

Por um corpo eutônico nas artes da cena – Eutonia e Teatro

Marcia Azevedo – doutoranda UFU

Orientador: Eduardo de Paula

RESUMO:

A expressão “corpo eutônico” diz respeito à educação somática em Eutonia, criada pela alemã-dinamarquesa Gerda Alexander (1908-1994). A partir de movimentos criados e experimentados no próprio corpo, a professora ritmicista dalcroziana desenvolveu exercícios para o alívio das tensões corporais em excesso e em benefício do equilíbrio do “bom” tônus muscular. O corpo, local vivo de emoções e sensações, carrega em si uma quantidade excessiva de tensões desnecessárias do dia a dia que vão aos poucos enrijecendo a musculatura, provocando stress e dores durante a feitura das ações cotidianas. Pensando no trabalho das pessoas artistas da cena, torna-se importante chamar a atenção para a percepção desse corpo que chega na sala de ensaio para desenvolver imaginação e criatividade. Torna-se importante focar a atenção coletiva para a liberação dos tensionamentos desnecessários, buscando assim o “tônus harmonioso” em benefício do desenvolvimento de sua construção corporal-cênica. Essa mesma preocupação com o corpo é enfatizada no pensamento do mestre pedagogo russo Konstantin Stanislávski (1863-1938), a partir do seu livro *O trabalho do ator sobre si mesmo* ao dedicar um capítulo inteiro para o tema Liberação Muscular, momento em que reflete sobre as tensões drásticas apresentadas nos ensaios de cena e os caminhos possíveis para a resolução do problema. Espera-se que essa comunicação possa ser trilha de provocações e reflexões sobre nossas práticas artísticas-corporais para a criação cênica.

Palavra-chave: teatro, eutonia, corpo, cena

Bibliografia:

ALEXANDER, Gerda. **Eutonia: um caminho para a percepção corporal**. Tradução de José Luis Mora Fuentes. São Paulo: Martins Fontes, 1983.

STANISLÁVSKI, Konstantin. **O Trabalho do ator sobre si mesmo**: diário de um aluno. Editado por Jean Benedetti. Traduzido por Vitória Costa. São Paulo: Martins Fontes, 2017.