

UNIVERSITATEA NAȚIONALĂ DE ARTĂ TEATRALĂ ȘI  
CINEMATOGRAFICĂ „I.L.CARAGIALE” BUCUREȘTI  
DEPARTAMENTUL DE STUDII DOCTORALE

**REZUMAT**  
**TEZĂ DE DOCTORAT**

**Direcții de studiu și experiment în formarea actorului  
contemporan**

CONDUCĂTOR ȘTIINȚIFIC:

Prof. univ. dr. Mircea Gheorghiu

DOCTORAND:

Gabriel Hrițcu

# Cuprins

<b>Introducere</b> .....	1
<b>I. Formarea actorului în secolul XX. Principii, concepte, metode</b> .....	8
<b>I.1. Mecanismele psihofizice în teoriile lui Stanislavski</b> .....	12
<b>I.2. Vsevolod Meyerhold. De la naturalism la simbolism</b> .....	22
<b>I.3. Funcționalitatea bidirecțională a dualității interior – exterior în metoda lui Michael Chekhov</b> .....	29
<b>I.4. Formarea actorului în școala americană. Method acting</b> .....	42
<b>I.5. Noi tehnici ale artei actorului prin intermediul teatrului epic</b> .....	53
<b>II. Noi perspective în formarea actorului din secolul al XXI-lea</b> .....	63
<b>II.1. O abordare somatică asupra antrenamentului actorului contemporan</b> .....	66
<b>II.2. Conștientizarea senzorială în arta actorului</b> .....	79
<b>II.3. Particularitățile tehnicii BMC a lui Bonnie Bainbridge Cohen utile în antrenamentul actorului</b> .....	91
<b>II.4. Către o perspectivă post-psihofizică</b> .....	107
<b>III. Schimbări de paradigmă. Regula celor trei unități în arta spectacolului contemporan</b> .....	122
<b>III.1. Theatre of change</b> .....	125
<b>III.2. Teatrul după postmodernism</b> .....	141
<b>III.3. Teatrul verbatim ca succesori al lui Brecht</b> .....	157
<b>III.4. Teatru-plus. Hibridizarea în performance</b> .....	173
<b>III.5. O redefinire a conceptului de „personaj”</b> .....	181
<b>III.6. Publicul ca și interpret individual/colectiv</b> .....	189
<b>Concluzii</b> .....	197
<b>Bibliografie</b> .....	206

## **Cuvinte cheie**

Actor, antrenament, contemporaneitate, psihofizic, metode, somatic, postmodernism, post psihofizic, practician, corporalitate, hibrid, public, relație, teatru verbatim, teatru epic, social, percepție, conștientizare

## Rezumat

Meseria de actor datează încă din antichitate și a fost (încă este) în strânsă legătură cu ariile de interes ale oamenilor la nivel politic, social și spiritual. Cu toate acestea, pentru o foarte lungă perioadă de timp nu a existat o definiție clară care să încapsuleze rolul acestuia în civilizație și deci, nu a existat nici o bază teoretică de referință care să enunțe particularitățile specifice acestei meserii și formele necesare de pregătire pe care un individ poate să le urmeze pentru a fi considerat actor. Practica aceste meserii a fost adesea întâlnită în categoriile de indivizi situați într-o clasă inferioară în societate, preluarea meșteșugul actoricesc având loc prin intermediul uceniciei de la o generație la alta.

Cu toate acestea, odată cu evoluția diferitelor științe care urmăresc o cunoaștere aprofundată asupra anatomiei și psihologiei omului, s-a tras concluzia că actorul este un participant activ al procesului de reprezentare a acestor noi descoperiri, exemplificând prin arta sa cunoștințele referitoare la ființa umană, la modul în care acesta se raportează la sine și la societate și la diferitele modalități prin care acesta interacționează în cadrul social în funcție de diferite particularități precum statutul și educația. Astfel, odată cu evoluția acestor științe, și arta actoricească a intrat într-un proces de constantă dezvoltare, proces al căror rezultat a început să îl claseze pe actor într-o categorie din ce în ce mai superioară în ochii cadrului exterior, până în punctul în care acesta a dobândit titlul de artist, manifestându-și meșteșugul într-un raport de egalitate cu alte domenii precum muzica, dansul sau pictura.

Titlul lucrării *Direcții de studiu și experiment în formarea actorului contemporan* vorbește de la sine. Aceasta presupune o analiză amănunțită asupra celor mai importante particularități ale acestei arte care pot fi considerate științifice și care au ajutat la dezvoltarea unui vocabular comun pe care cercetătorii și practicienii teatrali să se poată baza în dezvoltarea unor noi ipoteze de lucru. Cercetarea are două direcții de interes, atât una teoretică, cât și una practică. Cea teoretică face referire la metodele de antrenament și de formare ale actorului care datează din secolul al XX-lea până în prezent, iar cea practică urmărește modul în care arta teatrală s-a dezvoltat și a căpătat noi nuanțe prin intermediul experimentului. Experimentul stă la baza tuturor descoperirilor umaniste, de aceea majoritatea studiilor pe care le-am supus analizei sunt concepute de personalități care s-au implicat atât în parte de cercetare a acestei arte cât și în partea practică.

Am ales acest subiect deoarece consider că în contextul contemporan de confruntăm cu o constantă luptă pentru inovație, lucru care are efecte deficitare asupra particularităților și

componentelor din arta actorului care și-au dovedit valoarea de-a lungul istoriei. În acest context, majoritatea principiilor, metodelor și tehnicilor care au fost dezvoltate în ultimele secole par să își piardă din funcționalitate. Teatrul devine din ce în ce mai mult o formă de afirmare personală și interacțiune socială decât o creație artistică. De aceea, avem nevoie ca noi, artiștii, să confirmăm dacă această nouă direcție în care a luat-o arta teatrală reprezintă într-adevăr o nouă bază pe care se vor constitui toate tipurile de spectacole sau dacă această căutare duce către o expansiune a domeniului teatral, fiind astfel necesară o nouă structurare.

Ipoteza de la care am plecat este necesitatea unei reactualizări a acestui vocabular comun. Făcând o diferență între modul în care fluxul de informații circula la nivel internațional acum 100 de ani și modul în care acesta circulă acum, putem trage concluzia că deși arta teatrală a reușit să se îndrepte către un numitor comun începând cu secolul al XIX-lea, majoritatea teoriilor și metodelor dezvoltate în acea perioadă au fost influențate încă de un cadru tradițional al anumitor culturi. În contextul contemporan, un context în care fenomenul globalizării este din ce în ce mai pregnant, observăm o ascensiune către un tip de raportare comun asupra vieții. Trăsăturile culturale devin din ce în ce mai minimale în noile generații, generații care cresc și sunt educate într-un cadru care vizează apartenența la grup la nivel mondial. De aceea, deși lucrarea de față nu neagă acele particularități teoretice și practice care au fost dezvoltate datorită unui anumit cadru istoric și cultural, ea pune sub semnul întrebării valoarea lor în contextul unei arte teatrale care urmărește participarea și înțelegerea la nivel mondial.

În primul capitol, intitulat *Formarea actorului în secolul XX. Principii, concepte, metode* am analizat în mod progresiv modul în care cele mai pregnante teorii au fost supuse unor schimbări și reinterpretări în urma circulației lor la nivel mondial. Am plecat de la două personalități care, dincolo de constituirea unor metode personale de formare a actorului, au reușit să încadreze arta teatrală în interiorul unor sisteme de referință, sisteme care deși sunt ambele valoroase, posedă anumite diferențe. Fac aici referire la Konstantin Stanislavski și Vsevolod Meyerhold, personalități care pentru o lungă perioadă de timp, în ochii persoanelor neavizate, au fost considerați ca având două concepții diametral opuse, lucru care nu este adevărat. Ce este adevărat este faptul că, dintr-o perspectivă de ansamblu, prin practicile și teoriile lor ei au vizat antrenarea unor abilități care țin fie de natura psihică a actorului, fie de natura fizică. Această diferență în abordare provine din faptul că principala direcție de interes a lui Stanislavski a fost actorul, pe când cea a lui Meyerhold a fost spectacolul de teatru. Luând în vedere partea din urmă a acestei propoziții, nu afirm faptul că Vsevolod nu a luat în calcul dezvoltarea unui program concret de antrenament pentru actor, ci că atenția lui era

direcționată mai mult asupra efectului pe care actorul, prin interpretarea sa trebuie să îl aibă asupra spectatorului.

Având în vedere deci faptul că cei doi practicieni ne-au lăsat informații legate de latura psihică și cea fizică a actorului, am urmărit modul în care au fost enunțate abilitățile specifice fiecăreia dintre acestea. În cadrul celei dintâi categorii, abilitățile sunt în strânsă legătură cu procesele care au loc în interiorul actorului și care țin de prelucrarea informațiilor pe care individul le primește prin intermediul stimulilor exteriori (memorie emoțională, imaginație). Cea de-a doua categorie face referire la capacitățile organismului de a percepe informațiile care provin din exterior prin intermediul corpului. Deși cei doi practicieni nu și-au formulat astfel descoperirile, acestea sunt cele mai utile definiții având în vedere direcția și descoperirile pe care le-am făcut de-a lungul acestei cercetări.

Mecanismele interioare au reprezentat pentru o lungă perioadă de timp și pentru o gamă mai vastă de indivizi un punct de interes mai important decât percepția exterioară. Acest lucru poate fi observat și prin faptul că majoritatea programelor de studiu cu specific arta actorului la nivel mondial, respectă sistemul lui Stanislavski și metodele dezvoltate de către urmașii acestuia. Nu vreau să diminuez importanța cercetătorilor precum Rudolf Laban sau Jacques Lecoq care și-au dedicat o mare parte din timp pentru a crea un sistem de referințe cât mai concret referitor la posibilitățile de exprimare prin intermediul corpului. Totuși, având în vedere sistemul în care am fost educat, interesul pentru latura psihică este de înțeles.

În continuarea primului capitol am urmărit modul în care diferiți practicieni precum Stella Adler, Stanford Miesner și Lee Strasberg au preluat sistemul lui Stanislavski, l-au reinterpretat pentru a-și dezvolta propriile metode de lucru, metode care și în momentul de față reprezintă cele mai importante direcții de studiu și antrenament pentru actorul din școala americană. Principii precum imaginația, memoria emoțională sau acțiunea au fost aprofundate, urmărind prin intermediul acesteia dezvoltarea unei perspective asupra întregului sistem, doar că dintr-un punct de plecare mai concret.

Michael Chekhov este de asemenea unul din urmașii lui Stanislavski care a reușit să dezvolte o metodă care să încorporeze atât latura psihică a individului cât și cea fizică. Motivul pentru această reușită este faptul că deși Michael era interesat să înțeleagă procesualitatea interioară a individului actor, el nu a pierdut niciodată din vedere faptul că aceasta trebuie să se manifeste și exterior în cadrul spectacolului de teatru, reprezentarea fiind mult mai importantă în cadrul artei teatrale decât dezvoltarea personală sau efectele terapeutice pe care le poate resimți actorul în procesul său de formare. Astfel, Chekhov este

primul care a adus în discuție natura psihofizică a actorului, concept pe care îl dezvolt mai mult în capitolul al doilea. El a privit actorul ca pe un construct unitar care trebuie să își bazeze interpretarea atât pe calitățile sale de procesualitate interioară, pe cele de exprimare exterioară, și pe strânsa conexiune care există între acestea, conexiune care conduce artistul către o interpretare atât teatrală, dramatică, cât și organică. El a venit cu concepte precum „gestul psihologic” care denotă însăși prin numele său interconectarea și dependența dintre latura psihică și cea fizică a individului.

Având în vedere direcția în care s-a îndreptat teatrul contemporan, consider că în acest prim capitol era necesară o analiză mult mai detaliată și asupra practicienilor care prin descoperirile lor și prin producțiile lor au condus arta teatrală către dezvoltarea unor noi genuri de spectacole precum teatrul-dans. Totuși, cercetarea pe care am desfășurat-o în cel de-al doilea capitol reușește să pună în pagină lucrări de o mare importanță în ceea ce privește dezvoltarea conceptului de „percepție a sinelui”, concept care deși nu denotă nicio valoare estetică pentru interpretare, este de o mare relevanță în experimentele teatrale contemporane.

În finalul capitolului întâi am luat în vedere studiile unui teoretician care a propus o nouă perspectivă asupra rolului pe care atât actorul, cât și teatrul ar trebui să îl aibă în societate. Dacă sistemele de lucru ale lui Stanislavski și Meyerhold pun accentul în principal pe arta actorului și arta spectacolului și urmăresc valoarea estetică, artistică și interpretativă a teatrului, Bertold Brecht vine cu o nouă viziune care pune accentul pe valoarea educațională a teatrului. Până la scrierile sale, teatrul s-a dezvoltat într-o manieră pur dramatică, urmărind povești ficționale sau construcții metaforice menite să aducă o viziune personală asupra lumii. Totuși, practicianul menționat mai sus a văzut dincolo de asta și a considerat faptul că interpretările scenice ar trebui să pună sub lupa observării lumea reală, situațiile sociale și politice cu care se confruntă orice individ din orice civilizație.

Astfel el a venit cu conceptul de teatru epic, concept care are scopul de a sparge această mască magică pe care o are teatrul dramatic, și de a-l invita pe spectator la o analiză obiectivă și activă asupra situațiilor pe care le-a propus prin piesele sale, decât la o participare pasivă, empatică. Pentru a realiza această schimbare el a venit cu conceptul de „distanțare în teatru”, concept care face referire nu la capacitatea indivizilor de a face un pas în spate și de a observa, mai mult decât a se implica emoțional. Din punct de vedere actoricesc, deși această abordare pare paralelă cu cea a lui Stanislavski, el nu a negat valoarea sistemului dezvoltat de acesta. Din contră, în munca sa practică cu actorii, el a considerat faptul că este foarte util ca interpreții să deruleze acest proces de întruchipare al personajelor, să intre în pielea lor pentru a-i înțelege în totalitate. Totuși, acest proces reprezintă în viziunea lui Brecht doar o primă

etapă. Cea de-a doua etapă este mult mai relevantă în abordarea sa și constituie schimbarea unghiului de referință asupra tuturor acestor date pe care actorul le acumulează. O perspectivă obiectivă asupra acestora este necesară, perspectivă care este cu atât mai amplă cu cât interpreții au mai multe date despre personaj. Mai mult decât atât, un astfel de studiu empatic îl ajută pe actor și să ghideze publicul către constituirea unor păreri proprii, explicându-i cât mai în detaliu toate particularitățile indivizilor interpretați și a situațiilor reprezentate.

De-a lungul acestui prim capitol am dezvoltat și o serie de similitudini existente între teoriile tuturor acestor practicieni. Astfel am descoperit concepte similare în teoriile lui Brecht și Chekhov, de exemplu „gestusul” și „gestul psihologic”, sau în sistemele lui Stanislavski și Meyerhold, de exemplu „tempo-ritm exterior” și „senzorialitate”.

Cel de-al doilea capitol, intitulat *Noi perspective în formarea actorului secolului XXI*, reprezintă un studiu amănunțit asupra anumitor lucrări care au în vedere natura fizică a individului ca element principal de percepție și auto-cunoaștere. În primul rând am abordat studii referitoare la educația somatică, un domeniu care deși nu este în contact direct cu arta actorului, a ajuns să o influențeze prin intermediul unor pionieri. Educația somatică se referă la practica de a învăța despre și de a răspunde conștient la corpul fizic, folosind o abordare sensibilă și conștientă. Ea reprezintă un domeniu independent de dezvoltare, care deși nu este considerată ca făcând parte din medicină, s-a dovedit în ultimii 50 de ani ca o alternativă foarte utilă în ceea ce privește terapia.

Motivul pentru care educația somatică reprezintă un subiect de interes în arta actorului este acela că prin intermediul ei putem echilibra vasta cantitate de studii referitoare la mecanismele interioare care s-au dezvoltat de-a lungul ultimilor 100 de ani. Capitolul al doilea reprezintă deci o abordare asupra modului în care cunoașterea de sine prin intermediul percepției și al senzorialității poate umple golurile rămase referitoare la structura unitară a actorului.

Am urmărit și analizat studii referitoare la modul prin care până și cele mai profunde sisteme din interiorul organismului nostru joacă un rol în percepția individului (de exemplu diferitele sisteme de fluide care nu numai că pot fi perceptibile senzorial, dar în funcție de fluxul lor, acestea au un efect și asupra structurii fizice a individului). Scopul acestora în arta teatrală este de a oferi actorilor o imagine totală asupra sinelui, o imagine care să nu fie fragmentată în particularități psihice și fizice.

Prin analiza studiilor unor practicieni precum Moshe Feldenkrais și Bonnie Bainbridge Cohen, studii care au ajuns să aibă relevanță în anumite programe de arta actorului din diferite universități cu specific, am confirmat faptul că individul în construcția sa psihofizică

percepe stimulii exteriori în primul rând prin intermediul corpului. Mai mult decât atât, între preluarea stimulilor și procesarea acestora există un anumit timp, timp asupra căruia fiecare individ trebuie să devină conștient, mai ales în arta actorului.

Mai departe am luat diferite metode de auto-cunoaștere prin intermediul educației somatice și am comparat beneficiile acestora în raport cu necesitățile actorului. Toate aceste studii susțin dintr-un punct de vedere al dezvoltării percepției de sine și al autocunoașterii particularitățile psihologice referitoare la construcția unui personaj, constituind astfel o punte între cele două laturi ale actorului pe care le discut în primul capitol. Mai mult decât atât, toate cercetările din secolul al XX-lea și al XXI-lea referitoare la formarea actorului, la antrenamentul lui și la structura lui ne-au condus către un cumul de date teoretice și practice prin intermediul cărora îl putem considera pe actor o structură psihofizică unitară. Prin intermediul acestei structuri, în domeniul practic, actorul este capabil să dezvolte roluri, să analizeze interacțiunile cu publicul și partenerul, să lucreze pe un text dramatic sau pe o structură compozițională modernă folosindu-se de toate abilitățile și instrumentele sale într-un mod care îi permite o conștientizare constantă a mecanismelor care au loc atât la nivel interior, cât și la nivel exterior.

Această structură psihofizică a fost cercetată și dezvoltată mai departe prin intermediul scrierilor lui Frank Camilleri care atestă faptul că în acest context contemporan în care arta teatrală devine din ce în ce mai dependentă de mijloace de expresie tehnologice și digitală, actorul trebuie să își depășească poziția, trecând astfel către o dezvoltare a unei structuri post psihofizice. Acest concept oferit de Camilleri face referire la faptul că în performance și în experimentele teatrale de după postmodernism actorul nu mai este un elementul principal care gestionează și conduce parcursul scenic. El își împarte rolul cu diferite mecanisme de tip proiecții, jocuri de lumini, holograme, care sunt utilizate acum nu doar pentru a crea diferite artificii regizorale sau estetice ci pentru a conduce dezvoltare unui subiect din diferite tipuri de teatru care jonglează cu o diversitate de genuri (mărturie, documentar, teatru politic).

Toate aceste noi componente, alături de actor, ne plasează într-un domeniu extins al artei teatrale, domeniu care urmărește teoriile dezvoltate de Meyerhold referitoare la ansamblu și la constructivism. În acest nou context, principalul punct de interes este funcționalitatea simbiotică a tuturor elementelor care participă la construcția spectacolului de teatru. Astfel, actorul nu mai este o individualitate care progresează și se modifică în funcție de spațiu și de relații, ci el participă în mod activ la desfășurarea cursivă a acestui mecanism ansamblu. De aceea, prin intermediul contactului cu celelalte elemente, actorul trebuie să își

extindă percepția către stimulii exteriori generați de noii săi parteneri de scenă, fie ei umani sau non-umani.

În capitolul al treilea, intitulat *Schimbări de paradigmă. Regula celor trei unități în arta spectacolului contemporan*, am urmărit modul în care toate aceste teorii se aplică în noile forme de experiment prezente în arta spectacolului contemporan. Acest capitol urmărește și o analiză practică, bazată pe experiența personală din cadrul atelierelor de arta actorului desfășurate în cadrul Universității de Artă Teatrală și Cinematografică „I. L. Caragiale” București, și pe experiența mea de actor și spectator în cadrul industriei teatrale la nivel mondial. Diversitatea în utilizare a genurilor, a instrumentelor de expresie și a unităților de spațiu, timp și acțiune a condus arta spectacolului către conceperea unor noi tipuri de teatru care îl îndepărtează radical pe actor de legile tradiționale înrădăcinate de către practicienii și teoreticienii discutați în primul capitol.

În acest context de reconfigurare a parametrilor estetici și funcționali ai spectacolului, o atenție specială trebuie acordată poziției actorului, nu doar ca interpret, ci ca participant activ la construcția sensului și a experienței scenice. Actorul contemporan este adesea plasat într-un cadru care sfidează reperele tradiționale ale formării sale profesionale, repere care, până nu demult, reprezentau piloni ai pedagogiei teatrale: coerența dramatică, construcția lineară a personajului, respectarea unității de acțiune, timp și spațiu. Formele emergente de spectacol, de la performance-ul postdramatic, până la instalațiile performative sau teatrul imersiv, reclamă un alt tip de prezență și un alt tip de disponibilitate actoricească, în care nu mai este suficientă aplicarea fidelă a unui set de reguli internalizate, ci este necesară o capacitate constantă de adaptare, negociere și reinventare.

Regula celor trei unități, moștenire clasică ce a influențat secole întregi de dramaturgie și regie, devine, în acest nou context, un reper adesea deconstruit sau ironizat. Dacă unitatea de acțiune presupunea o coerență narativă clară și o evoluție logică a conflictului, spectacolele contemporane pot miza pe discontinuitate, fragmentarism, colaj sau simultaneitate. Dacă unitatea de timp cerea o restrângere a acțiunii în limitele unei zile, multe producții actuale jonglează cu temporalități fluide, cu bucle, reconstituiri și proiecții, iar unitatea de spațiu, odinioară garanția unui cadru recognoscibil, este deseori înlocuită de spații mobile, hibride sau non-spațiale, în care granițele fizice ale scenei sunt problematizate sau chiar abolite.

Pentru actor, toate acestea generează un dublu tip de tensiune. Pe de o parte, este provocarea de a rămâne autentic și prezent într-un spectacol ale cărui coordonate pot fi instabile sau deschise, pe de altă parte, este conștientizarea faptului că metodele sale de lucru,

dobândite într-un sistem pedagogic adesea conservator, nu mai corespund nevoilor reale ale actului performativ. Acest decalaj între formare și practică poate genera crize identitare, dar și oportunități de reînnoire artistică. În fața unei scene care nu mai cere „jocul” în sensul clasic al termenului, ci „prezența”, „traversarea” sau chiar „existența performativă”, actorul este nevoit să-și reconfigureze nu doar instrumentele, ci și statutul.

Capitolul al treilea al acestei lucrări explorează tocmai aceste rupturi, reformulări și continuități. În el, am analizat modurile în care noile formule scenice recuperează, subminează sau rescriu regula celor trei unități și cum această re poziționare afectează nu doar structura spectacolului, ci și munca actorului ca practică vie. De la scenele alternative până la marile producții experimentale, am urmărit cum principiile canonice se transformă în surse de joc intertextual, dar și cum aceste transformări impun o regândire a pedagogiei teatrale și a rolului actorului în cadrul noilor ecologii performative.

## Bibliografie

- Adler, Stella (Compiled & edited by Howard Kissel), *The art of acting*, Applause Books, 2000
- Alison Forsyth și Chris Megson, *Get Real: Documentary Theatre Past and Present*, Houndsmill and New York: Palgrave Macmillan, 2009
- Assunto, Rosario, *universul ca spectacol*, Editura Meridiane, București, 1983
- Auslander, Philip, *From Acting to Performance: Essays in Modernism and Postmodernism*, London and New York: Routledge, 1997
- Auslander, Philip, *“Just Be Your Self”: Logocentrism and Difference in Performance Theory* (2nd edition), London: Routledge, 2002
- Autant-Mathieu, Marie-Christine and Yana Meerzon (Edited by), *The Routledge Companion to Michael Chekhov*, Routledge, 2015
- Bainbridge, Bonnie Cohen, *Sensing, Feeling, and Action: The Experiential Anatomy of Body-Mind Centering*, North Hampton, Contact Editions, 1998
- Bainbridge, Bonnie Cohen, *Sensing, Feeling, and Action, The Experimental Anatomy of Body-Mind Centering* (Second edition), CONTACT EDITIONS, 2008
- Bartenieff, Irmgard, *Body Movement: Coping with the Environment*, Gordon and Breach Science Publishers, 1980
- Bartow, Arthur (Edited by), *Training of the american actor*, Theatre communications group, New York, 2006
- Benedetti, Jean, *Stanislavski. An introduction*, Routledge, 2004
- Benedetti, Jean, *Stanislavski & the actor*, Routledge, 1998
- Bernstein, Elvin (Antalogare), *dialogul neîntrerupt al teatrului în secolul XX. I. de la caragiale la brecht*, Editura Minerva, București, 1973
- Benjamin, Walter, *Understaning Brecht*, Verso, 1998
- Blair, Rhonda, *The Actor, Image, and Action: Acting and Cognitive Neuroscience*, London, Routledge, 2008
- Bleeker, Maaïke, Jon Foley Sherman, and Eirini Nedelkopoulou (eds), *Performance and Phenomenology*, London Routledge, 2015

- Blumenthal, Eileen, *Joseph Chaikin: Exploring at the Boundaries of Theater*, Cambridge: Cambridge UP, 1984
- Botham, Paola *From Deconstruction to Reconstruction: A Habermasian Framework for Contemporary Political Theatre*, Contemporary Theatre Review, 2008
- Brook, Peter, *Gânduri despre actorie și teatru*, Nemira, București, 2012
- Brook, Peter, *The Empty Space*, Harmondsworth: Penguin Books, 1972
- Burke, Peter, *Cultural Hybridity*, Cambridge, Polity Press, 2009
- Butler, Isaac, *The Method. How the twentieth century learned to act*, Bloomsbury, 2022
- Camilleri, Frank, *Performer Training Reconfigured*, METHUEN DRAMA, London, 2019
- Carnicke, Sharon Marie, *Stanislavsky in focus. An acting master for the twenty-first century*, Routledge, 2009
- Chaikin, Joseph, *The Actor's Involvement: Notes on Brecht*, Tulane Drama Review, Vol.12, No.2, 1968
- Chamberlain, Franc, *Gesturing Towards Post-Physical Performance*, apud John Keefe and Simon Murray (eds), *Physical Theatres: A Critical Reader*, London: Routledge, 2007
- Chekhov, Michael, *On the technique of acting*, Harper, 1991
- Christensen, Josephine Anne, *Michael Chekhov's Embodied Imagination and the Haptic Sense*, Library and Cultural Collections, 2021
- Cojar, Ion, *O poetică a artei actorului*, Paideia, București, 1999
- Couldry, Nick, *Why Voice Matters: Culture and Politics after Neoliberalism*, London, Sage, 2010
- Craig, Edward Gordon, *On the Art of the Theatre*, London, Heinemann, 1968
- Delacroix, Henri, *Psihologia artei*, Editura Meridiane, București, 1983
- Deleuze, Gilles, Félix Guattari, *A Thousand Plateaus: Capitalism and Schizophrenia*, London, Continuum, 2004
- Diderot, Denis, *Paradox despre actor. Dialog despre fiul natural*, Nemira, București, 2010
- Donnellan, Declan, *The Actor and the Target*, Nick Hern Books, 2005
- Easty, Edward Dwight, *On Method Acting*, Ivy Books, 1981
- Eddershaw, Margaret, *performing Brecht*, Routledge, 1996

- Eddy, Martha, *Mindful movement. The evolution of Somatic Arts and Concious Action*, The University of Chicago, 2016
- Etheridge Woodson, Stephani și Tamara Underiner (edited by), *Theatre, Performance and Change*, palgrave macmillan, 2018
- Elsworth, Mable Todd, *The thinking body. A study of balancing forces of dynamic man*, The Gestalt Journal Press, 2008
- Enelow, Shonni, *Method acting and its discontents on american psycho-drama*, Northwestern University PRESS, 2015
- Evreinov, Nicolai, *Teatrul în viață*, U.N.A.T.C. Press, București, 2020
- Feldenkrais, Moshe, *Awarness through Movement: Health Exercises for Personal Growth*, Penguin Books, 1972
- Feldenkrais, Moshe, *Embodied Wisdom. The Collected Papers of Moshe Feldenkrais* (Edited by Elizabeth Beringer), North Atlantic Books, 2010
- Fromm, Erich, *Arta de a asculta*, Editura Trei, București, 2023
- Fuchs, Elinor, *The Death of Character: Perspectives on Theater after Modernism*, Bloomington: Indiana University Press, 1996
- Gladkov, Aleksandr, *Meyerhold Speaks, Meyerhold Rehearses*, Harwood Academic Publishers, Amsterdam, 1997
- Goffman, Erving, *The Presentation of Self in Everyday Life*, New York, Random House, 1959
- Gordon, Robert, *The Purpose of Playing: Modern Acting Theories in Perspective*, Ann Arbor: University of Michigan Press, 2006
- Grusin, Richard, *YouTube at the End of New Media*, apud Relle Snickarsand Patrick Vonderau, *The YouTube Reader*, Stockholm, National Library of Sweden, 2009
- Hacney, Peggy, *Making Connections. Total Body Integration Through Bartenieff Fundamentals*, Routledge, 2002
- Hans-Thies, Lehmann, *Word and Stage in Postdramatic Theatre*, apud ChristophHenke and Martin Middeke (eds), *Drama and/after Postmodernism*, Trier: WVT Wissenschaftlicher Verlag Trier, 2007
- Hartley, Linda, *Wisdom of the Body Moving*, CA: North Atlantic Books, Berkley, 1995

- Hatfield, Elaine, Richard Rapson și Yen-Chi, *Le “Emotional Contagion and Empathy” in Social Neuroscience of Empathy*, eds. Jean Decety and William Ickes, Cambridge: MIT Press, 2009
- Heim, Caroline, *Audience as performer*, interviu personal al autoarei, London and New York: Routledge, 2016
- Herring, Laraine, *Writing Begins with the Breath: Embodying Your Authentic Voice*, Boston, Shambhala Publications, 2007
- Hodge, Alison (Edited by), *Actor Training* (Second edition), Routledge, 2010
- Ihde, Don, *Postphenomenology and Technoscience: The Peking University Lectures*, Albany State University of New York Press, 2009
- Juhan, Deane, *Job’s Body: A Handbook for Bodywork*, Station Hill Press, New York, 1987
- Jung, Carl Gustav, *Arhetipuri și inconștientul colectiv*, Editura Trei, 2007
- Kattwinkel, Susan, *Audience Participation: Essays on Inclusion in Performance*, Westport, Connecticut and London: Praeger, 2003
- Kavka, Misha, *Reality TV*, Edinburgh, Edinburgh University Press, 2012
- Laban, Rudolf, *The Mastery of Movement on the Stage*, Dance Books, 2011
- Lavender, Andy, *Performance in the Twenty-First Century*, Routledge, 2016
- Lindh, Ingemar, *Stepping Stones*, Holstebro, Malta, and Wrocław: Icarus Publishing Enterprise, 2010
- Mable Elsworth Todd, *The thinking body. A study of balancing forces of dynamic man*, The Gestalt Journal Press, 2008
- Mark, Evans, *Movement training for the Modern Actor*, Routledge, 2009
- Matthews, John, *Training for performance. A meta-disciplinary account*, METHUEN DRAMA, 2011
- Matthews, John, *Anatomy of Performance Training*, London: Bloomsbury Methuen Drama, 2014
- Meisner, Sanford, *On acting*, A Vintage Original, 1987
- Merleau, Maurice Ponty, *fenomenologia percepției*, Editura AION, Oradea, 1999
- Meyerhold, Vsevolod, *Meyerhold on theatre* (Translated and edited with a critical commentary by Edward Braun, Bloomsbury, 2016
- Michael, Mike *Technoscience and Everyday Life*, New York, Open University Press, 2006, p. 5

- Moody, C., „Vsevolod Meyerhold and the "Commedia dell'arte", *The Modern Language Review*, Vol. 73, No. 4 (Oct., 1978)
- Mumford, Meg, *Bertolt Brecht*, Taylor & Francis Books, 2009
- Oida, Yoshi, *Actorul invizibil*, Artspect, Oradea, 2009
- Pavis, Patrice, *Dictionnaire du Theatre: Termes et Concepts de L'analyse Theatrale*, Paris: Editions Sociales, 1980
- Pérez-Simón, Andrés, „After Symbolism: Theoretical Aspects of Meyerhold's Early Theatrical Reform”, *Anagnórisis. Revista de investigación teatral*, nº. 19, 2019
- Peters, Kathrin și Andrea Seier, *Home Dance: Mediacy and Aesthetics of the Self on YouTube*, apud Relle Snickars și Patrick Vonderau, *The YouTube Reader*, Stockholm, National Library of Sweden, 2009
- Petit, Lenard, *The Michael Chekhov handbook for the actor*, Routledge, 2010
- Pitches, Jonathan, *Science and the Stanislavsky Tradition of Acting*, London, Routledge, 2006
- Pluta, Izabella, *Mapping Intermediality in Performance*, Amsterdam University Press, 2010
- Prior, Ross W., *Characterising actor trainers' understanding of their practice in Australian and English drama schools* (Doctoral dissertation), Griffith University, 2004
- Rancière, Jacques, *The Emancipated Spectator*, trans. Gregory Elliott, London and New York, Paris: Editions La Fabrique, 2009
- Ranciere, Jacques, *The Ignorant Schoolmaster: Five Lessons in Intellectual Emancipation*, Stanford: Stanford University Press, 1991
- Read, Alan, *Theatre in the Expanded Field: Seven Approaches to Performance*, London and New York: Bloomsbury, 2013
- Roach, Joseph, *The Player's Passion, Studies in the Science of Acting*, Newark: University of Delaware Press, London: Associated University Presses
- Rushe, Sinead, *Michael Chekhov's acting technique*, Bloomsbury, 2019
- Schechner, Richard, *Performance Studies: An Introduction*, Abingdon: Routledge, 2013
- Selinger, Evan, *Postphenomenology: A Critical Companion to Ihde*, Albany State University of New York Press, 2006

- Spatz, Ben, *What a Body Can Do: Technique as Knowledge, Practice as Research*, London: Routledge, 2015
- Stanislavski, Konstantin, *Munca actorului cu sine însuși*, NEMIRA, București, 2021
- Strasberg, Lee, *A dream of passion. The development of the method*, Little, Brown & Company, 1987
- Strehler, Giorgio, *Shakespeare Goldoni Brecht*, Cheiron, București, 2023
- Taylor, Susan Leith, *Actor training and emotions: Finding a balance* (Thesis presented in partial fulfilment of the degree of Doctor Of Philosophy), Edith Cowan University, 2016
- Thompson, Evan și Mog Stapleton, *Making Sense of Sense- Making: Reflections on Enactive and Extended Mind Theories*, Topoi, 2009
- Thomson, P. and Sacks, G. (Edited by), *The Cambridge Companion to Brecht*, Cambridge University Press, 1994
- Todorov, Tzvetan, *Teorii ale simbolului*, Ed. Univers, București, 1983
- Toporov, Vasili, *Stanislavski la repetiție*, Ed. Cartea Rusă, Iași, 1951
- Vianu, Tudor, *Estetica*, Orizonturi, București, 1945
- Völker, Kuhn, *Brecht: A Biography*, trans. Nowell, J., London and Boston, Marion Boyars, 1979
- White, Gareth, *Audience Participation in the Theater: Aesthetics of the Invitation*, New York: Palgrave Macmillan, 2013
- Willett, John (Edited by), *Brecht on theatre. The development of an aesthetic*, Methuen Drama, 1964
- Woodruff, Diane L., *Bartenieff Fundamentals: A somatic approach to movement rehabilitation*, The Union Institute, 1992
- Yang, Chiyon, *Self-awareness through Sensory Awareness*, S.U.N.Y. Fashion Institute of Technology, 2020
- Zarrilli, Phillip, *Psychophysical Acting: An Intercultural Approach after Stanislavski*, Routledge, London, 2009

**Alte surse:**

- Abu-Raiya H, *Voices from a new stage: community theatre and mental health*, prezentat la cea de-a 11-a Conferință bială a Societății pentru Cercetare și Acțiune Comunitară, Pasadena, Calif, Iunie 2007
- Bailey, Erika, *Arthur Lessac's embodied actor training*. *Voice and Speech Review*, 10(1), 85–89., 2016, doi:10.1080/23268263.2016.1183876
- Barker, Sarah, *The Alexander Technique: An Acting Approach*. *Theatre Topics*, 12(1), 2002, p. 35 48. doi:10.1353/tt.2002.0002
- Barone, Luciana Paula Castilho, *The use of Body-Mind Centering ® to support training in Michael Chekhov's acting technique*, *Theatre, Dance and Performance Training*, 2024, <https://doi.org/10.1080/19443927.2023.2297896>
- Barthes, Roland, *Seven Photo Models of Mother Courage*, *Tulane Drama Review*, Vol.12, No.1, 1967
- Calsius Joeri, Jozef De Bie, Raf Hertogen and Raf Meesen, *Touching the Lived Body in Patients with Medically Unexplained Symptoms. How an Integration of Hands-on Bodywork and Body Awareness in Psychotherapy may Help People with Alexithymia*, *Front. Psychol.* 7:253, 2016, doi: 10.3389/fpsyg.2016.00253
- Czirak, Adam, *The Piece Comes to Life through a Dialogue with the Spectators, not with the Performers: An interview on participation with Dries Verhoeven*, *Performance Research: A Journal of the Performing Arts*, 16:3, 2011
- Czuchta DM, Johnson BA, *Reconstructing a sense of self in patients with chronic mental illness*, *Perspectives in Psychiatric Care*, 34:31–36, 1998
- Dalton, Lisa, *The Psychological Gesture: Hollywood's Best Kept Acting Secret!*, Reprinted from *Actors Ink Issues 35 & 36*
- Dewsbury, John-David, *Affective Habit Ecologies: Material Dispositions and Immanent Inhabitations*, *Performance Research*, 17 (4), 2012, p. 74–82
- Faigin DA, Stein CH, *Comparing the effects of live and video-taped theatrical performance in decreasing stigmatization of people with serious mental illness*, *Journal of Mental Health*, 17:594–607, 2008
- H. Stein, Catherine, *PSYCHIATRIC SERVICES, OPEN FORUM*, March 2010 Vol. 61 No. 3
- Heiser, Jörg, *What is "super-hybridity"?*, *Frieze magazine*, [www.frieze.com/issue/article/pick-mix/](http://www.frieze.com/issue/article/pick-mix/), 2010

- Hoffman, Beth, *Radicalism and the Theatre in Genealogies of Live Art*, Performance Research, Vol. 14, No. 1, 2009, p. 95–105
- Hojat, Mohammadreza, Joseph Gonnella, Thomas Nasca, Salvatore Mangione, Michael Vergare and Michael Magee, *Physician Empathy: Definition, Components, Measurement, and Relationship to Gender Speciality*, American Journal of Psychiatry, 2002, vol. 159, no. 9
- Jöns, Heike, *Dynamic Hybrids and the Geographies of Technoscience: Discussing Conceptual Resources Beyond the Human/Non-Human Binary*, Social and Cultural Geography, 7 (4), 2006, p. 559-580
- Kapsali, Maria, *Making the Body all Ears: Sonolope and a Somatic Practice of Really Listening*, International Journal of Performance Arts and Digital Media, 13 (1), 2017, p. 39–54
- Kingwell, Mark, *Outside the White Box: Can Art Make Anything Happen?*, Harpers Magazine, Februarie 2016
- McAllister-Viel, Tara, *(Re)Considering the Role of Breath in Training Actors' Voices: Insights from Dahnjeon Breathing and the Phenomena of Breath*, Theatre Topics, 19(2), 2009, 165–180
- Mullan, Kelly Jean, *Somatics: Investigating the common ground of western body–mind disciplines*. Body, Movement and Dance in Psychotherapy, 9(4), 2014, p. 253–265. <https://doi.org/10.1080/17432979.2014.946092>
- Schechner, Richard, dialog pentru revista *Perspecta, Theater, Theatricality, and Architecture*, vol. 26, 1990
- Teampău, Radu, *Theatre Performance in Postmodernism*, 2018, <https://doi.org/10.2478/TCO-2018-0001>
- Trifonova, Petkova, Prolet, *KNOWLEDGE – International Journal*, vol. 32.4, 2019
- Sherwood, Patricia, *Expressive artistic therapies as mind–body medicine*, Body, Movement and Dance in Psychotherapy, 3(2), p. 81–95, 2008, <https://doi.org/10.1080/17432970802080040>
- Sharma, Sushil Arain, Mathur, Rais, Nel, Sandhu, ... Johal, *Maturation of the adolescent brain*, Neuropsychiatric Disease and Treatment, 2013, p. 449-461, doi:10.2147/ndt.s39776
- Soloviova, Vera, *The Reality of Doing. The Tulane Drama Review*, 9(1), 136., 1964, doi:10.2307/1124785

- Steen, Gonda Van, *The Story of Ali Retzo: Brechtian Theater in Greece under the Military Dictatorship*. *Journal of Modern Greek Studies*, 31(1), 85–115, 2013, <https://doi.org/10.1353/MGS.2013.0010>
- Tsakiris, Manos & Patrick Haggard, *Experimenting with the acting self*, *Cognitive Neuropsychology*, 22(3-4), 2005, p. 387–407. doi:10.1080/02643290442000158
- <https://www.sos-satelecom.ro/sos-cine-suntem/>
- <https://tisch.nyu.edu/performance-studies>
- <https://ourworldindata.org/grapher/democracy-index-eiu>
- <https://www.itu.int/en/Pages/default.aspx>
- <https://recorder.ro/cine-suntem/>
- [www.theguardian.com/stage/2003/nov/04/theatre.politicsandthearts](http://www.theguardian.com/stage/2003/nov/04/theatre.politicsandthearts)