

MINISTERUL EDUCAȚIEI
UNIVERSITATEA DE ARTE DIN TÂRGU MUREȘ
ȘCOALA DE DOCTORAT

REZUMAT

-

SPRE TRAININGUL ACTORILOR

Analiza logicii trainingului actoricesc prin Odin Teatret, prin metoda Suzuki și prin
Viewpoints

Conducător de doctorat:

JÁKFALVI Magdolna, DSc

Doctorand:

KOZMA Gábor Viktor

2022

Justificarea alegerii temei, obiectivele cercetării

În teza mea de doctorat, investighez logica trainingului pentru actori printr-un studiu comparativ a trei metode de formare, Odin Teatret, Suzuki și Viewpoints. Scopul cercetării mele este de a face comparabile metodele de formare a actorilor pentru a dezvălui logica lor comună.

Paul Allain, Jen Harvie¹ și Frank Camilleri² discută, de asemenea, despre gradul de abordare a trainingului actorilor în literatura de specialitate. „Există multe cărți despre abordări specifice ale formării actorilor, dar puține despre teoriile generale ale trainingului actorilor sau ale trainingului interpreților în ansamblu (...)”³ – afirmă Allain și Harvie în 2014. Literatura maghiară pe această temă este și mai incompletă. În teza sa de doctorat, Sebastián Cortés a explorat metodele fizice de formare a actorilor, cu încorporarea rezultatelor științelor cognitive moderne aplicabile teatrului, a viziunilor sale de creator de teatru practic și a experiențelor sale pedagogice. Propria mea cercetare poate fi văzută ca o continuare a activității sale. Punctul de plecare al tezei mele este acolo unde Cortés și-a încheiat pe a sa: care este relația dintre formare și practica trainingului, în ce fel face parte trainingul din formare și cum asigură trainingul continuitatea dezvoltării prin practică.⁴

Cuvântul training, împrumutat din limbile anglo-saxone, se referă atât la (1) un proces de antrenament în care cineva învață ceva sau este învățat ceva, cât și la (2) exerciții fizice pe care cineva le face pentru a se face sănătos sau pentru a se pregăti pentru o situație competitivă.⁵ Adesea, cele două funcții nu se pot distinge în mod clar. În limba maghiară, cele două funcții pot fi descrise prin cuvintele *formare* [képzés] și *training* [edzés] (din terminologia sportivă). Cu toate acestea, acest lucru nu implică neapărat succesiune temporală: un proces de învățare poate apărea în timpul trainingului, astfel încât trainingul nu implică neapărat doar exersarea și dezvoltarea competențelor deja învățate. Conform etimologiei maghiare, termenul *training* este folosit (1) în terminologia sportivă pentru

¹ Paul Allain – Jen Harvie, *The Routledge Companion to Theatre and Performance*, London – New York, Routledge, 2014.

² Frank Camilleri, *Performer Training Reconfigured*, London, New York, Oxford, New Delhi, Sydney, Methuen Drama, 2020, 13–26.

³ Paul Allain és Jen Harvie, *The Routledge Companion to Theatre and Performance*, London – New York, Routledge, 2014, 258.

⁴ Cortés Sebastián, *A színész teste – A színészképzés fizikai módszerei* (disertație), Budapest, Színház és Filmművészeti Egyetem, 2018, 143–146.

⁵ Stephen Bullon et. al. (ed.), *Longman Dictionary of Contemporary English*, Essex, Longman, 2003, 1764–1765.

pregătire și (2) în sens figurat pentru exercițiile pregătitoare, antrenament, învățare, repetiție.⁶ Diversitatea funcțională termenului *training* este, așadar, multiplă.

Instruirea în sine, ca practică în continuă evoluție, nu este o constantă. Mai degrabă, studiul fiecărei sesiuni de training poate fi văzut ca un instantaneu într-o perspectivă fixă, care surprinde un eveniment în continuă schimbare dintr-un punct de vedere comun. Astfel, munca mea este, în sine, în mod inerent paradoxală și imposibilă. Încerc să interpretez un proces definit de subiectivitate prin mijloace obiective, dar nu vreau să pretind că descrierea mea poate fi folosită pentru a defini practica trainingului ca atare. Înregistrez o anumită stare a trainingului, reconstruiesc fazele anterioare și analizez efectele trainingului ca o logică, un cadru sau un *modus vivendi* pentru a obține o înțelegere mai profundă.

În teza mea, discut caracteristicile trainingurilor. Acestea includ (1) faptul că sunt create într-un cadru spațio-temporal specific, definit de o logică de explorare, imersiune și experimentare. Din punctul meu de vedere, studiul practicii moderne de formare ar trebui să se concentreze în primul rând pe teatrele de grup, companii și laboratoare de teatru în care se acordă spațiu exersării regulate. Trei exemple proeminente, practica Odin Teatret, Compania Suzuki din Toga (SCOT) și Compania SITI, sunt examinate în teza mea. Cercetarea mea reprezintă o analiză a logicii așa-numitului *entrainment*, așa cum este interpretat de Josette Féral,⁷ deci nu sunt preocupat de întregul domeniu al formării actorilor, și nu în primul rând de tehnicile individuale, ci de practica specifică, sistematizată a comunităților, care nu face parte din educația instituțională, ci este un domeniu de autoformare continuă și de grup, de rămânere în formare. În teza mea, examinez diferitele definiții ale trainingului în „teatrul de grup” [group theatre],⁸ cu scopul de a contribui la clarificarea cadrului conceptual al trainingului. Una dintre principalele întrebări se referă chiar la esența conceptuală a formării, la limitele acesteia și la modul în care poate fi definită în raport cu diferite metode.

(2) Sesiunile de training sunt recurente. Prin intermediul operei lui Frank Camilleri, examinez natura repetitivă a trainingului și efectele sale de formare a obișnuinței.⁹

⁶ Bakos Ferenc (ed.), *Idegen Szavak Szótára*, Budapest, Terra Budapest, 1978, 509.

⁷ Josette Féral, „Did you say »training«?”, *Performance Research*, Vol. XIV. No 2., trad.: Leslie Wickes, London – New York, Routledge, 2009, (16–25) 23.

⁸ Ian Watson, *Towards a Third Theatre – Eugenio Barba and the Odin Teatret*, London, Routledge, 1995, 2.

⁹ Frank Camilleri, „»Habitational action«: beyond inner and outer action”, *Theatre, Dance and Performance Training*, Vol. 4. No. 1. London – New York, Routledge, 2013, (30–51).

Frank Camilleri, „On habit and performer training”, *Theatre, Dance and Performance Training*, Vol. 9. No. 1., London – New York, Routledge, 2018, (36–52).

Frank Camilleri, *Performer Training Reconfigured*, London, New York, Oxford, New Delhi, Sydney, Methuen Drama, 2020.

(3) Formările stabilesc un cadru etic, o cultură comună și un modus vivendi, un mod de viață. În logica trainingului, utilizarea corpului, a exercițiilor, a tehnicii în sine poate fi văzută ca un modus operandi, un mod de lucru. Josette Féral susține, acordând o atenție deosebită practicii lui Grotowski, că în diferitele metode de training, adesea nu natura exercițiilor este decisivă, ci mai degrabă tehnica însăși care devine un proces etic, un mod de viață, un modus vivendi. În acord cu Féral, Camilleri susține că diferitele metode de formare/training – Stanislavski, Meyerhold, Copeau, Decroux, Grotowski, Lecoq și Barba – acționează ca un fel de „cadru etic”.¹⁰ Conceptul etic al trainingului poate fi interpretat ca o cultură a grupului. În capitolele analitice examinez în detaliu rolul formării ca modus vivendi, ca o cultură comună a grupului.

(4) Cadrul formării este centrat pe corp. În teza mea mă ocup de conceptul fenomenologic de corp al lui Phillip Zarrilli, de corpul-minte estetic interior [inner aesthetic bodymind].¹¹ Așa cum corpul se definește în interacțiunea sa continuă și așa cum corpul fizic [Körper] îmbătrânește odată cu trecerea timpului, tot așa și corpul trăit [Leib] sau percepția corpului-minte se schimbă. Procesul și impactul în continuă schimbare al formării sunt fi examinate în capitolele analitice ale tezei mele. Camilleri se îndepărtează de practica psihofizică „conservatoare” a lui Zarrilli și se îndreaptă spre o orientare postumanistă. Deși abordarea fenomenologică, care îl continuă pe Merleau-Ponty și opera sa, include relația dintre corp și mediul acestuia, Camilleri propune o abordare mai radicală – aplicând la teatru tendința postfenomenologiei, inclusiv lucrarea lui Don Ihde, propune folosirea termenului de bodyworld în loc de bodymind.¹² Deși teza mea este în esență centrată pe om, voi încerca să arăt relația dintre uman și non-uman în descrierea diferitelor tehnici de formare. Țin cont de specificitatea spațiilor, de localizarea lor, de rolul obiectelor și al hainelor – cea mai simplă tehnologie în sensul lui Camilleri –¹³ în cadrul muncii actricești. În ceea ce mă privește, gândirii non-antropocentrică a lui Camilleri este mai degrabă un fel de învățare activă, a cărei relevanță și necesitate o consider primordială într-o societate tehnologică/tehnocratică a secolului XXI.

¹⁰ Frank Camilleri, „Of Pounds of Flesh and Trojan Horses: Performer training in the twenty-first century”, *Performance Research*, Vol. XIV. No. 2., London – New York, Routledge, 2009, (26–34) 27.

¹¹ Phillip Zarrilli, *Psychophysical Acting – An Intercultural Approach After Stanislavski*, London – New York, Routledge, 2009, 55.

¹² Frank Camilleri, *Performer Training Reconfigured*, London, New York, Oxford, New Delhi, Sydney, Methuen Drama, 2020, 57–69.

¹³ *Ibid.*, 33–50.

(5) Una dintre caracteristicile antrenamentului este că folosește tehnici ale corpului [techniques of the body], care constă în exerciții. În teza mea examinez ce tehnici corporale sunt folosite în fiecare metodă de antrenament, care este sursa tehnicilor sau ce tehnici corporale au fost dezvoltate de către creatorii de traininguri. În anexa tezei mele, descriu exerciții din setul de instrumente al fiecărei tehnici care, prin structura lor precisă, formează un fel de cadru dramaturgic¹⁴ prin care actorul se poate confrunta cu el însuși și cu momentul prezent.

(6) Persoana care instruieste și conduce formarea are un rol important în dezvoltarea acesteia. Rolul formatorului în procesul de training este un factor decisiv, care influențează atât motivația formatorului, cât și eficiența formării, dar reprezintă un domeniu important de studiu și din cauza complexității efectului. Mediul de formare sau de instruire stabilește un cadru pentru rolul liderului. Cea mai clară manifestare a acestui lucru este titlul pe care-l poartă conducătorul trainingului, care poate varia de la maestru la regizor, la profesor, la lider de training. În teza mea, includ în analiză rolul și funcția liderului, precum și potențialul de autonomie al formatorului, măsura acestei autonomii și puterea sa de control.

Metodele cercetării

Urmând exemplul mai multor practicieni naționali și străini, mi-am desfășurat cercetarea în conformitate cu modelul hibrid al practicii ca practician-academic. [hybrid practice as practitioner-academic].¹⁵ Am lucrat în același timp ca artist practicant, realizând cercetări doctorale la Școala Doctorală a Universității de Arte din Târgu Mureș și lucrând ca asistent universitar la Departamentul Maghiar de Teatru al Facultății de Teatru și Film a Universității Babeș-Bolyai din Cluj-Napoca. Sprijinul financiar pentru cercetarea mea a fost oferit de Institutul de Cercetare pentru Teoria și Metodologia Artei al Academiei Maghiare de Arte și de Fundația Studium-Prospero, pe lângă care m-am bazat și pe resurse proprii. Din cauza constrângerilor financiare și de timp, mi-am concentrat cercetarea pe o analiză comparativă a trei tehnici de formare a actorilor – trainingul Odin Teatret, metoda Suzuki de formare a actorilor și trainingul Viewpoints și SITI Company –, pe care le folosesc pentru a examina formarea ca logică sau *modus vivendi*. Analiza mea pe baza criteriilor comune a fost

¹⁴ Eugenio Barba – Nicola Savarese (ed.), *A színész titkos művészete – Színházantropológiai szótár*, trad.: Rideg Zsófia és Regős János, Budapest, Károli Gáspár Református Egyetem és a L'Harmattan Kiadó, 2020,140.

¹⁵ Frank Camilleri, *Performer Training Reconfigured*, London, New York, Oxford, New Delhi, Sydney, Methuen Drama, 2020. În teza mea, citatele pentru care nu am indicat traducătorul maghiar al sursei engleze sunt traduse de mine.

inspirată, printre altele, de metoda PHILTHER de scriere a istoriei teatrului și de reconstituire a spectacolelor, cu care am făcut cunoștință la Școala Doctorală.¹⁶ Cercetarea mea a fost atât practică, deoarece am învățat diferitele tehnici în calitate de actor, cât și teoretică, fiindcă, în paralel cu munca practică, am lucrat asupra fondului din literatura de specialitate metodelor și tehnicilor. Această dualitate a definit simultan identitatea mea profesională, care a fost însoțită și de transmiterea cunoștințelor, a practicilor și a contextului acestora. Cercetarea mea a devenit un atelier practic, mai întâi în activitatea mea ca asistent, apoi ca asistent universitar la Universitatea Babeș-Bolyai din 2020, dar și prin intermediul atelierelor naționale și internaționale, ajungând la un total de optsprezece ateliere în șase țări în patru ani. În același timp, eu și colegii mei am fondat propria noastră companie numită *A Vadász Esélye* (Șansa Vânătorului), care a extins și mai mult domeniul cercetării practice, permițând ca formarea și realizarea să se desfășoare în paralel, completându-se reciproc în cadrul unei comunități în mare parte identice. Centrul intelectual al cercetării mele a rămas însă Școala Doctorală a Universității de Arte din Târgu Mureș. Sprijinul continuu al școlii și al profesorilor săi m-a ajutat să sintetizez cadrul teoretic amplu al cercetării și să testez tehnicile în atelierelor experimentale. Cercetarea mea este reflecția activă a unui creator de teatru practician, care, din punctul de vedere al logicii cercetării, ar trebui să fie considerată eronată. Nu am intenționat niciodată să resping experiența mea practică, ci să-mi susțin ideile prin teorie, printr-o analiză adecvată a literaturii de specialitate. Cu toate acestea, aprofundarea cercetării mele m-a ajutat să-mi reconsider afirmațiile inițiale și să le atenuez caracterul radical. Cu toate acestea, ipotezele mele sunt presupuneri la care aveam deja răspunsuri, astfel încât cercetarea mea a fost efectuată cu preconcepții puternice. O altă autocritică a cercetării mele este că, în calitate de practician, am un atașament emoțional profund față de logica formării, de care am încercat să mă distanțez în timpul cercetării, dar sunt încă legat de experiența mea personală de lucru. La începutul capitolelor analitice, prezint întotdeauna experiența mea personală cu tehnica în cauză.

Teza mea este structurată după cum urmează: (1) în primul capitol principal, ofer o clarificare conceptuală și o analiză contextuală a trainingului actoricesc, formulând întrebările și ipotezele mele; (2-4) de la al doilea până la al nouălea capitol principal, analizez cele trei tehnici menționate mai sus dintr-o perspectivă unitară; (5) în final, în al cincilea capitol principal, sintetizez concluziile și experiențele analizei comparative. Criteriile

¹⁶ PHILTHER-módszer honlapja, URL: <http://theatron.hu/ph/projektleiras/>, data descărcării: 05.02.2022.

analitice s-au bazat pe întrebări simple: (1) De unde? (2) Ce? (3) Când? (4) În ce scop? (5) Cum?

(1) Context: Cercetez cine a creat formarea și contextul cultural și istoric al acesteia. (2) Definiții ale formării: Mă concentrez asupra modului în care fiecare creator își definește, direct sau indirect, propria practică de formare. Deoarece în cele mai multe cazuri definiția este interpretată de către practicieni în termeni de scop al formării, această secțiune include adesea funcțiile formării. (3) Antrenamentul în relația cu timpul: în aceste subsecțiuni, voi examina antrenamentul în contextul practicii trupei, concentrându-mă pe timpul și agenda individului și a grupului, precum și pe relația temporală dintre antrenament și spectacol. (4) Imaginea ideală a actorului: întrucât definițiile de formare precizează obiectivele formării, aceasta definește o imagine ideală a actorului spre care actorii tind prin formare. În această subsecțiune, explorez aceste idealuri de actor ideal construite lingvistic. (5) Instrumente: aceste subsecțiuni sunt poate cele mai cuprinzătoare. Consider că elementele tendințelor artelor spectacolului utilizate, utilizarea obiectelor și structura pedagogică sunt instrumentele de formare. Inițial, descrierea exercițiilor ar fi fost inclusă în această subsecțiune, dar din cauza lungimii tezei mele, le-am inclus în anexă. În subsecțiunile Instrumente, mă îndrept în principal spre o perspectivă post-psiho fizică camilleriană, în care analizez antrenamentul în raport cu contextul său specific. Cu toate acestea, în terminologia lui Camilleri, propria mea teză poate fi considerată ca fiind cea mai centrată pe om.

Principalele constatări și rezultate ale tezei

După introducerea contextuală a tezei mele, am analizat în detaliu trainingul Odin Teatret, metoda Suzuki și metoda Viewpoints. Pe baza unor criterii analitice comune, am examinat contextul socio-cultural, definițiile, scopurile, specificurile temporale și setul de instrumente ale fiecărui training.

Pentru a examina trainingul actoricesc, este necesar să ne concentrăm asupra practicii unui mediu permanent, a unui teatru de grup, a unei companii sau a unui laborator de teatru. Practicile celor trei companii studiate s-au dezvoltat în contexte complet diferite. Practica Odin Teatret a fost inițial modelată de învățarea autodidactă și de abordarea lui Eugenio Barba, însușită sub îndrumarea lui Jerzy Grotowski, iar după ce s-au mutat la Holstebro, Barba a decis să lucreze într-un laborator de teatru datorită condițiilor și circumstanțelor locului. Deoarece compania nu juca în fiecare zi, activitățile lor erau determinate de cercetare, de munca didactică și de traininguri regulate. Inițial, compania s-a antrenat

împreună, apoi s-a pus accentul pe ritmul individual și pe individualizarea trainingului. Acest lucru a dus la o practică largă și variată în rândul membrilor grupului. Nu toți membrii s-au angajat permanent la antrenamente, unii s-au oprit pentru o perioadă de timp și apoi au început din nou. Trainingul ca eveniment și exercițiu a avut un loc variabil în istoria Odin. Dialogul profesional al companiei cu tradiția scenică orientală a dus la cercetări în domeniul antropologiei teatrale. Compania a cercetat principiile care definesc prezența actorului pe scenă, principii care stau la baza actului actoricesc, indiferent de genul de creație. Obiectivul și instrumentele acestei cercetări au variat de la o persoană la alta. Forma de training *fiskedam* și *væksthus* a rămas neschimbată din anii 1970, iar activitățile de predare au oferit posibilitatea de a continua practica. Deși Odin Teatret are sediul în Europa, identitatea companiei este impregnată de internaționalism. Propria lor practică a evoluat, s-a schimbat și continuă să se schimbe în mod constant în raport cu tendințele și genurile teatrale internaționale. Prin urmare, nu se poate afirma în mod clar că tradiția de formare a lui Odin este pur europeană.

Practica lui Tadashi Suzuki a pornit de la experimente autodidacte similare cu cele ale lui Barba. În 1966, Waseda Little Theatre (WLT) și-a deschis propriul teatru studio, care a oferit, de asemenea, spațiu pentru experimente metodologice. Interesul lui Suzuki s-a îndreptat către genurile clasice japoneze de interpretare după festivalul Théâtre des Nations de la Paris. Metoda lui Suzuki a fost concepută ca o critică practică a practicii realiste a Singeki și a sistemului Stanislavski, precum și ca o modalitate de a dezvolta o fizicalitate comună între WLT și SCOT. Pe lângă Suzuki, actrița principală a companiei sale, Kayoko Shiraishi, a jucat un rol important în crearea metodei. Suzuki a refăcut tradiția, filosofia și practica noh și kabuki, folosind o abordare fenomenologică. Acest lucru a dus la metoda sa experimentală, pe care a codificat-o în 2012. În ciuda acestei codificări, detaliile practicii de training continuă să se schimbe până în prezent. Pregătirea SCOT constă în practicarea zilnică a metodei Suzuki. Metoda Suzuki se bazează pe tradiția japoneză, pe care regizorul a reinterpretat-o pentru a crea un sistem care poate fi aplicat de către toți.

Mary Overlie a început să-și dezvolte sistemul Viewpoints începând cu 1976, pe baza cercetărilor sale individuale, despre care susține că s-au cristalizat pentru ea în 2002.¹⁷ Viewpoints se bazează pe lumea gândirii postmoderniste și neo-avangardiste. Overlie a explorat elementele care sunt întotdeauna prezente într-un proces teatral. Investigațiile pe

¹⁷ Mary Overlie, *The Six Viewpoints*, In: *Training of the American Actor*, ed.: Arthur Bartow, New York, Theatre Communication Group, 2006, (187–221) 220–221.

care le-a efectuat au fost influențate de cunoștințele sale despre diferite tehnici de dans. Viewpoints este în mod fundamental un mod de gândire deconstructiv, non-ierarhic, minimalist, experimentat prin practici creative. Tehnica lui Overlie a fost adoptată și extinsă de Anne Bogart și Tina Landau. Cele două practici au accente și terminologie diferite: practica lui Overlie este mai filosofică și holistică, iar cea a lui Bogart și Landau este mai pragmatică și orientată spre obiective. Utilizarea Viewpoints ca formare poate fi urmărită până la activitățile companiei SITI, fondată de Suzuki și Bogart. Membrii Companiei SITI identifică formarea regulată și colectivă ca element de formare a identității companiei și urmăresc o abordare non-ierarhică a practicii de creare a comunității. Filozofia Viewpoints este influențată de tendințele intelectuale din a doua jumătate a secolului XX și de mediul cultural newyorkez. Cu toate acestea, o parte dominantă a acestui mediu a fost reprezentată de influența gândirii din Extremul Orient. Astfel, nici tehnica Viewpoints, nici formarea Companiei SITI nu pot fi descrise ca fiind o practică specific americană.

Formarea Odin, SCOT și SITI este fundamental diferită, însă prezintă și multe asemănări. Deși din punct de vedere geografic am studiat practicile unei companii europene, asiatice și americane, aceste practici nu sunt legate de o singură cultură. Se poate spune că toate practicile sunt definite de o anumită formă de gândire orientală. Logica trainingurilor este determinată în mod fundamental de abordarea practicii și a învățării continue, care face parte din tradiția performativă orientală. De acum înainte, formarea este întotdeauna un fel de creuzet, combinând practici, idei și tehnici corporale din diferite culturi și tehnici în funcție de nevoile unui grup. În multe cazuri, tehnica de formare evoluează, se schimbă și se dezvoltă odată cu grupul. Mediul dominant în acest sens este retragerea și izolarea – nu doar în cazul Odin și SCOT, ci și în cazul OTP Gardzienice, Teatr Laboratorium, Workcenter of Jerzy Grotowski și Thomas Richards –, dar pot fi observate și alte exemple în cazul SITI. O diferență importantă, totuși, este că, în timp ce tehnicile de instruire ale Odin și SCOT au fost dezvoltate cu un singur grup, compania SITI a încorporat tehnici de training de la alți autori – Metoda Suzuki și Viewpoints – în propria practică.

În definirea trainingului, este important de reținut că nu este vorba de o metodă sau o tehnică, ci de un eveniment în care o comunitate aplică o metodă sau o tehnică. Definirea trainingului este întotdeauna un proces extrem de complex. În cadrul analizei, se poate observa că comunicarea zilnică a creatorilor cu trainingul a creat o multitudine de definiții personale și metaforice. Ian Watson susține că trainingul actorilor servește întotdeauna

pregătirii ca interpret.¹⁸ Această afirmație este parțial adevărată pentru toate cele trei traininguri examinate. Bineînțeles, trainingurile au întotdeauna un rol în pregătirea ca interpret și creator. Cu toate acestea, în toate cele trei cazuri, trainingul a avut definiții care nu erau neapărat legate de pregătire.

Așa cum a fost definit de Barba, de către actori (Roberta Carreri, Julia Varley, Iben Nagel Rassmussen, Torgeir Wethal) și analiști (Ian Watson, Adam J. Ledger, Erik Exe Christoffersen, Tatiana Chemi), trainingul Odin este (1) un instrument de învățare și cultură comună, (2) un spațiu de testare și dezvoltare, (3) un spațiu de regularitate și practică, (4) un spațiu de cercetare, (5) un spațiu individual și liber, (6) un spațiu comunitar, (7) o formă de lucru, (8) o iluzie, o dogmă, o cameră de stafii.

Pentru SCOT și Suzuki, metoda Suzuki este (1) kunren, o disciplină, (2) un test, o măsură și un diagnostic, (3) via negativă, un instrument de eliminare, (4) un instrument de dezvoltare, (5) un limbaj comun, (6) un câmp de experimentare, (7) un instrument de coeziune comunitară și (8) o matrice.

În terminologia lui Overlie, Viewpoints reprezintă (1) o structură, (2) un spațiu de descoperire, explorare și necunoaștere, (3) spațiul observației și al autodezvăluirii. Pentru Bogart și Landau, trainingul este (1) o filozofie formalizată într-o tehnică, (2) un cadru conceptual și (3) un set de puncte de conștientizare pe care interpretul le folosește în munca sa. În practica companiei SITI, formarea funcționează ca (1) o axă orizontală care definește identitatea companiei și (2) un eveniment neierarhic.

În toate cele trei cazuri, trainingul a fost definit ca un timp al individului creativ. În timpul trainingului, individul creativ are ocazia de a se confrunta cu starea sa la nivel zilnic: să examineze modul în care practicile pe care le efectuase anterior rezonază cu psihofizica sa în momentul prezent. Individul are posibilitatea de a-și evalua starea actuală în raport cu exercițiile și experiențele anterioare. Trainingul este un fenomen în continuă schimbare, care se modifică odată cu corpul practicantului. Tehnica poate fi fixată, ca un text, dar trainingul în sine poate avea loc doar în momentul prezent. Practicantul se poate confrunta cu el însuși, cu obiceiurile și blocajele sale, fără a fi nevoie să creeze. Trainingul este introspecție activă, zilnică și, prin urmare, un proces personal și imprevizibil. Actorul, în timp ce se examinează pe sine, se pregătește, de fapt, pentru a-și întruchipa la maximum rolul de interpret, nu neapărat la nivelul de formare a priceperilor și abilităților, ci în conformitate cu via negativă,

¹⁸ Ian Watson, Introduction, In: *Performer Training – Developments Across Cultures*, ed.: Ian Watson, New York és London, 2001, 1–2.

logica confruntării, a recunoașterii și a demontării. Evenimentul trainingului poate include însușirea unor abilități, dar adevăratul training reprezintă, în primul rând, practică. Deoarece actorul nu trebuie să creeze ceva în timpul trainingului, aceste reprezintă un timp de lux al individului, timpul personal al creatorului.

Trainingul a fost definit, de asemenea, ca fiind timpul grupului pentru sine. Deși munca colectivă a grupului poate fi observată și în timpul repetițiilor, scopul acestora nu este în primul rând acela de a se asculta unii pe alții, ci de a crea. Ascultarea reciprocă este o condiție a repetiției. În timpul trainingului, membrii grupului învață și exersează cum să existe împreună: modalități de relaționare reciprocă, relația dintre individ și comunitate și gestionarea dinamicii grupului. În toate cele trei modalități de training analizate, membrii grupului au simțit că locul lor în cadrul grupului este egal. Chiar și în structura ierarhică a SCOT sau în sistemul de adopție al lui Odin, individul a devenit egal cu colegii săi în timpul trainingului. În training, nu este vorba de cine are mai multă experiență sau cine este mai priceput, ci de participarea comună și de lupta comună, care este esențială. Trainingul este în mod fundamental un spațiu-timp neierarhic în viața grupului. Abordarea de practică constantă a trainingului atrage în mod latent atenția asupra faptului că nimeni nu este pregătit, toată lumea este în continuă schimbare și evoluție, astfel încât statutele fixe din cadrul grupului își pierd semnificația. Nu există protagoniști sau actori secundari printre cei care se angajează în training, ci doar participanți. În acest fel, cred că trainingul are un efect pozitiv asupra dinamicii grupului.

De asemenea, trainingul este un eveniment cotidian în viața companiilor studiate, care, după un timp, se definește ca o rutină zilnică. Acesta poate fi un astfel de eveniment și pentru o comunitate neasociativă (care nu funcționează ca o companie permanentă), dar este mai dificil să se mențină continuitatea. Caracterul de eveniment al trainingului servește ca un fel de punct de siguranță sau de autodefinire pentru grup. În mijlocul situațiilor și evenimentelor stresante din viața companiei, formarea poate fi un punct de siguranță (conflictele lui Odin și Barba) și o autodefinire în sensul că angajamentul față de formare, alături sau în locul liderului, devine baza identității grupului (fondarea companiei SITI).

O parte a autodefiniției constă în faptul că trainingul surprinde întotdeauna cultura aleasă și cadrul etic al unui grup. Grupul se afirmă prin exerciții, prin tipul de formare, prin gestionarea spațiului și a timpului și prin competențele formate. Ei susțin implicit că „noi prețuim aceste lucruri”. Punctele focale se pot schimba de la un grup la altul și în cadrul unui grup de-a lungul timpului (de exemplu, în cazul Odin, pe măsură ce accentul se mută pe cercetarea individuală, sau în cazul metodei Suzuki, prin faptul că accentul se mută de la

utilizarea tradițională japoneză a corpului la principii mai universale care pot fi aplicate tuturor), dar punctele focale definesc întotdeauna cultura comunității. Cine definește cultura comunității variază de la caz la caz: la Odin, inițial Barba, apoi din ce în ce mai mult actorii; la SCOT, în mod clar Suzuki; la SITI Company, actorii încă de la început. Cultura și cadrul etic sunt foarte diferite din multe puncte de vedere între companii, dar există și puncte identice: ele acceptă că omul este o ființă în schimbare, a cărei variabilitate poate fi exprimată în termeni de dezvoltare, stagnare sau declin. Companiile angajate în traininguri optează pentru progres, chiar dacă acesta merge adesea mână în mână cu rătăcirea, stagnarea și disperarea. Companiile angajate în diferitele forme de training actoricesc reprezintă un demers de luptă și progres.

Această abordare implică întotdeauna o revizuire a modelelor și obiceiurilor din trecut. Devine o rutină să recunoști și să eviți obișnuința, munca „inconștientă”, „fără minte” și „de rutină”, și să-ți ghidezi cu precizie mintea.¹⁹ Punerea în discuție a obișnuințelor are ca rezultat o dezechilibrare sistematică: existența periculoasă în momentul prezent, în care cunoștințele actorului pot să nu mai fie valabile pentru ziua respectivă, să nu-l mai servească și să nu-l caracterizeze. În explorarea trainingului, creatorul spune „da” explorării unor teritorii interioare necunoscute. Explorarea acestor zone este un proces dificil și periculos din punct de vedere emoțional, deoarece ele amenință imaginea actuală a sinelui. În acest fel, eul se trăiește pe sine nu ca o unitate, ci ca un proces, devenind în mod constant altcineva. Trăind în continuă schimbare, conștiința de nesfârșit poate fi înspăimântătoare.

Pericolul poate lua mai multe forme în training: în procesul continuu de re-formare, menționat mai sus, în persoana conducătorului trainingului sau în complexitatea exercițiilor (exerciții cu baston), în riscul de accidentare (acrobații) etc. Prezența pericolului determină în mod fundamental logica antrenamentului. Dacă antrenamentul nu este „periculos”, atunci nu există nimic de pierdut, nu există miză și trainingul poate fi redus la o simplă repetiție. În acest sens, pericolul înseamnă depășirea limitelor fizice și psihologice sigure, dar fără a provoca vătămări fizice sau psihice. În timpul trainingului, practicantul se experimentează în condiții extreme, făcând tot posibilul pentru a se asigura că nici el, nici colegii săi și nici spațiul nu sunt afectați. Experimentarea fizică a unor limite necunoscute (antrenamente extrem de lungi sau dificile), aventurarea mentală în teritoriu necunoscut cu deschidere, curiozitate și concentrare. În timpul spectacolului, actorul trăiește o situație stresantă,

¹⁹ Frank Camilleri, „On habit and performer training”, *Theatre, Dance and Performance Training*, Vol. 9. No.1., London – New York, Routledge, 2018 (36–52), 41. Apud: Phillip Zarrilli, *Psychophysical Acting – An Intercultural Approach after Stanislavski*, London és New York, 2009, 30, 90, 103.

deoarece este expus atenției și judecății publicului. În acest sens, trainingul este analog cu întâlnirea cu spectatorul: practicantul experimentează o situație stresantă și dezvoltă strategii de adaptare pentru a rămâne un participant activ în situație și pentru a nu fi inhibat de stres sau teamă în acțiunile sau gândirea sa.

Jocul cu pericolul și depășirea limitelor este o parte naturală a învățării umane, a descoperirii lumii și a descoperirii propriei noastre persoane. Chiar și cu o coordonare motorie instabilă, un copil mic va sta în picioare și va încerca să meargă în două picioare în spațiu, imitând comportamentul adulților, pentru a explora realitatea din jurul său. În mod optim, riscul de cădere nu limitează copilul în acest proces. Mai târziu, jucăriile copiilor îi obișnuiesc și ele cu pericolul. Unele jucării creează o experiență de pericol într-un mediu sigur. Un leagăn creează o experiență de pericol prin senzația de răsturnare, instabilitate și cădere, fără ca copilul să fie în pericol fizic. O logică similară se aplică balansoarului, toboganului și multor alte jucării de teren de joacă concepute de adulți. În acest caz, adultul creează cadrul sigur în care copilul experimentează pericolul. Aceste jucării sunt de obicei asociate cu un sentiment pozitiv de descoperire și autopromovare. Relația dintre practicant și formator este similară din acest punct de vedere. Formatorul creează un cadru sigur prin regulile exercițiilor, în care practicantul poate descoperi ceva despre el însuși, despre mediul înconjurător, despre comunitate sau despre personajul fictiv, împreună cu experiența pericolului. Totuși, acest pericol este un pericol suspendat, în care, în mod ideal, practicantul rămâne în siguranță din punct de vedere fizic și psihologic. Pentru a reveni la exemplu, copilul caută, de asemenea, forme noi, necunoscute și, prin urmare, potențial periculoase de descoperire pe cont propriu. Poate fi vorba de cățărutul într-un copac, săritură de la înălțime, săritură în apă etc. În acest caz, forma de pericol nu este limitată și, prin urmare, pericolul nu este suspendat. Din punctul de vedere al actorului, un pericol similar poate apărea din cauza lipsei de cunoaștere precisă a exercițiilor sau din cauza unei pregătiri inițiale fără un ghid. Continuând pe această linie de gândire, deci, prin bucuria descoperirii copilărești și a jocului de copil, ne obișnuim cu experiența pericolului suspendat. În acest fel, formarea actorului adult de mai târziu este mai mult o rememorare a unei stări anterioare sau o defalcare a controlului psihic, fizic și emoțional învățat decât însușirea a ceva nou.

Rolul formatorilor poate fi definit prin menținerea cadrului de formare. Rolul regizorilor care construiesc tehnica de training se schimbă atunci când practicanții intră în faza de practică: formatorii trec de la rolul de a crea și de a preda la cel de a menține și de a opera cadrul de formare. Aceste roluri sunt adesea amestecate ulterior: facilitatorul poate reveni la rolul de profesor în relația cu noii membri ai grupului sau se poate redefini ca fiind creatorul

procesului atunci când regândește un exercițiu. Cu toate acestea, în timpul formării, sarcina principală a formatorului este de a crea o atmosferă tensionată în care timpul și spațiul precis îi permit practicantului să se autopromoveze. În acest fel, formatorul menține un fel de control: nu permite oboselii sau disconfortului, conștient sau inconștient, să reducă intensitatea exercițiului. Formatorul, în terminologia yoga, „ține spațiul” și semnalează când actorul nu se mișcă în limitele abilităților sale actuale, ci devine permisiv cu el însuși.

În plus, în funcție de grup, trainingul formează un soi de limbaj comun în care creatorii comunică în timpul procesului de creație. Prin intermediul trainingului, comunitatea tematizează și numește problemele interpretului, calitățile dorite ale interpretului sau elementele lucrării, iar comunitatea își explorează propria terminologie, care variază de la un grup la altul, dar care este adesea sinonimă cu terminologia altor grupuri.

Trainingul este un spațiu de trăire liberă a personajului, în funcție de spectacol. O trăsătură comună a trainingurilor actorilor este aceea că creatorii integrează personajul, textul sau cântecul, elemente ale spectacolelor, într-o formă sau alta. Întâlnirea dintre actor și rol sau text nu este determinată de logica sau de punerea în scenă a spectacolului, ci de dorința de explorare și de cercetare, pe care formatorul o implementează prin intermediul unui set de instrumente fixe, construite sau sugerate, prin exerciții. Tehnica de training poate servi ca un set de instrumente pentru încălzirea înainte de spectacol. De asemenea, compania se poate angaja în training și înainte de spectacol, dar acest training nu este niciodată echivalent cu încălzirea. Trainingul reprezintă un spațiu de auto-transcendere în care interpretul nu poate intra decât cu o condiție fizică și psihică deja încălzită.

Trainingul definește întotdeauna o imagine ideală a actorului, un ideal construit care poartă calitățile pe care dorim să le atingem prin training. Imaginea actorului ideal include termenii spre care tinde compania prin training. Termenul comun observat este, înainte de toate, prezența. Conceptele de prezență sunt extrem de diverse, dar sensul lor comun este acela că actorul devine interesant în situația de a fi privit. Un concept similar cu cel de prezență este cel de angajament [engagement], care, deși nu se regăsește în vocabularul tuturor celor trei traininguri, este în general înțeles și încorporat logic în gândirea despre actorul ideal. Starea de implicare este echivalentă cu concentrarea psihofizică totală a actorului asupra momentului prezent și cu capacitatea sa de a răspunde la noi impulsuri. Reactivitatea, reacțiile instinctive, sunt, de asemenea, un element definitoriu al acestui proces de gândire. Cu toate acestea, atunci când se interpretează reactivitatea, este important să se discute despre faptul că sarcina formatorului este de a oferi un răspuns coerent la impulsul dat. Ceea ce formatorii înțeleg adesea prin răspunsuri *autentice, reale sau oneste*

poate fi interpretat ca însemnând răspunsuri consistente sau coerente. De altfel, *sinceritatea* actorului este greu de interpretat în teatru. Treaba actorului este să nu fie onest sau, cel puțin, să nu-și trăiască onestitatea în cadrul eului său obișnuit. Pot ilustra acest lucru spunând că un actor este sincer chiar și atunci când se află într-o situație de vizionare, dar incapabil să dea viață personajului său practicii sale. În acest caz, comportamentul său este sincer, dar nu este coerent cu momentul sau cu realitatea personajului său. Dacă interpretăm cuvintele sincere sau autentice în termeni de coerență, putem analiza mai bine munca actorului. Formarea antrenează această logică a coerenței prin practica acțiunii și reacțiunii. În plus, termenul de sinceritate poate fi înlocuit cu cel de personalitate, care este foarte important în practica tuturor celor trei forme de antrenament analizate. Actorul nu poate da reacții coerente decât prin implicarea și angajarea totală a corpului și a minții sale, prin experiența sa personală. Astfel, deși formarea este un proces comun, dar capătă nuanțe pronunțat individuale.

Folosind vocabularul Odin Teatret, actorul ideal poate fi construit ca (1) având prezență, (2) fiind reactiv și pregătit, (3) fiind capabil să-și construiască un corp determinat, (4) fiind perseverent, (5) fiind disciplinat și autodisciplinat, (6) liber, spontan, autodefinitor, (7) autentic, veridic, natural, (8) anti-rutină, explorator, (9) absorbit de sine, capabil să se lase experienței de flux, (10) are un „corp transparent”, complet,²⁰ (11) jucător de echipă.

Suzuki spune despre actorul ideal că este (1) liber, (2) unitar cu corpul său, (3) creativ, personalitate de teatru independentă, (4) prezent, seducător, înșelător, (5) capabil să creadă, (6) pregătit și mereu gata, (7) capabil să se transcende pe sine însuși.

Overlie, Bogart și Landau sunt de acord că actorul trebuie să fie (1) conștient, (2) deschis, (3) receptiv, (4) implicat, participativ, angajat, (5) receptiv, (6) resemnat. Overlie continuă să descrie actorul său ideal ca fiind un anarhist original, care este (1) un cercetător și (2) interesant chiar și în sine, fără să joace un rol. Potrivit lui Bogart și Landau, actorul trebuie să fie capabil (1) să se schimbe, (2) să se conecteze la experiența fluxului, (3) să se diferențieze, (4) să existe în extreme și (5) să folosească energii opuse.

Actorii ideali în sensul sistemelor Odin, SCOT și SITI sunt auto-identici în contradicțiile lor: își pot controla și relaxa corpul, pot fi disciplinați și relaxați, pot lucra independent și în echipă, pot ocupa și oferi spațiu, pot exista conștient și instinctiv, se pot conecta la experiența fluxului, dar își păstrează controlul etc. Lista perechilor de opuse continuă și indică faptul că

²⁰ Iben Nagel Rasmussen, *The Blind Horse – Dialogues with Eugenio Barba and Other Writings*, ed.: Adriana Parente La Selva. Hollandia, BoekenGilde, 346 – 347.

modul de existență așteptat de la actor este ea însăși paradoxală sau valabilă doar în opusele sale. Dacă un actor este prea disciplinat, antrenorul îl va încuraja să renunțe la control. Atunci când este prea necontrolat, accentul va fi pus pe control. Atunci când are ambele abilități, imprezibilitatea și deciziile surprinzătoare vor fi tema principală a trainingului. Acest lucru sugerează că realizarea libertății apare ca un concept unic în formarea actorilor. În acest caz, libertatea înseamnă capacitatea actorului de a întruchipa calități opuse și de a le varia în mod creativ fără a fi împiedicat de blocaje mentale. Libertatea actorului este, de asemenea, un paradox în sine, deoarece chiar și cea mai liberă improvizație este determinată de principii pe care formatorul le stăpânește și le urmează. În acest fel, libertatea actorului este întruchiparea sentimentului de libertate în limite, care este o calitate a trăirii. Actorul ar trebui să trăiască limitările sale ca pe o oportunitate de a se realiza. Participanții la traininguri sunt în continuă căutare a experienței lor de libertate care apare și dispare în limitele practicilor lor.

Actorul ideal este, de asemenea, perseverent și curios, capabil să îndeplinească aceleași sarcini sau sarcini similare pe o perioadă lungă de timp, găsind noi impulsuri în exerciții. Actorul ideal este întotdeauna extrem: nu doar în sensul de *neordinar*, ci și în sensul de potențare a cotidianului. Prin abordarea sa exploratorie, el se străduiește să se transcende constant, fiind capabil să caute și să trăiască extremele existenței sale neordinare. Formarea este astfel paradoxală și extremă, creând o situație în care practicantul își experimentează existența autocontradictorie în extremele acesteia.

Timpul trainingului, ca și timpul corpului și al spectacolului, este un timp prezent continuu. Deși două sesiuni de training pot fi similare, ele sunt inerent diferite. Dacă, în loc să trăiască timpul prezent al trainingului, practicantul se blochează mental în trecut sau se orientează în gândurile sale către viitor, instruirea își pierde sensul și intervine munca „fără minte”, „inconștientă” și „de rutină” în sensul lui Zarrilli. Timpul prezent al trainingului implică în mod natural timpul prezent și variabilitatea corpului. Prin training, practicantul nu dorește în primul rând să-și modeleze corpul, ci să-l trăiască în totalitatea sa. Corpul nu este un mijloc de antrenament, ci o suprafață. În timpul antrenamentului, artistul încearcă să-și aducă corpul-minte, sau corpul-lume, în cea mai bună stare de acțiune posibilă, dar limitele corpului său reprezintă o barieră în acest sens. Aceste limite pot fi extinse până la un anumit nivel. Odată cu îmbătrânirea, limitele fizice și mentale pot fi îngustate, dar nu devin bariere în calea trainingului, ci fac parte din acesta. Deși îmbătrânirea organismului nu poate fi atât de mult tematizată în cadrul trainingului, care se desfășoară pe o perioadă limitată de timp, în trainingurile de lungă durată aceste fenomene devin în mod natural parte a procesului. În

acest sens, formarea este un mediu pentru o confruntare sinceră: „cine sunt eu acum?”. Experiența îmbătrânirii, schimbarea abilităților, așa cum a fost tematizată de mai mulți actori din Odin și de Ellen Lauren, îi oferă actorului posibilitatea de a se concentra pe altceva: pe experiența calitativă a trainingului, mai degrabă decât pe posesia cantitativă a abilităților. Nu se pune problema a ceea ce nu sunt capabil să fac, ci a ceea ce sunt capabil să fac și a modului în care pot face acest lucru. Pregătirea actorului este, așadar, diferită de cea a sportivului: nu este orientată spre performanță, ci spre calitate. Trainingul tematizează astfel schimbarea.

Relația dintre antrenament și timp este interesantă și în sensul că ea constituie un fel de timp diferențiat pentru trupă. Trupa suspendă cotidianul în timpul trainingului. Actorul se străduiește să treacă de la sinele său cotidian la sinele său creativ ideal prin intermediul evenimentului de training. În acest efort continuu, el își folosește corpul și sistemul nervos conform unor reguli diferite, pe care le cheamă la viață ca *a doua sa natură*.²¹ Timpul antrenament este un timp de lux, deoarece nu este productiv, dar creează o bază solidă pentru crearea unui produs prin formarea individului și a comunității. Trainingul poate economisi timp prin logica faptului că dezvoltă condiția fizică și mentală a interpretului, promovează pozitiv dinamica de grup și creează un vocabular comun, astfel încât la începutul repetiției să nu mai existe o distanță atât de mare de parcurs între comportamentul cotidian și cel neordinar. Cu toate acestea, având în vedere structura companiilor de teatru, trainingul nu poate avea loc decât în condiții de timp de lux, când compania nu funcționează în logica producției de performanță orientată spre piață. Crearea acestui timp de lux este, în opinia mea, o chestiune de alegere, deoarece efectul de „pierdere de timp” al trainingului și efectul de accelerare a trainingului asupra procesului de repetiție se pot compensa reciproc.

Odin Teatret și-a construit propriul antrenament folosind diferite tehnici corporale: (1) pantomimă, mimesis corporal, (2) acrobație, exerciții plastice, (3) biomecanică, (4) tehnici de dans (balet, tradiția candomblé, dans de societate, capoeira, dans de cabaret, dans modern, dansuri latino-americe etc.) și artele spectacolului din Orientul Îndepărtat (kathakali, odissi, topeng și legong, noh, kabuki, kjoggen), (5) yoga și kalaripayattu, (6) commedia dell'arte și clownerie. În plus, setul de instrumente ale trainingului poate include (1) imageria internă și (2) utilizarea improvizației.

²¹ Eugenio Barba, *Papirkenu – Bevezetés a színházi antropológiába*, ford.: Andó Gabriella és Demcsák Katalin, Budapest, Kijarat Kiadó, 2001, 39.

Instrumentele metodei Suzuki provin în primul rând din tradiția clasică japoneză de arte performative și includ elemente ale (1) „corpului invizibil”²² (respirația, centrul corpului și energia animală²³), (2) utilizarea tradițională japoneză a corpului (contrapunct, utilizarea conștientă a părții inferioare a corpului și a picioarelor și poziția de echilibru modificată), (3) masca neutră și (4) utilizarea imaginilor interne, respectiv a viziunii interne.

Pe baza cursurilor de formare pe care le-am studiat, aș spune că trainingurile moderne ale actorilor nu își au propriul set de instrumente. Trainingul actoricesc este doar un cadru de timp și spațiu, un angajament de grup față de o etică și o structură de lucru de dezvoltare continuă. Setul de instrumente al trainingului actorului modern este întotdeauna utilizarea unei alte tehnici corporale sau a unui alt gen de spectacol: yoga, acrobație, genuri de spectacol clasic care utilizează triada dans-cântec-vorbire (odissi, kathakali, noh, kabuki, Peking Opera), diverse tehnici de dans, sport și arte marțiale. Seturile de instrumente sunt întotdeauna selectate de către un regizor, coregraf sau formator pentru a se potrivi cu imaginea actorului ideal și cu obiectivul care trebuie atins. În multe cazuri, setul de instrumente de formare este creat pentru a întruchipa viziunea unui regizor, dar odată dezvoltat, pregătește actorul nu numai pentru a realiza acea viziune. Dovadă este faptul că exercițiile de training sunt utilizate și în multe alte contexte, în activitatea altor tipuri de companii sau în educația teatrală instituțională. Cadrul trainingului creează astfel produse și practici care pot avea un impact pozitiv în afara logicii trainingului, datorită specificațiilor menționate mai sus.

Practicile preluate din alte surse se bazează însă, de obicei, pe o logică diferită. În multe cazuri, structura exercițiului este determinat de dezvoltarea unor calități estetice (tehnici de dans), de utilizarea și practicarea unui sistem codificat de semne (genuri de spectacol din Orientul Îndepărtat) sau chiar și de o atitudine centrată pe rezultate (sport și arte marțiale). Relația lui Grotowski cu yoga a arătat, de asemenea, că practicile preluate din alte părți au trebuit să fie reelaborate pentru a funcționa ca elemente de antrenament adecvate propriei sale viziuni de performanță. Calitatea dorită a interpretului a devenit, în acest fel, punctul central al exercițiului.

În consecință, designul structural al exercițiilor reimaginat imită adesea părți din procesul de repetiție sau din situația de spectacol. Exemple în acest sens sunt, printre altele, relația exercițiilor de training cu pericolul, interpretarea relației cu eroarea sau exersarea

²² Tadashi Suzuki, *Culture is the Body*, trad.: Kameron Steele, New York, Theatre Communication Group, 2015, 59–60.

²³ Ibid. 103–104.

logicii de acțiune-reacție. Prin aceste exerciții, actorul deconstruiește, mimează și repetă parțial elemente ale situației de comunicare teatrală. Poate că, în acest fel, trainingul actorului diferă de alte antrenamente bazate pe exerciții: prin exerciții, el modelează modalitatea de gândire specifică situației teatrale. Acest mod de gândire nu este uniform, desigur, ci mai degrabă divers, dar există totuși elemente centrale, enumerate mai devreme, care formează o origine comună în diversitate.

Exercițiile de training pot fi clasificate în funcție de gradul lor de fixitate. (1) Codificate: exercițiile de formare, instrumentele și managementul corpului sunt fixe. Un exemplu este metoda Suzuki. (2) Set de instrumente variabil: exercițiile de formare au o bază structurală, dar variația acestora depinde de formator, iar improvizația este un factor semnificativ în formare. Un exemplu este exercițiul Odin Teatret. (3) Improvizat: logica exercițiilor este mai bine explorată, elementele sunt tematizate, există puncte de plecare sugerate, dar exercițiile în sine nu sunt fixe. Improvizația stă la baza lucrării, ca în Viewpoints.

Instrumentarul comun al trainingurilor este poate cel mai evident în logica, cadrul etic și filosofia lor. Principiul auto-transcenderii este inerent teatrului. Actorul este întotdeauna un semn al unui personaj, al unei idei, al unei ființe dincolo de el însuși pe scenă. Chiar și atunci când se înscenează *pe sine însuși*, el nu poate fi înțeles decât ca o reprezentare, un semn al lui însuși. Trainingul actoricesc oferă mijloacele și spațiul pentru a exersa devenirea și transformarea, fără ca actorul să fie nevoit să se conformeze publicului sau regiei.

În finalul tezei fac sugestii pentru continuarea cercetărilor pe această temă (analiza altor traininguri cu aceeași metodologie de cercetare, dar cu aplicarea mai organică a abordării postumane, investigarea tehnicilor de cool-down) și propun utilizarea trainingurilor și a rezultatelor tezei în domeniul educației teatrale și aplicarea instituțională.

Publicații în domeniul tezei

Am publicat în total nouă lucrări pe tema tezei de doctorat. (1) Primul meu studiu a apărut în 2016 în revista *Játéktér*. Subiectul său este o descriere generală a metodei Suzuki.²⁴

(2) În 2017, am publicat un articol în revista *Színház* despre formarea sistematică prin metoda Suzuki. Articolul a abordat punctul de plecare al cercetării mele doctorale, rolul formării din perspectiva muncii creative.²⁵

²⁴ Kozma Gábor Viktor, „»Az előadás akkor veszi kezdetét« – A Suzuki-módszerről”, *Játéktér*, Vol.V. No.3., 2016, (25–31).

²⁵ Kozma Gábor Viktor, „A rendszeres tréningben hiszek”, *Színház*, Vol.L.No.7., 2017, (75–80).

- (3) În 2018, am studiat integrarea metodei Suzuki în învățământul superior de limbă maghiară în studiul meu publicat în *Symbolon*, ceea ce a fost subiectul diplomei mele de master în pedagogie. În acest studiu, descriu structura pedagogică a metodei de formare Suzuki, examinez beneficiile pedagogice ale acesteia pe baza unui sondaj prin chestionar și recomand posibile opțiuni de aplicare în învățământul superior.²⁶
- (4) Tot în acest an, prezentarea mea în limba engleză la conferința Vanishing Points a fost publicată într-un număr special al revistei *Symbolon*. Tema a fost o comparație analitică a metodei Suzuki cu abordarea realismului psihologic.²⁷
- (5) În 2019, am prezentat în revista *Játéktér* masterclassul de biomecanică din 2018 condus de Vladmir Granov la Budapesta și primul atelier internațional Belgrad + ChekhovFest din 2019. Participarea la workshopuri m-a ajutat să reflectez și asupra subiectului formării actoricești.²⁸
- (6) În 2020, un fragment dintr-un capitol al tezei mele de doctorat a fost publicat de *Theatron*. În lucrare descriu istoria trainingului Odin Teatret între 1964 și 1976.²⁹
- (7-9) În 2021, mai multe părți ale capitolului "Metoda Suzuki" din teza mea de doctorat au fost publicate în revista *Szenárium*.³⁰ Ultima parte este în prezent în curs de publicare.

Bibliografia tezei de doctorat

CĂRȚI, FRAGMENTE DE CARTE, ARTICOLE, TEZE DE DOCTORAT

ALLAIN, Paul és HARVIE, Jen, *The Routledge Companion to Theatre and Performance*, London és New York, Routledge, 2014.

ALLAIN, Paul *The Art of Stillness – The Theatre Practice of Tadashi Suzuki*, New York, Palgrave-Macmillan, 2002.

²⁶ Kozma Gábor Viktor, „A Suzuki-módszer hazai, felsőoktatási integrálásának elképzelése”, *Symbolon*, Vol. XIX., spec., 2018, (109–128).

²⁷ Kozma Gábor Viktor, „Theatrical Bridge: The Art and Actor Training Method of Tadashi Suzuki From a Hungarian Perspective”, *Symbolon*, Vol. XVII. No.31., 2018, (104-111).

²⁸ Kozma Gábor Viktor, „Alternatívák az előadó-művészeti képzésre”, *Játéktér*, Vol. VIII. No. 3., 2019, (17-24).

²⁹ Kozma Gábor Viktor, „Az Odin Teatret tréningje 1964-től 1976-ig”, *Theatron*, Vol. XIV. No. 2., 2020, (27-47).

³⁰ Kozma Gábor Viktor, „...játszani/cselekedni kell» Tadashi Suzuki színészténing-módszerének elemzése (1. rész)”, *Szenárium*, Vol. IX. No. 6., 2021, (54–73).

Kozma Gábor Viktor, „...játszani/cselekedni kell» Tadashi Suzuki színészténing-módszerének elemzése (2. rész)”, *Szenárium*, Vol. IX. No. 7–8.sz., 2021, (118–134).

- ALLAIN, Paul, „Physical actor training 2.0: new digital horizons”, *Theatre, Dance and Performance Training*, Vol. 10. No. 2., London – New York, Routledge, 2019 (169–186).
- ALLAIN, Paul, A Suzuki-módszer, IN: Jákfalvi Magdolna (ed.), *Színészképzés – Neoavantgárd hagyomány*, trad.: Kappanyos Ilona, Budapest, SZFE, 2013, (319–354).
- ALLAIN, Paul, *Gardzienice Polish Theatre in Transition*, London – New York, Routledge, 1997.
- BÁCS Miklós, „Színész és figura közös identitása – Suzuki »állati energiája«”, *Színház*, Vol. XLII. No. 3., 2009, (43–47).
- BAKOS Ferenc (ed.), *Idegen Szavak Szótára*, Budapest, Terra Budapest, 1978.
- BANES, Sally és CAROLL, Noël, „Cunningham, Balanchine, and Postmodern Dance”, *Dance Chronicle*, Vol. 29. No. 1., London – New York, Routledge, 2006, 49–61.
- BANES, Sally, *Terpszikoré tornacsukában – Az amerikai posztmodern tánc*, trad.: Galamb Zoltán, Budapest, Planétás Kiadó, 2000.
- BARBA, Eugenio és SAVARESE, Nicola (ed.), *A Dictionary of Theatre Anthropology: The secret art of the performer*, London – New York, Routledge, 2006.
- BARBA, Eugenio és SAVARESE, Nicola (ed.), *A színész titkos művészete – Színházantropológiai szótár*, trad.: Rideg Zsófia és Regős János, Budapest, Károli Gáspár Református Egyetem és a L’Harmattan Kiadó, 2020.
- BARBA, Eugenio és SAVARESE, Nicola, *The Five Continents of Theatre*, Leiden és Boston, Brill és Sense, 2019.
- BARBA, Eugenio *Papírkenu – Bevezetés a színházi antropológiába*, trad.: Andó Gabriella és Demcsák Katalin, Budapest, Kijárat Kiadó, 2001.
- BARBA, Eugenio, „The Ghost Room”, *Contemporary Theatre Review*, Vol. 19. No. 2., trad.: Judy Barba, London, Routledge, 2009, (214–220).
- BARBA, Eugenio, „The Kathakali Theatre”, *The Tulane Drama Review*, Vol. XI. No. 4., trad. și ed.: Simonne Sanzenbach, 1967, (37–50).
- BARBA, Eugenio, *Beyond the Floating Islands*, trad.: Judy Barba, New York, Performing Arts Journal, 1986.
- BARBA, Eugenio, *Hamu és Gyémánt országa*, trad.: Regős János – Pályi András, Budapest, Nemzeti Színház Nonprofit Zrt., 2015.
- BARBA, Eugenio, *On Directing and Dramaturgy – Burning the House*, London – New York, Routledge, 2010.

- BARBA, Eugenio, *The Floating Islands*, ed.: Ferdinando Taviani, trad.: Judy Barba et.al., Holstebro, Drama, 1979.
- BARBA, Eugenio, *The Moon Rises from the Ganges – My journey through Asian Acting Techniques*, ed.: Lluís Masgrau, trad.: Judy Barba, Holstebro - Malta - Wrocław - London - New York, Routledge, 2016.
- BARBA, Eugenio, *Theatre – Solitude, Craft, Revolt*, Aberystwyth, Black Mountain Press, 1999.
- BLAIR, Rhonda, *The Actor, Image and Action*, Oxon – New York, Routledge, 2008.
- BOGART, Anne – OVERLIE, Mary In: Anne Bogart, *Conversations with Anne: Twenty-four interviews*, New York, Theatre Communication Group, (469–488).
- BOGART, Anne, „Félelem, irányvesztés, nehézség.”, *Színház*, Vol. XLII. No. 11., trad.: Rosner Krisztina, 2009, URL: <http://szinhaz.net/2009/11/23/anne-bogart-felelem-iranyvesztes-nehezseg/>, data descărcării: 05. 02. 2022.
- BOGART, Anne, *And Then, You Act: Making Art in an Unpredictable World*, New York, Routledge, 2007.
- BOGART, Anne; LANDAU, Tina, *The Viewpoints Book – A Practical Guide to Viewpoints and Composition*, New York, Theatre Communication Group, 2005.
- BRADON, James R., „Training at the Waseda Little Theatre: The Suzuki Method”, *The Drama Review: TDR*, Vol. XXII. No. 4., 1978, (29–42).
- BRANDON, James. R., *Brandon’s Guide to Theatre in Asia*, Hawaii, University of Hawaii Press, 1976.
- BRODY, Jane Drake, *Acting, Archetype and Neuroscience*, Oxon – New York, Routledge, 2017.
- BROOK, Peter, *Változó nézőpont*, trad.: Dobos Mária, Budapest, Orpheusz Könyvkiadó – Zugszínház, 2000.
- BULLON, Stephen et. al. (ed.), *Longman Dictionary of Contemporary English*, Essex, Longman, 2003.
- BURT, Ramsay, *Judson Dance Theatre – Performative Traces*, London és New York, Routledge, 2006.
- CAMILLERI, Frank „On habit and performer training”, *Theatre, Dance and Performance Training*, Vol. 9. No. 1., London – New York, Routledge, 2018, (36–52).
- CAMILLERI, Frank „Towards the study of actor training in an age of globalised digital technology”, *Theatre, Dance and Performance Training*, Vol. 6. No. 1., London – New York, Routledge, 2015, (16–29).

- CAMILLERI, Frank *Performer Training Reconfigured*, London, New York, Oxford, New Delhi, Sydney, Methuen Drama, 2020.
- CAMILLERI, Frank, „»Habitual action«: beyond inner and outer action”, *Theatre, Dance and Performance Training*, Vol. 4. No. 1., London – New York, Routledge, 2013, (30–51).
- CAMILLERI, Frank, „Of Pounds of Flesh and Trojan Horses: Performer training in the twenty-first century”, *Performance Research*, Vol. XIV. No. 2., London – New York, Routledge, 2009, (26–34).
- CAMILLERI, Frank, On time and in visibility – training in context, In: Roberta Carreri, *On Training and Performance*, ed. și trad.: Frank Camilleri, London – New York, Routledge, 2014, (xi–xviii).
- CARNICKE, Charon M., Stanislavsky’s System, In *Actor Training*, ed.: Alison Hodge, London és New York, Routledge, (1–26).
- CARRERI, Roberta, *On Training and Performance*, London – New York, Routledge, 2014.
- CARRUTHERS, Ian – YASUNARI Takahashi, *The Theatre of Suzuki Tadashi*, Cambridge, New York, Melbourne..., Cambridge University Press, 2004.
- CHEKHOV, Michael, *To the Actor – On the Technique of Acting*, Eastford, Martino Fine Books, 2014.
- CHEMI, Tatiana, *A Theatre Laboratory Approach to Pedagogy and Creativity: Odin Teatret and Group Learning*, Melbourne, Creativity, Education and the Arts, 2017.
- CHRISTOFFERSEN, Erik Exe, *The Actor’s Way*, trad.: Richard Fowler, London – New York, Routledge, 1993.
- CLIMENHAGA, Royd, Anne Bogart and SITI Company: Creating the Movement, In: *Actor Training*, szerk.: Alison Hodge, New York – London, Routledge, 2010 (288–304).
- COPELAND, Roger, *Merce Cunningham - The Modernizing of Modern Dance*, London – New York, Routledge, 2004.
- CORTÉS Sebastián, *A színész teste – A színészképzés fizikai módszerei*, tezã de doctorat, Budapest, Színház és Filmművészeti Egyetem, 2018.
- CORTÉS Sebastián, A színészképzés Suzuki módszere, In: Farkas György (ed.), *Kelet és Nyugat, középkori és modern színház metszéspontján*, ed., Budapest, DOSZ, 2015, (9–26).
- CREELY, Edwin, „Method(ology), pedagogy and praxis: a phenomenology of the preperformative training regime of Phillip Zarrilli”, *Theatre, Dance and*

- Performance Training*, Vol. 1. No. 2., London – New York, Routledge, 2010, (214–228).
- CSEHOV, Mihail, *A színészhez*, ed.: Honti Katalin, Budapest, Polgár Kiadó, 1997.
- CSEKASSZKIJ, Szergej, „Sztanyiszlavszkij és a jóga”, *Színház*, Vol. XLV. No. 11., trad.: Koltai M. Gábor, 2012, URL: <http://szinhaz.net/2012/11/20/szergej-csekasszkij-sztanyiszlavszkij-es-a-joga/>, data descărcării: 05. 02. 2022.
- D'URSO, Tony és BARBA, Eugenio, *Viaggi con L'Odin – Voyages with Odin*, Milánó, Ubulibri, 2000.
- DENNIS Rea, „Viewpoints, creativity and embodied learning: developing perceptual and kinaesthetic skills in non-dancers studying undergraduate university drama”, *Theatre, Drama and Performance Training*, Vol. 4. No. 3., London – New York, Routledge, 2013 (336–352).
- EVANS, Mark, *Movement Training for the Modern Actor*, New York – London, Routledge, 2009.
- FÉRAL, Josette, „Did you say »training«?”, *Performance Research*, Vol. XIV. No. 2., London – New York, Routledge, 2009, (16–25).
- FISCHER-LICHTE, Erika, *A performativitas esztétikája*, trad.: Kiss Gabriella, Budapest, Balassi Kiadó, 2009.
- FODOR Tamás, „Füst az orkesztrából”, *Mozgó világ*, Vol. III. No. 1., 1977, (3–15).
- GÁBOR Miklós, *Tollal*, Budapest, Szépirodalmi Kiadó, 1968.
- GALLI, Francesco, – NAGEL RASMUSSEN, Iben, *Book of the Winds*, Holstebro, Odin Teatrets Forlag, 2019.
- GOETHE, Johann Wolfgang, *Szabályok a színész számára*, trad.: Mann Lajos, 1802, URL: https://www.criticailapok.hu/index.php?option=com_content&view=article&id=33604, data descărcării: 05. 02. 2022.
- GOODMAN, David G., *Satoh Makoto and the post-Shingeki movement in Japanese contemporary theatre*, Cornell University, University of Microfilms International, 1982.
- GORDON, Robert, *The Purpose of Acting – Modern Acting Theories in Perspective*, Michigan, University of Michigan Press, 2006.
- GOTO, Yukihiko, *Innovator of Contemporary Japanese Theatre*, teză de doctorat, Ann Arbor, UMI, 1988.
- GOUGH, Richard – SHEPHERD, Simon, „Editorial On Training”, *Performance Research*, Vol. XIV. No 2., London – New York, Routledge, 2009, (1–2).

- GROTOWSKI, Jerzy, *Színház és rituálé*, trad.: Pályi András, Pozsony, Kalligram, 2009.
- GROTOWSKI, Jerzy, *Towards a Poor Theatre*, ed.: Eugenio Barba, New York, Routledge, 2002.
- HODGE, Alison (ed.), *Actor Training (Second Edition)*, London és New York, Routledge, 2010.
- HODGE, Alison, „Gardzienice's Influence in the West”, *Contemporary Theatre Review*, Vol. XV. No. 1., 2005, (59–68).
- HOFF Frank, „Killing the Self: How the Narrator Acts”, *Asian Theatre Journal*, Vol. 2. No. 1., 1985, (1–27).
- JÁKFA LVI Magdolna (ed.), *Színházi Antológia*, Budapest, Balassi Kiadó, 2000.
- JÁKFA LVI Magdolna, NÁNAY István și SIPOS Balázs, *A második életmű – Székely Gábor és a színházcsinálás iskolája*, Budapest, Arktisz Kiadó, 2016.
- KAPSALI, Maria „»I don't attack it, but it's not for actors«: the use of yoga by Jerzy Grotowski”, *Theatre, Dance and Performance Training*, Vol. 1. No. 2., London – New York, Routledge, 2010, (185–198).
- KAPSALI, Maria „Rethinking actor training: training body, mind and ... ideological awareness”, *Theatre, Dance and Performance Training*, Vol. 4. No. 1., London – New York, Routledge, 2013 (73–86).
- KÉKESI KUN Árpád, *A rendezés színháza*, Budapest, Osiris Kiadó, 2007.
- KELERA, József, „Néhány szó a színésről”, *Színház*, Vol. XXXIII., Grotowski spec., trad.: Pályi András, 2000, (30–32).
- KOKUBU Tamocu, *A japán színház*, trad.: Kopecsny Péter, Budapest, Gondolat, 1984.
- KOLTAI Tamás, „A színház alkimistája: Eugenio Barba”, *Színház*, Vol. VII. No. 2., 1974, (10-13).
- KOZMA Gábor Viktor, „»Az előadás akkor veszi kezdetét« – A Suzuki-módszerről”, *Játéktér*, Vol. V. No. 3., 2016, (25–31).
- KOZMA Gábor Viktor, „A rendszeres tréningben hiszek”, *Színház*, Vol. L. No. 7.sz., 2017, (75–80).
- KOZMA Gábor Viktor, „A Suzuki-módszer hazai, felsőoktatási integrálásának elképzelése”, *Symbolon*, XIX. Vol, spec. 2018, (109–128).
- KOZMA Gábor Viktor, „Az Odin Teatret tréningje 1964-től 1976-ig”, *Theatron*, Vol. XIV. No. 2., 2020, (27–47).
- KOZMA Gábor Viktor, „»...játszani/cselekedni kell« Tadashi Suzuki színészténing-módszerének elemzése (1. rész)”, *Szcenárium*, Vol. IX. No. 6., 2021, (54–73).

- KOZMA Gábor Viktor, „»...játszani/cselekedni kell« Tadashi Suzuki színészténing-módszerének elemzése (2. rész)”, *Szcenárium*, Vol. IX. No. 7–8., 2021, (118–134).
- KUHLKE, Kevin „Mary Overlie: Absence and Presence”, *American Theatre*, URL: <https://www.americantheatre.org/2020/06/16/mary-overlie-absence-and-presence/>, data descărcării: 05. 02. 2022.
- LAMPE, Eelka, *SITI – A Site of Stillness and Surprise*, In: *Performer Training*, ed.: Ian Watson, Ausztrália, Kanada, Franciaország, Németország, India, Japán, Luxemburg (...), Harwood Academic Publishers, 2001, (171–189).
- LANCIERS, Barbara, „Egy amerikai klasszikus: Anne Bogart.”, *Színház*, Vol. XLI. No. 7., trad.: Szántó Judit, 2008, (48–52).
- LARSON, Kay, *Where The Heart Beats: John Cage, Zen Buddhism and the Inner Life of Artists*, New York, Penguin Press, 2012.
- LAUREN, Ellen, STEELE, Kameon, GRABŠTAITĚ Vesta et.al., *The International Symposium on the Suzuki Method of Actor Training*, Toga Arts Park, The Japan Performing Arts Foundation, 2012.
- LEABHART, Thomas, *Etienne Decroux*, London – New York, Routledge, 2007.
- LEACH, Robert, *Meyerhold and Biomechanics* In: *Actor Training*, Alison Hodge (ed.), London – New York, Routledge, 2010, (26–42).
- LEDER, Drew, *The Absent Body*, Chicago, University Of Chicago Press, 1990.
- LEDGER, Adam J.: *Odin Teatret – Theatre in a New Century*, London – New York, Palgrave Macmillan, 2012.
- LEHMANN, Hans-Thies, *Posztdramatikus színház*, trad.: Kricsfalusi Beatrix, Berecz Zsuzsa, Schein Gábor, Budapest, Balassi Kiadó, 2009.
- LEITER, Samuel L., *Historical Dictionary of Japanese Traditional Theatre*, Lanham, Maryland, Toronto, Oxford, The Scarecrow Press, 2006.
- MAKOTO, Satô, „On Vernacular Theatre”, *Performance Paradigm*, Vol. 2., trad.: Yuji Sone, 2006, URL: <https://www.performanceparadigm.net/index.php/journal/article/view/13/13>, data descărcării: 05. 02. 2022.
- MARSHALL, Lorna, *The Body Speaks*, London, Methuen Drama, 2008.
- MÁTĚ Gábor, *Színházi naplók*, Budapest, Magvető, 2018.
- MATTHEWS, John, *Training for Performance: A Meta-Disciplinary Account*, London, Methuen, 2011.

- MCCAWE, Dick, „Psychophysical Training for the Actor: A question of plumbing or wiring?”, *Performance Research*, Vol. XIV. No. 2., London – New York, Routledge, 2009, (60–65).
- MERLIN, Bella, *The Complete Stanislavsky Toolkit*, London, Nick Hern Books, 2007.
- MROZ, Daniel, *The Dancing Word – An Embodied Approach to the Preparation of Performers and the Composition of Performances*, Amsterdam és New York, Rodopi, 2011.
- MURRAY, Simon és KEEFFE, John, *Physical Theatre – A Critical Introduction*, London – New York, Routledge, 2007.
- MURRAY, Simon, „Keywords in performer training”, *Theatre, Dance and Performance Training*, Vol. 6. No. 1., London – New York, Routledge, 2015, (46–58).
- NAGEL RASMUSSEN, Iben, *The Blind Horse. Dialogues with Eugenio Barba and Other Writings*, szerk.: Adriana Parente La Selva. Hollandia, BoekenGilde, 2018.
- NÁNAY István, *A színpadi rendezésről*, Budapest, Magyar Drámapedagógiai Társaság, 1999.
- NÁNAY István, *Ruszt József*, Budapest, L’Harmattan, 2014.
- OIDA, Yoshi és MARSHALL, Lorna, *An Invisible Actor*, Bloomsbury, London, New Delhi, New York, Sydney, 1997.
- OVERLIE, Mary, *Standing in Space – The Six Viewpoints Theory & Practice*, Montana, Fallon Press, 2016.
- OVERLIE, Mary, The Six Viewpoints, In: *Training of the American Actor*, ed.: Arthur Bartow, New York, Theatre Communication Group, 2006, (187–221).
- PAGE, Kevin, *ACT - Advanced Consciousness Training for Actors*, Oxon és New York, Routledge, 2018.
- PAVIS, Patrice, *The Routledge Dictionary of Performance and Contemporary Theatre*, trad.: Andrew Brown, London – New York, Routledge, 2016.
- PERUCCI, Tony, „Dog Sniff Dog”, *Performance Research*, Vol. XX. No. 1., New York – London, Taylor and Francis, 2015, (105–112).
- PERUCCI, Tony, „On Stealing Viewpoints”, *Performance Research*, Vol. XXII. No. 5., London – New York, Taylor and Francis, 2017, (113–124).
- PERUCCI, Tony, The Six Viewpoints and The Art of Waiting (to become art), IN: *Affective Movements, Methods and Pedagogies*, ed.: Anne Harris és Stacy Holman Jones, London – New York, Routledge, 2021, (158–172).

- PRIOR, Ross, MAXWELL, Ian, SZABÓ Marianna și SETON, Mark, „Responsible care in actor training: effective support for occupational health training in drama schools”, *Theatre, Dance and Performance Training*, Vol. 6. No. 1. sz., London – New York, Routledge, 2015 (59–71).
- QUESTED, Eleanor – DUDA, Joan L., „Setting the Stage: Social-environmental and motivational predictors of optimal training engagement”, *Performance Research*, Vol. XIV. No. 2., London – New York, Routledge, 2009, (34–45).
- RICHARDS, Thomas, *At Work with Grotowski on Physical Actions*, London – New York, Routledge, 1995.
- RISUM, Janne, A Study in Motley – The Odin Actors, IN *Performer Training – Development Across Cultures*, ed.: Ian Watson, Amsterdam, Harwood Academic Publishers, 2001, (93–115).
- ROSNER Krisztina, „Utópia most van.”, *Színház*, Vol. XLII. No. 11.sz., 2009, URL.: <http://szinhaz.net/2009/11/23/rosner-krisztina-utopia-most-van/>, data descărcării: 05.02.2022.
- ROSNER Krisztina, *A színészi jelenlét és a csend dramatikusan-teátrális játéka*, Budapest, L’Harmattan, 2012.
- SAVARESE, Nicola, Training and the Point of Departure IN *A Dictionary of Theatre Anthropology: The secret art of the performer*, London – New York, Routledge, 2006, (281–287).
- SCHECHNER, Richard – WOLFORD, Wylam Lisa, *The Grotowski Sourcebook*, London és New York, 2001.
- SCHECHNER, Richard, A tréning interkulturális megközelítése, In: Eugenio Barba – Nicola Savarese (ed.), *A színész titkos művészete – Színházantropológiai szótár*, magyar trad.: Rideg Zsófia și Regős János, Budapest, Károli Gáspár Református Egyetem și L’Harmattan Kiadó, 2020, (295–297).
- SCHECHNER, Richard, *Performance Studies (Third edition)*, London – New York, Routledge, 2013.
- SCHECHNER, Richard, *Performance Theory*, London – New York, Routledge, 2003.
- SETON, Mark, MAXWELL, Ian și SZABÓ Marianna, „Warming up/cooling down: managing the transition on and off stage”, *Theatre, Dance and Performance Training*, Vol. 10. No. 1., London – New York, Routledge, 2019, (127–141).
- SHEPHERD, Simon, „The Institution of Training”, *Performance Research*, Vol. XIV. No. 2., London – New York, Routledge, 2009, (5–15).

- SIEGEL, Daniel J., *The Developing Mind – How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are*, New York, Guilford Press, 2012.
- SILVERMAN, Kenneth, *Begin Again – A Biography of John Cage*, Evanston, Northwestern University Press, 2010.
- SIMHANDL, Peter, *Színháztörténet*, trad.: Szántó Judit, Budapest, Helikon Kiadó, 1998.
- SIMON Balázs, *Áramlat a színházban – A színházi tevékenység pszichofiziológiai és viselkedéstudományi háttere*, teză de doctorat, témavezető: Dr. Bárdos György, SZFE, 2014.
- SPATZ, Ben, *What a Body Can do: Technique as Knowledge, Practice and Research*, London – New York, Routledge, 2015.
- STANISLAVSKI, Konstantin, *An Actor's Work on a Role*, trad. și ed.: Jean Benedetti, London – New York, Routledge, 2010.
- STANISLAVSKI, Konstantin, *An Actor's Work*, trad. și ed.: Jean Benedetti, London – New York, Routledge, 2008.
- SUZUKI Tadashi, „A kultúra a testben lakik”, *Színház*, Vol. XXXIX. No. 2., ed. și trad.: Kazuko Matsuoka, magh. trad.: Szántó Judit, 2006, (56–59).
- SUZUKI Tadashi, *Culture is the Body*, trad.: Kameron Steele, New York, Theatre Communication Group, 2015,
- SUZUKI Tadashi, TAKAHASHI Yasunari, *et.al – SCOT Suzuki Company of Toga*, publicație privată realizată de companie cu ocazia celei de-a zecea aniversări a Festivalului Toga, 1992.
- SUZUKI Tadashi, *The Way of Acting*, trad.: J. Thomas Rimer, New York, Theatre Communication Group, 1987.
- SZTANYISZLAVSZKIJ, Konsztantyin Szergejevics, *A színész munkája*, trad.: Morcsányi Géza, Budapest, Gondolat Kiadó, 1988.
- TAVIANI, Ferdinando, A Point of View, In: *The Floating Islands*, Holstebro, Denmark, Odin Teatret Forlag, 1979 (43–64).
- TAVIANI, Ferdinando, Bird's Eye View, In: *The Floating Islands*, Holstebro, Denmark, Odin Teatret Forlag, 1979, (9–24).
- TAVIANI, Ferdinando, Ways of Saying, In: *The Floating Islands*, Holstebro, Denmark, Odin Teatret Forlag, 1979 (93–114).
- TAYLOR, Yana, *Doctors of Presence: Tadashi Suzuki's method in Sydney Contemporary Performance*, teză de doctorat, Sydney, University of Sydney, 2007.

- TOMPA Andrea, „Mint akinek nincsenek tanítványai – A wroclawi emlékfesztivál”, *Színház*, Vol. XVII. No. 9., 2009, (2–5).
- TOPORKOV, Vaszilij, *Sztanyiszlavszkij a próbákon*, trad.: Benedek Árpád, Budapest, Művelt Nép Könyvkiadó, 1952.
- TURNER, Jane, *Eugenio Barba*, London – New York, Routledge, 2004.
- UNGVÁRI-ZRÍNYI Ildikó, *Bevezetés a színházantropológiába*, Marosvásárhely, Mentor Kiadó, 2011.
- VARLEY, Julia, *Notes from an Odin Actress – Stones of Water*, London – New York, Routledge, 2011.
- WATSON, Ian (ed.), *Performer Training – Developement Across Cultures*, Amszterdam, Routledge, 2001.
- WATSON, Ian, „The Odin actor: embodied technology, memory, and the corporeal archive”, *Theatre, Dance and Performance Training*, Vol. 4. No. 3., London – New York, Routledge, 2013, (399–411).
- WATSON, Ian, *Toward a Third Theatre: Eugenio Barba and the Odin Teatret*, London, Routledge, 1995.
- WATSON, Ian, Training with Eugenio Barba: Acting Principles, The Pre-expressive and „Personal Temperature”, In: *Actor Training*, Alison Hodge (ed.), London – New York, Routledge, 2010, (237–249).
- WOYCICKI, Piotr, „Repetition and the Birth of Language”, *Performance Research*, Vol. XIV. No. 2., London – New York, Routledge, 2009, (80–84).
- ZARRILLI, Phillip, *Acting (Re)Considered (Second Edition)*, London – New York, Routledge, 2002.
- ZARRILLI, Phillip, *Psychophysical Acting – An Intercultural Approach After Stanislavski*, London – New York, Routledge, 2009.
- ZARRILLI, Phillip, *Theatre Histories: An Introduction*, Abingdon, Routledge, 2010.

SURSE AUDIOVIZUALE

- ALLAIN, Paul és CAMILLERI, FRANK, *Physical Actor Training: An Online A – Z*, URL: <https://thedigitalperformer.co.uk/physical-actor-training-on-screen>, data descărcării: 2021. 08. 07.

- COLOBERTI, Claudio (rend.), *The Dead Brother – A work demonstration by Julia Varley, Odin Teatret Film, 1992, (68 m.)*.
- COLOBERTI, Claudio (rend.), *The Transparent Body*, Odin Teatret Film, Polish Culture Institute of Warsaw University, the European Commission Leonardo da Vinci Programme, 2002, (41 m.).
- GALLI, Francesco (ed. és dir.) *The Bridge of Winds*, Virginie Magnat, Social Sciences and Humanities Research Council of Canada si Odin Teatret, 2014, (58 m.).
- INGULSRUD, Leon, *History Lecture* (2018. 11. 13.), imagini video nepublicate, 2018.
- MIYATA, Kohachiro, *Shakuhachi*, URL: <https://www.youtube.com/watch?v=miUKO5g0ONk>, data descărcării: 05. 02. 2022.
- ODIN Teatret Archive, *Fragments from Colombiani Brothers' Clown Seminar*, 1968, URL: <https://www.youtube.com/watch?v=ZLX3z0G4EFA>, data descărcării: 05.02.2022.
- ODIN Teatret Archive, *Fragments from Commedia dell'Arte Seminar*, 1972, URL: https://www.youtube.com/watch?v=PJ_gXD3SyDc&t=7s, data descărcării: 2021. 08. 07.
- ODIN Teatret Archive, *Fragments from En Frammed Banker på Fiskedammen*, Holstebro, r.: Saul Shapiro, 1981, URL: <https://www.youtube.com/watch?v=WouVCu9K80s> data descărcării: 05.02.2022.
- ODIN Teatret Archive, *Fragments from Genadi Bogdanov's Biomechanics exercises work demonstration*, Copenhagen, Denmark, 1996, URL: https://www.youtube.com/watch?time_continue=3&v=XrkB_rcQNzM&feature=emb_logo, data descărcării: 05.02.2022.
- ODIN Teatret Archive, *Fragments from Thomas Leabhart's Corporeal Mime work demonstration*, Copenhagen, Denmark, 1996, URL: <https://www.youtube.com/watch?v=BuMWwEeY4W0>, data descărcării: 05.02.2022.
- SCHINO, Mirella és COLOBERTI, Claudio (rend.), *Training Project – Fragments from Eugenio Barba's Interview*, Holstebro, 2011, URL (part.): <https://www.youtube.com/watch?v=Ni3Un6BBB-I>, data descărcării: 05.02.2022.
- PRADO, Perez, *Voodoo Suite*, URL: <https://www.youtube.com/watch?v=FAPTRAP16zU>, data descărcării: 2021. 03. 27.
- SANTOS, Ricardo, *Shinai Nagaishi*, URL: https://www.youtube.com/watch?v=ekgw6tTyn9I&list=RDekgw6tTyn9I&start_radio=1, data descărcării: 05.02.2022.

- SCHINO, Mirella și COLOBERTI, Claudio (dir.), *Oral Sources Training 2009 – Interview with Else Marie Laukvik*, Holstebro, 2009. 04. 25., (63 m.).
- SCHINO, Mirella și COLOBERTI, Claudio (dir.), *Oral Sources Training 2009 – Interview with Iben Nagel Ramussen*, Holstebro, 2009. 09. 22., (120 m.).
- SCHINO, Mirella și COLOBERTI, Claudio (dir.), *Oral Sources Training 2009 – Interview with Julia Varley*, Holstebro, 2009. 04. 23., (140 p.).
- SCHINO, Mirella și COLOBERTI, Claudio (dir.), *Oral Sources Training 2009 – Interview with Tage Larsen*, Holstebro, 2009. 09. 20., (88 m.).
- SCHINO, Mirella – COLOBERTI, Claudio (dir.), *Oral Sources Training 2009 – Interview with Torgeir Wethal*, Holstebro, 2009. 09. 16., (180 m.)
- sine nominee, *Moon and Darkness – A work demonstration by Iben Nagel Rasmussen*, Odin Teatret Film, 1981.
- SUZUKI, Tadashi, *Thinking about culture, art and entertainment in the COVID-19 era*, URL: https://channel.nikkei.co.jp/d/?p=nvgfcul_en&s=2675&fbclid=IwAR1dLDXyXf2j9o_8LXhEKGg5CCGRY2YScCGTfUL2ukoebQBFINqIHwOBZ4, data descărcării: 07.08.2021.
- UCHINO Tadashi: *Presenter Interview: Tadashi Suzuki and Theatre Olympics – Exploring the state of the world through theatre*, URL: https://performingarts.jp/E/pre_interview/1903/1.html, data descărcării: 05.02.2021.
- WETHAL, Torgeir (dir.), *Corporal Mime Parts I*, Odin Teatret Film, 1971.
- WETHAL, Torgeir (dir.), *Corporal Mime Parts II*, Odin Teatret Film, 1971.
- WETHAL, Torgeir (dir.), *Physical Training at Grotowski's Teatr-Laboratorium In Wroclaw*, Torgeir Wethal, 1972. (part) URL: <https://www.youtube.com/watch?v=kNzESIKUQhw>, data descărcării: 05.02.2022.
- WETHAL, Torgeir (dir.), *Plastics Training at Grotowski's Laboratory*, Odin Teatret Film, 1972.
- WETHAL, Torgeir (dir.), *Training at Grotowski's Teatr-Laboratorium In Wroclaw*, Odin Teatret Film és Servizi Sperimentali RAI, 1972 (90 m.).
- WETHAL, Torgeir (dir.), *Physical Training at Odin Teatret*, Odin Teatret Film, 1972, (54 m.). (part) URL: <https://www.youtube.com/watch?v=s8dj4awiMJY&t=6s>, data descărcării: 05.02. 2022.

WETHAL, Torgeir (dir.), *Vocal Training at Odin Teatret*, Odin Teatret Film, 1972, (54 m.).
(part.) URL: <https://www.youtube.com/watch?v=S97jHiIz6IU>, data descărcării:
05.02.2022.

WETHAL, Torgeir (dir.), *On the Two Banks of the River – The story of Odin Teatret and
the people in a foreign country*, Odin Teatret Film, 1978, (56 m.).

WETHAL, Torgeir (ed. și dir..), *Traces in the Snow*, Document Films, Athens and Odin
Teatret Film, 1994, (99 m.).

ALTE SURSE

9th Theatre Olympics weboldal, URL: <https://www.theatre-oly.org/en/ticket/>, data
descărcării: 05.02.2022.

BOGART, Anne, „Copy, Transform, Combine”, *SITI Company Blog*, URL:
<https://siti.org/copy-transform-combine/>, data descărcării: 02.05.2022.

Central Academy of Drama honlapja: <http://web.zhongxi.cn/en/news/10793.html>, data
descărcării: 05.02.2022.

CPPM site-ul web al diplomei de master, URL: <http://www.mastersincppm.com/faculty>,
data descărcării: 05.02.2022.

Culture.pl site-ul, URL: <https://culture.pl/en/artist/song-of-the-goat-theatre>, data descărcării:
05.02.2022.

Grotowski Institute site-ul, URL: [http://en.grotowski-institute.pl/wydarzenia/research-
programme-autumn-2021-spring-2022/](http://en.grotowski-institute.pl/wydarzenia/research-programme-autumn-2021-spring-2022/), data descărcării: 05.02.2022.

Gubei Teatru site-ul: <http://en.wuzhen.com.cn/web/cultrue/details?id=56>, data descărcării:
05.02.2022.

Julliard School site-ul, URL:
https://www.juilliard.edu/faculty/directory?f%5B0%5D=area_of_focus%3A2086,
data descărcării: 05.02.2022

Mary Overlie site-ul, URL: <https://sixviewpoints.com>, data descărcării: 05.02.2022.

MASGRAU, Lluís, *A Critical Bibliography of Eugenio Barba's Work*, publicare neoficială,
OTA, 2011, URL:
[http://www.odinteatretarchives.com/MEDIA/DOCUMENTS/EB_CRITICAL_BIB
LIOGRAPHY_11.pdf](http://www.odinteatretarchives.com/MEDIA/DOCUMENTS/EB_CRITICAL_BIBLIOGRAPHY_11.pdf), data descărcării: 07.08.2021.

NOBBS, John, *The NSP, the only begotten son of the SMAT*, URL: <https://www.nobbsuzukipraxis.com/nsp-son-of-smat>, data descărcării ideje: 05.02.2022.

Odin Teatret Archive, *Scandinavian Activities Organised by Holstebro*, URL: http://www.odinteatretarchives.com/MEDIA/DOCUMENTS/SCANDINAVIAN_ACTIVITIES_ORGANIZED_HOLSTEBRO.pdf, data descărcării ideje: 07.08.2021.

Odin Teatret site-ul, URL: <https://odinteatret.dk/artistic-ensembles/odin-teatret/workshops-masterclasses/odin-week-festival>, data descărcării dátum: 07.08. 2021.

Odin Teatret site-ul, URL: <https://odinteatret.dk/odin-teatret-archives/research/ctls/>, data descărcării: 07.08. 2021.

Odin Teatret site-ul, International School of Theatre Anthropology, URL: <https://odinteatret.dk/odin-teatret-archives/research/ista/>, data descărcării: 05.02.2022.

Odin Teatret site-ul, URL: <https://odinteatret.dk/about-us/staff/>, data descărcării: 05.02.2022.

ODIN TEATRET, *Program for The Tree*, Holstebro, Odin Teatret, ?.

OTP Gardzienice site-ul, URL: <https://gardzienice.org/akademia-praktyk-teatralnych/>, data descărcării: 05.02.2022.

OTP Gardzienice site-ul, URL: <https://gardzienice.org/dawnosc/minione-projekty-dydaktyczne/ekologia-teatru/>, data descărcării: 07.08.2021.

OTP Gardzienice site-ul, URL: <https://gardzienice.org/dawnosc/minione-projekty-dydaktyczne/rose-bruford/>, data descărcării: 07.08.2021.

PHILTHER-módszer site-ul, URL: <http://theatron.hu/ph/projektleiras/>, data descărcării: 05.02.2022.

Physical Actor Training: An Online A – Z site-ul, URL: <https://thedigitalperformer.co.uk/physical-actor-training-on-screen>, data descărcării: 05.02.2022.

Routledge site-ul, URL: <https://www.routledge.com/Routledge-Performance-Practitioners/book-series/RPP>, data descărcării: 05.02.2022.

SCOT site-ul, URL: <https://www.scot-suzukicompany.com/news/2020-01/76/>, data descărcării: 05.02.2022.

SCOT site-ul - Tadashi Suzuki: <https://www.scot-suzukicompany.com/en/profile.php>, data descărcării: 05.02.2022.

Sebastian Mattia site-ul: <https://www.mattiasebastian.com/i-scot-tadashi-suzuki-mattia-sebastian>, data descărcării: 05.02.2022.

SIFA site-ul, URL: [https://www.sifa.sg/search?searchword=suzuki%20Tadashi&ordering=newest&searchphrase=all&areas\[0\]=content](https://www.sifa.sg/search?searchword=suzuki%20Tadashi&ordering=newest&searchphrase=all&areas[0]=content), data descărcării: 05.02.2022.

Skidmore College site-ul, URL: <https://www.skidmore.edu/summertheater/index.php>, data descărcării: 05.02.2022.

The British Grotowski Project site-ul, URL: <http://www.britishgrotowski.co.uk/>, data descărcării: 05.02.2022.

Theatre Olympics 2016 site-ul, URL: <http://www.theatreolympics2016.pl/en/theatre-olympics-world-place-truth>, data descărcării: 05.02.2022.

Theatre Olympics 2019 site-ul, URL: <https://theatreolympics2019.com/en>, data descărcării: 05.02.2022.

Toga Art Park of Toyama Prefecture, URL: http://www.togapk.net/en/facility/?facility_id=12, data descărcării: 05.02.2022.

Toga Cultural Foundation, URL: https://www.jpaf.or.jp/about/organization.html#syukou_prog, data descărcării: 05.02.2022.