

**UNIVERSITATEA NAȚIONALĂ DE ARTĂ TEATRALĂ ȘI  
CINEMATOGRAFICĂ „I.L. CARAGIALE” BUCUREȘTI**

**REZUMAT**  
**TEZĂ DE DOCTORAT**  
Munca actorului cu sine și asupra rolului.  
Instrumentar de lucru

CONDUCĂTOR ȘTIINȚIFIC:  
Conf. univ. dr. Paul Chiribuță

DOCTORAND:  
Suărășan Alina

## CUPRINS:

|  |           |
|--|-----------|
| <b>CUPRINS:</b>  | <b>2</b>  |
| <b>1. ARGUMENT</b>   | <b>3</b>  |
| 1.1.Tema cercetării  | 3         |
| 1.2.Contextul în care se desfășoară cercetarea   | 5         |
| <b>2. STRUCTURĂ ȘI CONȚINUT</b>  | <b>7</b>  |
| 2.1.Harta tezei  | 7         |
| 2.2.Sumarul capitolelor  | 9         |
| 2.2.1. Capitolul 1 “ Munca artistului este cunoașterea, nu arta”                       | 9         |
| 2.2.2. Capitolul 2 “ Munca actorului este curajul de a înfrunta necunoscutul”          | 10        |
| 2.2.3. Capitolul 3 “ Forțe care se pot opune curajului actorului. Poziționarea neutră” | 12        |
| 2.2.4. Capitolul 4 “ Succesul actorului sau căutarea succesului”                       | 15        |
| 2.2.5. Capitolul 5 “ Concluzii”  | 15        |
| <b>3. VALOAREA ADĂUGATĂ A TEZEI</b>  | <b>18</b> |
| <b>4. CUVINTE CHEIE</b>  | <b>19</b> |
| <b>5. BIBLIOGRAFIE</b>   | <b>22</b> |

# 1. ARGUMENT

## 1.1. Tema cercetării

Teza de doctorat “Munca actorului cu sine și asupra rolului. Instrumentar de lucru” este o cercetare exploratorie despre cunoașterea de sine a actorului spre creație. În centrul căutărilor tezei sunt actorii, priviți ca singurele persoane dispuse să înfrunte necunoscutul sub privirea altor oameni, cu scopul de a arăta ceva important despre viață și condiția umană. Am ales ca motto fraza lui Jerzy Grotowski: “nu există stagnare, există numai evoluție sau involuție”<sup>1</sup>. Teza susține ideea că prin cunoașterea de sine, drumul actorului spre creație este mai ușor. Cunoașterea de sine ar putea oferi actorului curajul de care are nevoie pe scenă. Pornesc de la premisa că forțele care se opun curajului actorului se află chiar în el însuși și că prin împrietenirea cu sine, actorul poate obține instrumentele necesare înfruntării celui mai aprig contestatar: el însuși. Pare mai înțelept pentru *saltul de tigr*, așa cum spune Grotowski, actorul să cunoască despre sine tot ce poate fi cunoscut. Problemele sufletești ale actorului ar putea avea aceeași valoare ca provocările rolului. Ar putea fi fețe ale aceleiași monede, ar putea explica de ce unii actori repetă “prea mult”, alții “puțin”, iar scena reflectă uneori raportul invers. Propun ideea că e posibil ca actorul să repete “prea mult” ca să compenseze un aspect personal, sufletesc, pe care îl cunoaște cu simțurile, dar nu cu mintea. Cunoașterea și recunoașterea diferenței dintre blocaj personal și dificultate a meseriei, ar putea însemna distribuirea corectă a eforturilor în munca scenică. Dar pentru a recunoaște, cred că, mai întâi, e nevoie de a cunoaște.

Persoana cu acces deplin la camerele ascunse ale ființei sale e chiar actorul, iar uneori, rezolvarea unor probleme scenice complexe ar putea depinde de disponibilitatea actorului sau curajul actorului de a deschide ușile personale ferecate, pentru a lua de acolo, pentru scenă, pietre prețioase.

Teza oferă câteva instrumente pe care actorul le-ar putea descoperi utile pe drumul complicat și nesfârșit al explorării celui mai important și complicat rol: propria persoană. Din conținutul fiecărui capitol rezultă zece instrumente, prezentate în detaliu la final tezei. Instrumentarul de lucru a fost conceput cu gândul la aplicabilitate imediată. Simultan, teza urmărește să explice o propoziție pe care actorii o aud deseori, “fii tu însuși”, și încearcă să afle ce înseamnă mai exact. Tu însuși din universul personal, tu însuși din viața socială, tu însuși cel care crezi că ești, sau tu însuși cel care îți dorești să devii? Tu însuși în ce context și sub influența căror

---

<sup>1</sup> Thomas Richards, *At Work with Grotowski on Physical Actions*, Routledge, New York, 1995, p. 3.

condiții? Când actorului i se cere, în cadrul unei audiții de exemplu, “să fie el însuși”, cum își traduce actorul indicația și cum o aplică în plan practic? Am considerat că “ce înseamnă să fii tu însuși” și “cum să fii tu însuși” sunt căutări diferite, iar cercetarea nu oferă cum-ul, *cum să fii tu însuși*. Munca de cercetare se concentrează pe “ce înseamnă să fii tu însuși”, în speranța că instrumentele rezultate ar putea fi utile actorului în dezvoltarea propriului *cum*, propriei metode. Prin conținutul tezei, încerc să sprijin actorul prin informații care să facă trecerea de la impresia comunicării la comunicarea reală.

Cu scopul de a valida ideile prezentate și sugestiile formulate, am inventat un exercițiu. Exercițiul<sup>2</sup> Rubik Cub reflectă întregul parcurs al cercetării, de la întrebările inițiale la concluzii. Actorul ar putea observa, prin parcurgerea exercițiului, diferența dintre *cum crede că funcționează* mintea sa și cum funcționează *de fapt*. Observarea diferenței dintre *ce cred eu că e* și *ce e de fapt*, ar putea oferi actorului o altă raportare la munca sa, poate mai eficientă.

Dacă ar trebui să numesc un film în care s-ar putea reflecta conținutul lucrării, atunci filmul ar fi “Big Fish”<sup>3</sup>. Propun ideea că sincronizarea cu timpul prezent este un aspect foarte important pentru actori: nu prea devreme, nici prea târziu, ci **acum**. Cineva spunea că nu trebuie să câștigi toate bătăliile, ci numai pe acelea care contează. Consider că sincronizarea cu timpul prezent poate decide viitorul unui actor. Propun ideea că șansele ca un actor să fie sincronizat cu timpul prezent sunt potențate de cunoașterea de sine, un actor care știe cum să ajungă exact când trebuie. Ideile “*omul vede lucrurile diferit în perioade diferite din viața sa. Orașul nu-i mai părea același, acum când era matur*”<sup>4</sup> din replicile filmului “Big Fish”, fac parte din motivația cercetării. Oamenii se schimbă pe parcursul vieții, iar evoluția sau involuția par să fie direcții dictate de cât de bine ne cunoaștem și acționăm în consecință. Dacă ar fi să numesc o poezie în care s-ar putea reflecta teza, atunci poezia ar fi “Glossă” de Mihai Eminescu. *A rămâne la toate rece*, în teză se numește *poziționarea neutră a actorului* - un *concept-atitudine* nou, pe care îl propun, prin care actorul ar putea să descopere că e mai ofertant să nu spere și să nu aibă teamă. Concluziile tezei ar putea oferi actorului eliberare de sub teroarea anticipării și bucuria de a trăi în prezent.

---

<sup>2</sup> Exercițiul este prezentat în teză la p. 208. O execuție a exercițiului este disponibilă pe YouTube, cu titlul *Exercițiu Cub Rubik*.

<sup>3</sup> regia Tim Burton, 2003.

<sup>4</sup> Minutul 1h 30, filmul *Big Fish* (r. Tim Burton, 2003).

## 1.2.Contextul în care se desfășoară cercetarea

Întrebările temei, în esență, au fost formulate des de-a lungul timpului. *Cine sunt eu* e o întrebare veche. Contextul este însă nou și sugerez că răspunsul e necesar pentru munca actorului, dar este dificil de găsit pentru că în *epoca post-adevărului*<sup>5</sup>, provocările sunt cu totul noi. Ne aflăm într-o lume în care faptele obiective sunt mai puțin relevante în formarea opiniilor, o epocă în care emoția și punctul de vedere personal se află pe primul loc, o lume pe care Mario Varga Llosa o numește *civilizația spectacolului*. În civilizația spectacolului “primul loc pe scara valorilor îl ocupă divertismentul (...) a te distra, a scăpa de plictiseală, e pasiunea generală”<sup>6</sup>. Azi, operele artistice sunt considerate produse comerciale a căror soartă e decisă de capriciile pieței, așa cum spune Mario Varga Llosa. Thomas Ostermeier spune că azi vine la teatru “prima generație care a crescut cu televiziunea”<sup>7</sup>, iar ritmul clipurilor e transpus în jocul actorilor, susține Ostermeier. În timp ce generația tânără se simte bine și înțelege ritmul accelerat, generația mai în vârstă nu reușește să urmărească viteza narațiunii. Și atunci, dacă teatrul e oglinda lumii, cum modifică ritmul accelerat al lumii teatrul și actorul? Robert Bly se întreabă “unde sunt astăzi bărbații inițiați de altă dată?”<sup>8</sup>, scrie că inițierile culturii noastre sunt *pseudo-inițieri*, care nu oferă băiatului șansa de a deveni bărbat și se întreabă de ce există o confuzie, în State Unite și în Europa, în privința sexului de care aparținem. Bly consideră că devenim tot mai conștienți că azi *ceva vital* lipsește din viața multor bărbați. Faptul că *ceva lipsește* este remarcat și de Mary Esther Harding, fostă studentă a lui Jung. Autoarea consideră că pentru a afla ce anume lipsește, e necesară o analiză a relației personale cu lumea. Femeile, susține autoarea, suferă în viața personală pentru că neglijează principiul feminin, iar bărbații nu înțeleg femeile pentru că folosesc mijloace strict intelectuale. Femeile au acceptat prea ușor să devină “bărbați”, ceea ce a determinat pierderea legăturii cu principiul lăuntric feminin. Pierderea feminității e posibil să fie “cauza principală a nefericirii și instabilității emoționale din ziua de azi”<sup>9</sup>. Nu este numai o problemă a femeilor, ci o problemă a omenirii, iar principiul feminității trebuie învățat din nou, pentru că altfel nu are loc progresul nici pentru femei, nici pentru relațiile dintre femei și bărbați. Trăim vremuri în care suntem nemulțumiți de calitatea relațiilor

---

<sup>5</sup> Post-adevăr: care se referă la sau desemnează circumstanțe în care faptele obiective sunt mai puțin relevante în formarea opiniilor decât sunt emoția și punctul de vedere personal. Termen desemnat cuvântul anului 2016 de dicționarul Oxford.

<sup>6</sup> Mario Vargas Llosa, *Civilizația spectacolului*, ed. Humanitas, București, 2018, p.29.

<sup>7</sup> Thomas Ostermeier, *Teatrul și frica*, ed. Nemira, București, 2016, p. 48.

<sup>8</sup> Robert Moore, Douglas Gilette, *Arhetipurile masculine*, ed. Daksha, București, 2019, p.15.

<sup>9</sup> Mary Esther Harding, *Misterele femeii*, ed. Herald, București, 2019. p.34.

interumane, iar descoperirea unor noi surse de energie ar putea să aducă fericirea și împlinirea, crede Mary Esther Harding.

Simultan, în lumea prezentului, avem la dispoziție instrumente precum Google Ngram cu ajutorul cărora cercetătorii au demonstrat că dimensiunea rețelei sociale și nu talentul a generat faima pictorilor de la începutul secolului XX. Simultan, e o lume în care comunicarea la nivel global permite unor concepte precum *crowd wisdom*<sup>10</sup> să găsească răspunsuri la situații medicale inexplicabile, cu ajutorul oamenilor de pe internet (vizibil în documentarul *Diagnosis*, 2019). Contextul este nou: o lume instabilă emoțional, dar cu resurse tehnice unice în istoria umanității, o lume paradoxală cu provocări noi, dar și resurse noi. Cred că drumul cunoașterii de sine al actorului pare mai dificil de parcurs acum, când informația este accesibilă peste tot. Consider că bombardamentul informației este în sine o provocare: cum decantăm informația și în ce alegem să ne investim timpul limitat și atenția? Sugerez că o cunoaștere a modului de a cunoaște ar putea fi utilă, iar reperele cunoașterii lumii sunt responsabilitatea actorului. În lipsa evoluției, involuția este o chestiune de timp. Teza oferă câteva instrumente pentru cunoașterea de sine a actorului spre creație, dar valoarea ar putea veni din invitarea la compunerea propriului instrumentar de lucru, unic și personal, arătând câteva puncte de pornire.

---

<sup>10</sup> *Crowd wisdom* în limba engleză (lb.rom. *înțelepciune a mulțimii*) îi aparține lui James Surowiecki

## 2. STRUCTURĂ ȘI CONȚINUT

### 2.1. Harta tezei

Teza este structurată în patru segmente mari: partea introductivă, cuprinsul tezei, concluziile, Bibliografia și Anexele. Introducerea este numerotată independent de restul conținutului, iar cuprinsul efectiv este numerotat în ordine succesivă. Segmentele sunt reflectate în **Cuprins** astfel:

Segmentul (1) sau partea introductivă

I. Argument

II. Contextul în care se desfășoară cercetarea

III. Metodologie

Segmentul (2) sau cuprinsul efectiv

### 1. MUNCA ARTISTULUI ESTE CUNOAȘTEREA, NU ARTA

a. Ipoteză de lucru: Cu ce se ocupă arta și artistul?

Lev Tolstoi despre împăcarea cu sine prin artă și “infecția” cu același sentiment

Oscar Wilde despre suferință și persoana întâi în artă

Perspectiva lui Collingwood despre artă

Panofsky despre intenția artistului. Gombrich despre așteptare și iluzie

Instrument 1: Munca actorului este cunoașterea

b. Contribuția segmentului la tema cercetării

### 2. MUNCA ACTORULUI ESTE CURAJUL DE A ÎNFRUNTA NECUNOScutUL

a. Ipoteze de lucru

Cu ce se ocupă actorul pe scena de teatru?

Definiții și noțiuni

Conceptul de dublu

Prezența în teatru

Actorul hipnotizează

Instrument 2: Actorul transformă flagranța în prezență

De ce tind actorii să se reprezinte pe sine, în loc să prezinte?

Actorul este el însuși și un altul

Despre travaliul creației

Gândirea leneșă este mai la îndemână

Instrument 3: Condiția umană favorizează ignoranța

La ce folosesc metodele?

Despre Actor din dialogul metodelor

Despre Teatru din dialogul metodelor

Concluziile experimentului G.O.P.A.R.D

Instrument 4: Curajul actorului de a înfrunța necunoscutul

b. Contribuția segmentului la tema cercetării

### 3. FORȚE CARE SE POT OPUNE CURAJULUI ACTORULUI. POZIȚIONAREA NEUTRĂ

a. Ipoteză de lucru: Ce poate înfrâna “saltul de tigru” al actorului?

Identitatea

Despre cum se formează identitatea

Despre identitatea creativă

Instrument 5: Identitatea este fluidă

Umbră

Conceptul de Umbră

Umbra pentru munca actorului

Instrument 6: Umbra e izvor de energie pentru actor

Persona

Persona și reprezentările sociale

Instrument 7: Lumea nu e ce ne a(pare)

Adevărul

Adevărul lui William James

Adevărul lui Gurdjieff

Sistemul lui Gurdjieff observat de Ouspensky

Instrument 8: Adevărul este o alegere

b. Neutrul: un conceptu-atitudine pentru actor

Instrument 9: Poziționarea neutră a actorului

c. Contribuția segmentului la tema cercetării

#### **4. SUCCESUL ACTORULUI SAU CĂUTAREA SUCCESULUI**

a. Ipoteză de lucru: Ce înseamnă succesul?

Despre oportunitate și noroc

Despre performanță

Instrument 10: În căutarea succesului

b. Contribuția segmentului la tema cercetării

Segmentul (3)

#### **5. CONCLUZII**

Instrumentar de lucru: zece instrumente pentru actor

Exerciții

De la instrumente la concluzii

În loc de încheiere

Segmentul (4)

#### **BIBLIOGRAFIE**

##### **Anexe**

## 2.2. Sumarul capitolelor

### 2.2.1. Capitolul 1 “ Munca artistului este cunoașterea, nu arta”

Capitolul 1 arată repere despre artă și artist. Cu ce se ocupă arta? Cu ce se ocupă artistul? Care este, mai precis, munca artistului? Există o definiție a artei? Funcția primului capitol este să identifice geografia universului general în care se află munca actorului. Apoi, să întrebe experiența unor autori și artiști despre legătura dintre cunoașterea de sine a artistului și creație. Există elemente similare pe drumurile artiștilor? Dacă răspunsul ar fi da, atunci pentru tema cercetării, informația devine esențială pentru că artistul și-ar putea calibra așteptările și, la modul ideal, s-ar pregăti din timp. Forța care conduce capitolul este așteptarea artistului. Capitolul întâmpină ideea că dacă plaja de așteptări este mică, dezamăgirile sunt mici; iar dacă plaja de așteptări e mare, dezamăgirile sunt mari. Ce așteptări își formulează artistul de la sine atunci când alege să facă artă? E greu de presupus că artiștii pornesc în universul artei cu intenții financiare. Artiștii știu că viața în artă are numeroase provocări, e o viață grea. Artiștii se așteaptă la un drum dificil. Primul capitol indică elemente și detalii mai puțin vizibile, dar care par că pavează drumul în artă. Simultan, capitolul oferă repere utile despre ce este arta mai exact.

Cuprinsul capitolului oferă următoarele idei principale: în artă se petrece o transmitere conștientă de la cineva (artist) către altcineva (public). Publicul e infectat, spune Tolstoi, de sentimentele artistului, iar artistul se ocupă cu transmiterea unui sentiment, pe care publicul îl recunoaște în el însuși, susține Tolstoi. Artă, spre deosebire de meșteșug, are ceva în plus - fără ca acel ceva să poată fi definit exact, totuși atunci când există, se simte, se vede. Scopul artistului, susține R.G. Collingwood, e important. Ce dorește să obțină artistul prin creația sa? Pentru Collingwood, legătura dintre artă și emoție e clară. Artistul exprimându-se, se cunoaște pe sine. În ceea ce face artistul, e implicată o forță din interiorul său. Artă e un mijloc de comunicare diferit, susține Panofsky. Tot ce face parte din contextul artistului: idei, cultură, tradiții, participă la rezultatul artistic. Artistul poate să nu realizeze că totul îl influențează. Artistul creează în dialog cu universul din care face parte, fie că realizează sau nu. E.H. Gombrich consideră, ca și William James, că mintea noastră construiește pe baza a ce crede că vede sau aude și remarcă faptul că ce aștepti să se întâmple, te influențează.

Alături de câteva definiții ale artei, capitolul face vizibile informații despre: frică, suferință, contextul artistului, drumul personal. În societăți diferite, în perioade diferite, există elemente despre viața în artă, descrise la fel, dar și despre legătura dintre cunoașterea de sine și creație. Am

găsit în nuanțele autorilor similarități în privința unor idei, cum este, de exemplu, frica. Tolstoi trăiește o noapte de teroare în urma căreia, susține că a înțeles ce este important pentru el cu adevărat. Experiența închisorii îi arată lui Oscar Wilde adevărul despre sine. Faptul că autorii descriu în termeni diferiți experiențe similare a oferit cercetării două direcții noi de lucru, care au devenit fire roșii: talentul vine însoțit de frică, iar frica e o forță. Aș îndrăzni să sugerez ideea că talentul nu poate fi separat de spaimă, iar artiștii mari au temeri mari. Pornind de la întrebarea ce e arta, conținutul capitolului se sprijină pe opiniile următorilor autori: Lev Tolstoi, Oscar Wilde, R.G. Collingwood, Erwin Panofsky și E.H. Gombrich.

### 2.2.2. Capitolul 2 “ Munca actorului este curajul de a înfrunța necunoscutul”

Capitolul 2 cercetează posibilitatea că frica ar putea fi catalizatorul de care actorul are nevoie pentru a înfrunța necunoscutul pe scenă. Pe scurt, propun ideea că datorită fricii, curajul actorului este posibil. Actorul fricos conține posibilitatea de a fi/ a deveni spectaculos pe scenă dacă găsește curajul de a se înfrunța pe sine. Capitolul pornește de la întrebările: cu ce se ocupă actorul pe scena de teatru? De ce tind actorii să se reprezinte pe sine, în loc să prezinte? La ce sunt utile metodele actorului? Ipotezele indică câteva posibile răspunsuri la strigătele de ajutor ale actorilor sau cele opt picioare ale păianjenului, așa cum sunt numite de Declan Donnellan și care apar în jurul verbului *a ști*: “nu știu ce fac, nu știu ce vreau, nu știu cine sunt, nu știu unde sunt, nu știu cum să mă mișc, nu știu ce simt, nu știu ce spun, nu știu ce joc”.

Cu ajutorul opiniilor lui Cesare Brandi aflăm că actorul se ocupă pe scenă cu transformarea flagranței în prezență scenică. Flagranța - așa cum definește Cesare Brandi termenul - este opusul prezenței scenice. În viață, ne aflăm în flagranță. Pe scenă, are loc o trecere de la simpla prezență fizică - sau flagranța - către prezența scenică. Dar nu se pot cunoaște toate detaliile modului în care actorul transformă flagranța în prezență scenică. Nu se cunoaște de ce unii actori au acel nu-știiu-ce, magnetismul care captează atenția, iar alți actori nu. Dacă nu se poate cunoaște modul cum transformă actorul flagranța în prezență scenică, atunci pentru ce se antrenează actorul?

Conceptul de dublu arată că partea vizibilă a lucrurilor este legată de partea invizibilă, iar separarea nu este posibilă. Dacă viața este compusă din vizibil și invizibil, dintr-o parte care se poate cunoaște, dar și o parte ascunsă cunoașterii, iar actorul este viu, atunci nici cunoașterea actorului nu poate fi deplină. Întotdeauna va rămâne ceva imposibil de cunoscut. Sugerez ideea că actorul nu se antrenează numai pentru vizibil, pentru ceea ce se poate cunoaște, actorul se antrenează, în egală măsură, pentru cunoscut și necunoscut; necunoscutul sau saltul de tigru - așa

cum spune Grotowski. Propun imaginea saltului de tigru ca reprezentativă pentru antrenamentul actorului și ideea că actorul își antrenează, de fapt, curajul de a înfrunța necunoscutul. Pentru curaj, actorul se luptă cu sine, iar datorită cunoașterii de sine victoria este posibilă.

Din observațiile lui Michael Cehov, K.S. Stanislavski și Utei Hagen se conturează două tipuri de actori: actori care aleg să se reprezinte pe sine și actori care prezintă personajul. Pentru a înțelege de ce, în practică, apar două rezultate atât de diferite în munca actorului, pornesc de la ideea că, mai întâi, actorii sunt oameni, iar lupta cu condiția umană este una dintre cele mai dificile. Ignoranța e adânc sădită în condiția umană, iar comoditatea e mai la îndemână. Sugerez că *ignoranța propriei ignoranțe* se află printre primele probleme de adresat în munca actorului. Împotriva propriei ignoranțe se poate lupta și se pot obține succese. În lumina cercetărilor recente din psihologie, știm că oamenii folosesc două sisteme de gândire simultan, gândirea rapidă și gândirea lentă, dar îl preferă pe unul dintre ele. De ce? Răspunsul ar putea explica de ce unii actori aleg să se reprezinte pe sine, prin maniere și seturi de soluții de-a gata, în loc să se împrumute pe sine personajului, într-un mod viu, reușind simultan să transforme flagranța în prezență scenică.

Segmentul prezintă fazele travaliului creației, sau ce se întâmplă în fiecare etapă din procesul creației, denumit *travaliu*. Prezentarea are rostul de a arăta diferența dintre creație și impresia creației. Travaliul creației conține etape și elemente ușor de observat și recunoscut. Identificarea elementelor în propriul proces, ar putea ajuta actorul să observe pentru sine și să recunoască dacă, în munca sa pentru scenă, parcurge etapele firești din travaliul creației sau dacă dificultățile sale ar putea avea o altă sursă. Propun ideea că actorul, dacă știe cum arată travaliul creației, atunci poate recunoaște singur în munca sa ce e firesc să se întâmple, ce ar trebui să se întâmple și ce se întâmplă de fapt - dacă e vorba despre travaliul creației sau altceva.

Capitolul conține experimentul "GOPARD", prin care câteva "metode", formulate în ultimii 100 de ani, dialoghează. Din dialogul a șase importanți teoreticieni-practicieni, am extras 22 de "idei-reper" despre actor și teatru. Rostul experimentului, în linii mari, este să analizeze, dacă dificultățile din munca actorului se păstrează de la un mod de lucru la altul, dacă în "metode" și laboratoare de teatru diferite există elemente similare. Ce spune Brecht despre actor are legătură cu observațiile lui Stanislavski pe același subiect? Dacă există observații similare despre actor în laboratoare de teatru diferite, atunci s-ar putea susține ideea că actorul, indiferent unde și când există, întâmpină aceleași dificultăți. Care este legătura dintre doi actori aflați în zone geografice diferite, în contexte temporale diferite? Sugerez ideea că actorul înfruntă ceva atemporal și universal, iar acel *ceva* atemporal și universal este condiția umană. Sugerez că indiferent de spațiu și timp, munca actorului este una singură - înfruntarea propriei condiții umane. Lupta cu sine e

aceeași, indiferent de spațiu și timp, dar rezolvarea este unică și personală. Printre altele, din experiment a rezultat că în Rusia, în Germania, dar și în alte locuri, actorii se iubesc pe sine prea mult, iar regizorii observă și amendează templul pe care actorii și-l construiesc singuri, trădând astfel rostul lor pe scena de teatru.

Ideile capitolului sunt conturate cu sprijinul opiniilor următorilor autori: Patrice Pavis, Adolphe Appia, Matila Ghyka, I.L. Caragiale, Antonin Artaud, Jacques Lacan, Laurens De Vos, Mihai Măniuțiu, Cesare Brandi, Jane Godall, Mesmer, Uta Hagen, Michael Cehov, Didier Anzieu, Daniel Kahneman, K.S. Stanislavski, Jerzy Grotowski, Bertolt Brecht, Peter Brook, Eugenio Barba și Thomas Ostermeier.

### 2.2.3. Capitolul 3 “ Forțe care se pot opune curajului actorului. Poziționarea neutră”

Propun ideea că prin cunoașterea forțelor care se pot opune curajului actorului, forțele s-ar opune mai puțin, iar actorul, datorită cunoașterii, ar căpăta forța necesară pentru eliberarea de sub teroarea anticipării și ar câștiga bucuria de a trăi în prezent.

Dacă oamenii răspund lumii prin semnificațiile personale, atunci cum își construiesc setul personal de idei? Ce implicații comportă setul personal de idei, în termeni de limitări și libertăți, pentru munca actorului? Cum se poate măsura calitatea unei idei personale, unde termenul *calitate* înseamnă productivitatea, utilitatea ideii pentru munca actorului? Setul personal de idei și credințe ar putea fi limitativ și aș sugera că este o componentă importantă din cunoașterea de sine a actorului, cu atât mai mult cu cât ar putea să nu fie vizibil pentru actor. Actorul s-ar putea să nu chestioneze niciodată de unde provin ideile și convingerile sale, dacă îi folosesc sau îl încurcă în munca sa, sau dacă îi aparțin lui ori au fost preluate automat din viața socială.

Pornind de la ideea lui Erik Erikson că există etape ale devenirii, propun ideea că forțele care se pot opune curajului actorului, se opun tocmai pentru că etapele devenirii și orarul ființei sunt ignorate. Aș sugera că e posibil ca actorul să-și dorească un anumit lucru, dar dorința sa să nu fi primit avizele tuturor instituțiilor interioare, participante la proces. Consider că din categoria forțelor care se pot opune curajului actorului ar putea face parte numeroase forțe, printre care: identitatea, umbra personală, persona, reprezentările sociale, identitatea creativă, ideea de Adevăr - tratate în capitol. Lista însă rămâne deschisă.

Conținutul capitolului oferă următoarele idei principale pentru tema tezei: copilăria este o fereastră deschisă spre cunoașterea de sine. Copilăria ar putea să indice actorului de unde vine el. Poate recunoaște actorul vreo frică, cu rădăcini în copilărie, care îi afectează munca pentru scenă, în

prezent? Capitolul prezintă și ideea de retragere din societate pentru reinventare. Familia, societatea și profesorii sunt cei care ar trebui să vină în sprijinul formării tinerilor. Pentru actor, faptul că cercetătorii consideră problematică și discutabilă intervenția din exterior în procesul formării identității, ar putea însemna sublinierea propriei responsabilități în construcția identității sale artistice, precum și atenția asupra intervențiilor din exterior. Dacă privim motivația actorului în relație cu transformarea identității sale, s-ar putea deduce că motivația personală se poate modifica. De ce-ul adolescentului care dă admitere la Facultatea de Teatru se poate modifica în nuanțe subtile, dar esențiale în etapa studentului-actor. Pentru proaspătul absolvent și, peste timp, pentru actorul cu experiență, s-ar putea să fie necesară revizuirea și reformularea motivației. Faptul că identitatea nu este fixă înseamnă pentru cunoașterea de sine a actorului, pe de-o parte, o veste proastă: munca nu se termină niciodată. Pe de cealaltă parte, poate însemna o veste bună: actorul are ocazia, în succesivitatea etapelor vieții sale, să schimbe, să reinventeze, construindu-se *el pe sine*, așa cum își dorește să fie.

Tot ce are substanță proiectează umbră, inclusiv actorul, iar umbra poate fi zărită prin fereastra propriului comportament. Subcapitolul contribuie la tema cercetării prin prezentarea conceptului de *umbră* și a instrumentelor pentru observarea *umbrei personale*. Dacă actorul dorește ca personajele sale să aibă substanță, atunci construcția umbrei ar trebui să facă parte din munca actorului. Prin cunoașterea umbrei personale, actorul ar putea diminua distanța dintre ce *i se pare* și *ce este* - pe de-o parte, iar pe de cealaltă parte, actorul, prin umbră, ar putea accesa un izvor nou de resurse artistice, pe care l-ar putea explora atât pentru sine cât și în construcția personajelor sale. Pentru cunoașterea de sine a actorului spre creație, persona sau masca socială subliniază actorului distanța dintre universul personal și universul social - în contexte diferite suntem oameni diferiți. Cum își negociază actorul relația cu lumea în care trăiește? Ce se întâmplă cu adevărul intim al actorului în dialogul social? Cum comunică actorul celorlalți despre sine, astfel încât să se păstreze pe sine, dar participe la schimbul social? Cum schimbă masca socială adevărul actorului? Din teoria reprezentărilor sociale aflăm că individul descoperă necunoscutul prin schimb de informații constant cu lumea din jur. Cel care vrea să cunoască face, de fapt, o muncă permanentă de re-situare, re-ajustare în ceea ce cunoaște. Pentru a cunoaște, pornim de la ceva, de la o reprezentare. Problema este că totul e o reprezentare a ceva - semnificația e deja conținută. Pentru tema cercetării, o întrebare utilă ar putea fi: acel ceva, pe care îl folosește actorul ca să cunoască lumea, pentru ce a fost produs? Cunoaște actorul semnificația reală a reperelor sale?

Perspectivile lui K.S. Stanislavski și William James despre adevăr par similare, iar pentru tema cercetării, subcapitolul oferă ideea că adevărul este o alegere, “ce aleg să cred devine adevărul

meu”. Cunoscând importanța alegerilor, ar mai alege actorul să nu creadă în el însuși?

G.I. Gurdjieff, înțelept sau impostor, a creat un alt sistem al cunoașterii de sine. Știm că Antonin Artaud cunoștea activitatea domnului G., iar cercetarea relevă faptul că existența și munca domnului G. sunt bine cunoscute și de Peter Brook, Jerzy Grotowski, D.H. Lawrence, Katherine Mansfield și alți artiști. Peter Brook a fost întrebat în cadrul unui interviu de ce nu discută despre influența lui Gurdjieff asupra muncii sale, iar răspunsul său a fost că *ceea ce se vede, se vede*, dar că el nu caută să realizeze nicio legătură evidentă. Subcapitolul contribuie la tema cercetării prezentând o cale, din multiplele posibile, pentru cunoașterea de sine, precum și ideea că fiecare trebuie să găsească cea mai bună cale pentru cunoașterea de sine, care nu poate fi altfel decât o cale personală, unică.

În partea a doua a capitolului, sugerez o posibilă soluție la problema forțelor care se pot opune curajului actorului. Soluția se numește poziționarea neutră a actorului și este inspirată de ideile lui Roland Barthes. Propun poziționarea neutră a actorului ca replică la acea parte a vieții care nu se poate cunoaște. Conceptul se adresează modului cum se prezintă actorul celorlalți. Propun ideea că prin cunoașterea și stăpânirea conceptului de poziționare neutră, actorul și-ar putea potența șansele într-o lume aflată în continuă mișcare și imprevizibilă. Poziționarea neutră ar putea fi o soluție utilă actorului pentru că oferă păstrarea posibilităților, atunci când totul în jur cere limitarea la o singură opțiune. Cum muncește actorul pentru scenă, astfel încât să acumuleze experiență, să-și dezvolte propria metodă, dar și să rămână viu, fiind în mișcare? Problema este că totul se petrece simultan. Poziționarea neutră a actorului este un concept ce poate fi aplicat atât în munca pentru scenă, cât și în viața socială. Scopul său este să negocieze favorabil pentru actor cîns exista condiții imprevizibile. conceptul de poziționarea neutră a actorului ar putea fi rezumat astfel: arta de a fi evaziv în dialog pentru obținerea scopului. În sprijinul conceptului, capitolul conține analiză de text pe trei scene din piesele Pescărușul, Unchiul Vanea și Livada de vișini - în care eu am regăsit arta de a fi evaziv în cuvintele personajelor lui Cehov. Într-o formulare diferită, poziționarea neutră este arta de a găsi zona gri a dialogului, astfel încât maestrul poziționarea neutră să se afle în cel mai ofertat loc cu puțință, neutrul, de unde poate porni apoi către multiple opțiuni.

Capitolul se sprijină pe opiniile următorilor autori: Erik Erikson, Dan Bilsker, James Marcia, Jane Kroger, Monica Martinussen, Li-fang, Zhang, Vlad Petre Glăveanu, Lene Tangaard, Marie-Louise von Franz, Jung, Robert Bly, Molly Tuby, Luigi Pirandello, Robert Louis Stevenson, Serge Moscovici, William James, K.S. Stanislavski, Basarab Nicolaescu, René Daumal, Gurdjieff, Cynthia Bourgeault, Roger Lipsey, Jeremy Johnson, P.D. Ouspensky.

#### 2.2.4. Capitolul 4 “ Succesul actorului sau căutarea succesului”

Faima înseamnă, în plan practic, acces la resurse, iar resursele sunt importante pentru că pot oferi libertate. Pare firesc să fim în căutarea succesului pentru că ne poate oferi libertatea de a alege ce vrem să facem și cum să trăim. Pentru tema tezei, cuprinsul capitolului invită la reevaluarea și regândirea termenului de succes. Cu ajutorul cercetărilor recente, conținutul arată că succesul unui artist depinde în mare măsură de cât de extinse sunt relațiile sale sociale. Propun ideea că raportarea corectă la ideea de succes e fundamentală pentru actor și sugerez că modul în care actorul își ilustrează și ideea de succes îi poate influența acțiunile. De aceea, propun analizarea culiselor noțiunilor de faimă, oportunitate, noroc și performanță. Când actorul obține o bună cunoaștere de sine și reușește saltul de tigru, s-ar putea aștepta la succes. În absența succesului, actorul s-ar putea contesta chiar pe sine, iar capitolul arată prăpastia dintre marketing și realitate. Importanța rețelei sociale, norocul, efectul Matei, faima, codul talentului, regula celor 10.000 de ore de antrenament, concertele trupei Beatles în anonim, ce e fereastra temporală, toate arată dimensiunea universului de elemente care trebuie să funcționeze împreună pentru dobândirea succesului visat. Conținutul capitolului oferă instrumente pentru relația actorului cu definiția succesului și sugerează ideea că atingerea performanței s-ar putea să fie mult mai atractivă decât succesul pentru actor. Conținutul capitolului se sprijină pe opiniile următorilor autori: Paul Ingram, Mitali Banerjee, Nassim Taleb, Malcolm Gladwell, Daniel Coyle.

#### 2.2.5. Capitolul 5 “ Concluzii”

În capitolul *Concluzii* se regăsesc cele zece instrumente pentru actor, rezultate din toate capitolele și subcapitolele tezei:

Instrument (1) Munca artistului este cunoașterea

Dacă își propune să se pună în slujba artei, atunci scopul actorului coincide cu scopul artei: oferă cunoaștere. Pare necesar ca actorul să-și cunoască instrumentul cu care oferă cunoaștere, sinele.

Instrument (2) Actorul transformă flagranța în prezență

În actorie, munca este de a transforma flagranța în prezență scenică, iar o parte din această muncă nu se poate cunoaște. Pentru ce nu se poate cunoaște, actorul are nevoie de curaj.

Instrument (3) Condiția umană favorizează ignoranța actorului

Lipsa de curaj a actorului poate proveni din lipsa cunoașterii de sine. Mai întâi, pare necesar să se adreseze ignoranța propriei ignoranțe.

Instrument (4): Curajul actorului de a înfrunta necunoscutul

Dacă tot ce este viu are aspect dublu, atunci actorul, materie vie, folosește ce se poate cunoaște și simultan se pregătește pentru ce nu se poate cunoaște. În fața a ce nu se poate cunoaște, replica actorului s-ar putea baza pe disponibilitatea de a descoperi singur ce-l înfrânează. Pare o călătorie în care ceilalți pot oferi sprijin numai parțial.

Instrument (5): Identitatea este fluidă

Devenirea ființei trece prin etape diferite și așa sugera că e necesar pentru actor să știe în ce etapă a devenirii sale se află. Regresia este un pericol, involuția nu este numai posibilă, ci și foarte probabilă, în lipsa demersurilor pentru propria evoluție. Ideea identității în mișcare pare să sublinieze obligația cunoașterii de sine la timpul prezent și implicit munca permanentă de a ține pasul cu propria persoană.

Instrument (6) Umbra e izvor de energie pentru actori

Conceptul de umbră descrie partea nevăzută a ființei. Umbra are întotdeauna scop și se manifestă prin semne vizibile. Umbra personală se poate cunoaște pentru că se arată conștientului în mod subtil. Împrietenirea cu umbra personală e necesară, dar nu e lipsită de riscuri. Înseamnă și acceptarea posibilității de a-ți fi rușine de tine. Ce ascundem în umbră poate să ne rușineze. Dar dacă reușim împrietenirea cu umbra, Jung susține că accesăm un izvor de energie uriaș. Jung consideră izvorul ascuns în umbră o resursă inepuizabilă pentru artiști.

Instrument (7): Lumea nu e ce ne a(pare)

În materia lucrurilor care pot fi cunoscute, apare o mulțime de aspecte greu de cunoscut. Există filtre, așa cum este *Persona* - sau ziduri, menite să protejeze sinele. Cunoașterea posibilă impune condiții. Există o diferență între ce spune lumea exterioară că este și ce este cu adevărat. Pentru actor, pare esențial ca mai întâi să cunoască cum se cunoaște lumea. Conceptul de *Persona* i-ar putea fi util actorului pentru că îi atrage atenția asupra existenței zidului. Apoi, ideea reprezentărilor sociale îl avertizează pe actor că semnele cu care se operează în lume pot fi încărcate cu semnificație regizată. Replica actorului, în cunoașterea lumii exterioare, s-ar putea construi în jurul întrebării *de ce?* Așa sugera un *de ce* permanent al actorului în dialog cu lumea din jur.

Instrument (8): Adevărul este o alegere

Când marchizului de Puysegur decide să publice secretul magnetismului animal, susține că întregul secret e conținut în două cuvinte: CREDE și VREA. Prin credință se pare că se poate ieși din pădure. Pentru actori, ideea adevărului deținut chiar de sine, ar putea însemna eliberare de sub teroarea căutării adevărului în exterior. Dacă adevărul e în noi, atunci ar putea fi găsit în interior prin cunoașterea de sine. Ce alegem să credem e important, dar așa sugera și că, la fel de important, e

să alegem ceva - orice. Lipsa unei opțiuni e o opțiune. Unii artiști au ales să creadă în sistemul lui Gurdjieff, alții nu. Aș sugera că cei care au ales să creadă, au găsit *ceva* în sistemul lui Gurdjieff care funcționa pentru ei. Unii au găsit, poate, prin Gurdjieff cum “să fie prezenți”. Unii au ales să creadă în sistemul lui Gurdjieff poate pentru că *a fi prezent* i-a condus la bucuria de a trăi în prezent, iar acest lucru era cel mai important pentru ei. Aș sugera că nu e relevant dacă acel *ceva* în care alegem să credem e contestat de ceilalți. Aș sugera că dacă acel *ceva* invită la *a crede* este suficient. În Arta Actorului pare că nicio luptă importantă nu poate fi dusă fără disponibilitatea de a crede și a vrea.

Instrument (9): Poziționarea neutră a actorului

Din Neutrul lui Roland Barthes, scris cu majusculă, eu am creat poziționarea neutră a actorului. Poziționarea neutră ar putea fi farul după care actorul s-ar putea orienta în noua lume, bazată pe tehnologie, inteligență artificială, optimizări și baze de date globale, o lume în care procentele majoritare dictează opțiunile. Poziționarea neutră i-ar putea indica actorului cum să abordeze noua lume, astfel încât să-și potențeze șansele profesionale. Soarta actorului poate fi decisă uneori de ceea ce spune actorul înainte să înceapă proba sau “pe lângă” proba în sine. Poziționarea neutră oferă o “știință”, inspirată de filosofie. Îi oferă actorului un loc mai bun din care să interacționeze cu lumea, o știință de a avea mereu avantaj în dialog. Funcția noului concept propus este să negocieze favorabil pentru actor legătura cu ceilalți.

Instrumentul (10): În căutarea succesului

Un actor talentat care muncește intens, dar care nu cunoaște importanța oportunității, norocului, ferestrei temporale, efectul Matei, valoarea rețelei sociale extinse - e posibil să caute o himeră. Un actor talentat, dedicat muncii dificile din sala de repetiții închisă, s-ar putea să nu se afle niciodată în curgerea râului norocului. Actorul ar putea căuta succesul, dar sugerez că e mai ofertant să caute performanța. Instrumentarul se adresează unei persoane anume. Această persoană e posibil să aibă un ego uriaș, e posibil să fie obsedată de sine, acestei persoane e posibil să-i fie frică să nu plictisească și în consecință vorbește numai despre ea. Dar simultan această persoană, numită Actor, realizează ceva extraordinar. E unica ființă disponibilă să se folosească de sine pentru ca ceilalți, privind, să cunoască. Actorul e ființa dispusă să înfrunte necunoscutul și pe sine însuși pentru ceilalți. Instrumentarul personal e necesar pentru că în ce face Actorul există exigențe inumane și foarte mult necunoscut. Aș sugera că cele zece instrumente ar putea face parte din instrumentarul actorului. Dar reprezintă doar o mică parte din resursele uriașe necesare actorului pentru imensa responsabilitate pe care o poartă.

### 3. VALOAREA ADĂUGATĂ A TEZEI

Rezultatele cercetării: exercițiul Cub Rubik și alte exerciții, noua atitudine-concept denumită *poziționarea neutră a actorului*, instrumentarul actorului cu zece instrumente, dar și formulări noi la probleme vechi. Formulările noi ar putea avea forța necesară să transporte actorul de la teorie la practică cu energie nouă și sunt următoarele: forța care se opune e în noi; nu în umbra uriașilor, ci pe umerii lor; dificultatea e că totul se petrece simultan; norocul uneori înseamnă avantaj cumulativ; să "fii tu însuți" e o formulare contradictorie; cunoașterea de sine e un vehicul pentru libertate. De asemenea, în Anexe, cititorul va găsi o listă cu ideile tezei în formulări concise. Valoarea adăugată a tezei ar putea rezulta din conexiunile între vechi și nou, pe fundamentul întrebării "ce înseamnă să fii tu însuți" în relație cu dinamica prezentului. În privința fricii și curajului, cercetarea arată că frica e și energie. Poate să lucreze pentru actor sau împotriva lui.

Drumul vieții și al cunoașterii se "manifestă și-și elaborează formulările în funcție de epocă, de perioadă, de societate"<sup>11</sup>, scrie Jerzy Grotowski. Conținut tezei a fost generat de căutările unei actrițe aflată, cel mai probabil, la jumătatea vieții, din necesitatea unor repere situate mai departe de universul personal. Din aproape în aproape, toate drumurile cercetării au condus la vechea și atemporală temă a cunoașterii de sine. Care e utilitatea înțelepciunii dată de cunoașterea de sine? Stăpânirea cunoașterii, spune Socrate, ar oferi celui care o posedă ușurința de a învăța, gândirea i-ar fi mai limpede și poate că cel care cunoaște, ar putea să afle mai multe despre cei din jurul său. Înțelepciunea dată de cunoașterea de sine ar putea fi utilă pentru a nu fi amăgiți și dezamăgiți. Datorită cunoașterii de sine, am putea privi spre *adevăratul cârmaci*, nu spre cel care se preface că știe, după cum scrie Platon. Pe parcursul tezei, sunt formulate o mulțime de întrebări și sunt oferite, poate, prea puține răspunsuri exacte. E posibil ca la final să rezulte aceeași concluzie, regăsită în prefața<sup>12</sup> volumului *Platon Dialoguri socratice*: e posibil ca întrebarea și întrebările să fie articulate mai precis **abia după** ce gândirea a cunoscut revelația unei teze. Într-un sens, conținutul tezei reprezintă acceptarea "provocării", exprimată de filosofi începând cu Martin Heidegger: este mai greu să formulezi întrebări decât răspunsuri.

---

<sup>11</sup> Jerzy Grotowski, *Teatru și ritual - Scrieri esențiale*, p. 261.

<sup>12</sup> Semnată de Gheorghe Pașcalău.

#### 4. CUVINTE CHEIE

Artă, cunoaștere, cunoașterea de sine a actorului, cunoașterea actorului, creație, arta actorului, actorie, cercetare, teză doctorat, 2022, poziționarea neutră a actorului, poziționarea neutră, neutrul, concept nou, ROLAND BARTHES, experimentul GOPARD, dialogul teatrului, instrumentele actorului, zece instrumente pentru actor, eliberare, frică, creator, artist, actor, TOLSTOI, ce e arta, frumusețe, frumos, bine, spirit moral, teorie estetică, Kant, Schiller, limitare, libertate, frumusețea sufletului, infecția cu sentimentul artistului; OSCAR WILDE, închisoare, transformare, André Gide, lumea reală, lumea cealaltă, persoana întâi în artă, Benoît Mandelbrot, răspunsuri, întrebări, epoca, soare, umbră, recunoașterea artistului, curaj, voință, poziție socială, zei, defecte umane, catastrofa, tinerețe irosită, geniu irosit, dizgrație, umilință, culmile succesului, adâncimile ființei, răul, a deveni, minciună, experiențe, suflet, superficialitatea, viciu, durere, plăcere, taina vieții, adevărul în artă, noua lume, dezvoltarea sinelui, realitatea sufletului, pasiuni străine, forțele elementare purifică; ERWIN PANOFSKY, semnificație estetică, valoare estetică, intenție, diferența obiect simplu-obiect de artă, idee, formă, conținut, interpretare inconștientă, sensibilitate, educație vizuală, orizont cultural, istoric de artă, privitor naiv, percepție, sens ; E. H. GOMBRICH, atenția dirijată, așteptarea, sugestie, transmitere mesaj, receptare mesaj, anticipare, ascultare, imaginația, context, condițiile iluziei, proiecție, cadru, ecran gol, temperament, personalitatea artistului, stil, stilul epocii, stilul artistului, enigma stilului, libertatea de opțiune, tehnica, eticheta, titlul, categorie, deformare, obiectivitatea artei, Wölfflin; R.G. COLLINGWOOD, artă, meșteșug, semnificații învechite, diferențe artă-meșteșug, Aristotel, ierarhie meșteșuguri, tehnică, arta adevărată, îndemânare, Platon, stimul, reacție, ars poetica, Horațiu, artă falsă, pseudo-artă, teoria estetică, excelență estetică, emoția, expresie, catharsis, public, audiență, stimuli, publicul martor, cunoaștere, efort, direcție, numele emoției, metafora, adevăr, adevăr faptic, suferința, funcția artistului, a plânge pe scenă, forță din interior, proces, fabricație, inspirație, imaginație, creație; PATRICE PAVIS, dicționarul de teatru, a defini teatrul, Theatron, artă teatrală, acțiune, artele reprezentării, artele scenei, artele vieții, corp plin de viață, teatru dramatic, teatru epic, mitul lui Dionisos, dorințe amoroase, zeul născut de două ori, efort, bariera spre divin, atingerea apogeului, forțe care rețin, disoluția personalității, naștere-moarte-renaștere, teatrul și literatura; artele frumoase; ADOLPHE APPIA, principiul ordonator al artelor, locul artei dramatice, arta dramatică, MATILA C. GHYKA, ritm, artele duratei, înlănțuiri de proporții, ritmul sonor, deformare, curgerea timpului, spectatorul este modificat, cadența inimii, Platon, armonie, stare de echilibru, lipsa de măsură, materia vie; instrumente vii, I.L. CARAGIALE, dramaturgul și cuvântul; STEVEN

PINKER, ANTONIN ARTAUD, dorință și drive, pierderea armoniei, ruptura prin naștere, societate, limbaj, dependența de ceilalți, identitate anulată, experiența vieții, naștere, divizare, autentic, teatru ca dublu, forța magică a teatrului, sine nealterat, cruzime, teatrul cruzimii, drive, obiectul dorinței, teatru nou ; conceptul de dublu, sufletul - dublul omului, imagine dublă, adversar, luptă, cifra doi, evoluție-involuție, principiul motor, calea individualizării ; actorul se ia în posesie, a fi deposedat, actorul ca instrument, jocul opozițiilor; DANIEL KAHNEMAN, gândirea dublă, gândire rapidă, gândire lentă. ROBERT BRIFFAULT, DUNNING-KRUGER, bunul suprem al actorului, scopul mimului, energie radiantă, vigoarea ființei, a hipnotiza, calitatea concentrării, forță scenică misterioasă, corpuri fără energie, corpuri cu energie, descărcare de energie, atracție, sursa de energie, secretul magilor, inițiatii, magnetism animal, MESMER, imaginația participanților ; a crede, WILLIAM JAMES, credința, Henri Bergson, Charles Sanders Peirce, pragmatism, verificarea adevărului, adevărul prin proces, a crede în succes, pariul lui Pascal, disponibilitatea de a crede, compromis, ipoteza vie, acceptarea oportunității, relația cu gândul individual, miza semnificativă, credința reciprocă, a acționa individual, a acționa în grup, a fi sceptic, forma personală, riscul credinței ; a crede pe scenă, STANISLAVSKI, magicul *dacă*, situația, teme, acțiuni fizice, fragmente, părți componente, adevărul mare, adevărul mic, tema justă, scop just, control conștient, atenția, gândul, reprezentări în gând, inconștient, necunoscut ; flagranță sau prezență, CESARE BRANDI, prezența scenică, flanganță și prezență scenică, neutralizarea flanganței, menirea actorului, distrugerea scenei, coborârea actorului în sală, spațiul scenic, manifestarea prezenței, actorul în amonte, reconstituirea intenției, sensibilitatea, inteligența, reînnoirea teatrului, regăsirea esențelor teatrului, textul ca instrument, Grotowski, partitura actorului, regula 80/20 ; DIDIER ANZIEU, travaliul creatorului, cinci faze ale creației, Freud, vid interior, reinventare, criză interioară, creația din tinerețe, a fi creator, senzație de frig, senzație legată de mâini, senzația de a apuca, indiferența publicului, expunerea operei, angoasa creatorului ; formarea identității, ERIK ERIKSON, *Eu puternic*, societatea și *Eu*-urile, divizarea interioară, opt etape, opt vârste, a te scoate singur din mlaștină, părinți îndrumători, etapele dezvoltării, individ adaptat, identitatea puternică, frică, anxietate, un nou tip de om, regresia psihologică, adaptare prin regresie, flexibilitate conceptuală, facerea de îngeri, dezvoltarea identității, experiență relevantă, DAN BILSKER, JAMES E. MARCIA, procesul devenirii, revizuirea etapelor de dezvoltare, pierderea identității, refuzul explorării ; identitatea creativă, performanța creativă, identitate creativă promovată, identitate creativă refuzată, identitate creativă problematică, identitate fluidă ; Persona, masca socială, CARL JUNG, SERGE MOSCOVICI, pregătirea pentru acțiune, reprezentare socială, a da un sens universului, manieră personală, a prezenta, a te reprezenta, a te păstra pe tine, aventura

socială, a fi absorbit, frică instinctivă, imersiunea în mulțime, paralizarea inițiativelor, colonizarea sufletului individual, nivelarea inteligenței, societate de mase, individul anonim, presiune socială, a se conforma, model colectiv, a semăna modelului ; HOLBEIN, Henric al VIII-lea, mască plăcută privirii, Ridolfo del Ghirlandaio, LUIGI PIRANDELLO; masca rolului, masca ca personaj, observații generale, observații fine, observatori de tipul al treilea, actorul de compoziție, pielea străină, lupta rațiune pasiune, lupta opozițiilor ; conceptul de umbră, cunoașterea umbrei, prietenia cu umbra, tipuri de umbră, cunoaște-te pe tine însuși, măsură în tot, omul rușinat de sine, umbra personală, umbra personajului, bagaj personal, greutatea fulgului, a descărca bagajul, umbra celorlalți, pericolul din umbră, risc, tulburări de personalitate. Google Ngram, PAUL INGRAM, MITALI BANERJEE, faimă, relații sociale, creativitate, celebritate, Vanessa Bell, Suzanne Duchamp, Marcel Duchamp, statut, comunități specifice, constelații de relații, valoare de piață,, epocă digitală, lupta pentru faimă ; lebădă neagră pozitivă, NASSIM TALEB, concentrare pe oportunitate, meta reguli, meserie scalabilă, filmul face actorul, apartenența la grup, avantaj cumulativ, natura aleatoriului; MALCOLM GLADWELL, moștenire culturală, oportunități extraordinare, propriile puteri, excepționalii, efectul Matei, Bill Gates, Hamburg, Beatles, 10000 de ore, depășirea limitelor, fereastră temporală, noroc, ghinion ; codul talentului, DANIEL COYLE, antrenament intens, Principiul a lui Scrooge, mielina, stratul izolatoare, viteză și precizie, performanță, efort pe termen lung, mesaj bine țintit, importanța maestrului; Georg Ivanovitsch GURDJIEFF, Peter BROOK, Katherine Mansfield, P.D. OUSPENSKY, D.H. Lawrence, RENÉ DAUMAL, BASARAB NICOLAESCU, ROGER LIPSEY, JERZY GROTOWSKI, THOMAS OSTERMEIER; EUGENIO BARNABÀ; învățătură, cunoaștere, Rusia, Paris, lumea simțurilor, adevăruri arhetip, secret, ezoteric, test al caracterului, tradiție orală, cunoaștere secretă, sistemul lui Gurdjieff, munca omului asupra lui însuși, cantitatea de cunoaștere disponibilă, oamenii-mașini.

## 5. BIBLIOGRAFIE

1. Anzieu, D., *Psihanaliza travaliului creator*, ed. Trei, București, 2004.
2. Appia, A., *Opera de artă vie*, ed. Unitext, București, 2000.
3. Aristotel, *Poetica*, ed. Univers Enciclopedic Gold, București, 2011.
4. Artaud, A., *Teatrul și dublul său*, ed. Tracus Arte, București, 2018.
5. Băltăceanu, F., Cizek, A., Creția, P., Guțu-Maftei, M., Liiceanu, G., Noica, S., Noica, C., Popescu, M., Slușanschi, D., *Platon Dialoguri socratice*, ed. Humanitas, București, 2019.
6. Banu, G., *Teatrul de artă, o tradiție modernă*, ed. Nemira, București, 2013.
7. Banu, G., *Peter Brook. Spre teatrul formelor simple*, ed. Unitext, Ed. Polirom, Iași, 2005.
8. Banu, G., *Repetițiile și teatrul reînnoit*, ed. Nemira, București, 2009.
9. Barba, E., *Casa în flăcări - despre regie și dramaturgie*, ed. Nemira, București, 2013.
10. Barba, E., *Teatru - singurătate, meșteșug, revoltă*, ed. Nemira, București, 2013.
11. Barba, E., Savarese, N., *A Dictionary of Theatre Anthropology: The Secret Art of the Performer*, Routledge, New York, 1991.
12. Barnett, D., *A history of the Berliner Ensemble*, Cambridge University Press, 2015.
13. Barthes, R., *Neutrul, note de curs la College de France 1977-1978*, ed. Univers, București, 2017.
14. Barthes, R., *Cum să trăim împreună*, ed. Univers, București, 2019.
15. Bartow, A., *Training of the American Actor*, Theatre Communications Group, 2006.
16. Benedetti, J., *The Art of the Actor: The Essential History of Acting from Classical Times to the Present Day*, Routledge, New York, 2007.
17. Bentley, E. *In search of theater*, Vintage, 1954.
18. Bentley, E., *The Playwright as Thinker*, The World Publishing Company, New York, 1965.
19. Blackburn, S., *Truth, Ideas in profile*, ed. Profile Books LTD, Marea Britanie 2017.
20. Blackburn, S., *Adevărul - Călăuza rătăciților*, ed. Polirom, Iași, 2011.
21. Blair, R., *The Actor, Image and Action: Acting and Cognitive Neuroscience*, Routledge, New York, 2008.
22. Boitor, C. (traducător), *Filosofie - idei fundamentale*, ed. Litera, București, 2016.
23. Bradby, D., Williams, D., *Director's Theatre*, Macmillan Education UK, 1988.
24. Brandi, C., *Teoria generală a criticii*, ed. Univers, București, 1985.

25. Breakwell, I., *An Actor's Revenge*, British Film Institute, 1996.
26. Brecht, B., *Scrieri despre teatru*, ed. Univers, București, 1977.
27. Briffault, R., *The Mothers A Study of the Origins of Sentiments and Institutions*, vol. I, The MacMillan Company, 1927.
28. Brook, P., *Spațiul gol*, ed. Nemira, București, 2014.
29. Brook, P., *Punct și de la capăt*, ed. Nemira, București, 2018.
30. Bryer, Jackson R., Davison, R. A., *The Actor's Art: Conversations with Contemporary American Stage Performers*, Rutgers University Press, 2001.
31. Buber, M., *Eu și tu*, ed. Humanitas, București, 1992.
32. Campbell, J., *Eroul cu o mie de chipuri*, ed. Herald, București, 2013.
33. Caragiale, I.L., *Teatru*, ed. Minerva, București, 1987.
34. Caraiman, C., *Concise Oxford-Lingua English Romanian Dictionary*, Oxford University Press and Educational Centre, 2009.
35. Cehov, A.P., *Pescărușul; Unchiul Vanea*, ed. Polirom, Iași, 2016.
36. Cehov, A.P., *Livada de vișini*, ed. Agora, București, 2007.
37. Chaikin, J., *The Presence of the Actor*, Theatre Communications Group, 1993.
38. Chevalier, J., Gheerbrandt, A., *Dicționar de simboluri*, ed. Polirom, Iași, 2009.
39. Cojar, I., *O poetică a artei actorului*, ed. Paideia, București, 1999.
40. Collingwood, R.G., *Ideea de natură*, ed. Herald, București, 2012.
41. Collingwood, R.G., *Principles of Art*, Google Books, Ed. Ravenio Books, 2016.
42. Connirae, A., *Change your mind and keep the change*, Real People Press, 1987.
43. Coyle, D., *Codul talentului*, ed. Lifestyle Publishing, București, 2013.
44. Daumal, R., *Muntele Analog*, ed. Niculescu, București, 2009.
45. De Vos, L., *Cruelty and Desire in the Modern Theatre. Antonin Artaud, Sarah Kane and Samuel Beckett*, Fairleigh Dickinson University, UK, 2011.
46. Derrida, J., Thevenin, P., *The secret Art of Antonin Artaud*, publicat original de Schirmer/Mosel Verlag, Munchen, 1986; traducere Massachusetts Institute of Technology, 1998.
47. Dewey, J., *Art as Experience*, Perigee Books, New York, 1980.
48. Donnellan, D., *Actorul și ținta*, ed. Unitext, București, 2006.
49. Droit, R.-P. *Maeștrii gândirii*, ed. Litera Internațional, București, 2012.
50. Eco, U., *Limitele interpretării*, ed. Polirom, Iași, 2016.
51. Eforan, E., *Leslie Howard: The Lost Actor*, Vallentine Mitchell, 2013.

52. Eichenbaum, R., Hirt-Manheimer, A., *The Actor Within: Intimate Conversations with Great Actors*, Wesleyan University Press, Middletown, 2011.
53. Elder, R., *Dada, Surrealism and the Cinematic Effect*, Wilfrid Laurier University Press, 2015.
54. Elvin, B., *Dialogul neîntrerupt al teatrului în secolul XX*, vol I, II. ed. Minerva, București, 1973.
55. Erikson, E. H., *Copilărie și societate*, ed. Trei, București, 2015.
56. Figes, O., *Dansul Natașei*, ed. Polirom, Iași, 2018.
57. Ghyka C., M., *Estetică și teoria artei*, ed. Științifică și Enciclopedică, București, 1981.
58. Gladwell, M., *De vorbă cu necunoscuți*, ed. Publica, București, 2019.
59. Gladwell, M., *Exceptionalii*, ed. Publica, București, 2009.
60. Gombrich, E. H., *Artă și iluzie*, ed. Meridiane, București, 1973.
61. Goodall, J., *Stage Presence*, Routledge, USA, 2008.
62. Goodman, N., *Languages of Art*, Hackett Pub Co. Inc., 1976.
63. Gorceakov, N., *Lecțiile de regie ale lui Stanislavski*, ed. de Stat pentru Literatură și Artă, Moscova, 1955.
64. Gordon, M., *Stanislavsky in America: an actor's workbook*, ed. Taylor & Francis, 2010.
65. Grotowski, J., *Teatru și ritual - Scriere esențiale*, ed. Nemira, București, 2014.
66. Gurdjieff, G. I., *Viața este reală doar atunci când "Eu sunt"*, ed. Magic Print, Onești, 2019.
67. Gurdjieff, G. I., *Întâlniri cu oameni remarcabili*, ed. Curtea Veche Publishing, București, 2019.
68. Gurdjieff, G. I. *Life Is Real Only Then When I Am*, Penguin (Non-Classics), 1999.
69. Harding, M.E., *Misterele femeii*, ed. Herald, București, 2019.
70. Heidegger, M., *Despre eterna reînțoarcere a aceluiași*, ed. Humanitas, București, 2014.
71. Hellmuth Margulis, E., *On Repeat: How Music Plays the Mind*, Oxford University Press, 2013.
72. Ionescu, E., *Teatru vol. II: Rinocerii, Regele moare, Pietonul văzduhului, Setea și Foamea*, ed. pentru Literatură Universală, București, 1968.
73. Ionescu, E., *Nu*, ed. Humanitas, București, 1991.
74. James, W., *Voința de a crede*, ed. Herald, București, 2011.
75. James, W., *Pragmatism and Other Writings*, Penguin, 2000.
76. James, W., *Writings 1878-1899 Psychology, Briefer Course The Will to Believe - Talks to Teachers and Students Essays*, Library of America, 1992.

77. Jung, C. G., *Omul și simbolurile sale*, ed. Trei, București, 2017.
78. Jung, C. G., *Două scrieri despre psihologia analitică, Opere complete, volumul 7*, ed. Trei, București, 2007.
79. Kahneman, D., *Gândire rapidă, Gândire lentă*, ed. Publica, București, 2015.
80. Kernbach, V., *Miturile esențiale*, ed. Științifică și Enciclopedică, București, 1978.
81. Kuhns, D. F., *German Expressionist Theatre: The Actor and the Stage*, Cambridge University Press, 1997.
82. Lipsey, R., *Gurdjieff reconsiderat*, ed. Școala Ardeleană, Cluj-Napoca, 2020.
83. Lithgow, J., *Drama: An Actor's Education*, Harper, 2011.
84. Llosa, M. V., *Civilizația spectacolului*, ed. Humanitas, București, 2018.
85. Măniuțiu, M., *Act și mimare*, ed. Eminescu, București, 1989.
86. Măniuțiu, M., *Cercul de aur*, ed. Meridiane, București, 1989.
87. Mansfield, K., *Preludiu*, ed. pentru Literatură Universală, București, 1969.
88. Margolis, E., Tyler Renaud, L., *The Politics of American Actor Training*, Routledge, New York, 2009.
89. Marshall, L., Oida, Y., *An Actor's Tricks*, Methuen Drama, 2007.
90. McEvenue, K., Rodenburg, P., *The Actor and the Alexander Technique*, St. Martin's Press, 2014.
91. Milling, J., Ley, G., *Modern Theories of Performance: From Stanislavski to Boal*, Macmillan Education UK, 2000.
92. Mitter, S., *Systems of Rehearsal: Stanislavsky, Brecht, Grotowski and Peter Brook*, Routledge, New York, 1992.
93. Moore, R., Gillette, D., *Arhetipurile masculine: rege, războinic, magician, amant*, ed. Daksha, București, 2019.
94. Molderings, H., *Duchamp and the aesthetics of chance: art as experiment*, Columbia University Press, 2010.
95. Moscovici, S., *Psihologia socială sau mașina de fabricat zei*, ed. Polirom, Iași, 1997.
96. Moscovici, S., *Psihologia socială*, ed. Ideea Europeană, București, 2010.
97. Moser, B., Richardson, R. D., *Henry Thoreau: a life of the mind*, University of California Press, 2015.
98. Mrozek, S., *Opere Alese, II Teatru*, ed. Curtea Veche, București, 2005.
99. Needleman, J., *I Am Not I*, North Atlantic Books 2016.

100. Ostermeier, T. *Teatrul și frica*, ed. Nemira, București, 2016.
101. Otto, R., *The Double*, The University of North Carolina Press, SUA, 1971.
102. Ouspensky, P.D., *În căutarea miraculosului*, ed. Prior Pages, Iași, 1995.
103. Panofsky, E., *Artă și semnificație*, ed. Meridiane, București, 1980.
104. Panofsky, E., *Ideea*, ed. Univers, București, 1975.
105. Pavis, P., *Theatre at the Crossroads of Culture*, Routledge, London, New York, 1991.
106. Pavis, P., *Dicționar de teatru*, ed. Fides, Iași, 2012.
107. Paz, O., *Marcel Duchamp: Appearance Stripped Bare*, Arcade Publishing, 2014.
108. Perrot, E., *Calea Transformării după C.G Jung și alchimie*, ed. Nemira, București, 2016.
109. Petit, L., *The Michael Chekhov Handbook: For the Actor*, Routledge, New York, 2010.
110. Pinker, S., *Simțul stilului*, ed. Publica, București, 2015.
111. Pinker, S., *The Language Instinct, New Science of Language and Mind*, Penguin Books, 1995.
112. Pirandello, L., *Unul, nici unul și o sută de mii*, ed. Univers, București, 1986.
113. Power, C., *Presence in Play, A Critique of Theories of Presence in the Theatre*, Editions Rodopi B.V., Amsterdam - New York, 2008.
114. Rapti, V., Breton, A., *Ludics in Surrealist Theatre and Beyond*, Ashgate Publishing, 2013.
115. Richard B., Plastow, J., Wole, S., *Theatre Matters: Performance and Culture on the World Stage*, Cambridge University Press, 1999.
116. Richards, T., *At Work with Grotowski on Physical Actions*, Routledge, New York, 1995.
117. Richardson, R. D., *First We Read, Then We Write: Emerson on the Creative Process*, University Of Iowa Press, 2009.
118. Rilke, R.M., *Scrisori către un tânăr poet*, ed. Diana Press-Verlag, București, 2012.
119. Roach, J. R., *The Player's Passion: Studies in the Science of Acting (Theater: Theory-Text-Performance)*, University of Michigan Press, 1993.
120. Rodari, G., *Gramatica fanteziei*, ed. Humanitas, București, 2009.
121. Rogers, C. R., *On becoming a person*, ed. Houghton Mifflin Company, New York, 1995.
122. Rudnicki, S., *The Actor's book of classical monologues*, Penguin Books, 1988.
123. Sacks, O., *Omul care își confunda soția cu o pălărie*, ed. Humanitas, București, 2021.
124. Shurtleff, M.; Fosse, B., *Audition: Everything an Actor Needs to Know to Get the Part* Bloomsbury USA, 2003.
125. Stanislavski, C., *Viața mea în artă*, ed. Cartea Rusă, 1950.

126. Stanislavski, K.S., *Munca actorului cu sine însuși*, ed. de Stat pentru literatură și artă, București, 1955.
127. Steele, C.M., *Whistling Vivaldi: How Stereotypes Affect Us and What We Can Do*, W. W. Norton & Company, 2011.
128. Sternberg, E. M., *The Balance Within: The Science Connecting Health and Emotions* W. H. Freeman, 2001.
129. Storm, W., *Irony and the Modern Theatre*, Cambridge University Press, 2011.
130. Surowiecki, J., *The Wisdom of Crowds*, Anchor Books, New York, 2004.
131. Taine, H., *Filosofia artei*, ed. Meridiane, București, 1991.
132. Taleb, N. N., *Lebăda neagră*, ed. Curtea Veche Publishing, București, 2018.
133. Tatinge Nascimento, C., *Crossing Cultural Borders Through the Actor's Work: Foreign Bodies of Knowledge*, Routledge, New York, 2008.
134. Thoreau, H. D., *Where I Lived, and What I Lived For*, Penguin Books Ltd, 2012.
135. Tolstoy, L., *What is art?*, Penguin Books, 1995.
136. Twitchin, M., *The Theatre of Death – The Uncanny in Mimesis: Tadeusz Kantor, Aby Warburg, and an Iconology of the Actor*, Palgrave Macmillan UK, 2016.
137. Vaughn, M., *The Anatomy of a Choice: An Actor's Guide to Text Analysis*, UPA, 2010.
138. Whyman, R., *The Stanislavsky System of Acting: Legacy and Influence in Modern Performance*, Cambridge University Press, New York, 2008.
139. Wilde, O., *De Profundis*, ed. Allfa, București, 1999.
140. Wolf, S., *Meaning in Life and Why It Matters*, Princeton University Press, 2010.
141. Wollheim, R., *Art and its Objects*, Cambridge University Press, 1980.
142. Yael Zarhy-Levo, *The making of theatrical reputations: Studies from the Modern London Theatre (Studies Theatre Hist & Culture)*, University of Iowa Press, 2008.
143. Yoshi, O., Marshall, L., *The Invisible Actor*, Routledge, 1997.
144. Zweig, C., Abrams, J., *Meeting the shadow: hidden power of the dark side of human nature*, ed. Penguin Group (USA) Inc., 1991.

## Referințe online

1. Articol, *prezentare Alexander de Salzmann*, data accesării: 17.09.2020.  
<https://www.scribd.com/presentation/21983903/Basarab-Nicolescu-Alexandre-de-Salzmann-un-grand-artiste-oublie-du-20e-siecle>
2. Articol, *despre răspunsul dat de Grotowski lui Stanislavski*, data accesării: 15.09.2020.  
<http://essentialdrama.com/2017/11/06/grotowskis-reply-to-stanislavski/>
3. Articol, *Basarab Nicolaescu despre Alexander Salzmann*, data accesării: 17.09.2020.  
<https://www.gurdjieff.org/nicolescu2.htm>
4. Articol, *despre Alexander de Salzmann*, data accesării: 17.09.2020.  
<https://www.gurdjieff.org/salzmann-a1.htm>
5. Articol, *despre drive/desire la Lacan*, data accesării: 03.09.2020.  
<https://nosubject.com/Desire/Drive>
6. Articol, *despre doppelganger - dublu*, data accesării: 11.02.2021.  
<https://www.bookaholic.ro/doppelganger-ul-si-geamanul-parazit-ipostazele-dublului-gotic-in-frankenstein-sau-prometeul-modern-si-portretul-lui-dorian-gray.html>
7. Articol, *despre Drive și Desire*, data accesării: 03.09.2020.  
<https://nosubject.com/Drive>
8. Articol, *despre Alenka Zupancic*, data accesării: 05.09.2020.  
[https://en.wikipedia.org/wiki/Alenka\\_Zupančič](https://en.wikipedia.org/wiki/Alenka_Zupančič)
9. Articol, *Oscar Wilde despre artă; articol despre ideile lui OSCAR WILDE*, data accesării: 10.10.2020.  
<https://theculturetrip.com/europe/ireland/articles/8-things-oscar-wilde-taught-us-about-art/>
10. Articol, *despre fractalii lui Mandelbrot ("The aesthetica value of fractal images")*, data accesării: 11.10.2020.  
<https://academic.oup.com/bjaesthetics/article-abstract/31/4/342/81271?redirectedFrom=PDF>
11. Articol, *prezentare Marcel Duchamp*, data accesării: 15.08.2020.  
[https://en.wikipedia.org/wiki/Fountain\\_\(Duchamp\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Fountain_(Duchamp))
12. Articol, *interviu Alexander de Salzmann (nepotul)*, data accesării: 15.09.2020.  
<https://www.gurdjieff.org/salzmann-alex1.htm>
13. Articol, *despre Jeanne de Salzmann*, data accesării: 15.09.2020.  
<http://www.gurdjiefflegacy.org/archives/jeannedesalzmann.htm>

14. Articol, *Peter Brook - autor in NY Times*, data accesării: 16.09.2020.  
<https://archive.nytimes.com/www.nytimes.com/books/first/b/brook-threads.html>
15. Articol, *legătura Appia - Salzmann*, data accesării: 16.09.2020.  
[https://oliverhoareltd.com/object\\_eotas15/119-alexandre-de-salzmann/](https://oliverhoareltd.com/object_eotas15/119-alexandre-de-salzmann/)
16. Articol, *Rethinking the Placebo Effect: How Our Minds Actually Affect Our Bodies*, data accesării: 28.08.2020  
<https://www.brainpickings.org/2014/06/23/nothing-jo-marchant-heal-thyself/>
17. Cehov, Michael, *Către Actori*, data accesării: 15.08.2020.  
<https://unatc.ro/cercetare/documente/caieteleBiblioteciiUNATC16.pdf>
18. Collingwood, R.G. *The Principles of Art*, data accesării: 17.06.2020.  
<https://books.google.ro/books?id=Ju26CwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=ro#v=onepage&q&f=false>
19. Dunning, D.; Johnson, K.; Ehrlinger, J. ; Kruger, J. *Why People Fail to Recognize Their Own Incompetence* - Current Directions in Psychological Science, Volumul 12, Nr. 3, Iunie 2003, data accesării: 05.05.2021.  
[www.researchgate.net](http://www.researchgate.net), [Link](#)
20. Glăveanu, Vlad Petre; Tangaard, Lene, “*Creativity, identity, and representation: Towards a socio-cultural theory of creative identity*”; *New Ideas in Psychology; Volume 34 (august 2014), pages 12-21*, data accesării: 03.11.2020.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0732118X14000130?via%3Dihub>
21. Interviu: Eugenio Barba, “*Avem nevoie de experiențe care să ne apropie de noi înșine*”, data accesării: 17.08.2020.  
[LINK](#) , [www.bookaholic.ro](http://www.bookaholic.ro)
22. Johnson, Jeremy, “*The Shock of Presence Peter Brook & Jerzy Grotowski – The Reinvention of Australian Theatre*” University of Sydney, 2017, data accesării: 03.11.2020.  
<https://ses.library.usyd.edu.au/handle/2123/18140>
23. Kroger, Jane ; Martinussen, Monica; Marcia, James E., “*Identity status change during adolescence and young adulthood: A meta-analysis*”; *Journal of Adolescence*, 33 (2010), 683-698, , data accesării: 03.11.2020.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S014019710900147X>

24. Marcia, James E, “*Development and Validation of Ego Identity Status*”; *Journal of Personality and Social Psychology*, 1966, Vol. 3, No.5, 551-558, data accesării: 03.11.2020.  
[https://www.researchgate.net/publication/17245812\\_Development\\_and\\_Validation\\_of\\_Ego\\_Identity\\_Status](https://www.researchgate.net/publication/17245812_Development_and_Validation_of_Ego_Identity_Status)
25. Marcia, James E.; Bilsker, Dan, “*Adaptive regression and ego identity*”; *Journal of Adolescence*, 1991, 14, 75-84, data accesării: 03.11.2020.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/014019719190046T>
26. Mitali, Banerjee ; Paul L. Ingram, *Cercetare: Fame as an Illusion of Creativity: Evidence from the Pioneers of Abstract Art*, data accesării: 05.08.2020.  
[https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=3258318](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3258318)
27. Popova, Maria, *What Is an Emotion? William James’s Revolutionary 1884 Theory of How Our Bodies Affect Our Feelings*, data accesării: 27.08.2020.  
<https://www.brainpickings.org/2016/01/11/what-is-an-emotion-william-james/>
28. Popova, Maria, *The Science of Stress and How Our Emotions Affect Our Susceptibility to Burnout and Disease*, data accesării: 20.08.2020.  
<https://www.brainpickings.org/2015/07/20/esther-sternberg-balance-within-stress-emotion/>
29. Popova, Maria, *Rilke on the Symbiosis Between the Body and the Soul*, data: 20.08.2020  
<https://www.brainpickings.org/2014/08/07/rilke-on-body-and-soul/>
30. Prefață la *Portretul lui Dorian Grey* de Oscar Wilde, data accesării: 10.10.2020.  
<http://mason.gmu.edu/~rnanian/Wilde-Preface.html>
31. Richardson, Robert, *The heart of William James*, data accesării: 20.08.2020.  
[https://books.google.ro/books?id=SiCrRf5qGJoC&pg=PA1&hl=ro&source=gbs\\_toc\\_r&cad=3#v=onepage&q&f=false](https://books.google.ro/books?id=SiCrRf5qGJoC&pg=PA1&hl=ro&source=gbs_toc_r&cad=3#v=onepage&q&f=false)
32. Stephen, Joanne ; Fraser, Eugene; Marcia, James E. “*Moratorium – achievement (MAMA) cycles in lifespan identity development: values orientations and reasoning system correlates*”; *Journal of Adolescence*, 1992, 15, 283-300, data accesării: 03.11.2020.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/014019719290031Y>
33. Stevenson, Robert Louis , Poemul *My Shadow*, data accesării: 05.08.2020.  
<https://www.poetryfoundation.org/poems/43196/my-shadow>
34. Traducere prefață *Portretul lui Dorian Grey* de Oscar Wilde, data accesării: 10.10.2020.  
<https://yasmine03.wordpress.com/2011/03/02/prefata-portretul-lui-dorian-gray/>
35. VIDEO, *picturile lui Alexander Salzmann*, data accesării: 17.09.2020.

36. VIDEO, *What Is Nothing? A Mind-Bending Debate about the Universe Moderated by Neil de Grasse Tyson*, data accesării: 28.08.2020.  
<https://www.brainpickings.org/2013/04/25/2013-isaac-asimov-memorial-debate/>
37. VIDEO, *On Repeat: How Music Plays the Mind* , data accesării: 30.08.2020.  
<https://www.youtube.com/watch?v=1lo8EomDrwA>
38. Zhang, Li-Fang, *Erikson' s Theory of Phychosocial Developement* , University of Hong Kong, 2015, data accesării: 03.11.2020.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780080970868232005?via%3Dihub>
39. Interviu cu Jerzy Grotowski, *A kind of Volcano*, 1991, data accesării: 07.02.2021.  
<http://www.gurdjieffdance.com>