

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

**REZUMAT
TEZĂ DE DOCTORAT**

Creația actorului în rigorile spectacolului din secolul al XXI-lea
(principii, tehnici, metode)

CONDUCĂTOR DE DOCTORAT

Prof.univ.dr. Mircea Gheorghiu

DOCTORAND

Niculae Ionuț-Florin

2025

REZUMAT
TEZĂ DE DOCTORAT

Creația actorului în rigorile spectacolului din secolul al XXI-lea
(principii, tehnici, metode)

Cuvinte cheie

actor, creație, rigoare, libertate, mecanism, scenă, parcurs, proiect, regizor, concept, indicație, autenticitate, inteligență, instrument, repetiție, proces, refacere, legătură, expresivitate, corp, voce, principii, metodă, intenție, imaginație, spontaneitate, scop, traseu, spațiu, profesor, cercetare, memorie, atenție, feedback, exercițiu, studiu, facultate, teatru, creativitate, direcție

CUPRINS

Argument	1
Capitolul I. Fundamentele antrenamentului specific actorului, în relație cu mecanismele interioare de asumare	13
I.1. Cercetarea mecanismelor specifice de înțelegere a situației dramatice	13
I.1.1. Eu în situația dată	13
I.1.2. Lectură la masă	18
I.1.3. Ascultă-ți partenerul	23
I.1.4. Traseu psihologic	27
I.2. Principiile asumării situației dramatice	31
I.2.1. Organicitate	31
I.2.2. Procesualitate	41
I.2.3. Vulnerabilitate și disponibilitate emoțională în secolul al XXI-lea	50
I.2.4. Spontaneitate	59
Capitolul II. Instrumente necesare fixării parcursului actoricesc	69
II.1. Relația actorului cu mediul exterior	69
II.1.1. Poziționare în spațiu	69
II.1.2. Fixarea gesturilor	74
II.1.3. Expresivitate corporală	80
II.1.4. Dezvoltarea aptitudinilor verbo-vocale	86
II.2. Abordări actoricești actuale	95
II.2.1. Actorul creativ	95
II.2.2. Gând și emoție	105
II.2.3. Adaptabilitate	111
II.2.4. Personaj	120
Capitolul III. Refacerea parcursului actoricesc în secolul al XXI-lea	132
III.1. Perspective teoretice asupra colaborării dintre regizor și actor	132
III.1.1. Jerzy Grotowski și angajamentul emoțional	132

III.1.2. Romeo Castellucci și imaginea plastică _____	139
III.1.3. Robert Wilson, arhitect al expresivității corporale _____	148
III.1.4. Noile tehnologii în arta teatrală _____	157
III.2. Eugen Jebeleanu și abordarea pedagogică a indicației regizorale _____	165
III.2.1. Cercetare și documentare _____	165
III.2.2. Fixarea traseului _____	175
III.2.3. Refacere și adaptare _____	185
Concluzii _____	202
Bibliografie _____	211

Argument

În contextul actual, al avansului tehnologic asupra creativității omului modern, actorul este cel care trebuie să găsească principalele mijloace de exprimare, prin care să convingă oamenii de relevanța creației sale, luptându-se cu multiple rigori ce țin de exprimarea sa în spațiul scenei moderne, care devine populată cu mijloace tehnologice de ultimă generație, care au capacitatea de a atrage atenția spectatorului asupra limbajului teatral expus cu ajutorul lor, actorul fiind nevoit să identifice soluții prin care să implice transformările de ordin tehnic ale artei spectacolului de teatru, în continuarea studiului asupra rolului, implicând exprimarea digitală în contextul asumării specifice artei actorului. Lucrarea "Creația actorului în rigorile spectacolului din secolul al XXI-lea (principii, tehnici, metode)", își propune să cerceteze modul în care actorul reușește să se adapteze acestor schimbări în ceea ce privește exprimarea limbajului specific, analizând modalitatea prin care actorul izbutește să își păstreze parcursul psihologic specific rolului pe care îl interpretează, pus în contextul unei creații care îmbină mijloace tehnologice de ultimă generație.

Îmi propun ca în lucrarea de față, să identific mecanismele specifice artei actorului pe care acesta le poate utiliza pentru a fixa un parcurs, reușind apoi să refacă traseul impus de către regizor, ținând totodată cont de nevoile specifice creației sale, pentru a nu își pierde autenticitatea, dar în același timp să respecte un parcurs pe care regizorul și echipa tehnică a spectacolului, l-au identificat ca fiind necesar creației artistice.

E important să existe o colaborare eficientă între regizor și actor, în așa fel încât niciunul dintre ei să nu încerce să preia conducerea în vreun fel, ci să colaboreze cât mai eficient, în favoarea produsului artistic pentru care aceștia își pun în valoare creativitatea. De-a lungul timpului, în cadrul proiectelor de teatru la care am luat parte în calitate de actor, au fost situații în care această întâlnire a fost una fericită, unde întreg colectivul artistic a avut un scop comun, și anume acela de a crea un spectacol de calitate, dar și situații unde această întâlnire a fost orbită de orgoliul creator al acestor artiști, întâlnirea dintre ei fiind una formală, în care fiecare a fost preocupat doar de aspectele specifice meseriei lor. Este important să cercetăm care sunt acele coordonate care fac posibilă această întâlnire, ce anume duce la o reușită și de ce această colaborare nu se construiește întotdeauna pe aspecte benefice.

În procesul de formare al unui actor, dar și după încheierea studiilor, acesta este de multe ori accidental indus în eroare, și îi este prezentată ideea că trebuie să fie atent și preocupat în special de partitura sa actoricească, mai puțin de întreg, și anume de spectacol.

Întâlnirea dintre actori și regizor, are nevoie să deschidă perspectivele unor colaborări viitoare, explorând metode prin care mesajul textului dramatic să analizeze teme de o importanță semnificativă naturii umane, punându-i pe spectatori în contextul unei dezbateri, invitându-i pe aceștia la dialog și reflexie. Actorul contemporan are nevoie să nu se abată de la principiile meseriei sale, punând accentul pe o structură cât mai clară specifică antrenamentului său, în raport cu mecanismele de asumare. Cercetarea pornește de la premisa că actorul contemporan are nevoie să își adapteze metoda de lucru conform rigorilor specifice secolului XXI, punând accentul pe autenticitate și spontaneitate, raportându-se cât mai veritabil la spațiu și la parteneri, rămânând tot timpul în contact cu stimulii pe care îi primește, adaptându-se rapid la modificările ce pot apărea în timpul reprezentației. Spectacolele moderne ce implică mijloace tehnologice de ultimă generație, precum camere video, proiecții, realitate virtuală sau sisteme de sonorizare actuale, îi cer actorului o flexibilitate emoțională și un răspuns rapid în ceea ce privește capacitatea de a reacționa la stimuli.

Spectacolele clasice ce impun o convenție simplă, îl mențin pe actor legat de un personaj dramatic, fără posibilitatea de a integra în parcursul său metode creative prin care să poată comunica cu publicul, păstrând o distanță între sală și scenă, convenția teatrală limitându-se la un plan narativ, cel mult două. În contextul unei creații de tip conservator, actorul este nevoit să-și construiască rolul respectând scenariul dramatic, limitându-și capacitatea de improvizație. Structura fiind una clară, piesa cunoscută și rolul încadrându-se într-un tipar clar, așteptările spectatorilor vor fi clare, aceștia păstrând o distanță față de actul artistic. În cadrul unei structuri moderne, actorul trebuie să spargă convenția și să angajeze spectatorul într-un dialog, punându-l pe acesta în postura de a experimenta mesajul teatral dincolo de înțelesurile primare ale acestuia, în felul acesta aflând mult mai multe lucruri despre sine, și chiar și despre actorul din fața sa¹.

Totodată, spectacolele moderne, ce implică aparatură tehnică de ultimă generație, creează o presiune între libertatea creatoare a actorului, și constrângerile la care trebuie să se supună creația sa, actorul fiind în imposibilitatea de a propune un traseu liber în ceea ce privește deplasarea prin spațiul de joc, dat fiind faptul că acesta are obiectivul de a se plasa în niște puncte stabilite anterior, pentru ca efectul vizual dat de prezența aparaturii tehnologice, să-și facă simțită prezența. Lucrarea își propune să cerceteze modul în care

¹ Cf. Jerzy Grotowski, *Teatru și ritual, Scrieri esențiale*, ed. Nemira, București, 2014

actorul se poate încadra în limitele acestor rigori, dar în același timp să nu își piardă libertatea creatoare, fiind constrâns de aceste aspecte. Felul în care se raportează actorul la aceste schimbări în ceea ce privește libertatea procesului creator, reprezintă nucleul cercetării mele, teza propunând o metodă prin care actorul să fixeze un traseu specific, fără a renunța la mecanismele de asumare specifice artei actorului, căci altfel aceasta s-ar limita la a propune un caracter interpretativ.

Pentru a răspunde acestei nevoi a actorului de a reface un traseu, fără a abandona veridicitatea procesului, am examinat bazele teoretice ale creației actorului, pornind de la sistemul lui Konstantin Stanislavski, metoda lui Ion Cojar, dar și prin intermediul analizei lui Sanford Meisner, Uta Hagen și Stella Adler, continuând cu abordările contemporane ale lui Robert Wilson și Romeo Castellucci, culminând cu un studiu observațional al unei montări semnate de Eugen Jebeleanu. Această abordare teoretică, dar și practică, oferă actorului instrumentele necesare pentru a se adapta cerințelor spectacolului de teatru contemporan, propunându-i acestuia o abordare modernă, prin intermediul căreia să nuanțeze metoda prin care va construi un rol, atât din perspectivă teoretică, dar și practică. Lucrarea acordă o însemnătate deosebită în ceea ce privește impactul tehnologiei asupra modalității prin care actorul construiește un parcurs organic, acesta din urmă având nevoie să își adapteze gesturile și emisia vocală, pentru a se adapta convenției teatrale propuse de către regizor. Cercetarea implică o paralelă între modul de exprimare specific spectacolelor de teatru clasic, și cele moderne, în care actorul folosește o lavalieră pentru a rosti replicile specifice scenariului dramatic, iar chipul este proiectat pe un ecran, actorul fiind responsabil de modul în care se exprimă prin ochiul unei lentile cinematografice. Totodată, lucrarea cercetează rolul actorului în cadrul unei echipe creatoare, acesta din urmă având mai multe responsabilități în contextul secolului XXI, contribuind activ la mesajul pe care spectacolul îl poartă, dincolo de înțelesurile primare ale scenariului dramatic, oferind o perspectivă mai largă asupra produsului artistic, rolul său fiind unul de legătură între public, text și regizor.

Modalitatea specifică prin care actorul se pune în slujba rolului, este în strânsă legătură cu antrenamentul specific pe care acesta îl realizează de-a lungul pregătirii sale din cadrul facultății, dar și după încheierea studiilor, fiind foarte important ca acesta să păstreze o disciplină a muncii, bazată în egală măsură pe rigoare, dar și libertate creatoare, lucrarea oferind o hartă utilă în ceea ce privește antrenamentul specific, reprezentând un instrumentar de lucru, atât pentru studenții din ultimul an de studiu al artei actorului, dar și pentru actorii profesioniști.

Lucrarea este structurată în trei capitole, fiecare dintre acestea fiind împărțite la rândul lor în câte două subcapitole. Primul capitol analizează importanța antrenamentului specific artei actorului, punând accentul pe mecanismele interioare de asumare a rolului, oferindu-i actorului o structură clară prin care poate pune bazele procesului de fixare a unui traseu interior. Pentru a putea da naștere unei creații organice, dar care să mențină o traiectorie clară, care să inspire coerență și credibilitate, actorul trebuie să pună bazele unui proces autentic de asumare a problemelor specifice rolului, pentru ca mai apoi să poată să refacă un parcurs, fără a aluneca în demonstrativ, executând niște gesturi artificiale. Arta spectacolului de teatru nu-i impune actorului doar o tehnică vocală sau o capacitate de a se exprima corporal în spațiul de joc, ci îl solicită pe acesta din punct de vedere intelectual și afectiv, împingându-l pe acesta spre o formă de expresie care să aibă la bază o înțelegere profundă a textului și a naturii umane, pentru a putea construi un parcurs organic. Primul subcapitol intitulat "*Cercetarea mecanismelor specifice de înțelegere a situației dramatice*" îi oferă actorului instrumentele necesare pentru a opera în prima parte a unui proiect de teatru, ce are în cuprinsul său o direcție clară spre o înțelegere rațională a scenariului dramatic. Este foarte important pentru un actor, ca înainte de a se avânta spre un exercițiu de asumare totală a problematicii unui text, să înțeleagă foarte clar contextul în care se desfășoară acțiunea, care sunt relațiile dintre personaje, și felul în care un actor ar trebui să se raporteze la studiul său. Am început primul subcapitol cu o descriere a modului în care acesta ar trebui să înceapă construcția unui parcurs specific, și am subliniat importanța raportării juste la situațiile dramatice, abordând textele din punctul său de vedere, punându-se pe sine pe primul loc, în detrimentul unui personaj dintr-o operă dramatică. E important ca actorii să înțeleagă faptul că înainte de a fi interpreți, sunt indivizi într-o societate, iar atâta timp cât nu vor înțelege care este rostul lor în această construcție, nu vor înțelege pe deplin care este scopul principal al artei, și vor încerca să redea niște povești, însă fără a propune o supratemă creației lor.

Subcapitolul intitulat "*Lectură la masă*", propune actorilor o abordare modernă asupra primei etape a construcției unui spectacol de teatru, punând un accent deosebit asupra importanței dezbaterilor pe care actorii le pot avea împreună cu regizorii, masa prezentă în această etapă de lucru, reprezentând mai mult decât un obiect de mobilier, fiind un element de legătură între multiplele personalități ale actorilor, reușind să-i aducă pe aceștia să colaboreze eficient, pentru a contribui activ la procesul de construcție a spectacolului. Lecturile reprezintă mai mult decât un timp pe care echipa creatoare îl alocă pentru a înțelege povestea piesei de teatru, aceștia fiind responsabili de găsirea unor sensuri suplimentare

scenariului, și totodată o șansă pentru a căuta diferite nuanțe și intenții specifice parcursului interior al actorului, spațiul de repetiție căpătând un aspect de laborator de cercetare². Pe parcursul acestei etape extrem de importante, atât pentru creația actorului, dar și pentru întreg spectacolul, echipa va experimenta diferite nuanțe, propuneri regizorale și motivații interioare specifice rolurilor actorilor, construind astfel un climat de lucru propice.

Sensurile pe care un actor le poate găsi pe parcursul citirii sunt nenumărate, fiecare replică putând căpăta diferite nuanțe în funcție de contextul care se creează la sala de repetiții. "La teatru, actorii se mulțumesc cu o lectură atonă. Sensul este în suspensie căci fiecare frază poate să aibă mai multe sensuri și crearea personajului, evoluția acțiunii se vor face lent, progresiv, sub conducerea regizorului, în relație reciprocă cu partenerii, în funcție de spațiul scenic și de aprofundarea jocului. Ar fi, deci, imprudent să anticipeze"³. E important de menționat necesitatea neutralității în ceea ce privește părerile pe care un actor, inevitabil, o să le formeze în legătură cu opera pe care urmează să o studieze. Fiecare interpret vine cu propriul bagaj, atât informal, cât și afectiv, în ceea ce privește mesajul oferit de piesa de teatru, și mai ales de către personajul pe care acesta urmează să-l interpreteze. Mulți actori s-au întâlnit de mai multe ori cu o piesă pe care urmează să o pună în scenă regizorul. Fie că a studiat-o în facultate, sau a primit un alt rol în cadrul unui alt spectacol, acesta este pus în fața refacerii procesului de descoperire a universului propus de dramaturg. E foarte important pentru actor să reușească să pornească tot timpul de la punctul zero atunci când începe să lucreze la un spectacol de teatru, și să descopere personajul pe care urmează să-l interpreteze, ca și cum ar fi pentru prima oară.

Pentru a putea construi un parcurs împreună cu ceilalți, actorul are nevoie să rămână tot timpul în contact cu partenerii și cu mediul înconjurător, renunțând la orgoliul său creator, punând accentul pe capacitatea de ascultare a celorlalți. Piesele bune de teatru sunt bogate în înțelesuri și mesaje profunde, pe care actorul trebuie să fie disponibil să le primească și să le dezbată alături de ceilalți, construind în acest fel o structură care să cuprindă toate aceste lucruri. Obiectivul acesta îl conduce pe actor către un parcurs prin prisma căruia să fie capabil să-i asculte pe ceilalți pentru a putea asimila toate informațiile necesare. Calitatea ascultării partenerului, reprezintă principalul punct de sprijin pentru un actor, în ceea ce privește modificările interioare pe care acesta le poate avea pe parcursul unui rol, și nu ceea ce poate

² Cf. Ion Cojar, *O poetică a artei actorului*, Paleida, București, 1998

³ Odette Aslan, "A repeta. To rehearse. Ensayar. Proben", în George Banu (coord.), *Repetițiile și teatrul reînoit - secolul regiei*, ed. Nemira, București, 2009, pg.17

face actorul în scenă, fără să țină cont de ceilalți. Subcapitolul "*Ascultă-ți partenerul*", îndeamnă actorul către o acțiune, care la prima vedere nu pare activă, însă este mult mai profitabilă pentru acesta, în locul acțiunilor fizice și verbale pline de emfază, pe care actorul le face uneori pentru a ieși în evidență.

Traseul psihologic pe care actorul îl are ca țintă în parcursul său, trebuie să țină cont de tema piesei pe care regizorul o pune în scenă, de conceptul regizoral al acestuia, și de contextul în care se desfășoară acțiunea scenariului. Pentru a putea reda acțiunile specifice rolului, actorul trebuie, în primul rând, să înțeleagă care este mesajul piesei, căci acesta nu poate să imite niște stări ale personajului, iar acest lucru să fie de ajuns pentru a construi un parcurs psihologic. Actorul trebuie să înțeleagă ce motivații interioare se ascund în spatele cuvintelor pe care trebuie să le rostească pe scenă, și totodată care este semnificația textului dramatic. Dacă acest proces nu are loc, actorul riscă să învețe niște cuvinte pe care nu le înțelege, utilizându-și timbrul și inflexiunile vocii, pentru a mima înțelesuri. În al doilea rând, actorul trebuie să creeze în perfect acord cu ceea ce își propune regizorul, încercând să înțeleagă conceptul regizoral pe care acesta îl propune, pentru a nu se situa în afara traseului impus de acesta.

Capacitatea de ascultare activă a partenerului de scenă, devine poate cel mai important instrument pe care actorul îl poate folosi pentru a împinge actul artistic înspre adevăr. De cele mai multe ori actorul este preocupat de cum sună replica lui, nu își ia timp real pentru a-l asculta pe celălalt, se gândește de dinainte cum va suna replica lui, chiar dacă nici măcar nu a auzit-o pe cea a partenerului său. Ascultarea aduce cu sine o liniște și o încredere pentru actor, dacă este disponibil să uite puțin de el, și să se concentreze pe ce are celălalt de făcut. Ascultarea reprezintă un foarte bun instrument prin care actorul poate accesa potențialul de vulnerabilitate, așa cum descria Ion Cojar capacitatea actorului de se lăsa modificat de situația dramatică din text. Sintagma "*adevărul meu e în celălalt*", stă la baza temeliei facultății de teatru din București, și reprezintă principiul după care foarte mulți actori lucrează și descoperă această meserie⁴. Încrederea în partenerul de scenă, ca principal factor declanșator al emoției, va conduce spre o reușită a actului artistic. Actorul trebuie să aibă încrederea și liniștea necesară că uneori nu ține de el. Pur și simplu, nu este el cel care trebuie să dicteze tot timpul cum se desfășoară lucrurile.

⁴ Cf. note de curs de la disciplina Arta Actorului, promoția 2013, clasa Prof.Univ.Dr. Mircea Gheorghiu

Traseul trebuie să se adapteze fragmentelor specifice scenariului dramatic, dar și celor pe care regizorul alege să le construiască, determinând modificări interioare, atât prin intermediul acțiunilor organice, clădite pe seama spontaneității, dar și a structurii, care nu se supune legii hazardului, ci respectă o formă logică și coerentă. Pe parcursul primei etape de lucru la un spectacol de teatru, actorul trebuie să își dea timp să experimenteze, plecând de la interior către exterior, însă la un moment dat va deveni necesar să structureze ceea ce a găsit pe parcursul repetițiilor, și să supună unei forme impuse de scenariul dramatic, dar și de viziunea regizorală. Actorul nu se poate arunca în gol, să facă doar ceea ce simte, fără a ține cont de nicio structură, căci altfel spectacolele de teatru nu ar respecta nicio formă, devenind foarte greu pentru ceilalți parteneri care respectă o formă să se raporteze la mediu, iar echipa tehnică nu și-ar mai găsi rostul, căci nu va avea cui să adreseze creațiile lor vizuale și sonore.

Al doilea subcapitol al tezei, "*principiile asumării situației dramatice*" propune o metodă de lucru, atât pentru studenții din ultimul an de studiu, dar și pentru actorii profesioniști, în ceea ce privește asumarea specifică parcursului dramatic al rolului, prin îmbinarea unor mecanisme specifice artei actorului, care să-l ajute pe acesta să parcurgă traseul psihologic, prin menținerea unui echilibru între rațiune și simțire, spontaneitate și structură. Capacitatea actorului de a se modifica la stimulii pe care îi primește, atât de la partener, cât și de la mediu, reprezintă potențialul acestuia în ceea ce privește sensul organic al personalității sale creatoare, această particularitate fiind rară între actori, iar antrenamentul specific nu poate contribui foarte tare la acest aspect. Actorii se nasc cu anumite calități ce îi fac mai potriviți pentru a fi parte din echipa de creație a unui spectacol. Actorul poate contribui, prin muncă și profesionalism, la capacitatea de a procesa corect informațiile pe care le primește de la partener și de la mediu. fără a grăbi parcursul.

În ceea ce privește declanșarea emoțiilor specifice unui proces de asumare a unei situații dramatice, actorul trebuie să găsească echilibrul între asumare totală și distanțare. În subcapitolul intitulat "*vulnerabilitate și disponibilitate emoțională în secolul al XXI-lea*", dezbat importanța proceselor psihice și analizez modul în care actorul reușește să acceseze emoțiile specifice unei creații artistice, și măsura cu care trebuie să acționeze, în așa fel încât să nu se depărteze prea tare de capacitatea de a analiza contextul situației dramatice, dincolo de sentimente. Actorul trebuie să identifice un echilibru între aceste două aspecte dezbătute pe larg în lucrare, încadrându-se în rigorile creației artistice, reușind să rămână în contact cu partenerii de scenă. Riscul ca acesta să se blocheze în niște șabloane create în interiorul său

este unul ridicat, totodată reprezentând un pericol de epuizare psihică, dacă actorul nu va reuși să facă diferența între convenție și realitate. E foarte important ca interpretul să nu se agațe de niște sentimente pe care le poate genera pe parcursul exercițiului de asumare a unui situații dramatice, concentrându-și atenția pe acțiunile pe care le poate genera asupra partenerului și a mediului. Emoția trebuie să se nască în urma unui proces prin care actorul încearcă să-l modifice pe celălalt, și nu pe sine. Dezbateră despre emoții este una care se naște, și creează cadrul general al acestui subcapitol, încercând să ofere totodată actorului instrumentele necesare prin care să declanșeze un sentiment, însă fără a se concentra pe acest aspect, căci altfel rezultatul va fi unul melodramatic.

Mecanismele specifice gândirii nu pot funcționa fără cele fizice. Legătura dintre minte și corp reprezintă va pune bazele unei colaborări care să vină în beneficiul actorului. Exercițiile fizice vor genera la rândul lor schimbări afective. Uneori, drumul către adevăr poate lua naștere de la exterior către interior. Atunci când apar blocajele în cadrul procesului de asumare al unui personaj, când vulnerabilitatea actorului nu este stimulată în niciun fel, acțiunile fizice pot genera afectul necesar pe care acesta îl caută. Mecanismele logice specifice pe care I. Cojar le pune în context au nevoie de timp pentru ca efectul să fie cel dorit de către actori. Timpul necesar de care aceștia dispun în cadrul pregătirii unui spectacol de teatru poate varia. Acțiunile fizice vin în completarea celor psihice, nu pot funcționa unele fără celelalte. Personajul trebuie să se exprime și prin intermediul acestora pentru a crea un cadru autentic. “Pentru Adler, actoria consta în acțiuni. Acțiunile, spunea ea, stârnesc emoții atât la actor, cât și la public. Dacă actorul înțelege natura acțiunilor pe care le realizează, el ajută publicul să își înțeleagă mai profund propriul comportament”⁵.

Actorul are nevoie să reușească să facă deosebirea dintre un proces mult prea angajat, din punct de vedere emoțional, și unul detașat, în care actorul doar încearcă să execute niște mișcări artificiale, fără a construi un parcurs organic, care să includă rigoare și emoție. În cadrul acestui subcapitol, fac o paralelă între metoda pe care Jerzy Grotowski o propune în ceea ce privește modalitatea de expresie a actorului, acesta mizând pe capacitatea actorului de transcende barierele unei comunicări uzuale, împingând actorul spre o redescoperire a sa, prin conducerea unui exercițiu alături de spectator, pe care trebuie să-l invite de asemenea către un proces de reflecție⁶, și metoda de lucru promovată de către Uta Hagen, care invită

⁵ Stella Adler, *The art of acting*, Applause Books, 2000, pg. 218

⁶ Cf. Jerzy Grotowski, *Teatru și ritual, Scrieri esențiale*, ed. Nemira, București, 2014

actorul să acționeze cât mai simplu asupra partenerului, acesta fiind obiectivul său principal. De multe ori, actorul se concentrează pe cum arată mesajul pe care dorește să-l transmită, fără a se gândi la scopul pentru care acționează în spațiul de joc.

Prin intermediul spontaneității, actorul se poate raporta mult mai real la stimulii pe care îi primește pe parcursul exercițiului dramatic, căci va permite desfășurarea potențialului organic, actorul fiind preocupat de stimulii exteriori. Este foarte important ca acesta să se concentreze pe ceea ce poate primi din afară, în ceea ce privește stimulii care îi vor permite să modifice situația în care se află pe parcursul exercițiului dramatic. În acest capitol am expus o serie de exerciții pe care, atât studentul din ciclul de licență a facultății de teatru le poate realiza, dar și actorii care se pun în slujba unui scenariu dramatic. Cu ajutorul regizorului, actorii pot realiza o serie de exerciții, plecând de la situația propusă de autor, pentru a descoperi acțiuni posibile și necesare. Capacitatea de improvizație și spontaneitate a actorului, este foarte importantă pentru acesta, ajutându-l să nu se blocheze în niște idei preconcepute legate de text și situație, îngăduindu-și să ia contact cu partenerii și cu mediul, într-un raport cât se poate de real. Textul dramatic, include o serie de rigori pe care actorul trebuie să le respecte, iar pentru a se putea desprinde de aceste structuri fixe, acesta are nevoie să experimenteze diferite situații, pentru a putea găsi un echilibru între formă și libertate creatoare. Atunci când este spontan, actorul dezvoltă o preocupare reală legată de ceea ce se întâmplă în jurul său, exercițiile specifice inițierii unui traseu liber, reprezentând o modalitate de lucru foarte eficientă pentru echipa creatoare a unui spectacol, punând adevărul și autenticitatea pe primul plan, în detrimentul unui schelet care inspiră multă răceală.

Cel de-al doilea capitol al tezei, intitulat "*instrumente necesare fixării parcursului actoricesc*" dezbate importanța fixării unui traseu exterior specific construirii unui rol, și oferă actorului instrumentele necesare pentru a reuși să construiască un parcurs logic și coerent, însă care să pună totodată bazele unei structuri care să garanteze faptul că interpretul are capacitatea de a respecta ceea ce impune textul și regizorul prin viziunea sa asupra creației artistice. Parcursul specific artei actorului, stabilește de la început anumite limite de care actorul trebuie să țină cont în creația sa, piesa de teatru reprezentând o viziune specifică a unui autor dramatic asupra unui subiect. Actorul are nevoie să se încadreze în limitele acestei structuri, și prin intermediul spontaneității, să fie capabil să fixeze un parcurs logic și coerent, căci fără acest aspect, interpretarea sa ar căpăta o formă care nu va inspira încredere, fiind guvernată de haos și inconsistență. În primul subcapitol cercetez modul în care actorul trebuie să se poziționeze în spațiu, ținând cont atât de indicațiile regizorale, dar și de ceea ce

îi dictează intuiția sa. Subcapitolul intitulat "*poziționare în spațiu*", oferă actorului o perspectivă asupra modului în care va fi condus de regizor, în funcție de regimul pe care acesta îl impune, având posibilitatea de a fi mai permisiv, sau dimpotrivă, unul care să îi limiteze actorului libertatea de a propune anumite trasee.

În funcție de viziunea regizorală, actorul se poate exprima mai mult sau mai puțin liber în parcursul său, acest subcapitol oferindu-i actorului instrumentele necesare de care va avea nevoie pentru a se putea adapta în limitele unei rigori impuse de către coordonatorul spectacolului. Totodată, realizez o paralelă între modul de lucru al lui Declan Donellan, care reușește să-i ofere încredere actorului, ajutându-l pe acesta să înțeleagă faptul că spațiul de joc trebuie să reprezinte un aliat pentru acesta, și nu un inamic, și modul autoritar pe care Robert Wilson sau Romeo Castellucci îl impun creației actorului, poziționându-l pe acesta în spațiu, în funcție de nevoile schemei pe care aceștia o fixează, și nu în acord cu ceea ce simte sau intuiește actorul.

În subcapitolul "*fixarea gesturilor*", cercetez modul prin care un actor poate aduce nuanțe noi de fiecare dată, însă în limitele unor acțiuni stabilite anterior. E foarte important ca parcursul actorului să se sprijine pe o structură fixă, căci aceasta din urmă va ajuta actorul să perfecționeze gesturile pe care le găsește ca fiind potrivite pe parcursul repetițiilor. Caracterul de autenticitate a unui gest teatral, se poate păstra printr-o direcționare atentă asupra procesului prin care actorul ajunge să execute o acțiune, însă fără a psihologiza peste măsură procesul. Atunci când actorul este mult prea temător că acțiunea pe care urmează să o realizeze, nu va avea efectul dorit, acesta își va limita opțiunile, nefiind capabil să se raporteze real la spațiu și partener. În acest subcapitol, analizez metoda specifică dezvoltată de Michael Chekhov, prin care îndeamnă actorul să descopere semnificația unui gest, dincolo de înțelesurile primare specifică realismului psihologic, și să caute nuanțe cât mai profunde, care să ducă spre o perfecționare a acțiunii. Pe de altă parte, subcapitolul acesta descrie și o altă modalitate de a realiza un gest, pe baza conceptului dezvoltat de Konstantin Stanislavski, prin care subliniază importanța fixării unui gest, însă care se va naște doar pe baza instinctelor interioare ale actorului.

Antrenamentul specific actorului, este foarte important pentru acesta, pe baza acestuia reușind să câștige coerență în ceea ce privește dezvoltarea aparatului fonator, dar și a expresivității corporale. Un actor care va avea un corp antrenat, va avea mai multă încredere în sine, și se va exprima mult mai liber pe scenă. Gesturile pe care acesta le va propune parcursului organic al unui rol, trebuie să fie coerente, și să se supună unui proces de analiză,

urmând ca actorul să se lase modificat de stimulii pe care îi primește de la ceilalți, fără a muta punctul de concentrare pe procesul de realizare a unei acțiuni scenice.

În viața de zi cu zi, nu ne gândim să ne proiectăm vocea cât mai departe, interlocutorii noștri fiind de multe ori aproape de noi. Actorul are nevoie de un antrenament riguros în ceea ce privește dezvoltarea capacităților vocale și corporale. Acesta trebuie să se asigure că replicile sale ajung până în ultimul rând al sălii de teatru, vocea sa reprezentând totodată reprezentarea sentimentelor sale. Pentru a putea controla modul în care se transmit informațiile specifice scenariului dramatic, actorul are nevoie să fie cât mai stăpân pe vocea sa, atât în ceea ce privește intensitatea, dar și capacitatea de a oferi intenții multiple. În subcapitolul "*Dezvoltarea aptitudinilor verbo-vocale*", cercetez modul în care actorul trebuie să pună accent pe procesul de dezvoltare a vocii, în acord cu rigorile secolului XXI, care îl depărtează pe actor de particularitățile unui antrenament riguros, spectacolul perioadei actuale modificând cerințele tehnice ale interpretului. Prin intermediul aparaturii tehnologice, actorul nu mai este nevoit să se preocupe de volumul vocii sale, fiind amplificat prin intermediul unei lavalieri.

Subcapitolul acesta oferă actorului o perspectivă largă asupra aparatului respirator, prin intermediul studiilor realizate de James Nestor, dar și prin analiza metodei propuse de Jerzy Grotowski, care subliniază importanța dezvoltării aparatului vocal al actorului prin intermediul exercițiilor specifice, pentru a-l ajuta pe acesta să depășească granițele unei comunicări firești, de zi cu zi. Pentru a putea atinge cotele înalte ale angajamentului emoțional, pe care Grotowski le cere actorului, acesta are nevoie de un antrenament intens al vocii și corpului, pentru a putea duce la bun sfârșit obiectivul.

A doua parte a capitolului doi, dezbate importanța creativității pentru dezvoltarea unui parcurs psihologic autentic, oferind totodată actorului o perspectivă clară asupra felului în care actorul trebuie să își construiască parcursul în scenă, punând accentul pe declanșarea emoțiilor specifice prin intermediul acțiunii scenice. În subcapitolul "*actorul creativ*", propun o abordare interdisciplinară asupra rolului creativității în arta actorului, atât prin studiile de specialitate ale lui Mihaly Csikszentmihalyi, dar și din perspectiva regizorului și dramaturgului David Mamet, oferind actorului o hartă a proceselor creative, și modul în care acesta le poate integra pe parcursul construirii unui rol. Rolul regizorului de teatru este foarte important în cadrul acestui proces creativ la care actorul se angajează, acesta fiind responsabil de modul în care interpretul va găsi soluții pentru spectacolul la care aceștia colaborează. În cadrul acestei dezbateri, fac o paralelă între teatrul documentar și cel clasic,

și modalitatea de lucru specifică prin care actorul este invitat să contribuie la realizarea formei.

Este foarte important ca actorul să nu se rezume la simpla interpretare a unui text dramatic, ci să caute să se implice cât mai mult în procesul de ridicare a spectacolului, aducându-și aportul cât de mult posibil, reușind să contribuie activ, atât la propriul parcurs psihologic, cât și la fixarea conceptului regizoral. Arta spectacolului de teatru este o artă care există doar în relație cu publicul, iar rolul actorului în cadrul acestui proces, este unul extrem de important, acesta din urmă fiind reprezentantul de seamă al mesajului specific scenariului dramatic, dar și al viziunii regizorale. Fără colaborarea activă a acestuia, comunicarea cu publicul nu se va putea realiza, spectacolul blocându-se într-o formă artistică fără viață, ce nu va putea să inspire și să adune spectatorii într-o idee comună.

Rolul emoției în cadrul procesului specific de asumare a unei situații dramatice, este unul fundamentat pe rațiuni psihice care pot bloca actorul, dacă acesta nu cunoaște pricinile ce stau la baza generării emoțiilor. Subcapitolul "*gând și emoție*", descrie modalitatea specifică prin care actorul poate accesa un bagaj sentimental care să-l ajute în procesul de construire a unui rol, însă fără a se pierde în tainele mijloacelor specifice emoției. Studiile lui David Goleman pe care le fac accesibile actorului în acest subcapitol, au rolul de a-i clarifica acestuia parcursul psihologic, punând accentul pe acțiunile specifice scenariului dramatic. În viața de zi cu zi, nu suntem capabili să controlăm pe deplin deciziile pe care le luăm, multe dintre ele având nucleul în coordonatele creierului emoțional⁷. Actorul are nevoie să știe că poate controla tot ceea ce ține de aparatul specific procesualității, acceptând cu greu faptul că nu poate fi stăpân pe absolut tot ceea ce își propune, multe dintre modificările caracteristice parcursului în scenă, fiind generate de partener și mediul înconjurător. Această metodă de lucru, prin care actorul este degrevat de multe dintre responsabilitățile, pe care singur și le asumă, este una care îl poate ajuta pe acesta să se concentreze pe aspecte mult mai importante, cum ar fi partenerii săi din scenă.

Conform teoriei care stă la baza diferitelor concepte psihologice, creierul uman este împărțit în două mari categorii, și anume unul primitiv, și altul care gândește, cunoscut și sub numele de neocortex. Pe parcursul evoluției, creierul ce se ocupă de gândire a crescut și s-a dezvoltat, punând astfel bazele gândirii moderne. Totuși, faptul că multă vreme am acționat în mare parte prin filtrul creierului emoțional, a lăsat amprente asupra noastră, făcându-ne

⁷ Cf. David Goleman, *Inteligența emoțională*, ed. Curtea Veche, București, 2018

dependenți de emoție, întreaga noastră viață sprijinindu-se pe controlul, mai mult sau mai puțin fragil, al echilibrului dintre rațiune și simțire. Nu de puține ori se întâmplă ca în viață să ne lăsăm pradă emoțiilor, sau să refuzăm să ne detașăm de gândirea rece și indiferentă. Actorul trebuie să lupte de fiecare dată cu acest schimb de putere care se transferă de la o parte rațională către una afectivă. Detașarea de rol și identificarea parametrilor specifici pe care să-i utilizeze în scenă, reprezintă principala preocupare a actorului pe parcursul existenței sale. Procesele psihice prezente în mintea omului, în contact cu diferite evenimente din viața acestuia, sunt multiple și pline de nuanțe. Partea emoțională a creierului, definită sub denumirea de nucleu amigdalian, este responsabilă cu reglarea emoțiilor pe care le trăim, iar proasta comunicare a acestei zone cu cea rațională, dominată de cortexul prefrontal, va genera anumite blocaje și dereglaje în ceea ce privește gestionarea emoțiilor.

Creierul primitiv, cunoscut și sub numele de reptilian, a jucat un rol foarte important în preistorie, în ceea ce privește supraviețuirea speciei noastre. Principala responsabilitate a acestuia este să ia decizii de ultim moment, fără să țină cont de celelalte zone din creier. Acesta face conexiunile mult mai rapid în cazul unui eveniment tragic, luând decizii ce țin de instinctul de supraviețuire, transferul de informație către lobii prefrontali fiind mai sărac. Acest lucru poate duce la salvarea propriei vieți, dacă suntem nevoiți să fugim de un eventual pericol. Mușchii cei mari din corpul nostru primesc mai mult sânge, pregătiți să lupte sau să fugă. Din nefericire, acest transfer de informații poate să identifice greșit pericolul, exagerând, în felul acesta producându-se un blocaj. "Blocajul apare într-o clipă, declanșând o reacție dramatică înainte ca neocortexul, creierul care gândește, să aibă vreo șansă să analizeze complet într-o fracțiune de secundă ce se întâmplă și să hotărască ce e de făcut. Trăsătura principală a acestui blocaj este că odată cu trecerea momentului respectiv, cei astfel posedați nu-și mai dau seama ce li s-a întâmplat"⁸.

Poate una dintre cele mai importante calități ale actorului secolului XXI, este cea legată de capacitatea de adaptare. În contextul artei spectacolului modern, actorul este nevoit să integreze în parcursul său un limbaj teatral care își găsește un partener în mijloacele tehnologice, împrumutând din specificul artei cinematografice, și aplicând în structura teatrală. Societatea este tot timpul în mișcare, iar interpretul trebuie să fie tot timpul informat cu privire la schimbările care se petrec în viața de zi cu zi, atât din punct de vedere social, politic și economic.

⁸ Ibidem pg.50

Subcapitolul "*adaptabilitate*", conduce actorul către principalele puncte de sprijin în ceea ce privește adaptarea la noile mecanisme de gândire pe care acesta trebuie să le însușească. În viața de zi cu zi, nu ne gândim la ceea ce vrem să transmitem într-o conversație, pur și simplu ne lăsăm liberi, și comunicăm eficient cu cel din fața noastră. Studentul actor, are tendința de a analiza peste măsură procesul pe care trebuie să-l realizeze în cadrul unui exercițiu, acest lucru conducând către o lentoare specifică studenților din primii ani de studiu. Subcapitolul oferă acestora o perspectivă clară asupra necesității adaptării la rigorile procesului creativ, punând accentul pe libertatea creatoare, și pe reacțiile spontane pe care aceștia trebuie să le cultive. Actorul are nevoie să se adapteze unui mod de gândire specific artei actorului, care îl constrânge pe acesta în ceea ce privește modul de raportare la evenimentele din viața de zi cu zi, acesta având nevoie să nu judece, ci să integreze senzațiile pe care le primește în procesul de construire a unui rol.

Capacitatea de adaptare a actorului în scenă, este foarte importantă pentru acesta, deoarece arta spectacolului de teatru, nu lucrează cu date exacte, și nu se supune unor reguli clare, care nu pot fi încălcate sub nicio formă. Actorul are nevoie să se adapteze constant la stimulii exteriori, să se raporteze cât mai viu la spațiu și la parteneri. Schimbul de replici dintre aceștia trebuie să fie unul organic, să permită schimbări atunci când lucrurile nu se întâmplă așa cum și-au propus aceștia, iar acest efect poate avea loc din varii motive, însă niciunul nu este de condamnat pentru actor. Chiar dacă, din punct de vedere fizic, suntem aceiași zi de zi, trăirile noastre se modifică frecvent, și asta datorită faptului că nu putem controla în totalitate ceea ce simțim. Putem să reprimăm anumite sentimente, însă chiar și pe acestea, le vom înlocui cu altele. Actorul are nevoie să se adapteze la partenerul său, care nu este același seară de seară, chiar dacă din punct de vedere anatomic, nu s-a schimbat cu nimic. Structura spectacolului de teatru trebuie să rămână aceeași, actorul nu poate modifica scenariul dramatic fără acordul regizorului, însă ceea ce se întâmplă între parteneri, schimbul de replici, nu poate să nu sufere modificări.

Ultimul capitol al lucrării mele, conține o parte teoretică în care analizez modalitatea de lucru specifică unor mari regizori de imagine, și felul în care aceștia integrează mai mult sau mai puțin creativitatea actorului în procesul de construire a unui rol, și o parte în care analizez etapele de lucru ale regizorului Eugen Jebeleanu, din postura de observator a unui proiect de teatru pe care acesta l-a pus în scenă. Dimensiunea, atât practică, cât și teoretică, a acestui capitol, oferă actorului o perspectivă importantă asupra colaborării dintre regizor și actor, și a modului de lucru care îl ajută pe interpret să fixeze un parcurs scenic, pe care mai

apoi să fie capabil să-l refacă, respectând principiile dezvoltării organice, dar și structura pe care regizorul o impune. Este foarte important pentru actor, ca procesul prin care ajunge să redea un parcurs autentic al unui rol, să nu facă abstracție de întreg, încercând să pună la dispoziția regizorului și a spectacolului din care face parte, toate mijloacele de care acesta dispune, în ceea ce privește fixarea unui parcurs.

Subcapitolele care analizează metoda de lucru impusă de către Romeo Castellucci și Robert Wilson, se concentrează pe rigoarea pe care acești mari regizori o impun actorului, în ceea ce privește modalitatea de exprimare, și libertatea de a propune diferite intenții sau acțiuni. Spectacolele care au marcat cariera celor doi mari regizori, limitează creativitatea actorului, încadrând creația actorului în cadrul unor limite clare, oferindu-le acestora o schemă clară în ceea ce privește deplasarea prin spațiul de joc, și fixarea gesturilor. Imaginile regizorale pe care aceștia reușesc să le genereze în cadrul montărilor, explorează abordări plastice inedite, fiind foarte important felul în care actorul pune în context limbajul fizic, acesta din urmă având un bogat conținut metaforic. Cercetarea analizează conflictul care se naște între indicația regizorală și libertatea creatoare a actorului, și oferă acestuia din urmă instrumente necesare colaborării cu cel care trebuie să coordoneze proiectul artistic sub egida conceptului regizoral autoritar.

Al doilea subcapitol este construit în jurul observațiilor pe care le-am notat în timpul repetițiilor proiectului coordonat de către Eugen Jebeleanu, și oferă un cadru larg asupra procesului de derulare a unei montări moderne, ce implică mijloace tehnologice de ultimă generație, și care totodată integrează cu succes actorul în cadrul acestei structuri, oferindu-i acestuia șansa de a crea, fără a limita în niciun fel manifestarea organică a actorului. Cercetarea oferă actorului o metodă clară prin care poate îmbina libertatea creatoare cu rigorile pe care un spectacol ce conține un bogat limbaj tehnologic le impune, punând bazele unei structuri prin care acesta să își concentreze mijloacele, pe baza improvizației și a spontaneității. Prin documentarea procesului de repetiții, am cercetat modul în care un actor începe lucrul la rol, împărțind procesul în trei etape de lucru. Prima se referă la etapa de cercetare prin intermediul căreia actorul descoperă contextul scenariului dramatic, și se pune la punct cu viziunea regizorală, experimentând diferite exerciții și ateliere, pentru a identifica nuanțele cele mai potrivite pentru creație, a doua etapă se concentrează în jurul procesului de fixare a parcursului psihologic și al acțiunilor posibile, iar ultima parte cercetează capacitatea actorului de a reface întreg procesul.

Obiectivele acestei cercetări sunt multiple, oferind actorului un cadru larg asupra procesului de refacere a procesului scenic, utilizând cercetarea disponibilă din domeniul artei teatrale, în perfect acord cu studiul practic, pentru a ghida actorul în ceea ce privește structurarea informațiilor specifice artei actorului, și identificarea antrenamentului necesar îndeplinirii obiectivelor, menținând tot timpul o deschidere către universul tehnologic care se conturează a fi absolut necesar în cadrul montărilor actuale din peisajul teatral. Actorul are nevoie să cunoască foarte bine care sunt mecanismele pe care le poate utiliza în ceea ce privește fixarea unui parcurs specific artei spectacolului de teatru, și totodată să fie capabil să se adapteze constant noilor schimbări care pot apărea în structura creației artistice, navigând tot timpul între rigorile spectacolului secolului XXI, și nevoile interioare de asumare a parcursului psihologic specific artei actorului.

BIBLIOGRAFIE

1. Adler, S., *The art of acting*, Applause Books, 2000
2. Artaud, A., *Teatrul și dublul său*, ed. Tracus Arte, București, 2018
3. Barrett, F.L., *Cum iau naștere emoțiile, viața secretă a creierului*, ed. Asociației de Științe Cognitive din România, Cluj-Napoca, 2017
4. Barba, E., Savarese, N., *A dictionary of theatre anthropology*, ed. Routledge, Londra, 2011
5. Barba, E., *Casa în flăcări, despre regie și dramaturgie*, ed. Nemira, București, 2013
6. Barba, E., *O canoe de hârtie, tratat de antropologie teatrală*, ed. Unitext, București, 2002
7. Barnett, D., *A history of the Berliner Ensemble*, ed. Cambridge University Press, Londra, 2015
8. Banu, G., *Reformele teatrului în secolul reînnoirii*, ed. Nemira, București, 2011
9. Banu, G., *Repetițiile și teatrul reînnoit, secolul regiei*, ed. Nemira, București, 2009
10. Banu, G., *Scena modernă, mitologii și miniaturi*, ed. Nemira, București, 2014
11. Banu, G., *Shakespeare, lumea-i un teatru*, ed. Nemira, București, 2010
12. Barclay, K., Stearns, P., *The routledge history of emotions in the modern world*, Routledge, 2023
13. Barnett, D., *A history of the Berliner Ensemble*, Cambridge University Press, 2015
14. Bartow, A., *Training of the American Actor*, Theatre Communications Group, 2006
15. Benedetti, J., *The art of the actor: The essential history of acting from classical times to the present day*, Routledge, 2007
16. Berger, J., *Contagios, cum se răspândesc ideile*, ed. Publica, București, 2015
17. Berlogea, I., *Istoria teatrului univerversal, vol. I*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1981
18. Berlogea, I., *Istoria teatrului universal, vol. II*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1981
19. Blair, R., *The actor, image, and action, Acting and cognitive neuroscience*, Routledge, 2008
20. Boal, A., *Teatrul oprimaților și alte poetici poetice*, ed. Nemira, București, 2017
21. Boal, A., *Legislative theatre, using performance to make politics*, Routledge, 2005
22. Boden, M., *The creative mind, myths and mechanism, second edition*, Routledge, 2004
23. Braun, E., *Meyerhold on theatre, fourth edition*, ed. Bloomsbury, New York, 2016
24. Brecht, B., *Dialectică și înstrăinare, scrieri despre teatru*, ed. Tact, 2024
25. Brestoff, R., *The great acting teachers and their methods*, ed. Smith and Kraus Brooks, New York, 1995
26. Brook, P., *Fără secrete, gânduri despre actorie și teatru*, ed. Nemira, București, 2012
27. Brook, P., *Spațiul gol*, ed. Nemira, București, 2023
28. Brook, P., *Punct și de la capăt, patruzeci de ani de explorări în teatru, film, operă*, ed. Nemira, București, 2018

29. Brown, E., Pitches, J., *Meyerhold on Theatre: fourth edition*, Methuen Drama, 2016
30. Bruder, M., *A practical handbook for the actor*, Vintage Books, 1986
31. Carliff, S., Granville, J., *The casting handbook*, Routledge, Londra, 2013
32. Castellucci, R., Castellucci, C., Guidi, C., Kelleher, J., Ridout, N., *Teatrul Companiei Societas Raffaello Sanzio*, Colecția Scena.ro și Teatrul Național Timișoara, ed. Timișoara
33. Chekhov, M., *On the technique of acting*, Harper, 1991
34. Craig, E., G., *Despre arta teatrului*, ed. Cheiron, București, 2012
35. Csikszentmihalyi, M., *Creativitate. Rolul Fluxului în psihologia descoperirii și a inventării*, ed. Curtea Veche, București, 2023,
36. Cojar, I., *O poetică a artei actorului*, Paleida, București, 1998
37. Darie, B., *Curs de arta actorului, Improvizația*, ed. UNATC Press, București, 2015
38. Delgado, M., Rebellato, D., *Contemporary european theatre directors*, ed. Routledge, New York, 2010
39. DeGraff, J., DeGraff, S., *The Creative Mindset*, Berrett-Koehler Publishers, 2020
40. Dervin, F., *Interculturality in Education*, 2016, Palgrave Macmillan UK, 2016
41. Diderot, D., *Paradox despre actor, Dialoguri despre fiul natural*, ed. Nemira, București, 2010
42. Donnellan, D., *The actor and the target*, Nick Hern Books, 2005
43. Dries, L.V., De Laet, T., *The great european stage directors, volume 8*, Methuen Drama, Londra, 2019
44. B. Elvin, *Dialogul neîntrerupt al teatrului în secolul XX*, ed. Minerva, București, 1973
45. Fischer, J., *Medicina sentimentelor*, ed. Publica, București, 2021
46. Freud, S., *Introducere în psihanaliză*, ed. Trei, București, 2010
47. Gaddam, T., Wilson, R., *Landscape Images and Post Dramatic Theatre*, ed. GRIN Verlag, Munich, 2020
48. Gardner, H., *Inteligențe multiple*, ed. Curtea Veche, București, 2018
49. Gheorghiu, M., *Actorul și natura umană*, ed. UNATC Press, București, 2017
50. Gladwell, M., *Blink, decizii bune în două secunde*, ed. Publica, București, 2013
51. Gladwell, M., *Excepționalii*, ed. Publica, București, 2009
52. Gladwell, M., *The tipping point*, ed. Publica, București, 2008
53. Goebbels, H., *Aesthetics of absence texts on theatre*, ed. Routledge, New York, 2015
54. Goleman, D., *Inteligența emoțională*, ed. Curtea Veche, București, 2018
55. Grotowski, J., *Teatru și ritual, Scrieri esențiale*, ed. Nemira, București, 2014
56. Gruszczynski, P., *Krzysztof Warlikowski și teatrul ca o rană vie*, ed. Cheiron, București, 2010

57. Hagen, U., *Challenge for the actor*, ed. Scribner, New York, 1991
58. Hagen, U., Haskel, F., *Respect for acting*, ed. Jossey-Bass, 2023
59. Harari, Y., N., *Scurtă istorie a omenirii*, ed. Polirom, București, 2017
60. Harari, Y., N., *21 de lecții pentru secolul al XXI-lea*, ed. Polirom, București, 2018
61. Hawkins, J., *1000 de creieri, o nouă teorie a inteligenței*, ed. Publica, București, 2022
62. Holmberg, A., *The theatre of Robert Wilson*, Cambridge University Press, London, 1996
63. Hooper, R., *Superuman, viața la limitele capacității mentale și fizice*, ed. Publica, București, 2019
64. Iordache T., M., Banu, G., *Arta Teatrului*, ediția a II-a, ed. Nemira, București, 2004
65. Jackson, E., *Adaptability in talent development*, ATD Soft Skills Seiers, 2021
66. Jenkins, R., *Social identity, third edition*, ed. Routledge, New York, 2008
67. Jung, C. G., *Omul și simbolurile sale*, ed. Trei, București, 2017
68. Kahneman, D., *Gândire rapidă, gândire lentă*, ed. Publica, București, 2015
69. Jung, C.G., *Viața simbolică*, Ed. Trei, București, 2014
70. Laban, R., *The mastery of movement, fourth edition*, ed. Dance Books, Hampshire, 2011
71. Lecoq, J., *O pedagogie a creației teatrale*, ed. Artspect, București, 2009
72. Lucaci, L., *Nașterea actorului*, ed. UNATC Press, București, 2017
73. Mamet, D., *Teatrul*, ed. Curtea Veche, București, 2013
74. Maté, G., *Minți împrăștiate*, ed. Curtea Veche, București, 2024
75. Maté, G., *Când corpul spune nu*, ed. Curtea Veche, București, 2023
76. Meisner, S., *On acting*, A Vintage Original, 1987
77. Mitchell, K., *The director's craft, a handbook for the theatre*, Routledge, 2009
78. Mitter, S., *Systems of Rehearsal: Stanislavsky, Brecht, Grotowski and Peter Brook* Routledge, New York, 1992
79. Moreno, J., L., *Scieri fundamentale, despre psihodramă, metoda de grup și spontaneitate*, ed. Trei, București, 2009
80. Morris, E., *Rhythm in acting and performance*, ed. Bloomsbury, New York, 2017
81. Nestor, J., *Respirația, noua știință a unei arte pierdute*, ed. Editura trei, București, 2020
82. Oliszewski, A., Fine, D., Roth, D., *Digital Media, Projection Design, and Technology for Theatre*, Routledge, Londra, 2018
83. Richards, T., *At work with Grotowski on physical acting*, Routledge, 2004
84. Rodenburg, P., *The actor speaks*, Methuen Drama, Second Edition, 2020
85. Rodosthenous, G., *Theatre as Voyeurism*, ed. Palgrave Macmillan, Londra, 2015

86. Romanska, M., *The post-traumatic theatre of Grotowski and Kantor*, ed. Anthem Press, New York, 2012
87. Rudlin, J., *Commedia de'Il Arte, an actor's handbook*, Routledge, 2003
88. Schechner, R., *Performance, introducecere și teorie*, ed. Unitext, București, 2009
89. Sidiropoulou, A., *Directions for directing, theatre and method*, Routledge, 2019
90. Silberman, M., Giles S., Kuhn, W., *Brecht on theatre, third edition*, Bloomsbury, 2017
91. Slowiak, J., Cuesta, J., *Jerzy Grotowski*, Routledge, 2007
92. Spolin, V., *Improvizație pentru teatru*, UNATC PRESS, București, 2008
93. Stanislavski, K., *Munca actorului cu sine însuși, vol. I, ediția a II-a*, ed. Nemira, București, 2021
94. Stanislavski, K., *Munca actorului asupra rolului, etica*, ed. Nemira, București, 2023
95. Strasberg, L., *A dream of passion, the development of the method*, Little, brown and company, 1987
96. Strehler, G., *Scrisori despre teatru*, ed. Nemira, București, 2015
97. Șevțova, M., *Robert Wilson*, ed. Cheiron, București, 2010
98. Toporov, V., *Stanislavski la repetiție*, Ed. Cartea Rusă, 1951
99. Wallace, A., *The attention revolution*, Wisdom publication, 2006
100. Weinstein, A., Qualls, C., *Acting for the Stage*, Routledge, Londra, 2017
101. Zarrilli, B.P., *Psychophysical acting, an intercultural approach after Stanislavski*, Routledge, 2009

Alte resurse:

- Lamm, C., Majdandžić, J., *The role of shared neural activations, mirror neurons, and morality in empathy – A critical comment*, *Neuroscience Research*, Volumul 90, 2015, Pg. 15-24, <https://doi.org/10.1016/j.neures.2014.10.008>
- <https://essentialdrama.com/2017/11/06/grotowskis-reply-to-stanislavski/>, accesat în data de 11.02.2025
- <https://archive.nytimes.com/www.nytimes.com/books/first/b/brook-threads.html>, accesat în data de 22.11.2024