

Teatru

Abordări contemporane în pedagogia teatrală

Aparatul creator al studentului

Conf. univ. dr. Maria Ganeva,
Universitatea „Dunărea de Jos” din Galați
maria.ganeva@ugal.ro

Abstract

Stanislavski's method is recognized as one of the most comprehensive and effective pedagogy of acting. In developing his method, Stanislavski used and adapted knowledge of psychology, a science that has greatly influenced the development of dramatic art in the twentieth century. This article draws attention to frequent mistakes and confusions in the application of the Stanislavskian method in contemporary pedagogy, especially in terms of understanding and mastering the psychotechnics of acting, one of the most important pedagogical tools used by Stanislavski.

Keywords: *Acting, psychotechnics, Stanislavski's method, action, pedagogy,*

”Cea mai puternică frână în dezvoltarea artistică a actorului este graba, folosirea la maximum a puterilor sale încă nepregătite...”

K.S. Stanislavsky

O lege nescrisă spune că la baza artei spectacolului se află „acțiunea”. Știi ce ai de făcut și repeți, ca și cum ai ști deja totul. „Acțiune, acțiune” – solicită sau strigă profesorul și studentul trebuie să se ridice și să execute totul așa cum i se cere. Mie, personal acest lucru îmi provoacă doar un zâmbet sceptic și uneori chiar îmi trezește un protest interior, pentru că știu dinainte ce se va întâmpla după aceea.

Și se va întâmpla următoarea situație: prin „acțiune” studentul subînțelege doar sensul propriu al textului, al rolului din fragmentul dramatic propus. Își creează mental un „scop” aproximativ, după care insistă chinuitor să-l facă pe partener să-și însușească textul respectiv, în această „direcție”. Asta, mai mult ca sigur, va duce la un dezastru și un fiasco total, deoarece astfel studentul nu realizează nimic (chiar dacă instinctual va înțelege ce trebuie să facă, dacă este talentat), pentru că acțiunea lui în scenă reprezintă un drum închis, o ușă

ferecată, prin care nefericitul încearcă să intre, fără succes. Iar profesorul zbiară isteric: „acțiune”, „acțiune” și chiar se înfurie pentru nereușitele studentului. Studentul se înmoaie, devine plictisit, se interiorizează și asta doar pentru că el nu stăpânește acel real instrument al intrării în viața scenică, el nu știe încă cum să ajungă în centrul situațiilor imaginare și să acționeze „pe barba sa”, cum spunea C. S. Stanislavsky.

De ce se întâmplă toate acestea?

Doar cei care lucrează în teatru știu că acțiunea este baza artei noastre. Există o axiomă: acțiunea este materialul de creație al actorului, deoarece derivă din însuși sensul cuvântului „actor” – *om de acțiune*.

De asemenea, multor persoane din teatru le este absolut clar că „acțiune” nu are doar un singur sens, uneori înseamnă ceva total diferit. Confuzia în terminologia creației actoricești este atât de mare încât este foarte dificil, în ultimă instanță, să te bazezi pe oricare metodologie concretă, care diferă prin sistematismul clar și precis a unui aparat terminologic. Arta spectacolului este foarte subtilă și delicată, nu degeaba Stanislavsky, în tendința sa de crea bazele artei teatrale profesionale s-a adresat atât muzicii și baletului, cât și artelor, care dețin acei parametri de stabilitate omologate de secole. Același lucru l-a făcut și V.E. Meyerhold, descriind în carnetul de notițe *mis-en-scenele* sale, încercând să creeze o principială „notație teatrală”, dar inițiativa sa, după cum știm, nu a avut succes.

Vedeți ce se întâmplă?

Cântăreții cântă vocal, muzicanții cântă la instrumente, pictori pictează, arta lor este mediată - au mijloace clare de exprimare. Arta dramatică în schimb, este singura unde nu există cerințele unei deprinderi speciale. Instrumentul la care cântă un artist este propriul său suflet, exprimat prin trupul și comportamentul său. Exact acesta este motivul pentru care arta dramatică poate fi extrem de simplă (nefiind necesare niște aptitudini speciale pentru exprimare), dar și foarte dificilă (din aceleași motive). Repet – jocul sufletului este un proces foarte subtil, evaziv - nu poate fi măsurat cu indicatorii obiectivi ale artei vocale, baletului, etc.

Posibilitățile de exprimare există în corpul actorului, în psihofizicul său. „Adevărat” sau „fals”, „organic” sau „tehnic” – este foarte dificil să se stabilească anumite norme și criterii, aici adevărul este relativ și conceptul întotdeauna este foarte vag, și tocmai de aceea linia de demarcație dintre „profesionalism” și „amatorism” este foarte vag definită. „Teatrul este o artă vulgară - spune cineastul și profesorul avangardist rus Anatolii Vasiliev. - Nu

înseamnă nici pictură, nici muzică în cazul cărora există corespondențe stricte. Încearcă să înțelegi cine și ce joacă în teatru”⁶⁹.

Iată încă o părere a unui mare maestru al scenei engleze, Peter Brook. Când a fost întrebat cu cine îi este mai greu să lucreze – cu soliștii vocali sau cu actorii dramatici, el a răspuns: „Un tânăr cântăreț se deosebește de un tânăr actor prin aceea că stăpânește meseria. În spatele său se află ani grei de studiu și o muncă asiduă. El a studiat muzica, respirația corectă, tehnica vocală. El a învățat multe limbi străine. Acest lucru îi asigură o bază solidă. Chiar dacă și-a însușit câteva obiceiuri banale din jocul actoricesc, acestea pot fi cu ușurință îndepărtate. El stăpânește măiestria, care îl va susține întotdeauna. De aceea cred că un solist vocal care are intuiție, o nerăbdare, o dorință de a fi sincer, poate fi mult mai credibil și mai natural decât un actor”⁷⁰.

Și atunci, care este „linia vocală a actorului”? (dacă ne referim numai la acest concept). Unde este manifestarea talentului său, care este instrumentul lui, în ce constă tehnica lui?

Am ajuns la ceea ce este cel mai important.

Da, mă repet, materialul artei scenice este acțiunea. Să găsești o linie de acțiune în conduită în interpretarea unui personaj, să te transformi în acel personaj, să inventezi și să creezi din sine, din sufletul tău, din corpul tău o altă viață, un alt om – viu, palpabil, multilateral – iată în ce constă profesionalismul dramatic. Problema este că în teatrul dramatic „viața în circumstanțele propuse” trebuie să se auto-inițieze de către actor, ea se desfășoară după reguli speciale, are o structură unică și complexă – o linie textuală, fizică, linie de gândire, o linie a imaginației. Ea, viața, se conduce după o complicată și nuanțată logică a comportamentului, care trebuie decodificată în conformitate cu textul autorului și desfășurată într-o acțiune scenică, multistratificată, psihofizică. „Conducătorul” acestei acțiuni este textul fixat, supus interpretării, iar scopul - crearea unui personaj dramatic.

Iată de ce, în secolul XX, se impune crearea unei psihotehnici actoricești, cu rolul unei pârgii care va stabili, va verifica și va direcționa toate procesele interioare ale actorului. Până atunci arta dramatică se rezuma la imitație, urmând modelul unor renumiți și foarte talentați actori, care erau imitați, li se preluau anumite abilități practice de lucru pe scenă și asupra rolului. Stanislavsky s-a întrebat: în ce măsură ar putea fi sistematizate aceste

⁶⁹Bogdanova, P., *Lecțiile lui Anatolii Vasiliev*, În: *Dramaturgia contemporană 2006*, nr. 3, p.192-202, aici p. 199.

⁷⁰Brook, P., „*Punct și de la capăt*”, *Articole. Cuvântări. Interviuri*, Capitolul VII, Războiul de patruzeci de ani. „Carmen”. Interviu cu Philippe Albert, după premiera piesei „Tragedia lui Carmen”, la Buff-du-Nor, în noiembrie 1981, Editura SPb: Mali Drama Theatre. M: Artist. Regizor. Teatru, 1996, p. 204

capacități, cum să găsești substratul lor, cum găsești metoda obiectivă, calea cunoștințelor și abilităților care i-ar putea oferi actorului instrumentul de cunoaștere a comportamentului scenic, mai precis a comportamentului organic, strălucitor, fără a copia jocul altcuiva, ci bazându-se pe propriile resurse ale „eu-lui” personal?

1. În ce constă măiestria ta?

Am atins conceptul de „psihotehnică” – să vedem ce înseamnă acest lucru, deoarece toți știu că, pentru a studia „după Stanislavsky” sau a preda „după Stanislavsky”, pentru început, ca o condiție de primă necesitate, trebuie să stăpânești o psihotehnică corectă (când vorbim despre student) sau să știi cum să predai această tehnică, s-o desfășori într-o ordine exactă a exercițiului, ce să soliciți de la student (dacă se are în vedere profesorul). Pentru că, dacă studentul nu stăpânește psihotehnica, toate celelalte discuții despre acțiune, probleme sau situații – adică despre instrumentarul profesional al lui Stanislavsky – devin total lipsite de sens și diletante.

De ce? De aceea că, pentru a începe o acțiune, trebuie să știi să fii atent, să te concentrezi pe scenă, și după aceea să și **menții** acea atenție un timp destul de îndelungat. Iar pentru a te concentra, ai nevoie de o libertate musculară. Nici un student care este cu mușchii încordați nu poate să se concentreze, atenția sa va „sări” de pe scenă în afară, frenetic, el se va agăța cu ochii de pedagog, cu toate că pedagogul îi va spune: „nu te uita la mine”, va căuta un sprijin din afară – din viața reală pe care o cunoaște și îi aduce liniștea împotriva valului de stres scenic care îl apasă. De ce se întâmplă toate acestea? Pentru că scena este un spațiu **public**. Iar publicitatea este un puternic și dur (generator de stres) fenomen. Apare binecunoscutul „sindrom al emoției scenice” (printre altele, caracteristic și la actorii maturi și cu experiență). Caracteristicile fiziologice de bază ale acestui sindrom se manifestă prin tremurul mâinilor, a buzelor și a genunchilor, pierderea (dispariția) vocii sau a auzului, apariția transpirației reci, mâinile îngheață, gura se usucă, umerii devin încătușate, spinarea este țeapănă ca de lemn, pulsul crește brusc, se mărește tensiunea, mișcările devin neordonate etc. Uneori această stare ia forme extrem de bolnăvicioase și este nu numai neplăcută pentru interpret, dar, în general îi blochează calea spre o „aprindere” creatoare pe scenă, măcar și una infimă - în cazul în care aceasta chiar se produce! Despre ce fel de „credință” (dacă ne referim la Stanislavsky) poate fi vorba? Desigur, atunci când un student se află de mai mult timp pe scenă – execută exerciții, fragmente, el depășește parțial acest stres fără un efort prea mare, s-ar deprinde cu el. Aceasta îi dă puțin curaj scenic fără chiar a-și însuși psihotehnica lui Stanislavsky. Numai că acest lucru nu-i va îmbunătăți calitatea

jocului. El se va simți încătușat – adică în tensiune musculară. Îi va fi greu să-și folosească imaginația, îi va fi greu să gândească pe scenă, **libertatea**, ca primă condiție a oricărei creații, îi va fi inaccesibilă. Dar trebuie să joace. Trebuie să-și dea examenele! Și atunci va încerca să găsească o portiță de scăpare. Cum? Prin imitație. Prin șablonare – jucând la modul general. O exagerare a jocului. La început aceste imitații vor fi foarte de grosolane, după care vor deveni mai mult sau mai puțin perfecționate și așa mai departe. Vă sună cunoscut? Cred că da.

„Încearcă să te dumirești cine și ce joacă”. Uite așa stă treaba!

La urma urmei, ce este scena? Este un spațiu imaginar, sau spațialitatea imaginară. Adică, **ar trebui** să devină un spațiu al imaginației. Actorul trece pragul scenei și iată – se află deja într-o lume iluzorie, creată de autor pe hârtie (în piesă) și pentru el, actorul, aceste „urme pe hârtie” – replicile, remarcile, indicațiile autorului – trebuie să devină realitate. Ce fel de realitate? Amintiți-vă de fanteziile voastre? Și de odată asupra voastră se abat niște amintiri dureroase. Vă aflați acasă sau în parc și gândurile voastre au atras după sine fanteziile voastre – poze, imagini care se îndepărtează undeva departe, departe. Și vă vedeți într-un loc concret, într-o locație dorită, vedeți oamenii cu care ați dorit să vă întâlniți. Pentru un timp oarecare v-ați izolat de realitatea palpabilă (parcul, canapeaua) și ați nimerit în lumea imaginarului. Chiar v-au apărut niște simțuri noi – ați simțit o revigorare sau melancolie (după modul de percepție al imaginarului!), vă apucă plânsul sau simțiți acut durerea unei pierderi – da, da – cea mai adevărată durere, v-au trecut fiori de gheață sau v-a cuprins un val de iubire amețitoare încât ați fi fost în stare să vă ridicați și să alergați în întâmpinarea iubitelui etc.

Vedeți? V-ați asumat libertatea de a visa, de a vă aminti și a recepta diverse senzații (ați reacționat) la fel ca și în realitate, dar uneori aceste sentimente sunt mult mai luminoase și mai puternice decât cele din viața reală – este un adevăr demonstrat în psihologie.

Iată de ce, atunci când maeștrii artei dramatice încearcă să vă dea o descriere completă și precisă a acestei arte sau să vă explice în ce constă esența profesiei, ei vor spune așa: „este o reacție liberă din interior pentru a realiza percepția imaginarului”⁷¹.

Să ne lămurim: am văzut deja ce înseamnă „imaginar” (vorbind de visele noastre în viață), am vorbit și despre aceea cum **percepem** aceste imagini din imaginar nostru - asta înseamnă că ele au o oarecare influență asupra noastră! Și în continuare, această acțiune se traduce printr-o reacție interioară – ni se face frică sau simțim o durere, ne pierdem cu firea

⁷¹ Gracova, L., *Antrenamentul libertății interioare. Actualizarea creativității*. – SPb., Editura „Rech”, 2005. p. 4.

sau devenim excitați, simțim un val de energie și de putere. Aceste reacții sunt atât de puternice, atât de palpabile, încât primim (observați, prin percepția imaginarului!) adevărate schimbări fiziologice în organismul nostru – devenim palizi, ne înroșim, ne tremură genunchii, ne trec fiori.

Și acum să trecem la spațiul scenei teatrale.

Acum încercați să visați pe scenă, la fel de liber, de intim, și cu toate acestea să vizualizați totul la fel de clar, de puternic, iar după aceea, să percepeți în interiorul vostru, la fel de palpabil, pozele-imaginile personajelor și, la fel de liber să primim de la ele manifestarea unor reacții spontane venite din interior. Adică, la fel să deveniți palizi, să roșiți, să transpirați, să tremurați etc. Dificil, nu-i așa? Acest exercițiu Stanislavsky îl numea **organic**. El nu folosea termenul atunci când doi oameni „*discută aparent veridic*”, pur și simplu pe scenă, simulând un oarecare „adevăr” – după cum consideră unii.

Ce îi împiedică?

În primul rând, piedica constă în faptul că și în viață, nu numai pe scenă, dar și în viață, omul nu poate visa la comandă. Acesta este un proces spontan la care participă subconștientul lui – este atât de îndrăgostit încât nu poate să nu viseze (să nu-și imagineze) persoana iubită. Este atât de speriat de boala persoanei iubite, încât imaginile-amintiri sau viziunile despre viitor (fanteziile) îl urmăresc peste tot. Cu alte cuvinte, există o **necesitate** stringentă, existențială. Însă actorul, pentru a pătrunde în cercul imaginar, trebuie să inventeze nenumărate „tentații”, cum spunea Stanislavsky. Nu poți să-i comanzi imaginației – hai acționează, dă-mi imagini! – ea nu poate fi silită. De aceea trebuie inventate niște căi speciale, pentru a „amăgi” imaginația pentru ca aceasta să acționeze la fel de natural ca și în viața reală. Aceste căi Stanislavsky le numea „ademeniri” – detalii distractive pentru actorul însuși care mi-ar atrage atenția și ar menține-o timp suficient de lung pentru a-mi provoca mie, actorului, un real răspuns senzorial.

Mai departe, pentru ca pe scenă să te afunzi în această visare (sau în acest proces al imaginației), trebuie să știi să te deconectezi sau să-ți „blochezi” percepțiile realului pe scenă. Deoarece tot ce se petrece pe scenă acționează asupra mea – iată aici scaunele, aici sunt culisele, din culise vine un curent de aer care mișcă draperiile negre, spațiul este enorm, este frig, proiectorul îmi bate în față, sunt privită de studenți, iată, pedagogul vorbește, tot timpul îmi doresc să-l privesc în față, acolo sunt resturi de decorațiuni. Ele mă încurcă și nu-mi dau posibilitatea să visez. Încearcă să te rupi din această stare. Toate acestea sunt artificiale,

nenaturale.

Anume aici ne sare în ajutor „psihotehnica” lui Stanislavsky.

Psihotehnica actorului reprezintă anume acea pregătire care îi oferă posibilitatea de a obține stabilitatea psihologică necesară în condițiile scenice, este vorba de adaptabilitatea scenică. Ea învață organismul actorului să acționeze corect (ca și în viață) în acest spațiu nefiresc de stresant, în regim de urgență pe scenă.

2. Libertatea scenică secundară – prin psihotehnică

Această libertate secundară (care se află deja în luptă cu depășirea emoției scenice) Stanislavsky o numește **bunăstare creativă**. Fără acest sentiment stabil al creativității, funcționarea naturală a organismului actorului-student pe scenă este imposibilă. Și multe lucruri în acest proces se vor distruge. Chiar dacă actorul va invoca prin imaginație poza personajului, chiar dacă va obține un real răspuns senzorial, este posibil să nu facă față ultimei etape a procesului – el poate reține această reacție în sinele interior - adică nu va fi exteriorizat, nu va apărea, sau pur și simplu - actorul nu va reacționa. Și dacă reacțiile sunt inhibate – adică actorul nu le poate reda în mod spontan (iar asta este de datoria lui, de aceea se află pe scenă, joacă!) el începe să imite, pentru a reda o reacție asemănătoare.

Astfel că stabilitatea stării de creație scenice permite ca „orice sentiment creat din interior să se reflecte în afară” (după Stanislavsky). Renumitul regizor-experimentator și pedagog polonez J. Grotowski a numit, mai târziu, această stare „pregătire pentru creativitate”. Este un astfel de sentiment care, după pedagogul rus L.V. Graciovă, „este definit prin dobândirea abilităților de autoreglare a proceselor psiho-fizice, de eliberarea de armura psiho-musculară, de abilitățile direcționării atenției și într-o oarecare măsură a dobândirii competențelor de stăpânire a noilor stări de conștiință, diferite de cele „medii-normale”, cum le definește N.A. Berdyaev”⁷².

Când J. Grotowski se afla în căutarea acestei stări psihologice, el avea în vedere o astfel de transformare a actorului în care „dispare bariera dintre gând și sentiment, dintre suflet și corp, dintre conștient și subconștient viziuni și instincte sexuale și mentale; dacă actorul reușește acest lucru – spune el – actorul va atinge plenitudinea”⁷³.

Să vedem ce înseamnă psihotehnica în general în activitatea umană. Psihotehnica (de la grecescul *technē* – artă, măiestrie; engl. *Psychotechnics*) este o secțiune a psihologiei, în care cercetează problematic cunoașterea psihicului uman pentru rezolvarea problemelor practice. Primii pași în această ramură au fost făcuți de psihologii germani William Stern și

⁷² Graciovă, L., *Antrenamentul actorului: Teorie și Practică*, Editura „Rech”, Sankt-Petersburg, 2003, p 18.

⁷³ Grotowski, J., *Towards a Poor Theatre. Methuen. Drama*, London, 1975., p. 44.

Hugo Münsterberg.

După cum am mai spus, conceptul de „psihotehnică actoricească” a fost introdus în arta scenică de C. S. Stanislavsky încă la începutul creării „sistemului” său. Prin aceasta, tehnologia procesului actoricesc suferă o influență puternică din psihotehnica yoghină, precum și din lucrările psihologului francez T. Ribo (și, în special, prin descoperirile sale în domeniul memoriei, emoțiilor și atenției conștiente), influențate pe mai departe de descoperirile științifice ale savanților ruși Ivan Pavlov și I.M. Sechenov.

Psihotehnica actorului – este un sistem de mijloace și instrumente îndreptate spre rezolvarea problemelor profesionale ale artei actoricești, dar hai s-o spunem – destul de des acest termen este înțeles incorect și de aceea lucrul asupra psihotehnicii este subapreciat și insuficient utilizat în pedagogia teatrală. Nu este înțeleasă nici ca întreg, nici în componentele sale, stăpânirea cărora fiind strâns legată de perfecțiunea finală.

Psihotehnica înseamnă *organizarea nervoasă și fizică a actorului*, care acționează asupra capacității lui de a percepe, a evalua și a pune în aplicare o problemă specifică de creație. Este capacitatea de a opera cu diferite procese: gândire, atenție, imaginație, emoție, mișcare, discurs. Calitatea psihotehnicii și nivelul de perfecționare se stabilesc prin cât de repede și cât de corect poate un actor să rezolve o anumită sarcină. Scopul ei este elaborarea unor reflexe clare, care ar ajuta organismul să funcționeze într-un mod corect, necesar pentru executarea sarcinilor date. Scopul psihotehnicii este de a elabora *un automatism și o stabilitate*, astfel încât conștiința să consume un efort și energie minimă și să treacă la îndeplinirea unor sarcini mai grele și a unui poziții importante în acțiunea organismului, care în momentul scenic dat necesită un *maximum de energie*.

După cum observăm – aceasta este *munca asupra atenției* (concentrarea asupra unui obiect), rapiditatea cu care ne integrăm în obiectul dat, asupra calităților sale cum ar fi stabilitatea, adâncimea, transferarea atenției, rapiditatea cu care se execută acest transfer, etc. Este și munca asupra *blocajelor musculare* - cronice (pe care le avem dar de care nu suntem conștienți că le avem, așa-numita „armură a caracterului” și care împiedică reacția, o blochează, chiar dacă studentul la momentul dat, pe scenă, se relaxează, adică să biruie tensiunea musculară actuală, cauzată de stresul scenic), este o muncă îndelungată, tenace, minuțioasă. Atenția și libertatea musculară se află într-o interdependență totală. Observați înlănțuirea obținută: *emoția exacerbată pe scenă – tensiune musculară – incapacitatea de a se concentra*. La care se mai adăugă și munca asupra imaginației, asupra calității și rapidității apariției „la comandă” a imaginii-personaj necesară în momentul dat. Studenții știu de cât antrenament este nevoie (antrenamentul senzațiilor psihofizice), pentru a vizualiza tabloul

imaginar, pentru a simți mirosul imaginar, pentru a auzi un sunet și așa mai departe. Dacă această capacitate nu este antrenată o perioadă mai mare de timp, ulterior, trecând la fragmente și scenete (când nu mai dispun de timp pentru a auzi în mod expres un sunet dat sau pentru a simți un miros dat, etc.) aceste simțuri se risipesc, nu mai există, nu ai timp nici să vezi, nici să auzi, nici să simți ploaia, nici frigul, nici foamea, nimic. Iar asta înseamnă că ești foarte departe de organicitate, că îți fuge pământul de sub picioare, pierzi, cum spune J. Grotovsky, simțul neprețuit al „realismului intern”. Asta înseamnă că aceste exerciții trebuie executate timp îndelungat și în mod productiv, pentru a antrena calea sistemului nervos, la care din memoria simțurilor revine percepția dată, ea este percepută aici și acum și va produce un răspuns senzual al actorului. Astfel, psihotehnica este chemată pe această pistă, să facă această cale rapidă și ușoară, pentru ca actorul, preț de câteva secunde în decursul unei scene, să nu se implice într-un proces lung (cum ar fi antrenamentul, unde unii reușesc totuși să simtă real – să vadă, să audă etc.), ci să folosească acest simțământ (repede și efectiv primit) pentru perceperea emoției date, iar pe aceasta – pentru apariția unui impuls spre următoarea acțiune, comportament, nașterea replicii.

3. Perceperea psihofizică – unda verde în profesie

Dacă ne vom abate puțin de la tema tehnicii psihologice și ne vom referi la problema *percepțiilor*, să precizăm importanța lor crucială pentru viața scenică. Aici trebuie să amintim de experiența uriașă a profesorului american L. Strasberg, cel care a educat mulți actori excepționali din lumea teatrului și a filmului, adept al lui Stanislavsky, care a dedicat mult timp studiului *memoriei simțurilor* – „Sense Memory” în atelierul său, unde i-a avut elevi actori de renume cum ar fi Al Pacino, Dustin Hoffman, Meryl Streep, Marlon Brando, Robert De Niro, și alții. Descriind metoda sa (care, în mare parte, era asemănătoare cu ideile de început ale lui Stanislavsky, aduse în America de elevii săi Maria Uspenskaya și Richard Boleslavski), Strasberg spunea: „Dacă libertatea musculară este terenul pe care se află casa Metodei, atunci memoria senzațiilor este structura acestui edificiu. Fără ea, această casă ar fi doar un schelet transparent, ar fi doar un cadru, aflat pe o bază solidă”⁷⁴.

Strasberg inventează sute de exerciții bazate pe lucrul cu obiecte și senzații imaginare (sau, după cum sunt numite în școala rusă de actorie – MAF – Memoria acțiunilor fizice). El explică în detaliu nuanțele în interpretarea lor și caută asiduu efectul corect. „Cunoaștem - scrie el - că aceste exerciții reînvie și concentrează impulsurile imaginației actorului, îi

⁷⁴ Vedeți mai amănunțit în cartea lui Lee Strasberg, *A Dream of Passion The Development of the Method*, Penguin Books, USA, 1987, „The Fruits of Voyage – Procedures for the Actor Training”, p. 130-140.

generează încrederea în capacitatea de a reacționa la un stimul care este absent în realitate. Aici, actorul nu încearcă să imite acțiunea sau să iasă din tiparele propriilor sale reacții. Eforturile sale sunt îndreptate spre preluarea stimulilor imaginari și de a răspunde la acestea printr-un simplu efort al mușchilor: să-și pună șosetele, să așeze o cană pe farfurie, să taie și să guste o lămâie. Cu aceste simple realități actorul operează zilnic. Ele sunt clare, obiective și sunt situate dincolo de sfera emoțiilor. Dar lucrul cu această simplă realitate dezvoltă capacitatea imaginației de a opera, mai târziu, cu multe alte obiecte, mult mai dificile și mai complicate, pe care le va întâlni pe scenă. Aceste exerciții îi dau posibilitatea să verifice dacă actorul va reuși, pe viitor, bazându-se pe senzații similare, să creeze o viață emoțională imaginară, inexistentă în experiența sa: spre exemplu să moară sau să omoare pe cineva. Cu alte cuvinte, prin aceste exerciții este antrenat un mecanism cu ajutorul căruia, mai târziu poți să realizezi tot ce vrei”⁷⁵

Ați văzut? Este antrenat mecanismul. Adică – întorcându-ne la psihotehnică – se inoculează și se desăvârșește capacitatea concretă a psihofiziologiei studentului, care îi va ridica calitatea interpretării actricești. În cartea lui R. Boleslavsky „Actorie: Primele șase lecții“ (Acting: The First Six Lessons), studiată și astăzi și după îndrumările căreia se ghidează mulți actori americani, el explică astfel unei studente începătoare: „Trebuie să te concentrezi asupra emoțiilor, care există, dar care sunt create artificial sau transmise. Nu începeți cu „Nocturne” lui Chopin, ci cu poziția notelor pe portativ. Cele cinci linii ale portativului reprezintă cele cinci simțuri: văzul, auzul, mirosul, simțul și gustul. Ele vor deveni cheia creativității voastre, așa cum este portativul pentru note. Învățați să stăpâniți acest portativ, învățați cum, cu întreaga ființă să vă concentrați asupra organelor de simț pentru a le aduce la acest nivel, pentru a lucra în condiții artificiale, pentru a le da diverse probleme de rezolvat iar voi să puteți crea aceste rezolvări”.⁷⁶

După care, tot el propune cerințe și mai mari: „A auzi, a vedea și a simți cu adevărat încă nu înseamnă totul. Trebuie să învățați să faceți asta într-o sută de modalități diferite. Imaginați-vă că vă aflați pe scenă. Cortina se ridică și apare prima problemă – să auziți sunetul unei mașini care se îndepărtează. Trebuie să faceți asta în așa fel ca miile de spectatori din sală, care până în acel moment erau concentrați asupra unui gând personal – cursul dolarului, probleme casnice, cina cu o domnișoară frumoasă de pe scaunul vecin – să simtă imediat că atenția lor este mult mai ne semnificativă decât concentrarea voastră asupra

⁷⁵ Strasberg, L., *At the Actors Studio, Tape-recorded session Edited by Robert H. Hethmon Theater Communications Group*, New York, 2000, p. 99.

⁷⁶ Boleslavsky, R., *Acting: The First Six Lessons*. Theatre Arts Books, Routledge New York and London, 2003, p.11-12.

sunetului unei mașini care pleacă”⁷⁷.

Iată, această „concentrare rapidă” mai mult decât originală, unică, are legătură directă cu problemele psihotehnicii. Dar iată ce trebuie să mai spunem – această învățare cere timp – *suficient* timp. În atelierul lui L. Strasberg, spre exemplu, pentru antrenamentele la memoria afectivă (memoria senzațiilor) este rezervat un an de muncă intensă.

Aici nu este vorba doar de a executa pur și simplu câteva exerciții și după aceea te oprești. După care treci la un fragment de text, unde deja nu vei putea lucra cu simțurile, pentru că nu este antrenată rapiditatea și tehnica apariției lor. Iată ce putem citi din povestirile unei studente contemporane la măiestrie actoricească, care a studiat o anumită perioadă la școala lui Strasberg (unde astăzi predau fiii lui): „Învățam la capacitate maximă. Era extraordinar. Dar era puțin – în jumătate de an este imposibil să-ți însușești totul, poți doar să te familiarizezi cu sistemul. Un „obiect personal”, care aparent arată ca un truc, pedagogii ne demonstau fel de fel de chestii. Dar în spatele fiecărui truc se aflau câțiva ani de viață. Spre exemplu, pronunțați cu voce tare cuvântul „frig”, iar omul într-o fracțiune de secundă are o reacție fizică... impresia este ireală. În timp ce poți folosi starea fizică la o reacție la „eveniment”, cum se spune în școala noastră, pe scenă partenerul spune: „nu te iubesc” – tu folosești „obiectul personal”, „durerea acută” și chiar resimți o durere fizică, studiată la clasă. Asta are asupra spectatorului un efect de neuitat. El nu știe ce instrumente folosiți, dar autenticitatea este incredibilă. La noi nu se pot folosi asemenea lucruri – este aproape imposibil, cu rare excepții, la noi se lucrează altfel. La noi se începe cu începutul. Mi-a plăcut din punct de vedere psihologic. Nici nu bănuiam că afundându-mă într-o stare, îți poți aminti de asemenea lucruri că ți se face pielea găină. Spre exemplu, am avut un exercițiu: să ne amintim de camera copilăriei noastre, la șapte ani. Am fost cu adevărat impresionată. Mi-am adus aminte de multe lucruri. Anumite detalii – cum erau aranjate cărțile pe etajeră, ce ascundeam sub pat, jucăriile... totul până la bucățița de tapet ruptă... memoria umană are capacități incredibile”⁷⁸.

Desigur, *munca asupra memoriei senzoriale* nu epuizează psihotehnica actorului. Dar ea este tot atât de importantă ca și *atenția și libertatea musculară*. Lucrul asupra *memoriei senzitive* este doar o parte a lucrului cu memoria generală – incluzând aici și memoria emoțională și pe cea a mișcării, a imaginii și a memoriei logico-verbale. Capacitatea de a opera cu memoria personală reprezintă elementul de bază în psihotehnică, deoarece la baza ei

⁷⁷ *Idem*, p. 13-14.

⁷⁸ Forum: Școala de Lee Strasberg. Petrov si Vasechkin. © 2000-2002 Oleg Parilov.
<http://forum.vasechkin.ru/viewtopic.php?f=5&t=780>

se află *imaginația* - de fapt, la baza memoriei se află capacitatea personajelor și imaginilor de a rămâne în conștiința omului; iar imaginația se naște din capacitatea acestor personaje de a se reprojeta și de a-și modifica imaginea.

Există oare vreo sistematizare în psihotehnica actorului? Firește că da, descrierea ei trebuie căutată în primul rând în scrierile celui care a inventat-o – C. S. Stanislavsky.

Cartea lui C. S. Stanislavsky „*Munca actorului cu sine însuși*” este compusă din două părți: „*Munca actorului cu sine însuși în procesul creator al trăirilor scenice*” și „*Munca actorului cu sine însuși în procesul creator al întruchipărilor*”. Aici sunt expuse elementele „sistemului” lui Stanislavsky, unde găsim câteva capitole în care, într-o formă mult mai concentrată, se acordă o atenție deosebită anume problemelor psihotehnicii. În „*Munca cu sine însuși în procesul creator al trăirii scenice*” acest lucru este redat în capitolele: IV – Imaginația; V – Atenția scenică; VI – Relaxarea mușchilor, VIII – Sentimentul adevărului și al credinței. XIV – Simțul scenic interior; XVI – Subconștientul în stare generală a artistului pe scenă. În anexă – Obiectul viu.

În cea de-a doua carte, „*Munca actorului cu sine însuși în procesul creator al întruchipărilor*” avem capitolul: XI. Starea scenică a actorului, divizat și el în trei părți: 1. Starea de spirit exterioară; 2. Starea de spirit generală pe scenă și 3. Verificarea stării de spirit pe scenă. În anexă: II. Materiale folosite în predarea „sistemului” 1. Antrenament și dresaj, 2. Exerciții și schițe, 3. Programele școlii de teatru și observații în educarea actorului.

4. „Sistemul” și „psihotehnica” – în ce constă diferența?

Există oare vreo diferență între cele două concepte: „psihotehnica” și „sistemul” lui Stanislavsky? Cu toată asemănarea lor, prin însăși faptul semnificativ că aceste concepte apar peste tot în cărțile lui Stanislavsky, o diferență există. „Psihotehnica” reprezintă organizarea specifică și plierea organismului actorului la activitatea nervoasă și fizică care îl va ajuta în însușirea profesiei. În timp ce „sistemul” include și instrumentarul profesional sau are un caracter mai mult aplicativ – aici se desfășoară tehnicile de realizare pe scenă a materialului dramatic (chiar dacă este vorba de schițe create de studenți).

De aceea, descriind psihotehnica, Stanislavsky introduce concepte cum ar fi *atenția, cercuri ale atenției, controlorul musculaturii, memoria emoțională, singurătate publică, intuiție, subconștient, supraconștient, starea scenică, inspirație* și altele. Atunci când sistemul înseamnă și *socializare* (cap. X) și *acțiune, ce-ar fi dacă..., circumstanțe* (în cap. III), *adaptare, acțiune care străbate artistul-rolul*, (cap. XIII), toate aceste capitole ale cărții „*Munca cu sine însuși în procesul creator al trăirilor scenice*” și, respectiv, *Perspectiva*

actorului și a rolului (cap. IV) *Tempo-ritmul* (cap. V), *Logica și urmările ei* (cap. VI) din cartea „*Munca cu sine însuși procesul creator al întruchipării*”. Putem afirma că psihotehnica creează condiții pentru arta actorului iar sistemul reprezintă tehnica acestei arte. Spre exemplu, în cazul în care un actor nu-și poate controla atenția și gândirea, să opereze cu memoria sa, nici un fel de „dacă” magic nu îl vor ajuta. Și nici *acțiunea*.

Multeror idei referitoare la crearea unui antrenament special al actorului, îndreptat spre dezvoltarea psihotehnicii, Stanislavsky nu a mai avut timp să le găsească aplicabilitate. Pe manuscrisele sale el a scris, în ultimii ani ai vieții, cuvintele: „*De demonstrat*”. Știința, de la Theodule Ribot și până astăzi, a avansat foarte mult – atât psihologia cât și neuropsihologia, psihofiziologia și altele. Multe din descoperirile lui Stanislavsky pot fi demonstrate, explicate și dezvoltate, folosind descoperirile acestor științe. Ne-au rămas o mulțime de exerciții, metode noi, antrenamente pentru perfecționarea psihotehnicii actorului pe baza acestor științe, care folosesc cu succes pedagogia teatrală.⁷⁹

În multe academii teatrale ale lumii se folosesc deja rezultatele psihologiei moderne aplicate, care au legătură cu metodele de lucru asupra *autoreglării psihice*, cu ajutorul căreia studenții își pot învăța organismul (pentru că acesta reprezintă chiar aparatul lor de creație), pentru a lucra în condiții scenice nefirești. Spre exemplu, în articolul său „*Autoreglarea psihică în procesul de învățare a măiestriei actorului*” S. Alecseev descrie rezultatele studiului după metodele autoreglării psihice a studenților de la Institutul de Artă Teatrală din Moscova, din perioada 1976-1978.

Scopul activității experimentale era de a înțelege, dacă este posibil, cu ajutorul autoreglării psihice (ARP), să se mărească potențialul studenților-actori. La baza acestui concept se află teoria academicianului P. K. Anohin despre sistemele funcționale. A. V. Alecseev consideră că, una din cele mai importante poziții ale acestei teorii poate fi ilustrată prin următorul exemplu: când omul participă la o activitate oarecare, în organismul său au loc schimbări condiționate de această activitate. La trecerea de la mers la alergare mușchii picioarelor acționează mult mai activ, inima bate mai repede, respirația devine mai profundă și mai apar o întreagă serie de schimbări în organism, în legătură cu noul caracter dinamic al

⁷⁹ A se vedea: Gracova, L., *Antrenamentul actorului: Teorie și Practică*, Editura „Rech”, Sankt-Petersburg, 2003; Gracova L., *Cum se nasc actorii, Formarea actorului sau terapia paraliziei uzuale*, SOTIS Sankt - Petersburg 2001; Gracova L., *Formare. Participare. Recomandări metodice*, L. LGITMIK 1992, *Diagnostic și dezvoltarea talentului actoricesc – Culegere de studii științifice*, Editura L. LGITMIK, 1986 (redactor îngrijitor Kolchin E. E., Rojdestvenskaya N.V.); Rojdestvenskaya N.V., *Competențe speciale ale actorului / / Știința despre teatru*, 1975, pp. 326 - 334; Alexandrovskaya M.B., *Formarea profesională a actorilor în spațiul teatrului euroasiatic al sec. XXI*, Editura Pagina albă, Petersburg, 2011; Alekseev A.V., *Autoreglarea psihică în procesul de învățare a artei actoricești*, în vol. *Diagnosticul și dezvoltarea talentului actoricesc*, Leningrad Ministerul Culturii al Federației Ruse, LGITMIK 1986, etc.

mișcării. Cu cât este omul mai pregătit, cu atât mai ușor și mai facil. are loc această trecere și invers. La baza acestei treceri se află munca consecventă, armonioasă a diferitelor organe. „Dacă ne referim la profesia de actor, scrie Alekseev, ca un exemplu pentru inconsecvența activității diferitelor organe și a sistemului poate determina acea stare înainte de ieșirea în scenă în care din cauza unei excitări foarte puternice a sistemului nervos apar diferite blocări musculare. Ca urmare, actorul nu se mai poate controla, mișcările sale sunt necoordonate, și cumva deformate”.⁸⁰

În continuare psihologul susține că, în cazul în care actorii joacă liber și cu entuziasm, putem presupune că toate organele și sistemele care realizează procesul de creație pe scenă acționează în armonie. Dar activitatea actorului, spre deosebire de alte activități din viață, unde autoreglarea se produce automat (ca la trecerea de la mers la alergare), cere o reglare conștientă (cum ar fi în activitățile de zi cu zi unde este necesară intervenția conștientă în legile create de natură și o schimbare conștientă a comportamentului, în timp ce ei trebuie să muncească cu o eficacitate maximă ca în cazul depășirii durerii, sentimentului de foame, somnolență și altele. „Desigur - scrie Alekseev – profesia de actor este un exemplu al unei activități mai complicate. După cum se știe, una din capacități este cea a exprimării emoționale... Anume capacitatea actorului de a-și gestiona emoțiile, de a le regla arbitrar dinamica sub influența autoreglării psihice a devenit obiect de studiu în formarea actorilor, la Academia de Teatru din Moscova”.⁸¹ În rezultatul cercetării devine limpede că la studenții care au studiat cursul autoreglării psihice, diversele lor sisteme încep să acționeze unidirecțional (armonic), munca lor creatoare devine mult mai completă, iar acțiunea scenică mult mai strălucitoare.

În psihologia măiestriei actricești, găsim studii care arată că factorii de stres apăsător pot de asemenea, *iniția*, procesul de creație (vorbim de actorii cu experiență). De exemplu, în cartea unor autori precum I. Silantieva și Yurii Klimenko „*Actorul și alterego-ul lui*”, sunt publicate o multitudine de interviuri cu artiști profesioniști, unde aceștia subliniază că stresul scenic le creează efectul unui sentiment util, interesant care îi însoțește: „Acest stres căruia mă dedau cu plăcere”. „Acționează euforic”. „La naștere sentimentul de ușurare, înnoire, apare energia fizică”. „Dacă te simți rău, după spectacol se instalează renașterea, senzațiile dureroase dispar”. „Este un zbor!” „Restabilește puterile”. „Dacă *porțile* tale sunt deschise

⁸⁰ Alekseev, A., *Diagnosticarea și dezvoltarea talentului actricesc*, Leningrad, Ministerul Culturii al Federației Ruse, LGITMIC, 1986. p. 39-40.

⁸¹ Alekseev, A., *Diagnosticarea și dezvoltarea talentului actricesc*, Leningrad, Ministerul Culturii al Federației Ruse, LGITMIC, 1986. p. 41

energia consumată se întoarce îndărăt. Armonia se păstrează”.⁸²

Practica actoricească arată de asemenea că „factorii de stres pot servi drept cheie în accesarea subconștientului, și anume acolo unde se ascunde sursa inspirației, «lumiinației», «găsirii», unde sunt provocate amintirile și gândirea asociativă»⁸³. Uneori, în anumite condiții legate de o epuizare scenică extremă, obținem „șocul conștiinței” și intensitatea sufletească brusc eliberează subconștientul. Așa proceda uneori Stanislavsky – aducându-i pe actori la limita oboselii (conform amintirilor actriței S. Pilyavskaya). Tinzând să obțină starea de „eliberare”, el repeta de sute de ori „Nu cred!” și „Din nou!”, până când unul din studenți începea să plângă sau cădea pe jos din cauza epuizării... Dar, după aceea, de regulă se descoperea „cea de-a doua respirație” și repetiția aducea rezultatul scontat”.⁸⁴

Deci, dacă însuși Stanislavsky a întâmpinat dificultăți atât de serioase în munca sa cu actorii, pentru a-i aduce la acel nivel al stării de creație, unde, de fapt, începe creativitatea – este destul de evident că abordarea sa, „sistemul” său - nu este atât de ușor de pus în practică. Este o mare greșeală să crezi că „sistemul lui Stanislavsky” poate fi repede învățat și pus cu iscusință în practică.

Bibliografie:

Alekseev, A., Diagnostigarea și dezvoltarea talentului actoricesc, Leningrad, Ministerul Culturii al Federației Ruse, LGITMIC, 1986.

Bogdanova, P., *Lecțiile lui Anatolii Vasiliev*, ***Dramaturgia contemporană 2006***, nr. 3, p.192-202.

Boleslavsky, R., *Acting: The First Six Lessons*. Theatre Arts Books, Routledge New York and London, 2003.

Brook, P., „*Punct și de la capăt*” *Articole. Cuvântări. Interviuri*, Editura SPb: Mali Drama Theatre. M: Artist. Regizor. Teatru, 1996

Gracova, L., *Antrenamentul actorului: Teorie și Practică*, Editura „Rech”, Sankt-Petersburg, 2003.

Gracova, L., *Antrenamentul libertății interioare. Actualizarea creativității*. - SPb .: Editura

⁸² Silantieva, I., Klimenko, Y., *Actorul și alter ego-ul său*, publicație științifico-artistică, Graal M, VINITI, 2000, p. 441.

⁸³ *Idem*, p. 432

⁸⁴ *Idem*.

„Rech”, 2005

Grotowski, J., *Towards a Poor Theatre*. Methuen. Drama, London, 1975.

Silantieva, I., Klimenko, Y., *Actorul și alter ego-ul său*, publicație științifico-artistică, Graal M, VINITI, 2000

Strasberg, L., *A Dream of Passion the Development of the Method*, „The Fruits of Voyage – Procedures for the Actor Training”. Penguin Books, USA, 1987.