava com uma ideia de personagem para uma obra que estávamos trabalhando que era o Rei Lear de William Shakespeare (1564-1616) por sinal essa obra sempre vai nos acompanhar, fiz sem medo, ele disse para uma das participantes do grupo “nossa ela é boa né?” Foi uma coisa que nunca esperei escutar. Isso porque eu sempre deixava as pessoas me dizerem que eu não era capaz de algo, e ainda pior, eu acreditava.*

*Amiga, eu queria tanto o teu ombro para chorar e ver a mulher forte que és, me dando conselhos, pois seus olhos são como de uma águia enxergam longe muito melhor que os meus. Está sendo difícil eu abrir meu coração dessa forma, mas é preciso. Então, uma vez em uma conversa bem seria com o professor, ele me escutava e me dizia: “sabe qual é o problema é que você só consegue dar ouvidos ao que as pessoas falam de ruim, mas você não presta a devida atenção nas coisas boas.”*

*Geane, naquela época eu não entendia por que ele me cobrava tanto, ou porque pegava no meu pé, claro que não era só o meu, era de todos os nós, eu sei que você já compreendia melhor do que eu. Hoje em dia eu sei que ele fazia isso por que acreditava que eu era capaz, que nem você. Você nunca desiste de mim e sempre acredita que eu sou capaz. Eu sinto saudades da época na qual trabalhávamos juntas, sabe aquele ditado “eu era feliz” e não sabia, é assim mesmo, só conseguir enxergar tudo que aprendemos agora. Amiga, espero te rever em breve, um grande abraço de sua amiga que sente saudades.*

***Belém, Outubro de 2018.***

*Meus queridos alunos,*

*Eu estou com tanta saudade de vocês, eu quero que vocês saibam a importância que fizeram na minha vida. Certa vez pensei em desistir do curso, mas todas as vezes que eu pensava nisso, eu lembrava o que dizia: “é aqui que eu quero ficar!”, mas ao mesmo tempo eu me perguntava “será que devo?.” Foi então que veio os estágios para responder o porquê eu deveria continuar, foi quando conheci vocês, comecei no estágio fiquei com a educação infantil e fundamental I na EAUFPA- Escola de Aplicação da UFPA, foi quando percebi que o meu trabalho ali era importante para aquelas crianças, para o desenvolvimento delas como cidadãos humanistas que o teatro proporcionava para vocês.*

*A relação que estabeleci com vocês ali, entendi que todos eram diferentes, que cada um tem uma maneira de se comunicar, um olhar diferente para o mundo, via que para muitas garotas eu era exemplo e era admirada, percebi que tudo que eu fizera tinha que ter o maior cuidado para*

*não causar uma má influência, já que estava aprendendo como me relacionar com os meus queridos alunos, vocês não sabem a alegria e a felicidade que me proporcionaram.*

*Mas o último estágio em que participei, foi o do estágio supervisionado I e II com o teatro infantil da Escola de Teatro e Dança da UFPA. Foi lá que me senti totalmente diferente, foi durante um ano convivendo, observando cada um dos alunos evoluindo e eu também, com o processo de desenvolvimento daquelas crianças, que tinham medo e vergonha de falar em público, ou por incrível que pareça algumas afirmaram sua existência, eu como professora nunca os subestimei, sempre acreditei que vocês podem chegar aonde quiserem, foi então que em prática compreendi aquela frase que os meus professores me disseram: “o talento, ele é construído”, jamais chegaria para um aluno meu e diria: “desiste disso, você não é bom o suficiente”.*

*Lembro-me de uma colega de vocês, era uma criança tímida não conversava, não fazia amigos e mal falava comigo. Com o passar do tempo ela começou a conversar e se aproximar de todos da turma, eu ficava tão feliz com o crescimento de cada um, no final do ano fizemos o espetáculo ela tinha perdido o medo e vergonha e disse para mim: “eu nunca mais vou sair do teatro”, isso me tocou de tal forma, eu me lembrei da primeira vez que fiz uma oficina de teatro eu disse a mesma coisa que essa criança. O brilho voltou aos meus olhos, foi quando percebi o cuidado do si também se dá através do outro, o professor de teatro faz isso, essa relação humanística entre aluno e professor.*

*Obrigada meus preciosos alunos que transformaram a minha vida.*

O colorido céu dentro de nós

O bonito céu de alguém, de onde vem?

*É do peito, é cá dentro que ele cresce.  
Não precisa ser buscado muito além  
É aqui dentro de nós que ele floresce.  
Mas de onde vem as cores que ele tem?  
São as cores que a mente reconhece.  
E se são assim bonitas, vêm do bem.  
Faz o bem que o seu peito agradece!  
E no peito, o coração mora também  
E é esse clima bom que o aquece.  
O seu bem pode ser cores para alguém  
Colorir o próprio céu que desvanece.  
Gelson da Cruz*

***Belém, Novembro 2018.***

***Querida Ana Luiza,***

*Amiga, saudades de nossas brincadeiras e conversas, nesse momento estou escutando a música que você me ensinou, que nos arrancava cada risadas, com ela:*

*“Urubu tá com raiva do boi  
E eu já sei que ele tem razão  
É que o urubu tá querendo comer  
Mais o boi não quer morrer  
Não tem alimentação  
Urubu tá com raiva do boi  
E eu já sei que ele tem razão  
É que o urubu tá querendo comer  
Mais o boi não quer morrer  
Não tem alimentação*

*O mosquito é engolido pelo sapo  
O sapo a cobra lhe devora  
Mas o urubu não pode devorar o boi:  
Todo dia chora, todo dia chora.  
Mas o urubu não pode devorar o boi:  
Todo dia chora, todo dia chora.”*

Geraldo Nunes/Venâncio

*Nunca vou esquecer ela e a nossa união dentro do GITA, também me fez lembrar algumas queixas que tínhamos do nosso professor, diretor e amigo. Com a passagem pelo o estágio eu percebi certas coisas, e não podia deixar de compartilhar com você, comecei a entender que o Cretino Chefe fazia. Ele é igual a uma mãe, porque quando a nossa mãe tem crises de preocupação e depois ela diz em seguida: “você só entenderá quando tiver seus filhos”, pois foi isso que aconteceu, ele acreditou em mim e queria que eu fosse melhor a cada dia, agora sim eu compreendo que todos os puxões de orelha, era para eu não desistir e não deixar ninguém me dizer se faço parte ou não do Teatro.*

*Por conta disso às pessoas que faziam parte do grupo fazem parte da minha vida, fazem parte desse processo de renascimento. Fazendo essa analogia com as mães comparando ele, acredito que agora você compreende. Certa vez fomos todos para sua casa, tomar café com tapioca com queijo, couve e rúcula, a mãe com seus filhos, confraternizando a vida com o café, a propósito nessa época você ainda não tinha a sua princesa.*

*O café é uma bebida que une as pessoas, será que é uma forma de aquecer nossas almas para que elas não se tornem frias? Eu acredito que sim. Pois já existem estudos que comprovam que o aroma do café é capaz de nos motivar e melhorar nosso processo cognitivo e claro melhorar o humor, segundo uma pesquisa na qual foi publicada no Journal of Environmental*

*Psychology, mas já sabíamos disso na prática. Como diz: Giuseppe Verdi “O café é um bálsamo para o coração e o espírito”.*

*Eu tenho uma relação com o café com cada pessoa que citei diretamente e indiretamente nesta carta, até nós duas temos nossa relação com o café e essa relação afetiva é muito forte, pelo fato de termos memórias de pessoas muito queridas fazendo tal bebida para nós!. Eu espero que você viva muitos momentos como esse, e claro agora com sua adorável filha. Ofereço-lhe: Café com Poemas e Aroma de Mulher.*

Aquele cheiro gostoso, natural/Vindo da cozinha, todas as manhãs.../Algo divino/E tão intuitivo/Ela de avental,/Preparando a mesa.../As xícaras, o bule, o café/O sonho e o pão.../Teus cheiros, teus gostos, tua cor/Tua boca, teus sabores, teus amores/Tudo isso é você, mulher/Minha inspiração em versos e prosa/Um bule cheio de emoção/É o meu coração em ebulição ao falar de ti...

- Leandro Flores. Acesso em:  
<https://www.pensador.com/frase/MTM4MDEyMQ/>

***Belém, Dezembro de 2018.***

***Querida e amada Turma Cafeto,***

*Depois de algum tempo, de experimentações e pesquisas, e estando tanto tempo com a turma na qual vivemos vários momentos marcantes juntos de alegrias e de tristezas, compartilhando momentos de nossas vidas, cada choro, aniversário, brincadeira, semestre, crises, ficamos juntos nos apoiando, em todos os obstáculos, tanto na vida acadêmica quanto na vida pessoal, fizemos parte do nascimento da nossa mascote Lívia. Claro que tinha vezes que não queríamos nos olhar, em outros contávamos os minutos para receber aquele abraço de aconchego, às vezes estressávamos até as professoras.*

*Nas aulas de sábado éramos tomado pelo cheiro de café que o meu querido amigo Bento levava e dividia com tanto carinho. Era difícil as aulas*

*de sábado, pois estudávamos de segunda a sexta noite e sinceramente ir para a escola no sábado de manhã, não era uma tarefa fácil, o mais engraçado era os rostos de sono e os óculos escuro para esconder as olheiras. Realmente o cheiro do café nós colocava para cima, quando acabava as aulas de sábado estávamos espalhados pela escola batendo fotos. Mas esse café se estendeu até o último semestre, a última disciplina e a última aula da semana, então imagina só a carga afetiva que se tinha, só que isso não acaba por aí.*

*Minha turma. É composta por pessoas na qual aprendemos a nos respeitar e que tanto amo, estão presentes na minha vida e na construção da profissional que eu estou me tornando, sei que marcamos a vida de cada um presente naquele lugar. E claro a nossa turma carinhosamente chamada de “Larissa Latif” em homenagem a professora que atuou em diversas disciplinas ao longo desses anos de curso, uma pessoa que apareceu em nossas vidas para torna-la melhor com a seu jeito, com suas ideias, conhecimento e humor, uma pessoa que nunca discriminou ninguém e carinhosamente nos intitulamos como nossa. Mas você deve estar se perguntando por que eu estou falando sobre isso? Então, porque não tem como falar de Cafeto sem falar do café + afeto = Minha Turma*

*Apesar de ter alguns alunos que não tomam café, as aulas eram embasadas com o aroma dele, alguns cheiros são tão marcantes que associamos a momentos vividos, eu me lembro das conversas com um copo de café na mão, os sorrisos na face e olhar afetivo nos olhos de cada um, estávamos tão próximo uns dos outros, a essa altura todos conhecíamos as dores que mostramos e compartilhamos uns com os outros nessa trajetória. Mas sim, estávamos tão mudados, também era a ultima disciplina do curso.*

*Na disciplina chamada Exercício da cena IV- Visualidade a professora propôs em fazermos uma Instalação, assim ela se referiu as*

*apresentações, que aconteceria pela escola e começamos a produzir, levando ideias e discutíamos qual era a finalidade dela, cada aula era uma um aprimoramento do olhar sensível. Esse olhar sensível é quando você percebe que tem um outro, que precisa ser visto com empatia, e saber que ele tem uma trajetória de vida que o acompanha, e a partir desse olhar consigo e com o outro, alguns se dividiram em duplas em trios para fazer a tarefa, e construímos nossas ideias a partir de cada aula, a principio eu queria fazer uma experiência sensorial com materiais encontrado em casa e modificá-los. Contudo não sustentei a ideia porque não era o que eu realmente queria.*

*Descobrir que essas instalações eram várias performance. Pois a performance ela escapas de rótulos, e não podemos esquecer que ela é uma expressão cênica, segundo COHEN, Renato (2004, p28.) “um quadro sendo exibido para uma plateia não caracteriza uma performance; alguém pintando esse quadro, ao vivo, já poderia caracterizá-la.” A performance cafeto foi introduzida nessa definição, pois para ser definido como performance, precisa está acontecendo algo, no presente, e naquele lugar, também essa expressão cênica ela é atemporal, ou seja não tem um tempo determinante.*

*Foi então que tive uma ideia, sabe aquelas ideias que você não faz ideia como elas apareceram, mas elas estão lá? Pois é, eu tive uma dessas... Pensei em fazer alguma coisa utilizando a rede, sabia que eu queria colocar as pessoas dentro dela. Porém eu precisava de mais para poder sustentar o meu desejo que até então não se sustentava. Fiquei com esse pensamento matutando na cabeça, e descobrir que eu queria levar as pessoas para outro lugar em suas memórias, uma memória emotiva, foi quando me perguntei, o que me ativaria com várias lembranças? A rede, pois é um objeto bem*

*popular na nossa região Amazônica. Levei a rede, no dia da aula e quando entrei na sala, o aroma do café se espalhou por todo o ambiente.*

*Quando o cheiro do café se faz presente, as pupilas se dilatam o coração começa a bater de uma maneira compassada, diferenciada, na qual só se faz na presença do aroma prazeroso, os lábios começam a salivar querendo loucamente provar, acompanhando com os afetos nos olhos das pessoas e a saudade que começa a se apresentar, os corpos que antes estavam frios agora estavam aquecidos com tamanho Cafeto. Foi então que encontrei um motivo para levar as pessoas para a rede, lhe oferecer um café, então propus fazer essa instalação, que foi aceita pela professora que estava com um copo de café na mão, fui atrás de um lugar dentro da instituição para conseguir colocar a rede. Com ajuda de todos surgiu uma ideia de fazermos em um corredor que dá para a entrada da sala de figurinos, pois lá é um espaço que tem escapula para rede.*

*No ultimo dia de aula, que se deu numa sexta-feira de dezembro de 2018, amanheci com o cheiro de café exalando por toda a minha casa e um sentimento saudoso no ar, passou um filme em minha cabeça de tudo que eu vivera até aqui... Quando cheguei na Universidade naquela sexta-feira bem mais cedo do que o horário marcado da aula, para organizar a instalação para a apresentação. Quando cheguei à Escola de Teatro e Dança já tinha alguns alunos por lá, começamos a ajudar uns aos outros, um colando lixo em um tecido, outro ajudando a colocar a minha rede, outros pedindo ajuda para pintá-los. Realmente estávamos em clima de despedida.*

*Chegamos a uma fase de tanto afeto e carinho, que não podia deixar de escrever essa carta... Montei minha instalação, porém demorei a dar início porque eu queria fazer parte das apresentações dos demais colegas, essa era uma forma de agradecer por tudo que vivemos nesses quatro anos.*

*Quando comecei a apresentar, era algo que não fazia ideia de como ia se desenrolar, como iam surgir às conversas, eu trouxe de casa uma garrafa térmica, café e açúcar, meus amigos me ajudaram com a rede e um lenço. Eu convidava a pessoa ficar a vontade na rede, e perguntava se poderia vendá-las para que os outros sentidos se tornassem mais apurados, de uma forma que não fossem influenciados por fatores que não fazia parte da apresentação e após isso começava a conversar.*

*Sempre perguntava aos participantes como gostavam do café, se preferiam doce ou amargo, forte ou fraco, quente ou frio... Colocava o café em um copo de vidro, depois quando servia-o para o indivíduo, eu perguntava qual é a memória mais antiga e mais forte que o cheiro do café fazia lembrar, e perguntava sobre o que a rede o fazia lembrar, e a partir dessas duas perguntas conversávamos, era difícil alguém querer sair da rede. O interessante dessa pesquisa é a possibilidade da troca de experiências e de varias trocas de histórias de vida.*

*Para fundamentar esse trabalho, utilizo a Metodologia história de vida, pois fala sobre o relato de vida na qual consiste na história da vida de alguém, e o que realmente importa é o ponto de vista da pessoa, com o objetivo de aprender e compreender a vida relatada pelo próprio sujeito, segundo ABREU waldir, ele complementa dizendo que esse método é quando nós atentamos a ouvir o que autor tem a dizer sobre si mesmo, Esse método foi usado em minha rede.*

*Contudo ouvir histórias de saudade de algum ente querido, ou de encontros de famílias que cada vez se torna mais difícil, riamos juntos, chorávamos, dizíamos coisas que queríamos dizer, mas por algum motivo não dizíamos normalmente, participaram pessoas de várias turmas, pessoas que eu já conhecia, que tinha encontrado pelos corredores, eu sentia que aquele*

*lugar era um local que as pessoas se sentiam a vontade, acolhidas e queridas. A partir das histórias contadas naquele lugar, chegávamos as várias conclusões do que significava a rede no tal momento.*

*Então de tanto receber pessoas, construímos um pensamento juntos, nesse dia as pessoas se sentiam seguras e aquecidas com afeto, como muitas vezes queria ter sentido, os participantes compartilharam a sensação de está deitado na rede, só esperando para saborear o café, teve uma pessoa que me disse que o café é sempre feito por pessoas que simpatizam e nos respeitam, quando imagino as pessoas tomando café eu penso nessas relações de afeto, pois o café ele aquece nossa alma, por isso que dei o nome de “Cafeto”.*

*Pois minha trajetória com a Turma Larissa Latif que me fez chegar a essa ideia do “Cafeto”, teve alguns amigos da turma que me disseram uma palavra tão forte com o significado ainda maior que foi “Gratidão” por esse momento, de me fazer lembrar coisas que a muito não lembrava, eu estava indo no fluxo, sem necessidade de ser lógica, mas sim sentimental, de conseguir está ali com olhar sensível que é aquela empatia e perceber que existe o outro que precisa ser escutado, visto, e fazer essa troca de vida, assim conseguindo ter um olhar a mais para cada dor e saudade.*

*As histórias mais decorrentes eram das avós que fizeram o papel de avó e mãe, eu logo me lembrei da minha vida, pois eu sou uma pessoa que fui criada pela minha avó que fez o papel de mãe, a minha vida é entrelaçada com esses meus colegas. Lembro-me da conversa que tive com a Prof. Claudia Gomes em minha rede ela dizia que aquele momento parecia com um útero de uma mãe, na qual se sentia acolhida e protegida, o café fazia lembrar de sua mãe preparando a bebida do amor, pessoa essa que enxugou minhas lágrimas várias vezes e ela faz parte do Cafeto e gratidão, por todo carinho e atenção . E várias pessoas trocaram histórias comigo.*

*Teve o relato de um café mágico, o pai quando a criança estava a mesa ele colocava em copo de vidro um pouco de café, sem a criança perceber ele colocava leite condensado, quando ela voltava a olhar ele mexia com uma colher bem devagar e o café preto logo ficava café com leite, dizendo que era mágico, quando a criança se distraía ele trocava os copos de café tornando o preto novamente, assim a criança acreditava que era mágico. Essa história é cheia de carinho de um pai com uma filha, foram incríveis essas trocas.*

*Turma Cafeto, quando esse trabalho acabou e nós despedimos, alguns não querendo acreditar que já tinha acabado, que não íamos mais nós ver, obrigada por todo esse tempo juntos, sempre vão ser a turma Larissa Latif com o Cafeto.*

### ***Belém, Fevereiro de 2019.***

*Minha Querida Taís*

*Lembra-te do ultimo dia de aula, estávamos em clima de despedida, você chegou em minha rede, passou um filme em nossas cabeças, e finalmente foi o dia de te preparar um café, depois de 4 anos enfim saiu, você foi a ultima pessoa que sentou na minha rede na aquele dia, conversamos e lembramos que você é a pessoa que segurou tantas lagrimas minha, tantos sorriso, me fez tantos cafés, choramos tanto dizendo o quanto nos amamos, e quanto viramos muito amigas, amizade essa que causava inveja em outras pessoas.*

*Tinha gente que achava que eramos um casal, mas verdade somos um casalzão de amigas no qual podemos sempre contar e fazer café, dissemos coisas que nunca antes foram ditas com palavras. mas sim com gestos as*

*vezes não percebemos que fazer café é um ato tão afetivo, eu demorei tanto tempo para perceber essa relação com as pessoas. Depois que compreendi, comecei a relacionar com situações vividas.*

*E uma das coisas que me fez lembrar, foi o Cafeto da minha família, todos os meus aniversários minha família me acordava com o lindo café na cama. Poderia não termos dinheiro para fazer uma festa ou almoço, mas sempre tem o meu café na cama, e o meu dia começa com tanto amor. Ao me recordar desses atos as lágrimas começam a descer sobre meu rosto, mas lágrimas de gratidão. E um ato que levarei para minha vida toda, uma maneira singela de dizer, Eu Te Amo, Eu gosto de Você, Você é importante pra mim.*

*Assim todas as vezes que me oferecem o café lembrarei isso. Você fez muito cafés para mim, cuidou de mim como se você fosse a mais velha. Então eu entendi o seu recado, espero que tenha entendido o meu. Obrigada minha querida amiga por todo café feito e tomado. Dedico-te um poema:*

*“Para escrever poesia um café vai tomar/Menina sentada á mesa com uma caneta/Vamos citar e verso dará, porque poesias/Para amiga unir e pintar o gostoso deste lar./Um café quentinho em forma de poesia vai/Contar-te amigo, meu eterno esplendor no/Entardecer, compartilhar este dia de fervor,/Brindar com uma xícara de café amargo,/Pois só ele é mais pretinho e gostoso, igual/A outro não há./Amigo eu nunca te vi mais me deste este/Refrão, com belos versos te brindo, e poesia/Escrevo como você está, para ti lhe darei o/Por do sol, adeus amigo que vieste de tão/Longe para mim foste um irmão./Sol amigo a Deus te pede proteja sempre os/Irmãos com saúde , e saudade./Equilibra a estrela em forma de coração/Para ti oferço a mais pura prece, em rosas,/Árvores e plena composição que a virtude do homem deus deixou a paixão...” Fatima Araujo. Um café Acesso em: <https://www.pensador.com/frase/MTM4MDEyMQ/>.*

*P.s Obrigada minha amiga irmã por fazer parte disso...*

## **2. A PERFORMANCE DOS CUIDADOS DO SI.**

*Caro (a) leitor (a),*

*Quando falo de cuidados do si não se trata de cuidados estéticos, alimentar ou de saúde corporal ou mental, mas falo de um cuidado do si daquilo que está impresso em nossas vidas, um cuidado que poucos damos atenção e que foi responsável por moldar quem somos hoje que é o caso de nossas memórias. Muitas das vezes busquei esquecer lembranças que me fizeram mal no passado, lembranças das quais me faziam ter medo das pessoas a minha volta. No entanto, sei que não sou a única no mundo que foi impedida de voar pelo simples fato dos outros terem medo de altura. E foi pensando nisso que produzi uma performance onde provocasse ao participante um retorno aos momentos felizes e tristes de sua vida para que assim pudesse fazer as pazes com o seu inconsciente e percebesse que existe alguém que mesmo sendo uma desconhecida, se importa está ali para ouvir e compartilhar desse cuidado com outro.*

*Caro (a) leitor (a),*

***CAFETO NA ESCOLA**, o espaço pensando para a realização desta performance foi o corredor que dava acesso ao acervo de figurinos e adereços cênicos das ETDUFPA. O lugar tinha pouca circulação de pessoas, ideal para criar um ambiente confortante para que o participante pudesse fazer uma viagem ao interior de sua psique. Para criar essa ambientação foram utilizados: uma rede de descanso, para que o participante pudesse se embalar em suas histórias. Uma venda era colocada no participante para que a movimentação das pessoas ao redor não tirasse o seu foco. Para complementar e induzir o participante a esse redescobrimto de si era*

*servido uma xícara de café e através do aconchego, da ativação de outros sentidos e perguntas indutoras feitas por mim, viajávamos juntos nesse caminho de afeto.*

**Belém, Abril de 2019**

*Amado Robert,*

*Meu Amor lembra aquela apresentação que você participou, na qual foi a primeira vez que fiz um café para você. Contudo com o passar do tempo eu fiquei tão comovida com a apresentação, pois percebi que ela me mudou, não só a mim mais também quem participou. Eu decidi fazê-la de novo, e cheguei a conclusão que essa apresentação a principio intitulada de “Instalação é uma Performance”. Ah! A propósito eu queria dizer que estou com tanta saudade de ti, que agora eu estou sentada observando a chuva caindo bem devagar e percebo como o tempo ele é relativo como dizia Albert Einstein (1879-1955)... O tempo está tão frio longe de você.*

*Fico imaginando se estivéssemos juntos, o que estaríamos fazendo agora? Estaríamos deitados em meio aos nossos abraços aquecidos ou então em nosso café romântico da tarde que adoramos, mas enquanto isso não acontece, eu me aqueço com o nosso forte sentimento dentro do meu coração e contando os dias para estar novamente em seus braços, estou com uma xícara de café, pois é a única forma de ficar perto de você, e estou lendo um livro do Manoel de Barros, poesia completa, e essa poesia me faz lembrar de você pois queria ser sua árvore e você o menino dobrados na chuva.*

*Fragmentos de canções e poemas*

*Ah florescer de tarde*

*De amor, no cais!*

*Entre navios altos*

*E velas brancas.*

*Ver o pescador*

*Passar, como nuvem...*

*E a mulher deserta*

*Entre gerânios curvos.*

*Ver o menino*

*Com paletó de crepúsculo*

*E as árvores cor de cinza*

*Perto do muro*

*Árvore e menino*

*Dobrados, na chuva.*

*Resolvi refazer a performance, para ver como ela iria encaminhar dessa vez, e se iria me fazer tão bem quanto da primeira vez, uma das primeiras coisas foi ,pedir ajudar, porque uma coisa que aprendi que teatro nunca se faz sozinho, chamei dois grandes amigos para me auxiliarem, e a Professora Olinda Charone, para me ajudar dando dicas técnicas, e marcamos um dia que desse para todos. Eu comecei o dia arrumando as coisas para levar para a ETDUFPA, coloquei o café em pó em uma vasilha em outra o açúcar, dessa vez eu levei uma xicara pequena, duas colheres, um coador de pano, guardanapos, minha garrafa térmica e minha rede.*

*Chegando à Escola preparo o lugar da apresentação, peço para o meu amigo encher a garrafa com água quente, enquanto isso estou colocando a rede. Mais nesse dia estava um tempo chuvoso, e o local não tinha nenhuma cobertura para nos abrigar, todas as vezes que colocávamos a rede começava a chover, tiramos e colocamos a rede varias e varias vezes, até que decidimos esperar, ficamos esperando a chuva passar, até que uma*

*professora nos avistou e disse: vocês estão guardando o portal? Então sorrir para agradecer o comentário.*

*Mas aquilo ficou na minha cabeça, foi que descobrir que aquilo era um portal para receber pessoas com varias energias diferentes, pois o que acontecera ali não era apenas trocas de experiências e histórias, mas também de energias, foi que a partir desse comentário, pedir ao universo que desse uma trégua na chuva, pois precisava apresentar a performance, e assim as nuvens abriram espaço para o sol, fiquei tão grata as funções protetoras do universo, que distribuir muito café para as pessoas que por ali iriam passar.*

*Quando finalmente estava tudo pronto para começar, meu amigo Murilo começou a chamar pessoas que eu não conhecia, eu me sentir protegida e segura, pois eu estava dentro da Universidade e as pessoas que por ali frequentam não iriam estranhar. Quando ele chamou a primeira pessoa, eu estava me sentindo tão grata que recebi com o meu melhor sorriso e um abraço, o vendei e disse para ficar a vontade em minha rede, enquanto iria fazer um café para ele, e ficamos conversando sobre a relação com a rede, o participante número 1 me contou que quando criança costumava brincar na rede, ele chamou a brincadeira de cavalinho, logo em seguida perguntei qual era a lembrança mais antiga que ele tinha com o café? Ele me respondeu que era quando toda família pai, mãe, avos, tios e primos moravam juntos, que todos tinham costumes de tomarem café unidos em torno da mesa, e também me compartilhou uma lembrança triste na qual o café é servido em velórios e lembrou-se dos entes queridos que já se foram.*

*Meu amor, eu particularmente nunca tinha associado o café em um velório, não sei se fui muito desatenta ou os velórios que participei não tinham café, e depois ele se levantou da minha rede, pois precisava voltar a*

*aula, mas antes de ir agradeceu muito a experiência e disse que adorou está ali trocando histórias e lembrando de coisas que a muito não lembrava.*

**Figuras 1 e 2** – Primeira experimentação da performance “Cafeto”.



**Fonte:** Fotos de Murilo Olegário.

*Quando o rapaz levantou-se da rede, a professora veio logo conversar comigo, pois tinha alguns pontos que ela queria melhorar. Como “Ser” estamos sempre evoluindo e com o nosso trabalho é a mesma coisa, como eu oferecia café, mas não tomava junto ela corrigiu isso, fazendo com que eu fosse atrás de um copo para tomar café junto com o participante, preparava o café na ponta de uma janela, como podemos observar na imagem anterior, me sugeriu que arranjasse uma mesinha para fazer todo o preparo próximo da rede e como eu não tinha onde sentar e me escorava na parede tive que ir atrás de um banco, conseguimos improvisar algumas dessas coisas, o copo e o banco.*

*Quando arrumamos tudo, veio logo outra participante, a recebi da mesma forma que tinha recebido o anterior, porém quando lhe ofereci um café ela me disse que não bebia café, e agora, o que fazer? Então, lembrando que apenas o aroma do café nos desperta sensações e lembranças. Fiz-lhe um café, mas pedir para ela apenas sentir o doce aroma e conversamos. Uma das primeiras lembranças que o cheiro fazia despertar eram lembranças ruins para ela, uma delas era o motivo de não tomar café por conta de uma gastrite adquirida por conta da maravilhosa bebida e que ele lembra a época que trabalhava em escritórios e que o café era uma forma de amenizar a fome. A outra lembrança era de um velório, eu confesso que fiquei surpresa por que eu não sabia que era comum servir café em velórios. No entanto, sei que café ele aquece a alma quando está ferida.*

**Figura 3** – Segundo participante da experimentação “Cafeto”.



**Fonte:** Fotos de Danielle Cascaes.

*Contudo, aos poucos ela foi se lembrando, da família que quando visitava os parentes mais distantes sempre lhe oferecia um café, como ato de carinho. O que vi nesses diálogos é que por si só eles compreende que o ato do café é algo afetivo, mas a conversa nunca fica só nisso, trocamos histórias*

*dissemos o quanto não gostávamos dos nossos nomes, pois eles eram compostos e são dois nomes que não combinam juntos, eu também compartilhei com ela os nossos românticos cafés da tarde.*

**Figura 4** – Registro da narrativa do participante.



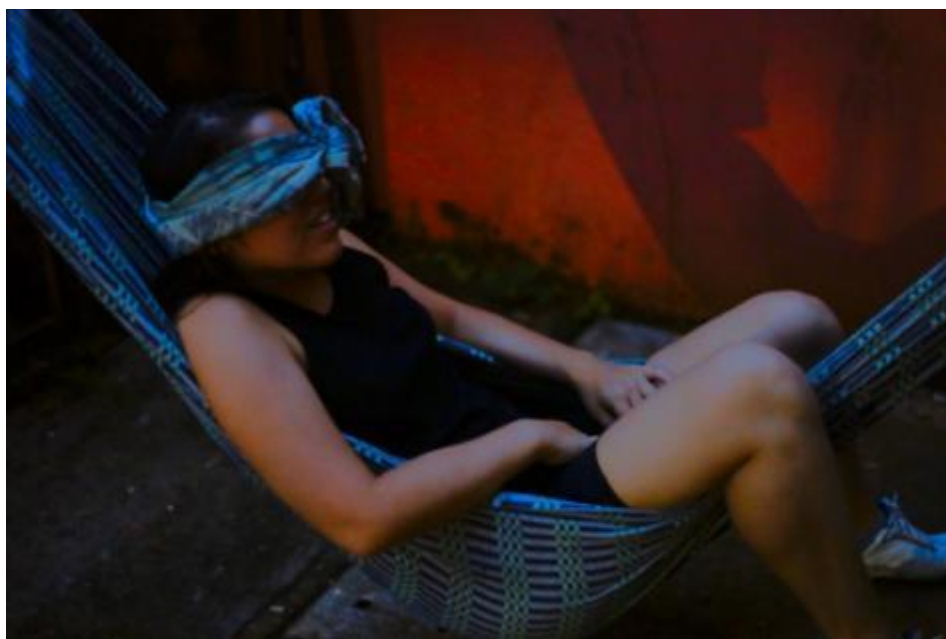
**Fonte:** Fotos de Danielle Cascaes.

*Que alias não vejo a hora de repetir, mas voltando, terminamos a conversa, e ao final cheguei a uma conclusão, rimos, nos divertimos fazendo piadas com os nossos nomes, e lembrei-me de ter a visto passar inúmeras vezes, tirando conclusões precipitadas sobre sua postura e não imaginava que depois desse trabalho, conseguiria enxergar o quanto ridícula eu fui, essa pessoa foi importante para conseguir ver os meus erros, e poder melhorar como pessoa. Nesse momento mudou minha percepção da vida.*

*Com o meu coração mais feliz, recebi a última pessoa do dia, pois já tinha se passado horas e o local já estava escuro, era uma moça que já havíamos sido apresentadas, mas não tínhamos contato, a recebi com muito carinho e sempre curiosa de como essa experiência iria ser com cada pessoa diferente, pedir para ela ficar a vontade, ela se deitou na rede, perguntei se ela gostava de café, logo me respondeu animada que adorava. Fiquei conversando com ela enquanto preparava o café, então sentei em um banco*

*entreguei uma xícara a ela. Conversamos sobre a memória mais antiga dela, era quando ela tinha três anos, e a babá dela fazia o café toda a tarde e dava para ela na rede, ela me mostrou a posição que ficava na rede, ela voltou no tempo... Então, ela me contou a história de uma senhora que segundo ela tem o melhor café do mundo que era da dona Natalina que é avó do melhor amigo dela, conversamos o quanto as pessoas que fazem o café tem uma carga emocional tão forte, por isso que o café fica bom, quanto maior o amor melhor o café, eu acredito muito nisso, ela compartilhou comigo que o café de recepção não é saboroso, pois não são feitos com carinho.*

**Figura 5** – Registro da narrativa do participante.



**Fonte:** Fotos de Danielle Cascaes.

*Quando acabou o seu café ela perguntou se eu podia fazer outro café para ela e eu respondi que sim, foi aí que percebi que todos os cafés que eram feitos eram diferentes e fiquei me perguntando quando eu protegi e abrir o portal, cada pessoa vinha com uma energia diferente então a bebida seria diferente também, quando ela bebeu o novo café ela disse que estava diferente, mais gostoso, contudo ainda não iria superar o café da dona Natalina, que foi uma senhora abandonada pelos filhos e que o neto ficou*

*para cuidar dela, e que apesar da idade avançada ela faz questão de preparar o café para as pessoas queridas. Eu a vi falando com tanto amor de uma essa senhora que adotou ela como neta.*

*Logo em seguida ela ficou saudosa de sua família pois ela já tinha perdido seus pais e avós, e veio a lembrança do café servido no velório, se sentindo a vontade chorou de saudades, de felicidade, quando ela se acalmou ela se levantou, agradeceu pela experiência e disse que a rede era um divã, que aquela experiência foi terapêutica e libertadora, e ainda queria chamar mais pessoas para participar. Quando vi que a performance fazia um bem para mim, tanto quanto para outro, vi que a arte feita com amor é libertária, saí dali com meu coração tão leve e feliz, grata pela oportunidade, de fazer diferença para alguém na aquele momento.*

*Quando finalizou a performance, recebi os feedback da Professora Olinda Charone, deu umas sugestões, que eu arranjasse uma mesa pequena para colocar varias xicaras e a garrafa térmica, um banquinho para eu ficar de frente para as pessoas, e claro um figurino para receber. Fui atrás de tudo isso, quis preparar tudo com muito zelo, assim seguir todas as recomendações. E me preparei para realizar fora da instituição de ensino, na qual todos estavam acostumados com manifestações artísticas. E estou pensando em que local farei essa performance. Meu amor finaliza essa carta muito saudosa de sua presença e afeto, um enorme abraço.*

**Belém, Maio de 2019**

*Meu querido, Robert*

*Meu amor faz exatamente um mês que não lhe escrevo, pois andava muito ocupada, com a preparação para realizar a performance em espaço*

*urbano, lembra que da ultima vez que nos falamos, eu ainda não sabia onde iria realizar e você me pediu para lhe manter informado de todo o processo. Pois bem encontrei um lugar ideal. A Praça Brasil na qual é uma praça localizada no centro de Belém no bairro chamado Umarizal, porque escolhi essa praça, visto que e uma das poucas praças que não expulsam artistas.*

**Figura 6** – Preparação para a realização da performance na praça Brasil, Belém, Pará.



**Fonte:** Fotos de Gabriela Anile.

*Comprei xícaras novas, uma garrafa térmica, um coador de pano. Pensei bastante no figurino, peguei uma saia comprida de cor preta, com as bordas são flores pintadas de vermelho, e uma blusa de cor vermelha, e um lenço na cabeça de cor vermelha com bolinhas brancas, me sentir muito satisfeita com a minha roupa, pois queria trazer uma sensação de lar. Confesso que tive que me preparar psicologicamente, pois o medo começava a invadir o meu Ser, junto com ele vem acompanhado de insegurança, preocupação. Como esse trabalho é feito cheio de afeto, as pessoas que fazem parte da minha vida, minha família e amigos e claro você meu amor, para me*

*ajudar nesse dia tão importante para mim. Todos me ajudaram cada um de uma forma, como a colocar as redes, nas fotos, no apoio moral, me incentivando. Quando colocamos a rede na praça em pleno horário comercial, todas as pessoas ficavam se perguntando o que estava acontecendo, eu ficava com medo, me perguntando que horas iriam expulsar-me de lá.*

**Figura 7** – Espaço montado a realização da performance na praça Brasil, Belém, Pará.



**Fonte:** Fotos de Gabriela Anile.

*Colocamos a rede, a mesa com as xícaras, as garrafas sobre a mesa, enfim, com tudo que precisava para a performance. Fiquei esperando, quando vejo vários homens que trabalham na praça como taxista, fiquei com tanto medo, mas recebi com muita dedicação. Porém o rapaz que veio até minha rede veio com a intenção de bagunçar com os amigos todos observando, batendo fotos e fazendo piadas, estava totalmente desconfortável e muito triste, pois a experiência não havia funcionado como das outras vezes, foi então que começou a chover e o rapaz resolveu ir embora com os demais amigos. Depois analisando com atenção, encarei essa situação como um aprendizado, pois temos que aprender a lidar com as frustrações, coisa que tive que aprender depois de adulta.*

**Figura 8** – “Cafeto” performance na praça Brasil, Belém, Pará.



**Fonte:** Fotos de Gabriela Anile.

*Como não havia aberto o portal, começou a chover e as pessoas que estavam comigo resolveram olhar a previsão do tempo, e nesse dia constava que só haveria chuva, na mesma hora olhei para o céu e abrir o portal recitando a oração Budista Nam-Myoho-Regue-Kyo<sup>1</sup> e pedindo para as forças protetoras do universo me ajudarem a aquele momento. A chuva começou a desaparecer, e conseguir retornar a minha rede. Havia uma senhora que estava observando desde o começo, querendo tomar o café com pão que ela havia comprado.*

*Então convidei a participar da performance, essa era a minha chance de mudar tudo de ser totalmente diferente da experiência anterior, essa senhora estava radiante e disposta, então vendi ela, e fiz um cafezinho para nos duas, e ela falou sem parar sobre a vida dela, perguntei se ela costumava a fazer café, ela me confessou que não sabia fazer café, e só tomava quando alguém fazia para ela. Então ela me contou sobre a primeira vez que fizera café. Ela tinha apenas 20 anos de idade e ela tinha um paquera como era chamado um pretendente a namoro, quando ele chegou em sua casa ela foi fazer a bebida para ele, mas saiu tão fraco que parecia um chá então apelidaram de “cháfé”.*

**Figura 9** – Preparação para a realização da performance na praça Brasil, Belém, Pará.



**Fonte:** Fotos de Gabriela Anile.

*Junto com essa história engraçada veio uma bem triste, com esse paquera ela teve um filho, e aos 12 anos de idade faleceu vítima de um motorista alcoolizado que atropelou a criança quando ela estava a brincar na rua. No seu rosto caíram algumas lágrimas singelas e silenciosas, mas logo em seguida ela disse eu estava tudo bem, que hoje em dia ela tem uma filha e netos, que estava muito feliz, eu compartilhei com ela que não lembrava da primeira vez que eu fiz um café, mas lembrava da primeira vez que fiz um pudim de leite, disse a ela que seguir, toda a receita mas quando acabou de assar o pudim só estava água, coloquei no congelador, e depois de algumas horas estava só gelo, ninguém quis comer ou tomar o meu pudim.*

**Figura 10** – Performance na praça Brasil, Belém, Pará.



**Fonte:** Fotos de Gabriela Anile.

*Ela achou tão engraçado que começou a rir desse acontecimento, acrescentei que nunca mais eu quis fazer um pudim, de tão envergonhada que nunca mais quis repetir, e ela me veio com uma lição de moral, que sinceramente era o que precisava para finalizar algumas questões que me levaram a fazer essa performance, e que me fez refletir sobre a forma como eu estava vivendo a minha vida, lembrei do que um autor chamado George Gurdjieff ele fala sobre força para nutrir a arte objetiva, onde ela carregar uma capacidade para transforma o público, onde transmite sabedoria, gurdjieff acredita que pode-se adquirir uma dose de sabedoria não verbal, ou seja, fazendo relação entre o interior e o superior do homem causando lhe uma transformação. Ele enaltece a possibilidade de alcançar a consciência, através dela ocorre a evolução. “O Trabalho não é apenas sobre estar*

*atento, é sobre ser consciente, e consciência é estar ciente de si. George Gurdjieff (GURDJIEFF, George. Tornando-se consciente. Acesso em: <http://ggurdjieff.com.br/>. ) chamou esta técnica de lembrança de si.”*

*A lembrança de si fez ela perceber que não queria que eu desistisse de tentar como ela, em relação ao fazer o café, ela se virou para mim e disse: você não pode desistir de tentar, você tem que tentar até conseguir, faça refaça e só se sinta vitoriosa quando conseguir executar a sua tarefa, me prometa que você vai tentar fazer esse pudim novamente? Eu disse que sim que não iria mais desistir só porque sugeriram alguns obstáculos, me possibilitando essa transformação .*

**Figura 11** – Performance na praça Brasil, Belém, Pará.



**Fonte:** Fotos de Gabriela Anile.

*Eu acreditei por muito tempo que eu deveria desistir das coisas que a princípio não sabia fazer “direito”, pois não tinha talento para aquilo e essa simples lição fez perceber que a vida é assim, temos que fazer e tentar várias vezes para conseguir fazer as coisas de maneira formidável. Depois do meu sim que não iria mais desistir, ela me disse assim mesmo: eu tenho certeza*

*que um dia o seu pudim será o melhor do mundo igual ao seu café, eu me sentir tão feliz, e com a certeza do que eu estava fazendo era o certo, fiz esse cuidado do si compartilhando minhas dores e incertezas da vida, com pessoas que nunca antes tinha conversado e me mostraram caminhos maravilhosos e compartilhando suas felicidade e dores, de uma forma tão afetuosa... Quando cuidamos do outro cuidamos de si.*

*P.s meu amando Robetr, obrigado por fazer parte desse trabalho pois os nossos encontros sempre foram acompanhados de muito cafeto.*

### ***Carta para meu eu futuro***

*Eu aprendi com esta pesquisa olhar com mais atenção às pessoas a minha volta e não deixar que conclusões precipitadas me afastem das possibilidades de criar novos laços e preencher minha cede por novas histórias. Aprendi que cada pessoa tem suas dores e felicidades. E cada um encontra caminhos diferentes para superá-las. Percebo que precisamos ter um olhar sensível sobre o outro. Saber que às vezes temos que externa nossas angústias, que o cuidado do si nunca acontece sozinho. Com esta pesquisa, eu entendi que a arte tem o poder de transformar a vida das pessoas. Percebi que atitudes tão simples modificam as pessoas por um longo período. Nesses quatro anos consegui chegar ao final buscando corrigir falhas e encarar os problemas de frente. Foi encarando com positividade os obstáculos que apareciam que vi que eu era capaz de com o teatro ajudar as pessoas. O tipo de ajuda que precisei a vida inteira. E foi trabalhando com o teatro que comecei a ensinar com mais afeto e lembrar o motivo de ter escolhido essa arte como profissão, escolhi o teatro para ajudar no processo de transformação do Ser... Eu consegui. Finalizo com o autor que tanto gosto.*

*Retrato do artista quando coisa*

*Há um cio vegetal na voz do artista .*

*Ele vai ter que envesgar seu idioma ao ponto  
de alcançar o murmúrio das águas nas folhas  
da árvores.*

*Não terá mais o condão de refletir sobre as coisas.*

*Mas terá o condão de sê-las.*

*Não terá mais ideias: terá chuvas, tardes, ventos, passarinhos...*

*Nos restos de comida onde as moscas governam*

*Ele achará solidão.*

*Será arrancado de dentro de dentro dele pelas palavras*

*A torquês.*

*Sairá entorpecido de haver-se*

*Sairá entorpecido e escuro.*

*Ver sambixuga entorpecida gorda pregada na barriga do cavalo*

*Vai o menino e fura de canivete a sambixuga:*

*Escorre sangue escuro cavalo.*

*Palavra de um artista tem que escorrer*

*Substantivo escuro dele.*

*Tem que chegar enferma de suas dores, de seus limites, de suas derrotas.*

*Ele terá que envesgar seu idioma ao ponto de enxergar*

*No olho de uma graça os perfumes do*

*Sol.*

*Manoel de Barros*

## REFERÊNCIAS

### Livros

BARROS, Manoel. **Poesia completa**. São Paulo: LeYa, 2013.

ZAMORA, Martha. **Cartas apaixonadas de Frida Kahlo**. Rio de Janeiro: José Olympio, 1997.

COHEN, Renato. **Performance como Linguagem**. São Paulo: Perspectiva, 2004.

### Links:

GALVÃO, Bruno. **A ética em Michel Foucault: do cuidado de si à estética da existência**. Disponível em: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/intuitio/article/view/17068/11428>. Pdf. Acesso em: 10/03/2019.

GURDJIEFF, George. **Tornando-se consciente**. Disponível em: <http://ggurdjjeff.com.br/>. Acesso em: 15/03/2019.

VENTURINI, Flavio; RUSSO, Renato. **Música mais uma vez: 14 Bis: 1987** Disponível em : <https://www.letras.mus.br/renato-russo/1213616/>. Acesso: 26/04/2019.

VERDI, Guisepp. **Frases famosas**. Disponível em: <https://www.frasesfamosas.com.br/frases-de/giuseppe-verdi/>. Acesso : 30/04/2019.

ABREU, Wladir. **História de vida como metodologia de pesquisa: o relato de vida de um menino de rua da praça da República em Belém do Pará**. Disponível em: <https://periodicos.ufpa.br/index.php/revistamargens/article/view/2849>. Pdf. Acesso em: 4/05/2019.

ARAUJO, Fatima. **Um Café: Pensador** Disponível em: <https://www.pensador.com/frase/MTM4MDEyMQ/>. Acesso em: 7/05/2019.

FLORES, Leandro. **Café com Poemas e Aroma de Mulher: Pensador**. Disponível em: <https://www.pensador.com/frase/MTkwMzcxNw/>. Acesso em: 9/05/2019.

NUNES, Geraldo; Venâncio. **Urubu Ta Com Raiva do Boi: 1974 Baiano e os Novos Baianos**. Disponível em: <https://www.cifraclub.com.br/baiano-os-novos-caetanos/urubu-ta-com-raiva-do-boi/letra/> Acesso em : 6/02/2019.

CRUZ, Gelson. **O Colorido Céu dentro de nós: Refletir**. Disponível em: <https://www.refletirpararefletir.com.br/3-lindos-poemas-sobre-professor-e-aluno> Acesso em: 26/05/2019.

## ANEXOS

A- Registros da Performance na Praça Brasil- Fotos de Gabriela Anile.





























Registros da performace na ETDUFPA. Fotos de Murilo Olegário

