



Devising, un punct de cotitură

Cosmin MATEI

master's student, "Babeş-Bolyai" University, Cluj-Napoca
1983cosminmatei@gmail.com

Abstract: Devising, a Shifting Point

Devising... maybe a result of a shifting paradigm of thought, of how we think about ourselves, the other and the society. A process that it turned out as a counter-cultural practice towards the knowledge and practices derived from a mind-body dichotomy and his derived aesthetics among differently perceived analogies. At stakes being actually the most fundamental and scientifically debated dichotomy, the one of Heart – Brain binomial. Devising may be a shifting paradigm of what we expect from theatre, that can work towards, or mediate the way we find, hold or save our needs regarding the quality of life that we thrive to understand and ask for ourselves. For me devising allows parts like science, performance or spirituality to become entangled so that they can reveal life, which most of the time escape our awareness. Then it shares the same process, on stage, with the audience, in order for them to explore, embody and celebrate the experience. The present paper aims to transfer some of the scientific knowledge and the perspectives that are stated above in teaching terms towards academic space. A place where the training should be above all critical, spiritual- in terms of emotional education, scientific and political.

Key words: *theatre; devised; perception; education; resilience.*

Motto: „Doar atunci când ne pierdem, cu alte cuvinte, doar atunci când ne pierdem lumea, începem să ne descoperim pe noi înşine.” - Henry David Thoreau

1.

Conform literaturii de specialitate și a istoriei recente cu privire la procesele practicilor colaborative, a programelor devised și a operelor auctoriale, cunoaștem faptul că ele au apărut dintr-o necesitate de schimbare „în diverse contexte europene printr-o combinație de rațiuni adesea politice[...] fie dorind să onoreze avangarda timpurie, fie privindu-se ca mijloace de chestionare a ierarhiilor de putere existente, [...]” (Popovici



2015, 21), în special de a răspunde prin procese democratice de lucru pentru a face față la teme de relevanță imediată a comunităților spectatoriiale.

Depășind revizuirile, interpretările și polemicile secolului XX generate în teatru de referiri la dihotomia carteziană minte/corp care pare a fi uneori corespondentă, inerentă fiind, devine o problematică a dihotomiei text/spectacol fizic. E important să revizitim momente din istoria recentă în care la un moment dat s-au externalizat particularitățile structurale de lucru, specifice conceptelor operaționale de mai sus, în comunități distincte, exterioare mediului teatral, ce au promovat vizibil social câteva considerente existențiale. Elemente practice specifice au fost scoase din contextul antrenamentului actorului și adaptate unor situații noi, pentru participanții care nu doreau să urmeze o carieră profesională de actriță/actor.

„Jocurile improvizationale, interviurile verbatim, jocurile de rol au fost utilizate nu pentru ca aceștia să-și dezvolte abilități specifice *per se*, ci pentru a crea sentimente de emoții și modele de colaborare, pentru a întări încrederea în sine, prin a demonstra respect față de opinii și experiențe, pentru a experimenta metode alternative de comportament și gândire critică. Motivele ulterioare ale proceselor de devising fiind mult mai puțin preocupate de estetică ci de efecte.

Heddon și Milling 2006, 156

S-a consemnat astfel că metodele devised produc efecte benefice și în afara mediului teatral prin predicarea unui umanism ce promovează socialul asupra individualului, potențează utilitatea activităților de grup, crează comunități și susține dialogul atât între ele cât și între ele și stat, iar eforturile de grup sunt îndreptate spre performanțe specifice scopurilor propuse. Preocuparea în mod asumat de latura socială a acestor comunități a adus o reacție și din partea anumitor agenții guvernamentale care au catalogat mișcările lor ca un fenomen de politică radicală, și în funcție de loc și interese s-au generat politici economice de natură să controleze, pro sau contra, activitatea acestora.

Aceste comunități se descriu cel mai bine prin modalitatea în care înțeleg necesitatea asumării diferitor politici transculturale ce vizează comportamentul uman, nevoile și dorințele oamenilor.

O dată cu expansiunea nevoii de înțelegere a umanului și a lărgirii perspectivelor critice și estetice, consider că s-au întreprățuns și circuite individuale stilistice, precum teatrul cu performanțul. Și odată cu aceasta au crescut și cerințele viz-a-viz de condiția agenților, respectiv o sensibilitate emoțională mai mare, percepții mai ascuțite, anduranță crescută sau chiar abilitatea de a alimenta continuu imaginarul într-un mod creativ.



Dar oare ideologia acestui tip de umanism își asumă faptul că practicile colaborative ale proceselor de tip *devising* împlutesc, antrenează sau chiar schimbă individualitățile orientându-le înspre ceva mai bun, spre o viziune socială bazată pe cooperare, reziliență și prosperitate? Centrul de Reziliență din Stockholm identifică reziliența drept „capacitatea unui sistem de a se modifica și adapta continuu, menținându-se, totodată, între niște parametri critici“ (Braden 2016, 89). Un cadru de reziliență personală include calități, cum ar fi: cunoașterea de sine, sentimentul de speranță, capacități de adaptare sănătoase, relații puternice și sentimentul că viața are sens.

Interacțiunile dintre membrii unei comunități, alterează continuu natura acelei comunități, aceasta aflându-se permanent într-o stare de devenire, dezvoltându-se, și astfel evitând staza unui lucru ce necesită să fie deservit.

Heddon și Milling 2006,131

2.

Ce pot obține de la lumea care există?

sau

Ce pot să ofer, să împărtășesc și cu ce pot contribui la lumea care apare?

Două întrebări ce determină fluxuri traseistice diferite ale punctelor de intersecție dintre axa punctelor de cotitură și axa punctelor critice ale realității extremelor sociale, politice, economice și naturale specifice contemporaneității. Întrebări care descriu modul cum alegem să ne gândim pe noi înșine și să ne implicăm în relațiile pe care le avem cu lumea înconjurătoare. Sunt două întrebări care acum se sprijină mai mult pe eșafodajul ultimilor 50 de ani de descoperiri științifice despre natură, om și univers, poate chiar pe reconcilierea dintre spiritualitate și știință. Chiar și așa, acestea despart o lume veche, prin cea dintâi întrebare, de o lume nouă prin cea de-a doua. Iată două principii de bază pe care comunitățile științifice le-au înaintat sub diferite contexte și pe care le enumerăm aici pentru o desenare ulterioară a similitudinilor dintre practicile colaborative și modelul percepției cognitive a naturii:

1. Universul, lumea și corpurile noastre sunt formate dintr-un câmp comun de energie, care face ca uniunea cunoscută sub numele de „entanglement”¹ cuantică să devină posibilă.
2. Natura se bazează pe cooperare și ajutor reciproc pentru supraviețuire, nu pe ceea ce Darwin a numit „supraviețuirea celui mai puternic.”

¹ Folosim termenul de entanglement ca traducere din englezescul *entanglement* cu sensul de ”inseparabilitate cuantică”.



În conferința *Observații asupra realității „vieții laolaltă” a oamenilor: pledoarie pentru un teatru realist* rostită de Thomas Ostermeier în 29 martie 2009, acesta pledează pentru importanța naturii sociologice a actului teatral și constată următoarele:

Comportamentul oamenilor unii față de ceilalți se transformă în raport cu mișcările sociale din jurul lor. [...] Dorința arzătoare a acestei viziuni despre teatru este să cunoască aceste deosebiri, să observe realitățile înconjurătoare, adică realitatea comportamentului uman, inclusiv și îndeosebi în caracterul ei contradictoriu, și să găsească forme pe care să le exprime pe scenă.

Ostermeier 2016, 53

Deoarece central acestei viziuni despre teatru se află chiar actorul și arta sa, acesta continuă spunând:

Arta actorului constă în a fi *treaz* (s.a.) și *receptiv* (s.a.) la felul în care comportamentul și acțiunile oamenilor se manifestă în jurul său; la felul în care corpul, gestică și cuvântul se transformă făcând comportamentul omului să depindă de situația în care se află[...] Talentul actorului constă în a ști să se pună în pielea acestor oameni și a retrăi situațiile în care sunt prinși, ceea ce înseamnă, mai ales, să le trăiască în toată complexitatea lor.

Ostermeier 2016, 58

Ce înseamnă să le trăiască în toată complexitatea lor? Și ce anume cunoaștem despre corpul natural privit din prisma actoriei, de multe ori ca un instrument ce necesită a transmite ireproșabil sentimentele figurii dramatice?

Am să încep prin relatarea pe scurt a unor concluzii a diferitor cercetări științifice din ultimii 50 de ani despre corpul uman și în special despre triangulația emoție – inimă – creier sub egida unui motto: „Ceea ce începe cu hrană psihologică devine fiziologic la cele mai fundamentale nivele.”

„Trăim într-o lume nonlocală, în care lucrurile separate fizic unul de celălalt pot totuși să comunice instantaneu” (Braden 2007, 140) ne spune Russel Targ, cofondatorul programului de științe-cognitive de la Institutul de Cercetări Stanford din California.

Concluzia vine în urma unui experiment realizat la Universitatea din Geneva, experiment ce a constatat în spargerea unui foton în două și propulsarea imediată a părților în două direcții diametral opuse la o distanță de 14 km unul de celălalt. Atunci când asupra unui foton geamăn s-a exercitat o forță pentru a-i direcționa traiectoria în mod specific, al doilea foton făcea întotdeauna aceeași alegere ca primul, ca și cum ar fi știut ce se întâmplă cu celălalt.



Cu intuiția acestui comportament de bază al particulelor elementare ale luminii în minte, în anii 90 s-au realizat alte două experimente pe care am să le expun pe scurt în rândurile următoare.

1. Vorbim de institutul de cercetări științifice din Rusia (Braden 2007, 73). Aici cercetătorii Poponin și Gariaev au dorit să testeze dacă există vreo relație între materialul genetic ADN și particulele luminii (fotonii). Experimentul a decurs prin realizarea unui recipient vidat în care, ulterior, cu aparatură specifică, au constatat că fotonii sunt dispersați aleatoriu. Apoi, în următoarea fază, au introdus o monstră de ADN. Rezultatul a fost că particulele de lumină s-au aliniat, mulat, pe structura dublu helixă a materialului ADN, că cel din urmă angrenează lumina. Ba mai mult, la scoaterea materialului genetic din tubul vidat, fotonii manifestau aceeași cinematică ca și cum materialul genetic ar fi fost tot acolo. În cele din urmă, cercetătorii au fost nevoiți să concluzioneze că ipoteza de lucru este că avem de-a face cu o nouă structură de câmp ce permite o relație invizibilă între cele două *organisme*.

2. Armata americană apelează, tot în anii 90, la datele experimentelor din 1887 numite Michelson-Morley (Braden 2007, 76) care au arătat faptul că nu există nimic în *lumea exterioară* care să creeze o conexiune între ceva din lume și orice altceva. Aceste experimente urmăreau un traseu tradițional al gândirii care spune că o dată ce un țesut, piele sau organ este îndepărtat de corp, orice conexiune între corp și materialul prelevat este total inexistentă. Așadar, în 1993, în jurnalul *Advanced* din SUA, s-au publicat rezultatele unor teste care aveau ca ipoteză de lucru posibilitatea existenței vreunei conexiuni între emoția umană și ADN chiar și în urma producerii unei separări dintre un țesut organic al unui subiect și subiectul însuși, și dacă această conexiune se realizează, de la ce distanță. Astfel, unui voluntar i s-au prelevat mostre de ADN din cavitatea bucală care au fost puse într-un recipient, iar mai apoi acestea au fost izolate într-o cameră specific construită unde să se poată măsura în timp real activitatea electrică a celulelor. Cu ajutorul unui ecran i se proiectau voluntarului, aflat într-o altă cameră, diferite imagini ce aveau ca scop producerea unor sentimente de emoție foarte clare. Imaginile prefigurau subiecte variate de la război la erotism. Atunci când acesta experimenta *suișuri* sau *coborâșuri* emoționale, celulele sale de ADN din camera alăturată arătau activități electrice puternice, chiar și la câțiva metri distanță. Ani mai târziu experimentul a fost realuat de doctorul care inițiasse acest program și cu ajutorul unui ceas atomic din Colorado a reușit să realizeze măsurători la o distanță de 350 de mile, rezultatul fiind același: activitățile electrice ale celulelor din recipient se petreceau sincron cu experiențele emoționale avute de voluntar, fără nicio fracțiune de secundă întârziere.

Cu alte cuvinte, la translatarea concluziilor acestui experiment în practica teatrală, rezultă o formă de comunicare, pe care desigur nu o putem explica încă, dar care utilizează un canal în plus de comunicare față de cele cunoscute și care face ca la nivel



emoțional, între spectator și actor, să se producă un schimb ușor perceptibil, iar știința se ocupă acum să pună în cuvinte acest schimb.

3. Și pentru ca să merg în cascadă organică cu lucrurile pe care le-am aflat despre noi, natură și viață, am să continui cu alte procese pe care acum le cunoaștem, cum ar fi: memoria devine o formă de re-taxonizare constructivă pe parcursul experienței în curs și nu doar o redesenare secvențială a evenimentelor precedente. Acum știm că inima posedă propriul sistem neuronal ce funcționează precum un creier fiind chiar independent de cel din urmă. Acest „creier-inimă” simte, procesează și codifică informațiile intern. Este de asemenea documentat că acest creier al inimii posedă abilități cognitive fiind dotat chiar și cu memorie de lungă și scurtă durată și are chiar plasticitate neuronală. Semnele neuronale ascendente ce pleacă de la inimă spre cortexul cerebral interacționează continuu și modifică activitatea acestuia afectând centrul emoțional și cogniția. Propria noastră inimă este implicată direct în modul cum simțim, gândim și răspundem la lumea înconjurătoare, fiind în plus și un principal factor instigator al coerenței psihofiziologice. Există o rețea neurologică între inimă și o zonă importantă din creier, al cărei rol se ocupă cu procesarea stărilor emoționale, numită amigdală. De fapt, celulele aflate în amigdală se sincronizează cu bătăile inimii. Cu alte cuvinte, tiparele ritmice ale bătăilor inimii transmite amigdalei informații ce determină starea emoțională a ființei umane.

Conform tuturor acestor cercetări, specialiștii spun că inteligența inimii se traduce prin „fluxul atenției, al înțelegerii și ghidării intuitive pe care o experimentăm atunci când mintea și emoțiile funcționează în sincronicitate.” (Childre, Martin și Beech 1999, 41). Știința a înaintat teorii cu privire la noi tipuri de intuiție. Acestea au fost numite *sensitivitate energetică, intuiție non-locală și intuiție practică*. Prima se referă la abilitatea corpului și a sistemului nervos de a detecta în mediul înconjurător atât semnale electromagnetice cât și alte tipuri de semnale energetice. Cercetătorii au descoperit că informații legate de strarea noastră emoțională sunt codificate în câmpul magnetic radiat de inimă. Acest sistem comunicațional operează într-un mod influent și subtil sub atenția noastră conștientă. Acest câmp ne conectează cu alții și ne ajută să explicăm de ce putem simți prezența altor persoane sau starea lor emoțională, fără ca aceștia să fie propriu-zis lângă noi. Intuiția *non-locală* ne vorbește despre abilitatea inimii și a creierului de a percepe informații, de a detecta elemente preștiințifice intuitiv. Putem înlocui această sintagmă cu sensuri mai denotative din conștiința colectivă precum instinct, presentiment, premoniție sau al șaselea simț. De câte ori nu ne-am explicat, folosind expresiile de mai sus, anumite evenimente sincronizate din viața noastră precum acele momente în care ne surprindem că ne gândim din senin la o cunoștință cu care nu am vorbit de mult, iar la puțin timp după această experiență persoana respectivă ne contactează telefonic sau printr-un e-mail; un alt exemplu ar fi



momentul când unul dintre frați simte o necesitate acută să-l contacteze pe celălalt deoarece presimte că s-ar întâmpla ceva-neregulă cu cealaltă jumătate; sau poate atunci când o mamă simte despre copilul ei, aflat de cealaltă parte a globului pământesc, că acesta se află într-un moment de necaz. Vorbim de un tip de intuiție diferit de cel implicit și intrinsec proceselor mentale și cognitive care ne definesc în mare parte percepțiile raționale de zi cu zi, diferența, în acest caz, o face transgresarea timpului și a spațiului. Într-un experiment de laborator prin care s-a căutat prefigurarea unei propedeutici a tipurilor de răspuns biofizici ai omului la stimulii vizuali ai mediului înconjurător s-au înregistrat fluctuațiile sistemului nervos autonom în urma expunerii participanților la fotografii alternative cu conținut calm sau solicitant emoțional. Astfel s-a ajuns ca prin înregistrarea continuă a datelor fiziologice să se constate că atât inima cât și creierul răspund la calitatea emoțională a imaginilor alternative, selectate de calculator, înainte ca acestea să se afișeze propriu-zis. Iar inima, în acest protocol, răspundea chiar cu 4,8 secunde mai devreme decât creierul. (Childre, Martin și Beech 1999, 47). *Intuiția practică* se definește printr-un sistem ce ne ajută să învățăm cum să generăm coerență conștient pentru a preveni scenariu cu potențial stresant. Se bazează pe luarea unor decizii conștiente și intuitive atunci când facem alegeri în loc să recurgem mecanic la tipare comportamentale disruptive.

Inclusiv noile informații cu privire la structura creierului și a proceselor neurochimice ne fac să reconsiderăm definiții ce țin de concepte precum persoană, sine, rațional, emoție și cum acestea se manifestă conștient în diferite comportamente. Descoperirile neuroștiințelor cognitive au demonstrat că viața mentală se revizitează moment de moment adaptându-se la impulsurile fluxurilor imaginare, senzoriale, emoționale și intelectuale ce caracterizează viața umană de zi cu zi.

În această ordine de idei, devine necesar să ne raliem empiric la întrebarea: Ce anume corporalizăm? În calitate de regizor de teatru sunt preocupat de înțelegerea operațională a acestei sintagme, din ce în ce mai prezente și în spațiul teatral românesc, *Embodied Acting*.

Pentru cercetătorii ca cei afiliați Institutului de Matematica Inimii din California, și nu numai, concluziile acestor descoperiri s-au concretizat în tehnici care facilitează accesul la inteligența intuitivă a inimii, prin conștientizarea și accesul la ceea ce putem numi stare de neutralitate, în care mai multe procese biopsihoneurofiziologice urcă în planul conștientului devenind observabile. Această stare de fapt ne facilitează o diminuare a stresului indus de expunerea la emoții, gânduri și acțiuni cu încărcătură deficitară. Starea de neutralitate se poate realiza prin detașare proactivă sau prin întreruperea procesului de identificare cu obiectul și evitarea investirii energiilor psihice în reacții mentale la orice formă de proiecție a obiectului. Astfel se permite ființei a se angrena în alegeri conștiente de moment pentru a schimba volițional factorul principal de influență al oricărei activități a sistemului nervos parasimpatic și simpatic și anume emoția, mascată de mute ori prin atitudini față de



obiectul experimentat. În același timp studiile arată că acest proces de lucru poate potența capacitatea omului, implicit a actorului, de a accesa intuitiv creativitatea.

Conform teoriilor cognitive emoțiile survin în urma interacțiunilor dintre ființa umană și mediul în care acesta trăiește și că ele, emoțiile, reprezintă reacții funcționale ce privesc preocupările individului în încercarea de a face față cerințelor mediului. Iar aceste interacțiuni se pot descărca în diferite situații, prefabricate sau reale, prin structuri de semnificație ce formează bazele unei experiențe emoționale și ajung să definească o anumită emoție.

Într-un studiu realizat de Academia de Teatru și Muzică din Lituania, în anii 2013-2014, în urma constatării creșterii cerințelor cu privire la condiția actorului, respectiv percepții mai ascuțite și sensibilitate emoțională mai mare, cu titlul *Corpul care gândește: Analiză și Integrare de sisteme de actorie în procesul muncii actorului contemporan*, s-a urmărit investigarea caracteristicilor dinamicii studenților-actori, prin indici cardiovasculari (parametrii sistemului regulator și cel al metabolismului inimii), în timpul expunerii la diferite subiecte psiho-emoționale și abordarea lor în genurile comic, dramatic și tragic, dar și în timpul unor exerciții de relaxare. În urma acestui studiu s-a constatat că parametrii mai sus menționați se modifică în funcție de tipul de circumstanțe dramatice abordate sau ținte intenționale în cazul exercițiilor, concluzionând că există o legătură între reacțiile corpului actorului și rolurile pe care le performează. Mai simplu spus organismul actorului trece prin dezechilibre puternice, atunci când experimentează o gamă variată de emoții. Cu alte cuvinte performerul se expune la grade ridicate de stres. Închei cu două citate concluzive al celor din Lituania:

1. „[...]Problema survine după spectacol când și după exercițiile de relaxare organismul nu se întoarce la parametrii normali. Efectul spectacolului asupra actorilor nu este terapeutic” (Baleviciute 2015, 168).
2. „Baza studiului a fost înțelegerea psihofiziologiei neurodinamicii inimă-creier și în mod particular a detaliilor date de interacțiunea creierului cu corpul, din care care inima reiese ca fiind o componentă critică a sistemului emoțional” (Baleviciute 2015, 168).

Cercetătorii de la IMI au arătat prin studii repetate că factori precum creativitatea, timpul de reacție, claritatea mentală, abilitatea de a rezolva probleme, sunt direct influențați de gradul de coerență dintre sistemul mental și sistemul emoțional. Pentru momentele de incoerență, cei de la IMI înaintează multe soluții tehnice-psihofiziologice cu grad mare de eficacitate pentru astfel de momente. De exemplu: dacă alegem să ne mutăm atenția conștientă asupra zonei inimii și să activăm un sentiment de emoție, volițional, precum aprecierea sau recunoștința față de o ființă sau un eveniment, se constată schimbări imediate o dată cu corporalizarea sentimentelor menționate mai sus, iar variabilitatea ritmului cardiac desenează grafic o sinusoidă coerentă ce denotă activarea unor serii de evenimente neuronale și biochimice ce încep să afecteze orice organ din corp.



Vă invit să faceți acest exercițiu și numai prin mutarea conștientă a atenției de undeva din spațiul de atenție prefrontală, destinată citirii acestor rânduri, în zona pieptului, a inimii, pe care o puteți conștientiza mai concret masând ușor cu vârfurile degetelor mâinii drepte sau stângi zona respectivă. Respirați de câteva ori păstrând atenția în acest spațiu, vă puteți imagina și că dinamica aerului, specific procesului respirator, se întâmplă în preajma interacțiunii dintre degete și piept. Alegeți apoi ca atenția să se dilate asupra întregului corp. Pentru mine exercițiul a reprezentat o apropiere empirică față de acest proces al corporalității.

Avem de-a face cu o așa numită turnură cognitivă, în care toate aceste concepte fenomenologice, despre care în câmpul teatrului unele dintre ele au fost intuite de oameni ca Meyerhold, Artaud sau Grotowski, sunt acum completate de aceste descoperiri științifice din varii domenii, iar dualismul minte corp este înlocuit de corpul viu, trăit așa cum îl numește Maurice Merleau-Ponty.

Cercetările din domeniile amintite ne spun că mintea nu acceptă pur și simplu datele senzoriale, ci mai degrabă oferă, întâmpină cu o atenție kinestezică, mediul și concepse planuri de acțiune pentru a angrena spațiul înconjurător. Traducem prin cuvintele lui Alva Noë aceste lucruri menționate anterior „percepția nu e ceva ce ni se întâmplă nouă sau în noi, ci e ceva ce noi facem. Lumea ni se face cunoscută prin mișcare și interacțiune. Noi practicăm experiențele perceptuale. Le manifestăm în afara noastră” (Noë *apud*. Baleviciute 2014. 15).

Se întâmplă de multe ori ca în actorie condițiile psihologice sau emoționale să se definească prin stări ale corpului sau probleme fizice, dar asta se întâmplă și din cauza unor cunoștințe insuficiente cu privire la procesele senzoriale și somatice la nivel semantic-cultural. Acest lucru a atras după el arhetipuri comportamentale, cabotinisme de multe ori, a căror efect e plictiseala. Având de-a face cu încercarea de a se lăsa „locuit de personaj” sau „a deveni personajul”, într-o gamă restrânsă de naturalețe culturală, de multe ori problemele sunt unele de vocabular și implicit de cunoaștere.

Literatura științifică ne face să reconsiderăm și concepte precum *realitatea* sau *adevărul* în actorie, deoarece neuroștiințele ne-au arătat că empatia, emoția și imaginația folosesc aceleași rute neuronale ca răspuns, indiferent dacă stimulii sunt ficționali sau aparțin vieții de zi cu zi. Așadar e necesar să ținem cont că și *Figura dramatică* devine la rândul său un set de alegeri și comportamente – mai degrabă un proces și nu o entitate discretă.

Înțeleg că vorbim despre o artă a actorului, a performerului în termeni de narare a corporalității, adică un continuum dialog între atenția susținută și propriile sale emoții, acțiuni sau înțelegeri cât și la stimulii mediului înconjurător și conform tuturor studiilor doar în acest caz imaginația și memoria se dilată și putem spune că facilitează sau lasă loc creativității. Putem trage concluzia că acest *embodied acting* reprezintă un proces



biopsihofiziologic dinamic, pe parcursul căruia un actor în timp ce răspunde la impulsurile mediului este în același timp conștient de ceea ce simte, imaginează, percepe și rememorează.

Dintr-o dată afirmațiile grotowskiene din mult discutatul articol despre Performer, filtrate prin intermediul vocabularului și al volumului de informații propriu științei, capătă o altă doză de claritate și empirism.

3.

Am ales să vorbesc astfel despre dimensiunea practicilor colaborative din mai multe motive:

1. Consider că metodologiile colaborative au apărut și ca rezultat al schimbărilor paradigmatice de gândire enunțate mai sus, cu precădere printr-o aplecare asumată de revizuire istorică și recalibrare științifică a conținutului diferitor metode de lucru arhivate istoric până în prezent. Astfel s-a facilitat deschiderea câmpului cognitiv cu privire la îmbunătățirea antrenamentului performerilor și la creșterea calității prezenței lor.

2. Aceste metode au stat la baza celor două spectacole *Occupy Yourself* și *Reacting Chernobyl* realizate împreună cu echipa Váróterem Projekt din Cluj Napoca. În urma procesului de lucru am constatat împreună cu ei eficiența metodelor de antrenament destinate jocului fiziologic și de cele mai multe ori chiar actorii constată creșterea calității prezenței lor pe scenă și datorită feedbackului obținut în urma conexiunii cu spectaorii.

3. Deoarece am constatat că însăși creativitatea actorului depinde în mod nemijlocit de felul în care acesta interacționează cu propriul lui univers emoțional și cu propriul sistem de credințe, am apelat la un moment dat la cercetări științifice realizate pe actori sau performeri, studii ce au folosit aparate de măsurare precum electroencefalograma, EKG-ul, sau VRC-ul (variabilitatea ritmului cardiac) în timpul repetițiilor, pre și post reprezentație, din dorința de a înțelege ce anume se corporalizează și ce li se întâmplă. Aceste măsurători au arătat că sistemul regulator și metabolismul inimii actorilor suferă schimbări dinamice considerabile pe parcursul unei reprezentații, timp în care experimentează diferite emoții, și astfel s-a ajuns în ultimii ani la concluzia că spectacolul presupune un grad de stres ridicat. Astfel, am considerat necesar să propun și adaptez în metodele de lucru algoritmi cognitivi psihofiziologici pentru reducerea stresului, dezvoltăți de diferite centre de cercetare științifice, precum cele de la IMI (Institutul de Matematica Inimii).

Tehnicile utilizate de IMI sunt proiectate să lucreze cognitiv cu respirația, antrenează starea neutră, facilitează controlul conștient al impulsurilor, reglează presiunea arterială și aritmia, facilitează schimbarea cognitivă a emoțiilor, precum și descărcarea psihologică produsă de interpretarea lor de către minte prin intermediul fricilor/blocajelor, convingerilor și preconcepțiilor.



Întrucât am refuzat să mă bazez doar pe percepția personală în raport cu schimbările care au survenit vizibil și pe care colegii actori mi le-au relatat pe parcursul repetițiilor am decis ca împreună cu profesorul Hatházi András să implementăm cumva acest sistem de lucru în facultate, folosindu-ne de această dată și de aparatură de specialitate. Astfel în anul 2016 s-a creat un mic laborator de lucru cu ajutorul secției maghiare de actorie, a centrului de cercetare Vlad Mugur și a profesorului Liviu Malița, decan al Facultății de Teatru și Televiziune din cadrul Universității Babeș-Bolyai.

Încă este devreme să emit teorii despre o posibilă metodă. Spun doar că din punct de vedere observațional anumiți subiecți s-au apropiat mult de relațiile colegilor profesioniști menționați mai sus, iar măsurătorile confirmă accelerarea abilităților de reducere a stresului și revenire la coerență fiziologică pe unități de timp din ce în ce mai scurte.

4. Reținem că în țară sunt doar două centre de cercetare științifică – în artele spectacolului (care lucrează cu aparate de măsurare specifice) și ele aflate la început de drum. La fel este și cazul practicilor colaborative prea puțin susținute de comunitate. Aș propune crearea unor colaborări între facultățile de specialitate și cooptarea unor specialiști din domenii conexe precum cardiologie, neurologie și psihologie precum și sociologi care să pună umărul la diseminarea și implementarea volumului semnificativ de cunoaștere.

În concluzia acestei lucrări, și implicit a acestui proces de cercetare pe care de altfel lucrul devised îl facilitează la nivel de înțelegere și adaptare organică la materialul dramaturgic, susțin că antrenamentul actorului, în spațiul românesc, încă este insuficient definit și nestratificat conform capacităților biopsihofiziologice ale ființei ce a ales această meserie.

BIBLIOGRAFIE

- BALEVICIUTE, Ramune, 2015. Towards Embodied Spectatorship. *Studia Dramatica*, volume 60, no 2, p. 161-172.
- NOË, Alva apud. BALEVICIUTE, Ramune, 2014. Beyond the physical and the psychological: towards embodied acting. In: *Acting Reconsidered: new approaches to actor's work*, Vilnius: Lithuanian Academy of Music and Theatre, p.12-22.
- BRADEN, Gregg, 2016. *Reziliență din inimă*. București: For You.
- BRADEN, Gregg, 2007. *Matricea divină*. București: For You
- CHILDRE, Doc, MARTIN, Howard și BEECH, Donna, 2016. *Heart Intelligence – connecting with the Intuitive Guidance of the Heart*. California: Waterfront Press.
- HEDDON, Deidre și MILLING JAINE, 2006. *Devising Performance*, New York: Palgrave McMillan.
- OSTERMEIER, Thomas, 2016. *Teatrul și frica*, București: Nemira.
- POPOVICI, Iulia (ed), 2015. *Sfârșitul regiei începutul creației colective în teatrul european*. Cluj Napoca: Tact.