Possibilidades de diálogo entre a formação de atores e a prática do Yoga.

Natalia Ruggiero Colombo*

Resumo

Este trabalho visa realizar uma primeira aproximação ao vasto campo de pesquisa existente sobre as possíveis relações entre a prática de Yoga e a pedagogia do ator. Para isso, realiza um estudo teórico da bibliografia central do diretor russo Konstantin Stanislavski, e de alguns de seus comentadores, atentando-se às alusões à filosofia e prática do Yoga.

Palavras-chave

Teatro, Yoga, Formação de atores.

Introdução

Ao colocar o ator como figura central da arte teatral, muitos artistas contemporâneos vem registrando e pesquisando a necessidade deste em trabalhar sobre si mesmo de modo a preparar-se para, além de dominar técnicas expressivas necessárias à sua arte, atingir um estado de presença e concentração em cena que o possibilite atuar de maneira *psicofísica*. A constante tensão entre aquilo que se passa interna e externa, mental e fisicamente, durante o trabalho do ator é algo que saltou aos meus olhos logo nos primeiros anos de graduação em Artes Cênicas e, naturalmente, comecei a relacionar a minha prática pessoal de Hatha Yoga às questões que vinha enfrentando como atriz. Diante disso, este trabalho tem como objetivo realizar uma primeira aproximação à ampla discussão existente na contemporaneidade sobre as possibilidades de diálogo entre a prática do Yoga e a pedagogia do ator. Para isso, concentra-se na bibliografia central do diretor russo Konstantin Stanislavski, realizando um estudo que relaciona a pedagogia de ator apresentada por ele à filosofia, prática e conceitos próprios do Yoga.

Resultados e Discussão

Realizou-se inicialmente um estudo sobre a própria disciplina yogui através das obras *Yoga: imortalidade e liberdade*, de Mircea Eliade e *Os Yoga Sutras*, de Patanjali, com os quais Eliade dialoga intimamente. Optou-se pelo estudo das obras de Konstantin Stanislavski em sua tradução espanhola, uma vez que esta tenha sido realizada diretamente do russo, enquanto que a versão portuguesa foi traduzida do inglês, de maneira a não perder determinados conceitos relacionados ao Yoga que podem ter sido excluídos devido aos interesses específicos dos Estados Unidos pela obra. Ao longo do estudo de *El trabajo del actor sobre sí mismo en el proceso creador de la encarnación* e *El trabajo del actor sobre sí mismo en el proceso creador de la vivencia*, notou-se a semelhança de objetivos entre os exercícios corporais e de respiração diários que Tortsov propunha a seus alunos e determinados *asanas* e *pranayamas*, propostos pelo Hatha Yoga. Nestas obras, Stanislavski também aborda fortemente a questão ética que envolve o trabalho do ator dialogando diretamente com conceitos da filosofia yogui como os *yamas*, principalmente no que diz respeito à relação do indivíduo com o próprio ego. É possível realizar,

ainda, o paralelo entre demais conceitos stanislavskianos como *Círculos de Atenção*; *Imaginação*; *Concentração*; e *Relaxamento Muscular* com conceitos/habilidades trabalhados no Hatha Yoga como *Atenção Múltipla*; *Foco*; *Meditação*; *Visualização*; e *Relaxamento*.

Conclusões

Nota-se que o principal ponto de contato entre o pensamento yogui e a maneira como Stanislavski pensa a pedagogia do ator está na crença sedimentada de que há uma forte relação entre o corpo e a mente e de que o externo atua sobre o interno e vice-versa. Segundo o diretor russo o ator realiza sua criação tanto interior quanto externamente e depende de um “aparato físico” que seja capaz de responder formalmente à demanda de toda vida de seu “yo-interior”. O Hatha Yoga, portanto, mostra-se bem-vindo no trabalho do ator sobre si mesmo, na medida em que, como discutido ao longo do trabalho, possibilita o desenvolvimento de consciências e sensibilidades afins ao processo criativo do artista, não apenas como profissional, mas também como ser humano. O campo de artistas que se interessam pelas práticas orientais e se relacionam de alguma forma com elas é significativo e vai de Konstantin Stanislavski e Jerzy Grotowski, até contemporâneos como Phillip Zarrilli e Ariane Mouchkine. Realizar uma aproximação a estas pesquisas se torna relevante na medida em que, como constatado neste trabalho, estas práticas podem oferecer a artistas ocidentais o desenvolvimento de percepções pouco exploradas em nossas práticas habituais.

Agradecimentos

Agradeço a meu orientador Prof. Dr. Cassiano Sydow Quilici por me ajudar a realizar a ponte entre o Yoga e o Teatro, e a Naira Rodrigues por me guiar no descoberta do Yoga. Pesquisa financiada pelo PIBIC - Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica e Tecnológica da UNICAMP.

Eliade, M. *Yoga: Imortalidade e Liberdade*. São Paulo: Palas Athena, 1996.

Patanjali. *Os Yoga Sutra de Patanjali*. São Paulo: Mantra, 2015.

Stanislavski, K. *El trabajo del actor sobre sí mismo en el proceso creador de la encarnación*. Madrid: Alba, 2003.

Stanislavski, K. *El trabajo del actor sobre sí mismo en el proceso creador de la vivencia*. Madrid: Alba, 2003.