

Ανοικτό Πανεπιστήμιο Κύπρου

Σχολή Ανθρωπιστικών και Κοινωνικών Επιστήμων

Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών *Θεατρικές Σπουδές*

Μεταπτυχιακή Διατριβή



**Κινητικές Πρακτικές στην Υποκριτική Τέχνη και
Σκηνοθεσία του 20ου Αιώνα:
Συγκριτική Μελέτη με Πρακτική Εφαρμογή στη Μέθοδο του
Meyerhold και την Τεχνική του Grotowski
στο Έργο του P. Picasso *Τέσσερα Κοριτσάκια***

Ευαγγελία Παπαγεωργοπούλου

**Επιβλέπουσα Καθηγήτρια
Ελένη Τιμπλαλέξη**

Ιούνιος 2017

Ανοικτό Πανεπιστήμιο Κύπρου

Σχολή Ανθρωπιστικών και Κοινωνικών Επιστημών

Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών *Θεατρικές Σπουδές*

Μεταπτυχιακή Διατριβή

**Κινητικές Πρακτικές στην Υποκριτική Τέχνη και
Σκηνοθεσία του 20ου Αιώνα:
Συγκριτική Μελέτη με Πρακτική Εφαρμογή στη Μέθοδο του
Meyerhold και την Τεχνική του Grotowski
στο Έργο του P. Picasso *Τέσσερα Κοριτσάκια***

Παπαγεωργοπούλου Ευαγγελία

**Επιβλέπουσα Καθηγήτρια
Ελένη Τιμπλαλέξη**

Η παρούσα μεταπτυχιακή διατριβή υποβλήθηκε προς μερική εκπλήρωση των
απαιτήσεων για απόκτηση μεταπτυχιακού τίτλου σπουδών
στις Θεατρικές Σπουδές
από τη Σχολή Ανθρωπιστικών και Κοινωνικών Επιστημών
του Ανοικτού Πανεπιστημίου Κύπρου

Ιούνιος 2017

Περίληψη

Κατά τον 20^ο αιώνα και τις αρχές του 21^{ου} αιώνα παρατηρείται έντονη διαφοροποίηση στα θεατρικά δρώμενα. Σπουδαίοι επαγγελματίες του θεάτρου καταπιάνονται με τα εκφραστικά μέσα των ηθοποιών, απομακρύνονται από τη λεκτική φόρμα και τις διάφορες θεατρικές τεχνικές που υπήρχαν έως τότε και εστιάζουν στην σωματικότητα και τις αλλαγές που μπορεί να προσφέρει η κιναισθητική εμπειρία στην υποκριτική και τη σκηνοθεσία (Sheets –Johnston 2015:xv-xx, Τσιόκανος 2017:4).

Στην παρούσα μεταπτυχιακή διατριβή, συζητούνται οι κινητικές πρακτικές και το σωματικό θέατρο που χρησιμοποιήθηκαν στο θέατρο από τον 20ο αιώνα. Η έρευνα εστιάζει, μέσω της συγκριτικής ανάλυσης, σε θεωρητικό και πρακτικό επίπεδο, στη Βιομηχανική του Meyerhold και την τεχνική του Grotowski. Καταγράφονται επίσης οι τρόποι εφαρμογής των δύο σχολών, οι επιδράσεις που είχαν στην υποκριτική τέχνη, αλλά και τα αποτελέσματα που είχε το πείραμα της μεταπτυχιακής διατριβής κατά την εφαρμογή των δύο αυτών πρακτικών, πάνω στο κείμενο του P. Picasso *Τέσσερα Κοριτσάκια*.

Summary

During the 20th century and the beginning of the 21st century there was a strong formation in theatre technique. Very important theatre professionals engage with the expressions of artists, rejecting the verbal form and the various theatrical techniques that existed until then and focus on the body and the changes that kinesiology can bring to acting and direction.

In the present dissertation, we analyse the methods of kinesiology and physical theatrics that have been used in the theatre since the 20th century and focus research through comparative analysis on a theoretical and practical level between Meyerhold's bio-mechanics and Grotowski's technique. The results of the application of the two schools, their influences on the performing arts are discussed. The outcomes of the application of these two practices onto P. Picasso's play *Four Little Girls* within the framework of the current MA dissertation are analysed.

Ευχαριστίες

Με την ολοκλήρωση της διατριβής μου οφείλω ένα ειλικρινές και μεγάλο ευχαριστώ στην επιβλέπουσα καθηγήτρια μου κ. Ελένη Τιμπλαλέξη, για την πολύτιμη βοήθεια, την έμπνευση και την διαρκή στήριξη της σε κάθε δυσκολία που αντιμετώπισα.

Επίσης, θα ήθελα να ευχαριστήσω και τις Ειρήνη Βύρα, Ήβη Νικολαΐδου, Σιμώνη Πιερή και Αθηνά Σάββα, για την συμμετοχή τους στο πρακτικό μέρος της διατριβής και την υπέροχη συνεργασία που είχα μαζί τους, αλλά και τους Χρίστο Παπαγεωργόπουλο για την τεχνική υποστήριξη και τον Λ. για την αμέριστη υποστήριξη.

*Αφιερώνω την εργασία
στην οικογένεια μου και
στους πιο δικούς μου
ανθρώπους που είναι
πάντα δίπλα μου σε όλα.*

Περιεχόμενα

	Εισαγωγή.....	9
1	Το σώμα στο θέατρο.....	11
2	Η κίνηση στο θέατρο μέσα από βασικούς σταθμούς.....	13
2.1	Θεατρικές θεωρίες και τεχνικές με έντονη σωματική διάσταση.....	13
2.1.1.	Konstantin Sergeievich Stanislavski.....	13
2.1.2.	Edward Gordon Craig.....	14
2.1.3.	Antonin Artaud.....	14
2.1.4.	Bertolt Brecht.....	15
2.2.	Βασικοί σταθμοί ανάπτυξης θεατρικών τεχνικών και μεθόδων βασισμένων στην κίνηση και τη σωματική έκφραση.....	15
2.2.1.	Vsevolod Emilevich Meyerhold.....	15
2.2.2.	Etienne Decroux.....	18
2.2.3.	Jacques Lecoq.....	18
2.2.4.	Peter Brook.....	19
2.2.5.	Jerzy Grotowski.....	22
2.2.6.	Complicite.....	23
3	Meyerhold: Η Βιο-μηχανική.....	25
4	Grotowski: Το Φτωχό Θέατρο.....	29
5	Τα Τέσσερα Κοριτσάκια του Picasso.....	33
5.1.	Σύντομη αναφορά στο ζωγραφικό έργο του Picasso.....	33
5.2.	Ο «Θεατρικός» Picasso.....	35
5.2.1.	Τα Τέσσερα Κοριτσάκια.....	36
5.3.	Αιτιολόγηση επιλογής έργου.....	38
6	Ημερολόγιο Προβών.....	40
6.1.	Εφαρμογή ασκήσεων τεχνικής Grotowski.....	40
6.2.	Εφαρμογή ασκήσεων μεθόδου Meyerhold.....	42
7	Συγκριτική μελέτη.....	48
7.1.	Προς μια σύγκριση των μεθόδων του Meyerhold και του Grotowski.....	48
7.2.	Συγκριτική ανάλυση των αποτελεσμάτων των εφαρμογών της μεθόδου Meyerhold και της τεχνικής Grotowski.....	49
7.3.	Αξιολόγηση αποτελεσμάτων.....	50
8	Επίλογος.....	52
	Παραρτήματα	53
A	Απόσπασμα που χρησιμοποιήθηκε από τα Τέσσερα Κοριτσάκια.....	53
B	Οπτικοακουστικό υλικό πειράματος-Εφαρμογή Α'.....	56
Γ	Οπτικοακουστικό υλικό πειράματος-Εφαρμογή Β'.....	57
	Βιβλιογραφία	58

Εισαγωγή

Τα εκφραστικά μέσα του ηθοποιού, η κίνηση, η στάση του σώματος, η φωνή, ο λόγος, η μάσκα του προσώπου του, αποτελούν τα βασικά εργαλεία με τα οποία μπορεί να μεταδώσει στους θεατές τις διαθέσεις και τα νοήματα ενός έργου. Με τις «πρώτες αυτές ύλες προς εκμετάλλευση» του ηθοποιού μπορούν να δημιουργηθούν και να εκφραστούν οι καταστάσεις και οι ατμόσφαιρες της παράστασης. Η ερμηνεία παίρνει λοιπόν σάρκα και οστά από τις λέξεις, τις εκφράσεις, το ηχόχρωμα, τη σωματικότητα, τις χειρονομίες και τις κινήσεις (Παπαδόπουλος 2010: 359, 383).

Το σώμα απασχόλησε αρκετούς επαγγελματίες του θεάτρου, κατά τον 20^ο και τις αρχές του 21ου αιώνα, καθώς αντιλήφθηκαν ότι, μέσω της εστίασης σε κινητικές τεχνικές και σωματικού θεάτρου, βελτιώνονται τα εκφραστικά μέσα του ηθοποιού, ενημερώνεται η υποκριτική τέχνη και αυξάνονται οι σκηνοθετικές επιλογές. Η κατάλληλη κινητική επιλογή, συμβάλλει στην ανάδειξη περισσότερων πτυχών ενός ρόλου. Οι ηθοποιοί μπορούν, μέσα από αυτές τις τεχνικές, να οικειοποιούνται και να εκμεταλλεύονται με ακρίβεια τον χώρο, να βελτιώνουν την σωματικότητα και τον προσανατολισμό τους, να γίνονται πιο ευέλικτοι σε θέματα ρυθμού, ταχύτητας, και να ελέγχουν καλύτερα τα επίπεδα της σωματικής τους ενέργειας, τον συγχρονισμό, την επικοινωνία, την ένταση, τη χαλάρωση, την φόρμα και την ισορροπία τους (Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, 2015).

Σκοποί της παρούσας μεταπτυχιακής διατριβής είναι i) η ανίχνευση της εξέλιξης των τεχνικών κίνησης που χρησιμοποιήθηκαν στο θέατρο από τον 20ο αιώνα μέχρι σήμερα ii) η ανάδειξη του ρόλου της κίνησης στην υποκριτική τέχνη, ενός πεδίου που δε φαίνεται να έχει τύχει της δέουσας προσοχής στην ελληνόφωνη βιβλιογραφία και iii) η διερεύνηση της Βιο-μηχανικής του Meyerhold και της κίνησης στον Grotowski και της αξίας αυτών των τεχνικών και των τρόπων στην εξέλιξη της υποκριτικής τέχνης.

Η μεταπτυχιακή διατριβή αρθρώνεται μεθοδολογικά ως συγκριτική ανάλυση, σε θεωρητικό και πρακτικό επίπεδο, μεταξύ της Βιο-μηχανικής του Meyerhold και της κίνησης στον Grotowski. Για να ευοδωθεί ολοκληρωμένα η σύγκριση, έγινε η επιλογή του έργου του Pablo Picasso (1881-1973) με τίτλο *Τέσσερα Κοριτσάκια* (1947-1948).

Βασικά ερευνητικά ερωτήματα της μεταπτυχιακής διατριβής είναι τα εξής:

- Πώς οι κινητικές πρακτικές μπορούν να βελτιώσουν τις τεχνικές της υποκριτικής;
- Ποια είναι η αξία της κιναισθητικής εμπειρίας και πώς αυτή εξελίχτηκε με την πάροδο του χρόνου μέσα στις διαφορετικές θεατρικές τεχνικές στον σύγχρονο Δυτικό θεατρικό κόσμο;
- Με ποιούς όρους μπορεί να γίνει μια σύγκριση μεταξύ δύο τεχνικών/σχολών, του Meyerhold και του Grotowski πάνω σε ένα κείμενο;
- Σε πρακτικό επίπεδο, πως διαμορφώνεται η επί σκηνής δράση και κίνηση στην περίπτωση χρήσης της Βιο-μηχανικής του Meyerhold και της κίνησης του Grotowski για την προσέγγιση ενός κειμένου, όπως τα *Τέσσερα Κοριτσάκια*;

Η παρούσα μεταπτυχιακή διατριβή περιλαμβάνει βιβλιογραφική ανασκόπηση (ελληνική και ξένη), ανασκόπηση αρθρογραφίας, κειμένων και μελετών σχετικών με το παρόν θέμα, κυρίως μέσω του διαδικτύου, όπου είναι εφικτή η πρόσβαση σε υλικό πρόσφατο, τεκμηριωμένο, που εκτείνεται σε διεθνές επίπεδο, καθώς και η παρατήρηση αρχείων βίντεο. Επιπρόσθετα, υπάρχει πρακτική εφαρμογή των μεθόδων του Meyerhold και Grotowski, από την οποία καταγράφεται η διαδικασία των προβών, οι ασκήσεις πάνω στις οποίες εργαστήκαμε, προβληματικές που δημιουργήθηκαν κατά την εφαρμογή αλλά και τα λειτουργικά σημεία και τα αποτελέσματα που είχε η εφαρμογή των τεχνικών στην υποκριτική. Παρουσιάζεται δε, σχετικό βίντεο από τη διαδικασία της πρακτικής εφαρμογής των δύο κινησιολογικών μεθόδων. Τέλος, με την ολοκλήρωση της θεωρητικής και της πρακτικής πτυχής της μεταπτυχιακής διατριβής, ακολουθεί η συγκριτική ανάλυση και τα συμπεράσματά της εν είδει επιλόγου.

Κεφάλαιο 1

Το σώμα στο θέατρο

Οι πρωτόγονοι άνθρωποι κατά τη διάρκεια των φυσικών τους δραστηριοτήτων, ανακάλυψαν ότι οι μυϊκές ομάδες, οι αρθρώσεις και οι τένοντες τους έχουν μεγαλύτερη ευελιξία και δύναμη από όση χρειαζόταν για να καλύψουν μόνο τις φυσικές του ανάγκες. Έτσι, άρχισαν να πραγματοποιούν μια σειρά επαναλαμβανόμενων και εντονότερων κινήσεων, οι οποίες αρχικά τους δημιουργούσαν ευχαρίστηση, ενώ αργότερα έγιναν αναπόσπαστο κομμάτι της ψυχαγωγίας τους. Με τον τρόπο αυτό λέγεται ότι ο άνθρωπος οδηγήθηκε στα πρώτα στάδια του χορού (Valery 2013: 6).

Μέσα από την κίνηση, τον ρυθμό, και τελικά την τέχνη του χορού, επιτεύχθηκε σιωπηλά η εξωτερίκευση της εσωτερικής συγκίνησης των καλλιτεχνών (Μπαρμπούση 2004: 18). Τι μπορεί να εκφράζει ή να συμβολίζει η ανθρώπινη κίνηση στο πλαίσιο της τέχνης; Πώς το σώμα από την ακινησία ωθείτε μέσω των συνθηκών στην κίνηση; Πως η συναισθηματική και διανοητική κατάσταση εκπέμπεται και εκφράζεται μέσα από μία σειρά μυϊκών συσπάσεων; Ειδικότερα στο θέατρο, πως κινείται ένας χαρακτήρας βάσει των κινήτρων του ρόλου του; Τι συναισθήματα εκφράζει; Πως μπορεί να τα αποδώσει χωρίς λόγο; Πως, τέλος, η υποκριτική και η σκηνοθεσία αποκτούν πολλαπλά επίπεδα νοήματος μέσα από τη σωματική επιτελεστικότητα και πως ο ηθοποιός, από μη συνειδητοποιημένος εκτελεστής κινήσεων, μπορεί να γίνει ενεργός συν-δημιουργός προτείνοντας το μέγιστο του υλικού του;

Τα προαναφερθέντα ερωτήματα έχουν ως βασικό άξονα μελέτης την κίνηση ως κύριο εκφραστικό μέσο. Υπό το πρίσμα των ερωτημάτων αυτών δημιουργήθηκε ένα σύγχρονο είδος θεάτρου, το οποίο ονομάστηκε *physical theater* (σωματικό θέατρο) (Murray, Keefe 2007:17).

Ορίζεται ως η αντικατάσταση του λόγου μέσω του σώματος (BBC 2017:1). Ψήγματα χαρακτηριστικών του είδους παρουσιάζονται ιστορικά από την αρχαιότητα, για παράδειγμα σε απεικονίσεις αγγείων διακρίνεται η έντονη σωματοποίηση του ρόλου, έπειτα στους μίμους, στην *commedia dell'arte*, την *performance*, και οι αναζητήσεις αυτές καταλήγουν στο σωματικό θέατρο (Γαλάντης 2003: 38). Εντούτοις, τοποθετήσεις της Callery (Callery 2001: 32) επί του σωματικού θεάτρου, δίνουν τις βασικές αξίες, που αποτελούν τον άξονα του είδους, όπως ότι το εν λόγω είδος θεάτρου δίνει περισσότερη

έμφαση στον ηθοποιό/δημιουργό από ότι στον ηθοποιό ως εκτελεστή, οι διαδικασίες δημιουργίας του είναι ομαδικές, το πρωταρχικό του μέσο είναι το σώμα και η κίνηση, η σχέση του θεατή και της σκηνής είναι ανοιχτή, η ζωντάνια είναι το βασικό χαρακτηριστικό του ανθρώπινου οργανισμού (Γαλάντης 2003: 38).

Επιπλέον, στην προσπάθεια οριοθέτησης του είδους σε άρθρο της, η Γιαννάτου προτείνει το σωματικό θέατρο να περιλαμβάνει έννοιες και πρακτικές όπως την ιεράρχηση του σώματος, την εικόνα του σώματος, την ανθρωπολογία του ηθοποιού, τη σωματική έκφραση, και τη σωματική τέχνη (Γιαννάτου 2014:1). Ορίζει το σωματικό θέατρο ή γλώσσα του σώματος εκείνη την υποκριτική μέθοδο που

«έχει ως βασικό συστατικό το σώμα του ηθοποιού, το οποίο θα αποτελέσει τα υλικά για την παράσταση. Υλικά κινητικά, χειρονομιακά, σημασιακά, μιμητικά, χορευτικά, ακροβατικά και φωνητικά. Σωματικό και όχι λεκτικό πλαίσιο, τα πάντα διατυπώνονται μέσα από τις εκφράσεις του σώματος και του προσώπου. Βέβαια, τα λόγια δεν απουσιάζουν παντελώς, απλά είναι ελάχιστα και βγαίνουν μέσα από σπαράγματα λόγου. Όλα αυτά θα δοθούν μέσα από μια ερευνητική επεξεργασία. Γύρω από αυτή την έννοια εμπλέκονται και άλλες τεχνικές υποκριτικής όπως είναι οι μίμοι, τα ακροβατικά, οι κλόουν και το χοροθέατρο, ευρύτερα» (Γιαννάτου 2014:2).

Κεφάλαιο 2

Η κίνηση στο θέατρο μέσα από βασικούς σταθμούς

Στο παρόν κεφάλαιο, γίνεται αναφορά σε πρόδρομες μορφές που ασχολήθηκαν με τη σωματική διάσταση του θεάτρου και στους βασικούς σταθμούς κατά τους οποίους αναπτύχθηκαν στο θέατρο τεχνικές και μέθοδοι βασισμένες στην κίνηση και την σωματική έκφραση.

2.1. Θεατρικές θεωρίες και τεχνικές με έντονη σωματική διάσταση

Οι παρακάτω καλλιτέχνες του θεάτρου φώτισαν με τις θεωρίες τους και τις τεχνικές τους τη σωματική διάσταση του θεάτρου, δίχως απαραίτητα τη συγκρότηση μιας μεθόδου εξ ολοκλήρου βασισμένης στην κίνηση.

2.1.1. Konstantin Sergeievich Stanislavski

Ο Konstantin Sergeievich Stanislavski (1863 - 1938), Ρώσος ηθοποιός, σκηνοθέτης και συνιδρυτής του Θεάτρου Τέχνης της Μόσχας μαζί με τον Vladimir Nemirovich-Danchenko (1858 - 1943)¹ προσπαθώντας να εξερευνήσει τις δυνατότητες της κίνησης και τους τρόπους που αυτή εξελίσσει την υποκριτική, δημιουργεί το δικό του σύστημα και αλλάζει τα θεατρικά δρώμενα.

Ο ίδιος, αρχίζοντας τη διδασκαλία έλεγε: «Οι άνθρωποι κατά κανόνα, δεν ξέρουν να χρησιμοποιήσουν τον φυσικό μηχανισμό με τον οποίο τους προίκισε η φύση. [...] Γύρω μας δεν βλέπουμε τίποτε άλλο παρά πλαδαρούς μυς, ακανόνιστες κορμοστασιές, βαθουλωτά στήθη. Αυτά δείχνουν έλλειψη άσκησης και βλακώδη χρήση αυτού του φυσικού εργαλείου» (Στανισλάβσκι 2006: 54).

Η θεωρία του για την σημαντικότητα της σωματικότητας βασίζεται στη σχέση ψυχολογίας και κίνησης. Ο αντικειμενικός σκοπός και η δράση αλληλεπιδρούν πλήρως,

1 Vladimir Nemirovich-Danchenko, Γεωργιανός συγγραφέας, σκηνοθέτης, διευθυντής και κριτικός του θεάτρου (Academic 2016).

καθώς η σωματική ενέργεια είναι αποτέλεσμα της ψυχολογικής δράσης, από την οποία δημιουργείται το κίνητρο (Μουρ 1997: 67-72). Συνεπώς, το σώμα πρέπει να είναι κατάλληλα προετοιμασμένο και σε σωστά επίπεδα χαλάρωσης ούτως ώστε να μπορεί ο ηθοποιός να αντιληφθεί τα φυσικά ερεθίσματα που επηρεάζουν από μόνα τους μύες και το νευρικό σύστημα και να τα εκμεταλλευτεί σωστά (Στανισλάβσκι 2001: 67-69). Επίσης, πρέπει να έχει, όχι μόνο μεγαλύτερη ευχέρεια κινήσεων, αλλά και να είναι σε θέση να εκφράζεται με ειλικρίνεια και αληθοφάνεια (Βασιλειάδη 2014).

Παρότι όμως μίλησε για το σώμα, το θέατρό του είθισται να συζητείται σε συνάρτηση με την ψυχολογία του ρόλου όπως και με τα ρεύματα του ρεαλισμού και του νατουραλισμού.

2.1.2. Edward Gordon Craig

Ο Edward Gordon Craig (1872 –1966), Βρετανός σκηνοθέτης, βλέπει τον σκηνοθέτη ως τον κεντρικό παντεποπτικό παράγοντα της θεατρικής πράξης. Ωστόσο, αναπτύσσει τη θεωρία του για την υπέρ-μαριονέτα, σύμφωνα με την οποία το υλικό που έχει να προσφέρει ένας ηθοποιός είναι το σώμα, η φωνή και το πρόσωπο/μάσκα. Εντούτοις, αν και αυτά είναι τα εκφραστικά μέσα των συναισθημάτων του ηθοποιού, δεν αποτελούν τις βάσεις για να χαρακτηριστεί “καλλιτέχνης” (Craig 1908: 9), έναν τίτλο που αποδίδει στον συνθέτη και οραματιστή σκηνοθέτη. Είναι όμως το σώμα, η φωνή και το πρόσωπο ιδανικά υλικά όταν καλείται ο ηθοποιός να υπηρετήσει τον σκηνοθέτη ως μια μηχανή, χωρίς να εκφέρει ερμηνευτικές προτάσεις ή να εκφράζει συναισθήματα για το ρόλο του (Κακουδάκη 2006: 54).

2.1.3. Antonin Artaud

Ο Γάλλος σουρεαλιστής καλλιτέχνης Antonin Artaud (1896-1948), ο ποιητής του θεάτρου, ο εμπνευστής του θεάτρου της σκληρότητας, ο οραματιστής που πίστεψε στην αποδόμηση του συμβατικού και αντιτάχθηκε στην ορθολογική βασική αρχή του θεάτρου, πρότεινε την αποκρυπτογράφηση και θεατρική μετεγγραφή των κοσμικών συμβόλων (Grotowski 1968: 24-25, Grotowski 2010: 81-83). Η θεωρία του ο Artaud επικεντρώθηκε στα σημαινόμενα των κειμένων, αρκέστηκε σε άναρθρους ήχους, κραυγές και κλάματα για την επί σκηνής ερμηνεία των συναισθημάτων. Έσπασε το κατεστημένο, ακύρωσε τη σκηνογραφία και ανέβασε έργα σε άδειους χώρους. Το κοινό ήταν καθισμένο στη μέση και οι ηθοποιοί έπαιζαν γύρω από τους θεατές. Έντονα

ηχητικά και φωτιστικά εφέ ήταν μέρος της παράστασης. Αναπόφευκτα, το θέατρο του ήταν σωματικό, μερικές φορές «ακουμπούσε» τα πλαίσια της φόρμας και του στυλιζαρίσματος, είχε ακόμα και χορευτικά στοιχεία. «Έπαιξε» πολύ με τη μάσκα των ηθοποιών, με έντονες χειρονομίες και σωματικές στάσεις δημιουργώντας πολλές φορές αίσθημα αμηχανίας στους θεατές (OnlyTheatre 2012). Το θέατρο της σκληρότητας είναι ένα θέατρο που θέτει τον θεατή αντιμέτωπο με ακραίες εφιαλτικές καταστάσεις (Φώτης 2006).

2.1.4. Bertolt Brecht

Έπειτα, έρχεται ο Bertolt Brecht (1898 -1956) ο οποίος δημιουργεί το Επικό θέατρο, που εστιάζει στην αξία της αποστασιοποίησης και της κοινωνικής "χειρονομίας", ως βασικού άξονα της κίνησης του σώματος (Γιαννάτου 2014). Αυτή η κοινωνική χειρονομία, το μπρεχτικό *gestus*,² συνίσταται στη σκηνική κωδικοποίηση της κοινωνικής έκφρασης που αφορά όλο το σώμα, τις κινήσεις, τις εκφράσεις του προσώπου και της φωνής, τα σκηνικά αντικείμενα, τα κουστούμια και το μακιγιάζ. Ο ίδιος ο Brecht δηλώνει περί της αποστασιοποίησης ότι μέσω αυτής «θέλει να αφαιρέσει από τα κοινωνικά γεγονότα τη σφραγίδα του οικείου, που τα προστατεύει σήμερα από την επέμβασή μας» (Μπρέχτ 1974: 75, Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο 2007:2).

2.2. Βασικοί σταθμοί ανάπτυξης θεατρικών τεχνικών και μεθόδων βασισμένων στην κίνηση και τη σωματική έκφραση

Στις παρακάτω υποενότητες, παρουσιάζονται ενδεικτικά κάποιοι εκ των σταθμών στην ανάπτυξη θεατρικών τεχνικών και μεθόδων βασισμένων στην κίνηση και τη σωματική έκφραση.

2.2.1. Vsevolod Emilevich Meyerhold

2 Με την έννοια *gestus*, προσπαθεί ο Brecht να οριοθετήσει ένα πλαίσιο για τις θεατρικές εκφραστικές χειρονομίες, που θα εξασφαλίσει την αποστασιοποιητική δράση (Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο χ.χ.)

Ο Vsevolod Meyerhold (1874-1940), μετά τον δάσκαλο, μέντορα, κατά καιρούς συνεργάτη του και ιδρυτή του Θεάτρου Τέχνης της Μόσχας Stanislavski, αποτέλεσε σταθμό στην ιστορία του θεάτρου. Το νατουραλιστικό θέατρο και το θέατρο της ατμόσφαιρας του Θεάτρου Τέχνης της Μόσχας, αποτέλεσαν βασικό πυρήνα σκέψης και έδωσαν εναύσματα για σκηνοθετικές αναζητήσεις του εισηγητή της Βιο-μηχανικής στο θέατρο.

Ωστόσο, ο Meyerhold παρά τα ερεθίσματα που είχε από την συνεργασία του με τον Stanislavski, δεν άργησε να ταχθεί εναντίον του αστικού αυτού νατουραλιστικού θεάτρου και να πειραματιστεί πάνω στα δικά του πιστεύω για το θέατρο, πράγμα που έφερε συγκρούσεις και ρήξη ορισμένες φορές στη μεταξύ τους σχέση, χωρίς όμως να εκλείψει η αμοιβαία εκτίμηση. Η σχέση τους και ο τρόπος λειτουργίας τους θα μπορούσε να χαρακτηριστεί ακόμα και συμπληρωματικός για την προσωπική τους εξέλιξη αλλά και για την εν γένει εξέλιξη του θεάτρου. Επί αυτού, η επιβεβαίωση αποδεικνύεται εξάλλου από την ανάθεση από μέρος του Stanislavski της διεύθυνσης του νέου θυγατρικού – πειραματικού παραρτήματος του θεάτρου Τέχνης, του Θεάτρου-στούντιο, στον Meyerhold, ο οποίος ξεκίνησε με την ομάδα του έντονα τις αναζητήσεις του (Μέγιερχολντ 1982:10-11).

Ο Meyerhold ήταν εμφανώς επηρεασμένος από την Οκτωβριανή επανάσταση, την εργατική δηλαδή επανάσταση που δημιούργησε το κίνημα της Προλεταριακής Κουλτούρας (Προλετκούλτ) και έφερε στην επιφάνεια την έντονη τάση προς τον συμβολισμό και την φόρμα. Ιστορικές και κοινωνικοπολιτικές πτυχές παίρνουν αφηρημένη μορφή μέσα στην τέχνη και εξελίσσονται μέσα στα πλαίσια της φόρμας και της αφαίρεσης (Γεωργίου και Ξενάκη 2007).

Από την προεπαναστατική όμως περίοδο, βλέπουμε ότι ο Meyerhold, είχε τάση προς την αφαίρεση. Αντικατάστησε τα νατουραλιστικά σκηνικά με συμβατικά και συμβολικά.

Επιπλέον, βασική αλλαγή για τα θεατρικά δρώμενα της εποχής αλλά και τον μεταγενέστερων δεδομένων του θεάτρου, αποτέλεσε η από μέρος του αναδιάρθρωση του σκηνικού χώρου, με την ακύρωση της αυλαίας, που έφερε τη δράση στο προσκήνιο, η αποδόμηση του σκηνικού χώρου και η ακύρωση του τέταρτου τοίχου (Μέγιερχολντ 1982: 70-75, 87-89, 103, Musilová 2008: 2). «Θέλω να φλέγομαι από το πνεύμα της εποχής μας, θέλω όλοι οι λειτουργοί της σκηνής να συνειδητοποιήσουν τη μεγάλη αποστολή τους. Όλα όσα έπρεπε να κρύψουμε από το κοινό, όλα τα κενά, τα καλύπταμε με στυλιζαρισμένες ζωγραφικές επιφάνειες, χωρίς να φροντίσουμε καθόλου να κάνουμε

το θεατή να ξεχάσει πως βρίσκεται στο θέατρο» (Μέγιερχολντ 1982:30). Σχεδόν ταυτόχρονα, ο μεγάλος σκηνοθέτης εστίασε στην προβολή της πλαστικότητας των ηθοποιών και στην σημασία του μυαλού σε σχέση με το σώμα, αφού πίστευε, σε αντίθεση με τον δάσκαλο του Stanislavski ότι «τα σώματα σκέφτονται» και δεν υποκινούνται από ψυχολογικά κίνητρα (Musilová 2008: 2).

Για την επίτευξη αυτή, εργάστηκε πάνω στις τεχνικές της asana yoga κυρίως για σκοπούς χαλάρωσης, βελτίωση της πλαστικότητας και σύνδεσης του σώματος με τα συναισθήματα (French, Bennett 2015:309), αλλά και πάνω στις Τεχνικές Σωματικής Κίνησης (Somatics) που περιλαμβάνουν μια γενικότερη μελέτη γύρω από το σκελετικό σύστημα, το οργανικό σύστημα, τις αισθήσεις, το νευρικό σύστημα και το μυϊκό. Μέσα από αυτές τις τεχνικές διερεύνησε επίσης, την σημασία της σωματικής επαφής καθώς και της βαρύτητας, ενώ εστίασε και στη σύνδεση του σώματος, του νου, και της κίνησης (Miller, Ethridge, Morgan 2011:121)

Ως προς το κομμάτι της πλαστικότητας, τονίζει ότι «οι χειρονομίες, οι στάσεις, τα βλέμματα, η σιωπή προσδιορίζουν τις αληθινές σχέσεις ανάμεσα στους ανθρώπους. Τα λόγια δεν τα λένε όλα. Χρειάζεται μια τέτοια μορφή των κινήσεων. Τα λόγια είναι για την ακοή, η πλαστικότητα για τα μάτια. Έτσι, η φαντασία του θεατή λειτουργεί κάτω από την πίεση δύο εντυπώσεων. Της οπτικής και της ακουστικής» (Μέγιερχολντ 1982: 80).

Για την υλοποίηση των παραπάνω στόχων ανάδειξης της σωματικής έκφρασης και της ερμηνευτικής αξίας που αυτή φέρεται να έχει για τον Meyerhold, έπαιξαν καθοριστικό ρόλο αρχικά το «Πλανόδιο Θέατρο», εμπνευσμένο από την Commedia dell'arte του 19^{ου} αιώνα. Οι λαϊκές παντομίμες των Αρλεκίνων, το γκροτέσκο, το εύρος των κινήσεων, των ακροβατικών, του σωματικού παιχνιδιού, οι μεταμορφώσεις, οι μορφές, οι συμβατικοί χαρακτήρες-τύποι, οι θεματικές της Commedia, η αμεσότητα που προσφέρει «το πατάρι» και η μικρή απόσταση από το κοινό, το αφαιρετικό ύφος που μπορεί να έχει μια παράσταση βασισμένη στην Commedia, η μιμική και η παντομίμα, ώθησαν τον Meyerhold να δημιουργήσει μέσα από αυτά μια πιο οργανική και σε βάθος ανανεωτική θεατρική μελέτη γύρω από ένα νέο είδος θεάτρου (Παπαγεωργίου 2014:24-26). Πέρα του «Πλανόδιου Θεάτρου», σταθμός της μελέτης του για το «θέατρο σύμβασης», αποτέλεσε και η περίοδος συνεργασίας με το Δραματικό Θέατρο της V.F. Komissarhevskaia, Ο Meyerhold τολμά να παραδεχτεί ότι κατά τη διάρκεια της συνεργασίας αυτής, εστίασε στο να εδραιώσει το εικαστικό κομμάτι και τις ρυθμικές μορφές, και «ξέχασε ολότελα τον άνθρωπο» (Μέγιερχολντ 1982:15-16).

Η αλληλεπίδραση μεταξύ σκηνης, θεατών, παράστασης και δραματουργίας αποτελεί το πλαίσιο ευόδωσης του Θεάτρου Σύμβασης (1907). Το Θέατρο Σύμβασης περιλαμβάνει το θέατρο- τρίγωνο και το θέατρο της ευθείας. Και στις δύο περιπτώσεις, οι τέσσερις βασικοί παράγοντες είναι ο συγγραφέας, ο σκηνοθέτης, ο ηθοποιός και ο θεατής. Η διαφορά τους είναι ότι στο θέατρο-τρίγωνο, αφού αναπτύξει ο σκηνοθέτης όλο το σχέδιο του, κάνει πρόβες ώσπου να πραγματοποιηθεί με ακρίβεια όλη η σύλληψη του. Μαέστρος πια είναι ο σκηνοθέτης, ενώ στο θέατρο της ευθείας συγγραφέας και σκηνοθέτης έχουν συγχωνευτεί. Ο Meyerhold ορίζει το θέατρο της ευθείας ως «μία ευθεία γραμμή (οριζόντια), όπου τα τέσσερα βασικά στοιχεία του θεάτρου σημειώνονται με τέσσερις τελείες από αριστερά προς τα δεξιά: ο συγγραφέας, ο σκηνοθέτης, ο ηθοποιός, ο θεατής. [...] Ο ηθοποιός αποκαλύπτει την ψυχή του ελεύθερα μπροστά στον θεατή, αφομοιώνοντας το έργο του σκηνοθέτη ακριβώς όπως έχει αφομοιώσει κι αυτός ο τελευταίος το έργο του συγγραφέα» (Μέγιερχολντ 1982: 73). Η θέση του σκηνοθέτη περιορίζεται σε δύο τομείς: στην διδασκαλία - προετοιμασία του ηθοποιού και στη διασκευή ή τη δραματουργία του κειμένου (Dort 2013: 7, 15).

Ο Meyerhold εισηγήθηκε τη μέθοδο της Βιο-μηχανικής (bio-mechanics) στην οποία θα γίνει εκτενής αναφορά στο επόμενο κεφάλαιο, προκειμένου να απομονωθούν και να αναλυθούν σε βάθος οι μέθοδοι που θα συγκριθούν θεωρητικά και πρακτικά στην παρούσα μεταπτυχιακή διατριβή.

2.2.2. Étienne Decroux

Ο Étienne Decroux (1898-1991) ήταν γάλλος ηθοποιός και σκηνοθέτης, και χαρακτηρίστηκε ως ο «ο πατέρας του σύγχρονου μίμου» (Lust 1974: 14). Από τα πρώτα χρόνια της καριέρας του, έχοντας επιρροές από τον Meyerhold και τον Brecht, εστίασε στην σημαντικότητα των κινητικών πρακτικών στο θέατρο και την αξία που έχει για τον ηθοποιό να μπορεί να ελέγξει τις λεπτές διαφορές στα επίπεδα μυϊκής έντασης. Αρχικά, καταπιάστηκε με την *commedia dell'arte*, η οποία άνηθε ξανά κατά στον 20^ο αιώνα μέσα από την υποκριτική του τέχνη και ακολούθως ασχολήθηκε αποκλειστικά από τις αρχές του '30 με τη μιμική και την παντομίμα. Την ίδια περίοδο, ίδρυσε την πρώτη σχολή παντομίμας στο Παρίσι και έβαλε τις βάσεις για την τεχνική της *Καθαρής Παντομίμας* (Corporeal Mime) (Παγιατάκης 2010).

Η τεχνική αυτή βασίζονταν στον χορό και στα ακροβατικά εδάφους, στο ρυθμό και την δυναμική του, στην ολυμπιακή γυμναστική, το κλασικό μπαλέτο, τους αυτοσχεδιασμούς πάνω στην σωματική μίμηση, αλλά και στους αυτοσχεδιασμούς με μάσκα. Απαραίτητα εργαλεία για τον ηθοποιό της *Καθαρής Παντομίμας* ήταν η συγκέντρωση και η δύναμη. Παρατήρησε, τέλος, τη δυναμική της ακινησίας και την εκρηκτικότητα των κινήσεων μετά από αυτή (Alaniz 2013: 3-4, Decroux 2001: 98-102).

2.2.3. Jacques Lecoq

Ο Jacques Lecoq (1921 –1999) ήταν ηθοποιός και δάσκαλος θεάτρου. Για τη μελέτη του στο σωματικό θέατρο, χρησιμοποίησε μία μικτή φόρμα μίμου, μάσκας και άλλων τεχνικών κίνησης για να αναπτύξει τη δημιουργικότητα και την ελευθερία έκφρασης στους μαθητές του. Το παριζιάνικο σχολείο *École Internationale de Théâtre Jacques Lecoq*, που ίδρυσε το 1956, εξακολουθεί να είναι ένα από τα σημαντικότερα κέντρα φυσικής αγωγής στον κόσμο, αναπτύσσοντας καλλιτέχνες όλων των ειδών μέσω του διετούς ωδείου και ποικίλων εξειδικευμένων εργαστηρίων. Το έργο βασίζεται σε μεγάλο βαθμό στις κινήσεις της *Commedia Dell'arte* και των κλόουν, καθώς και στην περίφημη ουδέτερη μάσκα του Lecoq και σε ψυχολογικές ασκήσεις που περιλαμβάνουν στοιχεία, χρώματα και εποχές (Wright 2015).

2.2.4. Peter Brook³

Ο Βρετανός σκηνοθέτης Peter Brook (1925-) μπορεί να θεωρηθεί ο συνεχιστής του Grotowski αφού πολλές από τις παραστάσεις του βασίζονται πάνω στις αρχές του Grotowski (Paul 1999). Πίστεψε όσο και ο Grotowski στην απλότητα, την εσωτερική διεργασία του ηθοποιού, τη λιτότητα των σκηνογραφικών, φωτιστικών και άλλων θεατρικών τεχνικών και έγινε υπέρμαχος της αλήθειας που προκύπτει μέσα από την κίνηση και τον εσωτερικό ρυθμό του ηθοποιού. Επιπλέον, θεώρησε εξίσου απαραίτητη την εκγύμναση του ηθοποιού, προκειμένου να μπορεί να ελέγξει απολύτως το σώμα

3 Ενδεχομένως να ξενίζει ότι ακολουθείται χρονολογική σειρά βάσει χρονολογίας γέννησης, αλλά θεωρήθηκε ασφαλέστερο καθώς δεν είναι πάντα ευκρινές ποιος καλλιτέχνης έδρασε πρώτος. Ωστόσο, πρέπει να αναφερθεί ότι ο Brook είχε έντονες επιρροές από τον Stanislavski και τον Grotowski (Μπρουκ 2000: 14, 22, 44-45)

του. Κατά τον Brook, κάθε καινούριο σκηνικό συμβάν λαμβάνει χώρα σε έναν άδειο χώρο, όπου μια νέα εμπειρία, μπορεί να ξεδιπλωθεί με το σημαίνον της μέσω της έκφρασης, της μουσικής και της γλώσσας. Το συμβάν αυτό ορίζει επίσης τη σχέση ηθοποιού που διασχίζει έναν άδειο χώρο με τον θεατή που τον παρακολουθεί. Για να υλοποιηθεί μια φορτισμένη συναισθηματικά σκηνοθετική ιδέα στο θέατρο, πρέπει να προχωρήσει πέρα από τη μίμηση. Σε μια παράσταση, η ζωή που παρακολουθεί κάποιος επί σκηνής, οφείλει να είναι παράλληλη ζωή και να μην ξεχωρίζει από την πραγματικότητα (Μπρουκ 2000: 14).

Σημαντική για τον Brook είναι η καθαρή πρόθεση του ηθοποιού. Από τη στιγμή, δηλαδή, που καλείται να υποκριθεί, είναι υπόχρεος να έχει ξεκάθαρη πρόθεση και να είναι σε πλήρη εγρήγορση, αφού απέναντι του υπάρχει κοινό που τον παρακολουθεί. Ο Brook στην «Ανοιχτή Πόρτα» (Brook, P. 2000 *The Open Door: Thoughts on Acting and Theatre*, N.Y.: Theatre Communications Group) αναφέρει πως «για να είναι απολύτως καθαρές οι προθέσεις ενός ηθοποιού με διανοητική εγρήγορση, αληθινό αίσθημα, ισορροπημένο και «καλοκουρδισμένο» σώμα – πρέπει να βρίσκονται σε τέλεια αρμονία». Το σώμα μπορεί να γίνει φορέας της πρόθεσης, της σκέψης, του συναισθήματος και σε όλο τον κόσμο, το σώμα είναι ένα, είναι το ίδιο. Η ειδοποιός διαφορά προέρχεται από τα πολιτισμικά ερεθίσματα. Ένας ηθοποιός με το σώμα του, πρέπει να είναι ικανός να αποτυπώσει την εικόνα του κόσμου, για αυτό και οι ποικιλίες σωματότυπων είναι απαραίτητες (Μπρούκ 2000: 31-35). Επιπλέον, για την ορθή καθοδήγηση των ηθοποιών του, δεν παύει να συζητά μαζί τους, τους καλλιτεχνικούς του στόχους και τις ιδέες του, να εξιστορεί παραδειγματικά γεγονότα, καθώς και να αναλύει τις σκηνοθετικές του επιλογές και το σκεπτικό πίσω από αυτές (Groyden 2009).

Απαραίτητη κρίνεται για τον Brook η πηγαία σωματική και λεκτική επικοινωνία και η έκφραση των συναισθημάτων μέσα στην τέχνη του θεάτρου. Στοχεύει να αποδώσει την ιδέα και την ουσία του έργου μέσα από ένα σύνολο συμβολισμών, που μπορεί να δοθούν μέσα από το σώμα – τη φόρμα και τους ήχους. (Βασιλειάδη 2014).

Ο ηθοποιός, αν σε κάθε του έκφραση δεν βρίσκεται σε επαφή με όλο του το σώμα, και δεν έχει πλήρη επίγνωση αυτού, κινδυνεύει από αδυναμία άρτιας σωματικής έκφρασης και πιθανή έλλειψη ευαισθησίας και ενσυναίσθησης. Απαραίτητη για τον Brook είναι η αυτοπεποίθηση για τον ηθοποιό για να μπορεί να εκτελέσει ακόμα και την απόλυτη σιωπή ή ακινησία, αλλά χωρίς να χάσει την εγρήγορση του. Έτσι λοιπόν, αν ένα σώμα είναι σε εγρήγορση και κρατά τον κατάλληλο ρυθμό μιας παράστασης είναι ικανό, ακόμα και με την απουσία σκηνικών, για να λειτουργήσει η φαντασία του θεατή και

είναι υπεραρκετή για να γεμίσει τα κενά του. Έτσι, εάν ο ηθοποιός βρίσκεται σε κατάσταση υψηλής δεκτικότητας, και έχει δηλαδή αφομοιώσει το πιο πάνω ζητούμενο για να μπορεί να λειτουργήσει μέσα σε αυτό, ακόμα και μια στιγμή από την πραγματική ζωή μπορεί να παρουσιαστεί μέσα στο σωστό ήχο, τη σωστή χειρονομία, το σωστό βλέμμα, τη σωστή ανταλλαγή δράσεων (Μπρουκ 2000: 38, 45-46).

Ο χώρος, ο χρόνος και ανάμεσα τους οι ηθοποιοί εμπεριέχουν συμπυκνωμένη ενέργεια, η οποία θα ξεδιπλώσει στον θεατή μια ιστορία ζωής. Στις πρόβες ο ηθοποιός δεν πρέπει να εκτίθεται συναισθηματικά γρήγορα γιατί δεν προλαβαίνει να ανακαλύψει και να αναγνωρίσει τις αληθινές ποιότητες μεταξύ των σχέσεων που αναπτύσσονται. Καλύτερα είναι να προσεγγίζει με μεγαλύτερη εσωτερικότητα το έργο του, ώστε να μην σκορπίζει την ενέργεια του. Συνεπώς, ο ηθοποιός αφού λάβει τα ερεθίσματα και τα επεξεργαστεί μπορεί τότε με καθαρές προθέσεις να εξωτερικεύσει τα συναισθήματα του στον κατάλληλο χρόνο. Όπως ο ηθοποιός του Grotowski έτσι και του Brook πρέπει να μπορέσει λοιπόν να απαλλαγεί από τις προσωπικές και ναρκισσιστικές του φιλοδοξίες, για να βυθιστεί στον εαυτό του (Μπρουκ 2000: 44, 54).

Σύμφωνα με τον Brook επίσης «Όταν λείπει η προσπάθεια για καλλωπισμό, τότε παίρνει τη θέση της ένα άλλο κριτήριο: η ανάγκη να βρεθεί η αληθινή εσωτερική ηχώ. [...] Και τότε μέσα από την καθαρότητα της λεπτομέρειας είναι σαν να προσπαθεί κανείς να αγγίξει το θείο». Η λεπτομέρεια της κίνησης μέσα στην φόρμα είναι αυτή που θα την καταστήσει ρεαλιστική (Μπρουκ 2000: 67). Ο σκηνοθέτης έδινε ώθηση στους ηθοποιούς να εστιάσουν στις προσωπικές παραλλαγές μέσα σε μια κίνηση, μια χειρονομία, αναζητώντας το προσωπικό τους ρυθμό. Ένας τρόπος προσέγγισης είναι οι αυτοσχεδιασμοί, τους οποίους χώρισε σε δύο μορφές, τους αυτοσχεδιασμούς που ξεκινούν από την απόλυτη ελευθερία του ηθοποιού και τους καθοδηγούμενους, εκείνους που προέρχονται κάτω από συγκεκριμένη συνθήκη ή ερέθισμα και ενεργοποιούν την εσωτερική ηχώ (Μπρουκ 2000: 107).

Επιπλέον, ο Brook στο δοκίμιο του «Άδειος χώρος»⁴ χώρισε το θέατρο σε τέσσερις θεμελιακούς τύπους. Το «Νεκρό» θέατρο που αποτελείται από κοινοτυπίες, στυλιζαρίσματα και στερεότυπα (Brook 2016), το «Ιερό θέατρο» ως έναν αόρατο κόσμο που πρέπει να γίνει ορατός και να επαναφέρει την τελετουργική δύναμη που εμπεριέχει μια ιδιαίτερη ενέργεια στην ύπαρξη του (Μπρουκ 2000: 93-116), αλλά και για το

4 Brook, P. (2016) *Ο Άδειος Χώρος*, μτφ. Πασχαλίδου, Μ. Αθήνα: ΚΟΑΝ.

«Τραχύ» Θέατρο⁵, το οποία ουσιαστικά έρχεται να ενώσει με το «Άμεσο» θέατρο, ένα είδος θεάτρου που αφορά στην ανακάλυψη ενός ρευστού και συνεχώς μεταβαλλόμενου στυλ που εστιάζει στη χαρά της θεατρικής εμπειρίας (Brook 2016: 90). Στο «Άμεσο Θέατρο» σύμφωνα με τον Brook «τα πιο καθαρά και τα πιο ακάθαρτα στοιχεία μπορούν να βρουν τη θέση τους και να δικαιωθούν. Από τη μία πλευρά, υπάρχει η απόλυτη ελευθερία στην προσέγγιση και η παραδοχή της αρχής ότι «τα πάντα είναι δυνατά» και, από την άλλη, η αυστηρότητα και η πειθαρχία, που επιμένει ότι «τα πάντα» δεν σημαίνει «ό,τι να 'ναι.»» Για να μπορέσει λοιπόν ο ηθοποιός να προσεγγίσει «τα πάντα» οφείλει να είναι φυσικός, να αντιδρά ελεύθερα και ενστικτωδώς, να διατηρεί ένα ζωντανό εσωτερικό ρυθμό γεμάτο από οργανικές αβίαστες παύσεις και οργανικές κινήσεις. Επιπλέον, πρέπει η σκέψη και η συγκέντρωση του να εστιάζεται στη σιωπή. Μόνο έτσι υπάρχει ροή ακόμα και στην «ηρεμία» και μπορεί να αποφευχθεί κάθε είδους ψεύτικης αναπαράστασης της ζωής (Μπρούκ 2000: 95, 114, 123).

2.2.5. Jerzy Grotowski

Ο Jerzy Grotowski (1933-1999), Πολωνός σκηνοθέτης, δάσκαλος θεάτρου και ένας από τους σημαντικότερους σταθμούς του θεάτρου, μέσα από μια διαρκή αναζήτηση οδηγείται στη δημιουργία του Θεατρικού Εργαστηρίου (Laboratorium), μέσω του οποίου αποπειράται να δώσει νέα διάσταση στη τέχνη του ηθοποιού (Καρβούνη 2015). Ανέλυσε και επεξεργάστηκε όλους τους παραπάνω τρόπους δουλειάς, μέσα κυρίως από τις σωματικές δράσεις. Εμφανώς επηρεασμένος από τον Stanislavski, επιλέγει εντέχνως την απλότητα, τη λιτότητα και την οργανικότητα στο ύφος σκηνοθεσίας του και με τη σειρά του διαμορφώνει το σύγχρονο θέατρο και τους τρόπους έκφρασης του (Grotowski 2010: 89-90).

Ο Grotowski στο δοκίμιο του «Για ένα φτωχό θέατρο», αναφέρει ότι η μνήμη αποτελεί οδηγό στην αυτοαποκάλυψη καθώς διατηρεί μια λεπτομερή καταγραφή όλων των γεγονότων που έχουν συμβεί. Αυτή οδηγεί τον ηθοποιό στην εκ βαθέων έρευνα του «υποσυνειδήτου» (Grotowski 2010: 89-90).

Επιπλέον, η σωματική επαφή είναι ένας τεράστιος τρόπος άμεσης και έμμεσης επικοινωνίας. Μέσω της σωματικής επαφής εκφράζονται τα ερεθίσματα από όσα

5 Το λαϊκό θέατρο που στέκεται απέναντι στο επιτηδευμένο, γεμάτο θόρυβο και δράση - τυπικά χαρακτηριστικά του Ελισαβετιανού Θεάτρου (Brook 2016).

βιώνουμε (Μάρσαλ 2003: 9). Αναγνωρίζοντας τη δράση και την αντίδραση που προκαλεί η επαφή στον ηθοποιό, όπως και σε ένα οποιοδήποτε ανθρώπινο ον, μπορεί εκτός του δούνα και λαβείν, να τον κάνει να κατανοήσει τον ίδιο του τον εαυτό μέσα από την συμπεριφορά ενός άλλου ατόμου. Τον βοηθά ακόμα να απογυμνώσει το είναι του απέναντι στα προσωπικά του βιώματα και να οδηγηθεί μέσα από την αλήθεια του στην πλήρη πειθαρχία (Grotowski 2010: 93).

Ο Grotowski προσπάθησε μέσα από τον οργανισμό *Laboratorium Theatre* να διερευνήσει την υποκριτική και τη σκηνοθεσία. Πρώτο βασικό ερώτημα του, πάνω στο οποίο θα στηριχτούν οι υπόλοιπες διαδικασίες εκπαίδευσης του ηθοποιού, είναι το «τι είναι ο ρόλος». Ρόλος για τον Grotowski είναι απλώς το κείμενο ενός προσώπου, αποτελεί τον μηχανισμό παρακίνησης για να διεισδύσεις στα έγκατα της ψυχοσύνθεσης του ηθοποιού. Να αναλύσεις και να αναγνωρίσεις τον εαυτό σου και να αποκαταστήσεις την επαφή με τους άλλους είναι το ζητούμενο του. Δεν είναι απλώς λόγια προς αφήγηση ή απαγγελία με ορισμένο συναίσθημα (Grotowski 2010: 197-198).

Η φιλοσοφία του γύρω από το είδος θεάτρου το οποίο έρευνά, είναι ότι η ψυχική κατάσταση παρακινεί το σώμα να αντιδράσει. Ωστόσο, γνωρίζοντας και από προσωπική εμπειρία, την επίπονη και δύσκολη αυτή διαδικασία που πρέπει να ακολουθηθεί από τους ηθοποιούς του *Laboratorium* για την επίτευξη του στόχου του (Εσωθέατρο 2017), δηλώνει πως: «Το θέατρο παρέχει μια ευκαιρία για αυτό που μπορεί να ονομαστεί ολοκλήρωση, ξεφόρτωμα από της μάσκες, ανάδειξη της πραγματικής ουσίας: μια ολότητα φυσικών και νοητικών αντιδράσεων. Αυτή η ευκαιρία πρέπει να αντιμετωπιστεί με έναν μεθοδικό τρόπο, με πλήρη επίγνωση των ευθυνών που επιφέρει... Ένας ηθοποιός πρέπει να είναι πάντα έτοιμος να ενταχθεί στη δημιουργική δράση, τη δεδομένη στιγμή που αυτό θα καθοριστεί από την ομάδα. Υπό αυτή την έννοια, η υγεία του, η φυσική του κατάσταση και όλες οι ιδιωτικές του υποθέσεις σταματούν να είναι μόνο προσωπική του υπόθεση.» (Γκροτόφσκι 1982), (Εσωθέατρο 2017).

Ειδικότερα για τη μέθοδο που ακολουθεί ο Grotowski στη θεατρική πράξη, θα γίνει εκτενής αναφορά στο επόμενο κεφάλαιο.

2.2.6. Complicité

Και ενώ οι αναζητήσεις γύρω από την σωματική κίνηση στην υποκριτική και την σκηνοθεσία δεν σταματούν, βλέπουμε στα τέλη του 20^{ου} αιώνα με αρχές του 21^{ου} να

εμφανίζεται μια νεοσύστατη ομάδα, που δημιουργεί το Theatre de Complicité ή Complicité (1983-), το οποίο δουλεύει μέχρι και σήμερα πάνω στο *θέατρο της επινόησης* (devised theatre) βασιζόμενο πάνω στα κλασσικά έργα (British Council Global, 2016).

Οι δημιουργοί του Theatre de Complicite, Simon McBurney, Annabel Arden, Fiona Gordon and Marcello Magni, εμφανώς επηρεασμένοι από την μέθοδο του Grotowski αλλά και του Lecoq, επικεντρώνονται στην εξωτερίκευση υποσυνειδητών συναισθημάτων, μέσω της σωματικής έκφρασης. Η έκφραση αυτή οδηγείται σε μια χορογραφημένη performance. Κρατώντας τους κατευθυνόμενους αυτοσχεδιασμούς και τις σωματικές ασκήσεις, πιστεύουν ότι ο ηθοποιός δύναται να πλησιάσει μια πιο αφηρημένη σουρεαλιστική εικόνα (PressPop 2015).

Κάτω από πνεύμα ομαδικής έρευνας γύρω από το θέατρο της επινόησης, προσπαθούν να δημιουργήσουν ένα κοινό κώδικα θεατρικής επικοινωνίας γύρω από το σωματικό θέατρο. Κατά τον θεατρικό αυτό κώδικα, αναγάγουν την ομορφιά της φυσικότητας και της οργανικότητα ενός χορογραφημένου συνόλου, των οπτικών εφέ, των καινοτόμων φωτισμών και ήχων, σε απαραίτητη προϋπόθεση για το σύγχρονο θέατρο (Complicite χ.χ.). Δίνουν τέλος, έμφαση στο εικαστικό μέρος της παράστασης, διαμέσου μιας ενδυναμωμένης και έντονης σωματικής έκφρασης, αλλά και μέσα από τον ποιητικό και σουρεαλιστικό λόγο (Haridy 2013:140)

Κεφάλαιο 3

Meyerhold:

Η Βιο-μηχανική

Μέσα στο πλαίσιο της φόρμας και της αφαίρεσης, ψάχνοντας τους τρόπους ερμηνευτικής έκφρασης της εσωτερικής κατάστασης του ηθοποιού, ο Meyerhold πειραματίζεται μόνος, αλλά και μαζί με τους ηθοποιούς των πρώτων εργαστηρίων του, με κινησιολογικές πρακτικές, πιστεύοντας ότι η σωματικότητα και η κινητική ενέργεια μπορούν να οδηγήσουν αποτελεσματικά στο συναίσθημα του ηθοποιού (Μέγιερχολντ 1982:15).

Οι ηθοποιοί του έπρεπε να είναι πλήρως πειθαρχημένοι και αβίαστα πρόθυμοι να εκτελέσουν στο έπακρο τους στόχους του (Μέγιερχολντ 1982:15). Ο Meyerhold απαιτούσε οι ηθοποιοί του να είναι άριστοι σε όλους τους τομείς, υποκριτικά, χορευτικά, μουσικά, να έχουν μια πλούσια υποκριτική γκάμα, άψογο ρυθμό, ευελιξία, καλά εκγυμνασμένο, εκπαιδευμένο σώμα και μια ιδιαίτερη ικανότητα και ταχύτητα στους αυτοσχεδιασμούς (Μέγιερχολντ 1982:21). «Ο ηθοποιός πρέπει να είναι ένας κύριος της ψυχής, του μυαλού, των συναισθημάτων, της μνήμης, της φωνής, της μάσκας, της κίνησης ... Τα πάντα είναι συνδεδεμένα, ωστόσο, μέσω της Βιο-μηχανικής, προσπαθούμε να βρούμε τους τρόπους για να εκφραστούν μέσα από την εικόνα. Πρέπει να αποστασιοποιηθούμε από την λεκτική φόρμα και να εστιάσουμε στην σωματικότητα. Το σώμα μιλά!» (Anatoly 2007).

Απαραίτητη για την έναρξη της μελέτης της μεθόδου του Meyerhold κρίνεται η άριστη φυσική κατάρτιση του ηθοποιού, καθώς γίνεται πολύ σκληρή δουλειά για το σώμα, η οποία στοχεύει να αναπτύξει τους μύες, να βελτιώσει την συγκέντρωση, την ισορροπία και την ευελιξία. Επιπλέον, είναι σημαντικό οι ηθοποιοί να απασχολούνται με ασκήσεις που αναπτύσσουν την αίσθηση της σχέσης και της ευαισθησίας τους στο χώρο, τη σκηνή και το περιβάλλον (Βασιλειάδη 2014).

Στο πλαίσιο της έρευνάς του, εστίασε στη βιολογική διάσταση, τη λειτουργία των μυών, των αρθρώσεων και του νευρικού συστήματος. Υπό το πρίσμα αυτό, δημιούργησε τη Βιο-μηχανική μέθοδο, μια από τις βασικότερες τεχνικές γείωσης των ηθοποιών την οποία παρουσίασε το 1922. Η Βιο-μηχανική ορίζεται ουσιαστικά ως η μέθοδος όπου

«μέσω των νόμων του χώρου, της κίνησης και της ανταπόκρισης στα ερεθίσματα, δημιουργεί την επίγνωση στον ηθοποιό. Του μαθαίνει πώς να βρίσκεται στο χώρο, πως το σύνολο των κινήσεών του δημιουργεί μια ιστορία και ότι είναι σε μια συνεχή σύνδεση και σχέση με το κοινό και με τους συναδέλφους του επί σκηνής. Η Βιομηχανική είναι μια σωματική, εξωτερική, υλική τεχνική. Είναι ένας πολυσύνθετος όρος, ο οποίος περιλαμβάνει διάφορες εναλλακτικές, από ασκήσεις μεγάλου βαθμού περιπλοκότητας, μέχρι πολύ απλές πρακτικές επαναληπτικές ασκήσεις» (Βασιλειάδη 2014).

Η δουλειά πάνω στην μέθοδο του Meyerhold ξεκινά με ένα σχετικά απλό μέρος ασκήσεων, που όμως χρειάζεται πειθαρχία και αφοσίωση και απαιτεί συστηματική παρακολούθηση από τους εκπαιδευόμενους (Musilová 2008: 2). Στην πορεία, αυξάνεται ο αριθμός αλλά και ο βαθμός δυσκολίας των ασκήσεων και προστίθενται εργασίες με αντικείμενα, όπως μπάλες και ξύλινα κοντάρια, άλματα, ακροβατικά και τούμπες. Ο ηθοποιός καταφέρνει να εκφραστεί μέσα από τις κινήσεις του σώματος στο χώρο. Αφού ο ηθοποιός έχει ολοκληρώσει τον κύκλο των ατομικών ασκήσεων, μπορεί να αρχίσει να εργάζεται πάνω σε ομαδικές (Musilová 2008:2-3).

Με τη Βιο-μηχανική, αναπτύσσεται η κιναισθητικότητα των ηθοποιών και εξελίσσεται η επί σκηνής επικοινωνία, η οποία οδηγεί με συστηματικό τρόπο στην σχεσιακή συνειδητοποίηση (Baum 2002).

Η εσωτερικότητα του ηθοποιού προέρχεται από τις σωματικές αντιδράσεις. Η λειτουργικό-ανατομική κατεύθυνση διεγείρει την ψυχολογία. Με την έννοια "ολότητα", ο Meyerhold τονίζει ότι το σύνολο του σώματος συμμετέχει σε κάθε φυσική δράση, έχοντας άρρηκτα συνδεδεμένο το κέντρο βάρους, την ένταση, την απελευθέρωση, και τον ρυθμό της κίνησης (Musilová 2008: 3). Σκοπός του σκηνοθέτη, καθώς προχωρούσαν τα εργαστήρια, ήταν να ευαισθητοποιήσει τους ηθοποιούς του σε τέτοιο βαθμό, ώστε να μπορούν μέσα από την κίνηση να εκφράσουν όλων των ειδών τα συναισθήματα, με όσο το δυνατό λιγότερες κινήσεις (Braun 1988: 31).

Οι μαθητές του Meyerhold επέδειξαν μια σειρά από τις μελέτες (etudes) της Βιομηχανικής. Οι etudes έχουν βασικά κινητικά αποτελέσματα, με σειρές κινήσεων που ονομάζονται «κύκλοι υποκριτικής» (acting cycles). Ο κάθε κύκλος υποκριτικής χωρίζεται σε τρία μέρη: πρόθεση, υλοποίηση και αντίδραση. Κάθε ξεχωριστή κίνηση δε, αποτελείται από τέσσερα διακριτά μέρη. Τα otkas (προετοιμασία), posyl (δράση), stoika (στάση), και tormos (αντίσταση) (Tangient LLC 2017: 4):

- Otkas: η προετοιμασία για την κύρια κίνηση, θεσπίστηκε από μία κίνηση προς την αντίθετη κατεύθυνση, που θυμίζει ελατήριο, για αυτό κυριολεκτικά ονομάζεται «η άρνηση».
- Posyl: η κύρια κίνηση της σειράς κινήσεων, κυριολεκτικά, «η αποστολή».
- Stoika: (κυριολεκτικά, «η στάση») είναι η ολοκλήρωση της κίνησης - μια παγωμένη πόζα που προϋποθέτει την ολοκλήρωση της posyl, ενώ ταυτόχρονα γίνεται το σημείο εκκίνησης για την επόμενη.
- Tormos - που σημαίνει «φρένο» ή «αντίσταση». Εδώ τονίζονται τα άλλα τρία μέρη της αλληλουχίας και επιτυγχάνεται η ροή και η ολοκλήρωση της δράσης.

Ασκήσεις όπως η «χειραψία» ή «μια αγκαλιά» θεωρούνται από τις πιο απαραίτητες για την έναρξη της σωματικής επικοινωνίας, καθώς ρέουν μέσα από αυτές οι ενεργειακοί παλμοί. Επίσης με την άσκηση «sitting down» (καλούμε κάποιον να καθίσει), μπορεί να προσδιοριστούν πολλά για την φυσική κατάσταση του παρτενέρ μας, όπως η ηλικία. (Anatoly 2007).

Το δεύτερο επίπεδο μελέτης αφορά σε μια σειρά πολυσύνθετων ατομικών ή ομαδικών ασκήσεων. Ορισμένα παραδείγματα αυτού του τύπου ασκήσεων είναι (Musilonά, 2008: 5, (Braun 1988: 183) :

- ατομικές ασκήσεις όπως είναι η άσκηση *Πετώντας την Πέτρα* (Throwing the Stone) και η *Βολή με το Τόξο* (Shooting a Bow).
- ομαδικές ασκήσεις είναι *Το Χαστούκι* (The Slap), *Χτύπημα με Στιλέτο* (The Stab with the Dagger) και *Άλμα πάνω στο Στήθος* (The Leap on the Chest).

Σταδιακά οι etudes γίνονται, ασκήσεις που συνδυάζονται με τη ρυθμική ή την παραγωγή ήχων, αλλά και όπως προείπαμε και άλματα, πτώσεις, ακροβατικά, τούμπες, μιμική, ασκήσεις ευελιξίας, ισορροπίας, ασκήσεις με μάσκα, ασκήσεις της φυσικής μάσκας, ασκήσεις αναπνοής.

Επιπλέον, κάθε etude αρχίζει και τελειώνει με το *Daktyl* μια ρυθμική κίνηση συμπεριλαμβανομένων όλων των τμημάτων που προαναφέρθηκαν (otkas, posyl, stoika, tormos). Η κίνηση αυτή έχει ως στόχο να θέσει το ρυθμικό και δυναμικό ήχο για την εκτέλεση της μελέτης. Επιπλέον, κατά την μελέτη μπορούν να συμπεριληφθούν μουσικά αποσπάσματα που σύνθεσε ο ίδιος ο Meyerhold. Δεδομένου ότι η εξωτερική φυσιολογία προδιαγράφει την εσωτερική συγκίνηση, όταν οι ηθοποιοί ολοκληρώσουν επιτυχώς τα στάδια, καλούνται να εμπλουτίσουν την εργασία τους "διαρθρώνοντάς την συναισθηματικά". Σε αυτό το σημείο, οι ηθοποιοί μπορούν να περάσουν στο μέρος του

αυτοσχεδιασμού, έχοντας πλέον κατακτήσει, εκτός από την τεχνική, και την επικοινωνία σε πολύ μεγάλο βαθμό (Musilonά 2008: 5-6).

Κεφάλαιο 4

Grotowski:

Το Φτωχό Θέατρο

Σκοπός του Grotowski είναι να διεισδύσει στα άδυτα του μυαλού, να απελευθερώσει τα απόκρυφα της ψυχής και να διδάξει μέσα από το σώμα και τις αντιδράσεις του, πώς να εκφράσουν με πράξεις τα παραπάνω (Bacci 2003: 5-8).

Αρχική μέθοδος του ήταν η «via negativa», η οποία ωθούσε τον ηθοποιό σε πρώτη φάση, όχι να ανακαλύψει όσα δεν ξέρει για τον εαυτό του αλλά να αποβάλει από μέσα του όσα τον εμποδίζουν να υπερβεί τους φόβους και τις ανασφάλειές του για να καταφέρει να «ανοίξει» την πόρτα της αποκάλυψης της ψυχής (ThinkFree 2015).

Μέσα από τις πρακτικές του, ο Grotowski στόχευε να κάνει τους ηθοποιούς να καταφέρουν να γνωρίσουν όσο καλύτερα γίνεται τον εαυτό τους αλλά και να αναγνωρίσουν τις διαθέσεις των υπολοίπων. Οι συνεργάτες αυτού του «φτωχού θεάτρου» με το πέρας της έρευνας, σύμφωνα με τον Bacci (2003:5-8), γίνονταν πλουσιότεροι και γέμιζαν εμπειρίες αλλά και ερωτήματα που τους οδηγούσαν σε μια διαρκή αναζήτηση (Bacci 2003: 5-8).

Για την επίτευξη αυτού του στόχου και για να ολοκληρωθεί η μέθοδος του, ο Grotowski απομακρυσμένος από κάθε κλισέ για την εποχή μέθοδο, επέλεξε να κρατήσει ως βασική αρχή του τη μέθοδο των «σωματικών δράσεων» του Stanislavski. Δούλεψε αρχικά στο συνταίριασμα της φόρμας με την αλήθεια της ζωής, μέσα από ελεγχόμενους αυτοσχεδιασμούς (Ρίτσαρντς 1998: 19, 39).

Εξαντλούσε τις νοητικές αντιστάσεις μέσα από πολύωρες σωματικές ασκήσεις για να επιτύχει την ελευθερία του σώματος. Μόνο έτσι πίστευε ότι θα κέρδιζε τον αυθορμητισμό και την ενστικτώδη κίνηση των ηθοποιών του, που θα αποτελούσαν το υλικό του παραπάνω συνεταιρισμού. Το σώμα και η μνήμη του ήταν αυτό που από μόνο του δημιουργούσε την κίνηση όταν ο νους έφτανε σε παθητικά επίπεδα. Η μνήμη ήταν ένα από τα σημαντικότερα «αντικείμενα» για τον Grotowski, διότι αυτή τοποθετεί τα ερεθίσματα που λαμβάνονται στη ζωή στο συνειδητό και το ασυνείδητο (Ρίτσαρντς 1998: 51, 118).

Όλα τα παραπάνω προϋποθέτουν, όπως είναι φυσικό, την αναμέτρηση με τον εαυτό του ηθοποιού που έτεινε προς την πλήρη αυτοπραγμάτωση. Ο Grotowski προσμέτρησε στις υπάρχουσες δυσκολίες το γεγονός ότι ο ηθοποιός εκτίθεται πάνω στη σκηνή στα μάτια των θεατών. Για να προλάβει λοιπόν, το μπλοκάρισμα εξαιτίας αυτού δεν έπαυε να τονίζει στην ομάδα του ότι οι ηθοποιοί που είναι κατάλληλοι να ανταπεξέλθουν στο δικό του σύστημα «δεν πρέπει να αντιμετωπίζουν τον θεατή σαν σημείο αναφοράς, διότι με αυτόν τον τρόπο θα είναι σαν να προσφέρουν τον εαυτό τους ως “προϊόν προς πώληση”, ένα είδος δηλαδή εκπόρνευσης, κακού γούστου» (Grotowski 2010: 199).

Για τον Grotowski, «το θέατρο προσφέρει την ευκαιρία για ακεραιότητα, απόρριψη των προσωπειών, αποκάλυψη της αληθινής ουσίας: ένα σύνολο σωματικών και νοητικών αντιδράσεων» (Γκροτόφσκι, 1982: 162, 167). Στοιχεία του θεάτρου, όπως κείμενο-ρόλος, αντικείμενα, κοστούμια, αποτελούν απλά μέσα για να έρθει σε επαφή ο ηθοποιός με το κοινό και να επικοινωνήσει την ουσία των όσων κατέκτησε. Και φυσικά, όπως και οι ηθοποιοί του ήταν επίλεκτοι⁶, έτσι το κοινό που αφορούσε τον Grotowski αποτελείτο από μια ελίτ και όχι από θεατές που παρακολουθούν θέατρο καθαρά και μόνο για ψυχαγωγικούς σκοπούς (Grotowski 2010: 199).

Για την επίτευξη λοιπόν των πιο πάνω στόχων, όρισε αρχικά αρχές για το Laboratorium. «Ο ηθοποιός είναι δημιουργός και δημιούργημα ταυτόχρονα. Βασική προϋπόθεση για την καλλιτεχνική διαδικασία θεωρεί την πειθαρχία και την επιμελή εργασία» (Καρβούνη 2015). «Υποστήριζε τον σεβασμό προς την ελευθερία των συναδέλφων ηθοποιών και την αυτοσυγκράτηση από σχόλια και κρίσεις στη διάρκεια της πρόβας. Υπογραμμίζεται ότι οι ηθοποιοί δεν πρέπει να δελεάζονται από φιλοδοξία γιατί έτσι χάνουν τα πνευματικά τους κίνητρα και την λάμψη στη σκηνή. Εξαιρετικά σπουδαία τέλος θεωρεί ο Grotowski, τη φροντίδα για την υγεία καθόσον στο βαθμό που η ομάδα εξαρτάται απ’ το κάθε άτομο ξεχωριστά, η υγεία δεν αποτελεί πια στενά προσωπικό πρόβλημα. Η πειθαρχία, η προετοιμασία και η επιμελής δουλειά απαιτούνται για την πραγματοποίηση και καλλιτεχνικής διαδικασίας» (Καμήλλος 2010).

Ο Grotowski υπογραμμίζει πάντοτε ότι η δουλειά πάνω στις σωματικές δράσεις είναι το κλειδί για την τέχνη του ηθοποιού. Η δουλειά με τους ηθοποιούς όπως προαναφέρθηκε βασιζόταν πάνω στις σωματικές δράσεις, οι οποίες αποτελούνταν από σωματική και ακροβατική εκπαίδευση. Ακολούθως, χρησιμοποιούσε την τεχνική των νευμάτων, που βοηθούσε στην «κυκλοφορία της προσοχής» και αφορούσε σειρά

6 Επιλέγονταν βάση ακρόασης (εργαστήρια) και συζήτησης (Ριτσαρντς 1998: 104-105).

τεντωμάτων/στάσεων του σώματος, πολλές από τις οποίες αποτελούν και βασικό κορμό της ασάνα γιόγκα (asana yoga)⁷. Οι ασκήσεις των νευμάτων ξεκινούσαν με την πρωτόλεια στάση, μια θέση ετοιμότητας από την οποία το σώμα μπορεί να κινηθεί αμέσως προς οποιοδήποτε κατεύθυνση. Η στάση ήταν πολύ σημαντική για τον Grotowski καθώς όριζε πρώτα την ανάσα του ηθοποιού και δεύτερον τον βοηθούσε να μετακινηθεί αθόρυβα. Απέδιδε την αξία της αρχέγονης αυτής στάσης του σώματος στην ομοιότητά της με τη στάση των Homo Sapiens αλλά και του Homo Erectus, επομένως θεωρούσε ότι έγειρε το πρωτογενές υλικό του σώματος. Ο Ρίτσαρντς, στο βιβλίο του «Για τη δουλειά με τον Grotowski πάνω στις σωματικές δράσεις» (1998), αναφέρει ότι «υπάρχουν τρεις κύκλοι τεντωμάτων/στάσεων. Κάθε κύκλος αποτελεί ένα ιδιαίτερο τέντωμα/στάση που εκτελείται τέσσερις φορές – μια φορά προς κάθε ένα από τα τέσσερα σημεία του ορίζοντα. Η στροφή από μία κατεύθυνση προς την επόμενη γίνεται ενώ διατηρείς την ίδια στάση. Από κάθε κύκλο υπάρχει ένα τέντωμα που λέγεται ναδάρ/ζενίθ – ένα γρήγορο τέντωμα προς τα κάτω ακολουθούμενο από ένα γρήγορο προς τα επάνω» επίσης συμπλήρωνε ότι δεν πρέπει να «βλέπουμε όπως οι ελεύθεροι σκοπευτές με τα μάτια μας συγκεντρωμένα πάνω σ' ένα αντικείμενο, αλλά μέσα από ένα μεγάλο ανοιχτό παράθυρο» αυτός ήταν ο τύπος «ανοιχτής όρασης», με αυτό τον τρόπο επιτυχανόταν η «αφύπνιση της παρατήρηση» (Ρίτσαρντς 1998: 77-81).

Ο Grotowski επιπλέον εστίαζε στα «σύμβολα», μέσα από τα οποία θεωρούσε ότι γίνεται ανάκληση της μνήμης και οδηγείται στην «ατομική δομή». Μέσα από την μνήμη μπορούν να επανεκτελεστούν σωματικά τα στοιχεία συμπεριφοράς (Ρίτσαρντς 1998: 91). Για τον Grotowski, όπως και για τον Stanislavski, επιτακτικός σκοπός στις πράξεις του ηθοποιού είναι η «οργανικότητα»,^{8,9} και το ορίζουν ως κάτι μη εξαναγκασμένο, μια ενστικτωδώς σωματική δράση (Ρίτσαρντς 1998: 97).

Για το πρακτικό μέρος της μεταπτυχιακής διατριβής ακολουθήθηκε μέρος των ασκήσεων που αναγράφονται στο βιβλίο «Για ένα φτωχό θέατρο». Οι ακριβείς

7 Ο Grotowski πίστευε ότι η γιόγκα ασάνα είναι κατάλληλη για την τεχνική του γιατί αποτελεί μονοπάτι για την εσωτερική γνώση (Owen Daly 2004).

8 Οργανικά αισθήματα, που αφορούν την εσωτερική κατάσταση του οργανισμού (Κέντρο Ελληνικής Γλώσσας 2006).

9 Σύμφωνα με τον όρο που εισήγαγε ο Stanislavski είναι το να ζεις σε συμφωνία με τους φυσικούς νόμους σε ένα πρωτογενές επίπεδο. Το σώμα μας είναι ένα ζώο (Ρίτσαρντς 1998: 97).

ασκήσεις που ακολουθήθηκαν, αναφέρονται αναλυτικά αναφέρονται στο Κεφάλαιο «Ημερολόγιο Προβών».

Κεφάλαιο 5

Τα Τέσσερα Κοριτσάκια του Picasso

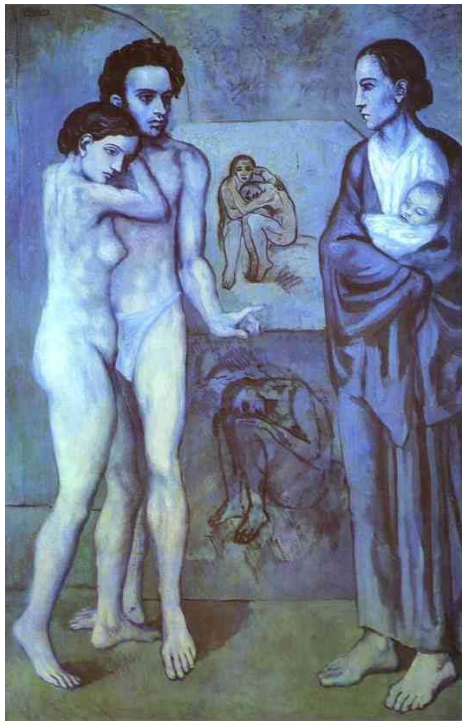
Η καλλιτεχνική πορεία του Ισπανού ζωγράφου, χαράκτη, γλύπτη και δραματουργού Pablo Picasso (1881-1973), καθώς και η πολύπλευρη καλλιτεχνική κληρονομιά που άφησε, άσκησαν καταλυτικό ρόλο στη διαμόρφωση της μοντέρνας τέχνης (Sansimera χ.χ.). Η τέχνη του χωρίζεται σε τέσσερις περιόδους. Η πρώτη Μπλε ή Γαλάζια περίοδος εκτείνεται από το 1901 έως το 1904, ακολουθεί η Ροζ ή Ρόδινη περίοδος (1904-1906), έπεται η κυβιστική περίοδος¹⁰ και τέλος έρχονται τα έργα των τελευταίων χρόνων (Sansimera χ.χ.).

5.1. Σύντομη αναφορά στο ζωγραφικό έργο του Picasso

Ο Picasso, ως ζωγράφος, ήταν ιδιαίτερα πολύπλευρος. Η εφευρετικότητα και η ευχέρειά του για πειραματισμούς δυσχεραίνουν την κατάταξή του σε μια συγκεκριμένη καλλιτεχνική κατηγορία. Αν και οι συνεχείς μετατοπίσεις του ως προς το ύφος και την τεχνοτροπία θα μπορούσαν να είχαν αποβεί σε βάρος του καλλιτεχνικού του στίγματος, τελικά εμπλούτισαν σε τέτοιο βαθμό το καλλιτεχνικό του αποτύπωμα, ώστε εύλογα ο Picasso να θεωρείται ένας από τους κυριότερους εκπροσώπους της ζωγραφικής του εν γένει και ειδικότερα του 20^{ου} αιώνα (Sansimera χ.χ.). Η κυβιστική αποστασιοποίηση, η αναπαράσταση και ο παιδικός συμβολισμός, αποτελούν τα θεμέλια επάνω στα οποία βασίστηκε το χαρακτηριστικό ύφος του Picasso (Warncke 2006: 146).

Κατά την Μπλε περίοδο, επηρεασμένος από την αυτοκτονία του επίσης ζωγράφου και φίλου του, Carlos Cassagemas, παρατηρούμε ότι στα έργα του επικράτησε απλότητα στις γραμμές του. Οι αποχρώσεις ήταν ψυχρές, γαλάζιες και πράσινες, ενώ το ύφος των έργων του χαρακτηριζόταν απο έντονη πνευματικότητα, μελαγχολία, απελπισία και μια αίσθηση μυστικότητας (iefimerida 2013).

10 Ο Paul Cezanne (χρονολογία) εξήγησε την έννοια του κυβισμού λέγοντας ότι κάθε αντικείμενο στη φύση μπορεί να εκφραστεί σε γεωμετρικές μορφές, όπως η σφαίρα, ο κύλινδρος, ο κώνος (Μπέκετ, 1996).



Εικόνα 1 & 2 : Στα αριστερά, *Η ζωή*(1903), Μπλε Περίοδος, στα δεξιά *Οι Σαλτιμπάγκοι* (1905) Ροζ περίοδος.

Από το 1904, όμως, περνά πια σε μια πιο εύθυμη και λυρική ζωγραφική περίοδο, την ρόδινη περίοδο. Στους πίνακες αυτούς, επιλέγει κυρίως τα κεραμικά χρώματα και γενικά πιο γήινους τόνους, επηρεασμένος ιδιαίτερος από την γαλλική ζωγραφική. Οι δύο αυτές περιόδους, έχουν αρκετά κοινά, είναι ρεαλιστικοί, η θεματική τους είναι ανθρωποκεντρική, ενώ τα πρόσωπα τα οποία επιλέγει να ασχοληθεί είναι σχετικά ασυνήθιστα, όπως απόκληροι, πόρνες, αρλεκίνοι, μέλη των τσίρκο (Δημοκίδης 2014). Κατά τον κυβισμό, ο Picasso αρχίζει να βλέπει την ανθρώπινη μορφή όλο και περισσότερο μέσα από τον πλαστικό της όγκο, φτάνοντας στο σημείο σχεδόν να την απογυμνώσει από τη νατουραλιστική της μορφή. Δίνει τα περιγράμματα και τις χρωματικές περιοχές του με τρόπο ωμό και στοιχειώδη (Warncke 2006: 145). Ένα από τα πιο δυνατά έργα της περιόδου αυτής αλλά και της μοντέρνας τέχνης, είναι οι *Δεσποινίδες της Αβινιόν* (1907), το οποίο πήρε το όνομα του από τη διαβόητη περιοχή πορνείων στην Αβινιόν. Μετά από σχεδόν 809 προσχέδια, ο Picasso καταλήγει να μας παρουσιάσει με το έργο του πέντε γυμνές γυναίκες, πέντε πόρνες, σκληρές και ερωτικές, με θυμωμένα και επιβλητικά βλέμματα, που ποζάρουν προκλητικά, διατηρώντας μια αίσθηση γοητείας ακόμα και είναι απομακρυσμένες από κάθε ψήγμα ομορφιάς (Καστρινάκη 2014). . Με νατουραλιστικές χρωματικές επιλογές που μάλλον ανήκουν στις πρώτες δύο περιόδους, αλλά και με βίαιες κυβιστικές πινελιές στα

περιγράμματα, ο Picasso παρουσιάζει πέντε γεωμετρικές μορφές, φτάνοντας από την πιο συμβατική στην πιο κυβιστική, η οποία μοιάζει με αφρικάνικη μάσκα (Ζωγράφου-Ουζούνογλου 2003) ¹¹.



Εικόνα 3 & 4 : Στα αριστερά, τελική εκδοχή των *Δεσποινίδων της Αβινιόν*, στα δεξιά ένα από τα προσχέδια.

Ακολουθούν αρκετά έργα της περιόδου αυτής, όπως η *Γκουέρνικα* (1937) που θεωρείται και το σημαντικότερο έργο του 20^{ου} αιώνα (Αργκάν 2004) και το *Οστεοφυλάκιο* (1944-45), που είναι ένα από τα πέντε έργα που με τα οποία έλαβε μέρος στην «Έκθεση Απελευθέρωσης» (Bernal 1961: 17). Το 1962 επιστρέφει στα γυμνά, προσωπογραφίες και σκηνές, χωρίς όμως να απομακρυνθεί από τον Συνθετικό Κυβισμό (Χαραλαμπίδης 1993: 43).

5.2. Ο “Θεατρικός” Picasso

Κατά την διάρκεια του Α΄ Παγκοσμίου Πολέμου, με την πρόταση που του έκανε ο Jean Cocteau, ο ζωγράφος, που γενικότερα ενδιαφερόταν για τις εφαρμοσμένες τέχνες και την επιρροή που είχαν στην ζωγραφική, αρχίζει να καταπιάνεται με την σκηνογραφία για το ανέβασμα την *Παρέλασης*, σε συνεργασία με τα Ρωσικά Μπαλέτα του Sergei Pavlovich Diaghilev. Ακολουθούν άλλα έξι έργα στα οποία σκηνογραφεί, ερχόμενος όλο και πιο κοντά στο θέατρο αλλά και στο ύφος του Σουρεαλισμού (Χαραλαμπίδης 1993: 44).

11 Οι «Δεσποινίδες της Αβινιόν» δημιουργούν συνειρμούς με τα *Τέσσερα Κοριτσάκια*. Στο έργο, το ύφος του λόγου εναλλάσσεται από γλυκό και αγνό σε άγριο, ανατριχιαστικό και γεμάτο υπονοούμενα, πολλές φορές και σεξουαλικά, προσδίδοντας μια αοριστία στις ηλικίες των κοριτσιών.

Από το 1941, κατά τον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο, πειραματίζεται και στον τομέα τις θεατρικής συγγραφής, υπό το πρίσμα του Σουρεαλισμού, του συμβολισμού αλλά και του δικού του ιδιαίτερου τρόπου πρόσληψης και έκφρασης των ερεθισμάτων. Έτσι, το 1941, γράφει το πρώτο του θεατρικό έργο, με τίτλο *Ο πόθος πιασμένος από την ουρά*, που εκφράζει έντονα την στέρηση και την πείνα που δημιουργεί ο πόλεμος (Χαραλαμπίδης 1993: 44).

5.2.1. Τα Τέσσερα Κοριτσάκια

Την αντιθετικότητα και το παιχνίδι ανάμεσα στη ζωή και τον θάνατο, την ελευθερία και τον εγκλεισμό, την αγάπη και το μίσος, το χάδι και τη βαναυσότητα, εκφράζει εντονότερα στο δεύτερο θεατρικό του έργο, που ονομάζεται *Τέσσερα Κοριτσάκια*.

Στο έργο αυτό, τα κοριτσάκια είναι ελεύθερα και ανεξάρτητα, μα στην πραγματικότητα είναι εξαρτημένα από μια καθημερινότητα που δεν έχουν διαλέξει. Είναι θύματα της εξουσίας και της πλεονεξίας, εγκλωβισμένες, προσπαθούν να πιστέψουν ότι είναι ευτυχημένες. Το σύμβολο του κλουβιού – φυλακής, που συχνά αναφέρεται στο έργο, δείχνει πως μόνο η επιθυμία είναι ουσιαστικά ελεύθερη, ενώ η ζωή διάγεται μέσα σε σιδερένια κάγκελα. Τονίζεται έτσι η έννοια της απελπισίας και ο πόλεμος με το «Εγώ». Ωστόσο, κρατάνε σε πρακτικό επίπεδο καθ' όλη τη διάρκεια του έργου μια παθητική στάση στα όσα συμβαίνουν γύρω τους (Staff 2013).

Σε πολλά σημεία, με τον τρόπο που ο Picasso έχτισε τους χαρακτήρες, νομίζει ο αναγνώστης ότι μπορεί να είναι και τα τέσσερα κοριτσάκια ένα και μόνο άτομο. Αλληλοσυμπληρώνονται πλήρως. Ξέρουμε τα τρία από τα τέσσερα ονόματα τους, Ζανέττα, Υβέττα, Πωλέττα, όμως δεν μπορεί κανείς να προσδιορίσει ποια είναι ποια, ούτε μέσα από το κείμενο, ούτε από την διανομή, αφού τα πρόσωπα δεν αναφέρονται με τα ονόματα τους αλλά σαν Α-Β-Γ-Δ κοριτσάκια. Ίσως να εκπροσωπούν την Ισπανία, τον εμφύλιο πόλεμο, την Ευρώπη, τους Παγκόσμιους Πολέμους και όλους τους ανθρώπους, ανεξαρτήτως γενιάς και ηλικίας που σίγουρα όμως ζουν στο χάος με την μυρωδιά του θανάτου (Lynch 2012:99-102). Ο Picasso, με το έργο *Τέσσερα Κοριτσάκια* κηρύσσει πόλεμο: «*Πάμε στον πόλεμο, τον σπιτίσιο μας πόλεμο*» (Πικάσο 1945: 26).

Τα *Τέσσερα Κοριτσάκια* απηχούν τη φωνή της επανάστασης που φέρνει στις τέχνες ο Σουρεαλισμός. Είναι δε σημαντικό να σημειωθεί ότι ο Picasso κάνει έντονες αναφορές στο μοτίβο του παιχνιδιού. Η επιστροφή στα παιδικά χρόνια είναι μια από τις βασικές αρχές των σουρεαλιστών και ο Picasso ανέπτυξε αυτή την αρχή στα εικαστικά (Σπυριδοπούλου 2012: 2).

Στα *Τέσσερα Κοριτσάκια*, παρακολουθούμε τις ηρωίδες σε μια συνεχή προσπάθεια να εντάξουν κάποιο παιχνίδι στις αδιάκοπες συζητήσεις τους. Παραμένουν όμως στην περιγραφή των παιχνιδιών και ποτέ δεν τα εφαρμόζουν. «Ας παίξουμε κάνοντας η μια την άλλη να πονέσει και ας φιληθούμε μανιασμένα βγάζοντας φρικτές φωνές» (Πικάσο 1945: 11). Ο Picasso εντάσσει στο έργο του το κρυφτό και όλα τα υπόλοιπα παιχνίδια που ξεπηδούν από την φαντασία των τεσσάρων κοριτσιών. Η μόνη στιγμή όμως, που όντως ξεκινάει το παιχνίδι είναι με το κρυφτό του τρίτου κοριτσιού. Εκεί ο συγγραφέας, επιλέγει και καταγράφει με ρεαλισμό την διαδικασία του κρυφτού, ωστόσο την παρουσιάζει να κρύβεται στα πιο απίθανα σημεία. Μέσα από το κρυφτό, ο Picasso θέλει να εστιάσει στις τάσεις φυγής που έχει κάθε άνθρωπος και στην ανάγκη του να εξαφανιστεί, ιδιαίτερα σε περιόδους καταστροφής. «Εν τάξει, εν τάξει, εν τάξει. Πάμε στον πόλεμο, τον σπιτίσιο μας πόλεμο. Εν τάξει, εν τάξει, εν τάξει. Η ζωή που περνά έκανε μες τα σεντόνια μου. Εν τάξει, εν τάξει, εν τάξει. Η ζωή είναι ωραία, ας κρυφτούμε απ' αυτήν» (Πικάσο 1945: 26). Το παιχνίδι σταματά ξαφνικά από τα κοριτσάκια Α, Β, Δ, και έτσι το τρίτο κοριτσάκι τελικά αναγκάζεται να αποκαλυφθεί μόνο του, αφού τα άλλα δεν το ψάχνουν.

Επιπλέον, στο έργο είναι πολύ έντονη η εναλλαγή από τη χαρά, τη ζωντάνια και την παιδικότητα στον θάνατο. Υπάρχουν ακόμα και σημεία που μελετώντας το έργο πιστεύει κανείς πως κάποιο από τα κοριτσάκια μπορεί να είναι πεθαμένο. «Πάμε να φέρουμε κρασί σε μεγάλα λαγήνια, σε αμφορείς, ας φέρουμε όλο το κρασί για να μεθύσει η πεθαμένη, για να τραγουδήσει, να γελάσει και να χορέψει μαζί μας και για να μας αγαπά» (Πικάσο 1945: 46).

Ο συμβολισμός όμως δεν σταματά εδώ, αφού κατά τη διάρκεια του έργου έχουμε την σκηνοθετική οδηγία να μας δηλώνει ότι τα κοριτσάκια βρίσκονται σε ένα λαχανόκηπο. Στην έναρξη όμως της 5^{ης} Πράξης, τα κοριτσάκια διαβάζουν ένα γράμμα όπου ο αποστολέας τα αποκαλεί «λαχανάκια μου, ραπάνια μου, καρότα μου, λαχανοράβες μου...» (Πικάσο 1945: 90). Ο τρόπος που αναφέρεται σε αυτά δείχνει ότι αυτός ο λαχανόκηπος θα μπορούσε απλά να υπάρχει μέσα τους. Να ήταν μόνο η «πολύχρωμη» ψυχή, η «νόστιμη» παρουσία και η «έντονη» διάθεση των κοριτσιών. Μελετώντας προσεκτικά όλα τα στοιχεία που μας δίνει το κείμενο και με βάση την ελευθερία που αφήνει ο Picasso στον κάθε αναγνώστη, να «μεταφράσει» τα στοιχεία αυτά όπως θέλει, μπορεί να θεωρηθεί ότι ο λαχανόκηπος δεν είναι τίποτα άλλο παρά το σύμβολο της ψυχής των κοριτσιών (Lynch 2012: 102-105).

Σε ένα λαχανόκηπο υπάρχουν φυσικά και κάποιες ρεαλιστικές αναφορές σε δέντρα, π.χ. «βρίσκεται στο ανθισμένο κλαρί, ψηλά ψηλά στο αριστερό μέρος της αχλαδιάς» (Πικάσο 1945: 15). Χρησιμοποιεί πάντως, τα ίδια στοιχεία της φύσης με τον πιο υπερρεαλιστικό τρόπο, ακυρώνοντας οποιαδήποτε εντύπωση του πραγματικού. Ιδιαίτερη αίσθηση κάνει η σχέση των κοριτσιών και με τα λουλούδια: «Ας ανοίξουμε με τα νύχια όλα τα τριαντάφυλλα και ας τα κάνουμε να ματώσουν. Ας παίξουμε κάνοντας η μια την άλλη να πονάει και ας φιληθούμε μανιασμένα» (Πικάσο 1945: 11).

Στο Παράρτημα Α, ακολουθούν τα αποσπάσματα του έργου που αποτέλεσαν το πεδίο εργασίας στο πρακτικό κομμάτι της διατριβής. Τα αποσπάσματα αυτά θεωρήθηκαν ότι εκφράζουν επαρκώς τα προαναφερθέντα μοτίβα.

5.3. Αιτιολόγηση επιλογής έργου

Το συγκεκριμένο έργο επιλέχθηκε με σκοπό να διερευνηθεί υπό το πρίσμα των μεθόδων του Meyerhold και του Grotowski με βάση τα παρακάτω ερείσματα:

I) Έπρεπε τα άτομα που θα επιλέγονταν να έχουν τις κατάλληλες σωματικές δυνατότητες για να μπορούν να ανταπεξέλθουν στις μεθόδους των Meyerhold και Grotowski, δηλαδή ένα καλά εκγυμνασμένο, εκπαιδευμένο σώμα, με πολύ καλή αίσθηση του ρυθμού, να έχουν ευλυγισία, ευελιξία και ισορροπία. Τα πιο πάνω κριτήρια από τα άτομα με τα οποία θα μπορούσε να είχε γίνει η συνεργασία, πληρούσαν σε μεγάλο βαθμό τέσσερις γυναίκες ηθοποιοί. Συνεπώς, σε πρώτο επίπεδο, έπρεπε να επιλεγεί ένα έργο που να καλύπτει τον αριθμό αλλά και να υποστηρίζεται από το φύλο των συνεργατιδών μου.

II) Ακολουθώντας, μέσα από την έρευνα, προέκυψε ότι και οι δύο σκηνοθέτες δέχθηκαν επιρροές από εκπροσώπους του Υπερρεαλισμού ή από το ίδιο το ρεύμα. Η λέξη Σουρρεαλισμός προέρχεται από τις γαλλικές λέξεις: *sur* που σημαίνει (επάνω) και *réalisme* (πραγματικότητα), «πάνω ή πέρα από την πραγματικότητα» (Ades, Gale 1998: 7). Κατά τον Breton (1983: 29) ορίζεται ως ένας «καθαρός ψυχικός αυτοματισμός με τον οποίο προτίθεται κανείς να εκφράσει είτε προφορικά είτε γραπτά, είτε με οποιονδήποτε άλλο τρόπο, την πραγματική λειτουργία της σκέψης. Υπαγόρευση της σκέψης, με την απουσία κάθε ελέγχου απ' τη λογική, έξω από κάθε προκατάληψη αισθητική ή ηθική».

Ο Meyerhold σκηνοθέτησε, για μια περίοδο (1920-1930), ορισμένα έργα με σουρρεαλιστικό ύφος. Το ανέβασμα του έργου «The Inspector General» του Nikolai Gogol (1809 – 1852) το 1926, είχε μια αληθινά σουρρεαλιστική και ονειρική διάθεση (Karlinsky

1997). Ερευνώντας λοιπόν, για τις επιρροές που είχε στη σκηνοθεσία του ο Meyerhold στο συγκεκριμένο ανέβασμα, βρέθηκε ότι ο Picasso, σε συζήτηση που είχε με τον σκηνοθέτη, είπε ότι τον θεωρεί πλέον «εχθρό» εξαιτίας του ιδιοφυούς τρόπου ανεβάσματος που έκανε» (Evtusenko 2003). Ο Grotowski, από την άλλη μεριά, ασχολήθηκε ιδιαίτερα με τη θεωρία και τη θέση που πήρε για την εξέλιξη της κινησιολογίας ο σουρεαλιστής Artaud και εμπνεύστηκε από αυτόν (Grotowski 1968: 24-25) (Grotowski 2010: 81-83).

Σε αυτό το σημείο, διαπιστώθηκε ότι Meyerhold και Grotowski συμπίπτουν καλλιτεχνικά ως προς τις επιδράσεις του Υπερρεαλισμού. Στην ίδια υπερρεαλιστική κοιτίδα ο συγγραφέας και κριτικός θεάτρου Charles Marowitz (1932 – 2014) κατάταξε το θεατρικό έργο του Picasso *Τέσσερα Κοριτσάκια* (Shiele 2005: 53). Ο Picasso συμφωνεί με τους σουρεαλιστές στη βασική για το κίνημα θέση, πως «η τέχνη εκφράζει αυτό που η φύση δεν μπορεί να εκφράσει» (Ηλιάδη 2006).

III) Πρόκειται για ένα έργο ιδιαίτερα ανοικτό και καινοτόμο, που δεν έχει παρουσιαστεί πολλές φορές στο θέατρο. Επίσης, υπάρχει πρόσφορο έδαφος για να παρουσιαστεί αποσπασματικά καθώς, δεν έχει μια σταθερή δομή ή θεματική. Το έργο δεν είναι κατευθυνόμενο συναισθηματικά στο σύνολο του, και έτσι ο τρόπος πρόσληψης των εικόνων, των αντιθέσεων και των συμβολισμών, των ήχων, των σχέσεων και των δεδομένων, ο μη γραμμικός χρόνος, οι ακαθόριστες σχέσεις, η ισότητα των χαρακτήρων, η επικοινωνία αλλά και η ταυτόχρονη αποστασιοποίηση που έχουν οι χαρακτήρες μέσα στο έργο, η ασυνέπεια μεταξύ επιθυμίας, λόγου και πράξης, είναι ανοικτά στην όποια προσέγγιση. Επίσης, ενυπάρχουν μέσα στο κείμενο αρκετά έντονα μοτίβα, όπως οι αντιθέσεις μεταξύ ζωής και θανάτου, ελευθερίας και εγκλωβισμού, μίσους και αγάπης, βίας και πραότητας, παιδικότητας και ενηλικίωσης, που προσφέρονται προς διερεύνηση βάσει των δύο μεθόδων.

IV) Εάν τα βασικά μοτίβα του έργου δοθούν ως συνθήκες, μπορούν να εκτελεστούν και με τις δύο μεθόδους των Meyerhold και Grotowski. Προκαλούν έντονα συναισθήματα και επιτρέπουν να αρχίσει η μελέτη «εκ των έσω» και μετά να μετατραπεί αυτή η εσωτερική ενέργεια σε εξωτερική (Grotowski), αλλά και αντίστροφα (Meyerhold).

Κεφάλαιο 6

Ημερολόγιο Προβών

Και για τα δύο εργαστήρια, εργαστήκαμε με βάση τις ασκήσεις της μεθόδου του κάθε σκηνοθέτη με τρόπο ευδιάκριτο. Αρχίσαμε με πιο απλές ασκήσεις γνωριμίας και χαλάρωσης που προτείνει έκαστος και οι οποίες αναλύονται παρακάτω. Στη συνέχεια σταδιακά εμβαθύνουμε σε πιο σύνθετες ασκήσεις. Όλες οι ασκήσεις γίνονταν κατ' επανάληψη κατά τη διάρκεια του πειράματος.

6.1. Εφαρμογή ασκήσεων τεχνικής Grotowski

Οι ασκήσεις που επιλέχθηκαν για το πείραμα και βασίζονται πάνω στον Grotowski είναι οι εξής (Grotowski 2010: 99-128):

I) Σωματικές ασκήσεις

Προθέρμανση:

- 1) Ρυθμικό βάδην ενώ τα μπράτσα και τα χέρια περιστρέφονται.
- 2) Τροχάδην στις μύτες των ποδιών.
- 3) Περπατήστε με τα γόνατα ελαφρά λυγισμένα και τις παλάμες να αγγίζουν τις φτέρνες.
- 4) Περπάτημα με τα πόδια και τα χέρια τεντωμένα και άκαμπτα.

II) Χαλάρωση

- 1) *Η γάτα*. Ο ηθοποιός ξαπλώνει μπρούμυτα, τα πόδια είναι ανοιχτά και τα μπράτσα κάνουν ορθή γωνία με το κορμί. Οι παλάμες είναι στραμμένες στο έδαφος. Η «γάτα» ξυπνάει και τραβά τα χέρια της προς το στήθος, κρατώντας προς τα πάνω τους αγκώνες. Ανασηκώνονται οι γοφοί, την ώρα που τα πόδια περπατάνε στις μύτες προς το μέρος των χεριών. Τεντώνει προς τα πλάγια το αριστερό πόδι. Ταυτόχρονα σηκώνεται το κεφάλι. Έπειτα, επανέρχεται το αριστερό πόδι στο έδαφος στηριγμένο στις μύτες και επαναλαμβάνεται η ίδια κίνηση με το δεξί.
- 2) Στήριξη πάνω στα χέρια και με τα πόδια ενωμένα στον τοίχο. Τα πόδια ανοίγουν αργά, όσο περισσότερο μπορούν.

- 3) Θέση ανάπαυσης. Βαθύ κάθισμα, με το κεφάλι ριγμένο μπροστά και τα χέρια κρεμασμένα ανάμεσα στα γόνατα.
- 4) Περιστροφή του κορμού από τη μέση και πάνω.
- 5) Άλματα μιμούμενοι τα καγκουρό.
- 6) Κάθισμα πάνω στις φτέρνες, άλματα και ταλαντώσεις σαν πουλί.



Εικόνα 5, εκτέλεση II) 6^{ης} άσκησης (Contemporary Arts Media 2009)

III) Άλματα και τούμπες

- 1) Τούμπα προς τα εμπρός με τη βοήθεια των χεριών.
- 2) Τούμπα προς τα πίσω.
- 3) Τούμπα πάνω από κάποιον άλλο.



Εικόνα 6, εκτέλεση III) 3^{ης} άσκησης

IV) Ασκήσεις Ποδιών

- 1) Πιέσεις τον δακτύλων των ποδιών προς τα πάνω και προς τα κάτω.
- 2) Περιστροφικές κινήσεις των ποδιών.

V) Ασκήσεις πλαστικότητας

- 1) *Το τράβηγμα του σχοινού.* Τραβώντας το νοητό σκοινί, «έλκεται» το σώμα προς τα εμπρός. Η κίνηση του σώματος πρέπει να είναι ακριβής και σταθερή.
- 2) Σε όρθια στάση με τα πόδια ανοιχτά. Γίνονται τέσσερις περιστροφές του κεφαλιού προς τα δεξιά, έπειτα με τον κορμό προς τα αριστερά.

- 3) Οι ηθοποιοί στέκονται με τα χέρια τεντωμένα πάνω από το κεφάλι και τις παλάμες να αγγίζουν η μια την άλλη. Περιστροφή του κορμού, με ταυτόχρονη κάμψη προς το έδαφος όσο μεγαλύτερη γίνεται.
- 4) Αυτοσχεδιασμοί με τα χέρια. Το σώμα εκφράζει αυτές τις αισθήσεις αφής.
- 5) Χέρια με κίνηση πουλιού.
- 6) Ανταγωνισμός των δύο πλευρών του κορμού. Η δεξιά πλευρά είναι όμορφη, χαριτωμένη, με κινήσεις γοητευτικές και αρμονικές. Η αριστερή πλευρά παρατηρεί με ζήλια την δεξιά, εκφράζοντας αισθήματα ζήλιας και μίσους. Η αριστερή πλευρά νικάει.



Εικόνα 6, εκτέλεση άσκησης V) 6ης άσκησης

VI) Σύνθεση ασκήσεων

- 1) Η άνθιση και ο μαρασμός του σώματος.
- 2) Η απεικόνιση ενός ζώου. Δεν πρέπει να είναι ρεαλιστική, ο ηθοποιός δεν πρέπει να παίζει το ζώο, πρέπει να ξεκινήσει από κάποιον συνειρμό.
- 3) Περιπάτημα με πόδια γυμνά, με συνθήκες διαφορετικών τύπων εδάφους (ολισθηρό, αιχμηρό, καυτή άμμος κ.α.).
- 4) Πήδημα πάνω στην καρέκλα με τέντωμα του κορμού.
- 5) Τύποι βαδίσματος με παθολογικά χαρακτηριστικά.
- 6) Τύποι βαδίσματος στην παιδική ηλικία.
- 7) Τύποι βαδίσματος με διάφορες ψυχικές δυναμικές (π.χ. νευρικό).

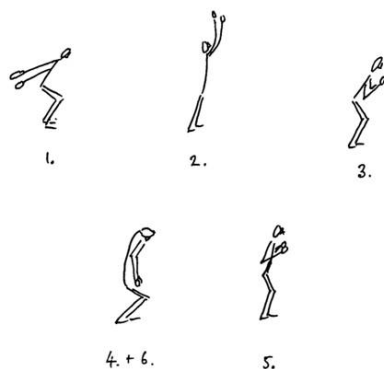
6.2. Εφαρμογή ασκήσεων μεθόδου Meyerhold

Από τις ασκήσεις του Meyerhold, επιλέχθηκαν ασκήσεις μεταφοράς βάρους, ισορροπίας, άλματα, το παιχνίδι της μαριονέτας, αλλά και ασκήσεις με κοντάρι. Στις ασκήσεις με το κοντάρι κρατάμε το κοντάρι όρθιο στο κέντρο της παλάμης, με σκοπό να μην πέσει για όση περισσότερη ώρα γίνεται. Το ίδιο κάνουμε στηρίζοντάς το στον

αγκώνα. Μια άλλη άσκηση με το κοντάρι είναι η περιστροφή ανάμεσα στα δάχτυλα ή με τα δύο χέρια (Tyshchuk 2012).

Παρακάτω αναλύονται ορισμένες από τις πιο βασικές σύνθετες ασκήσεις.

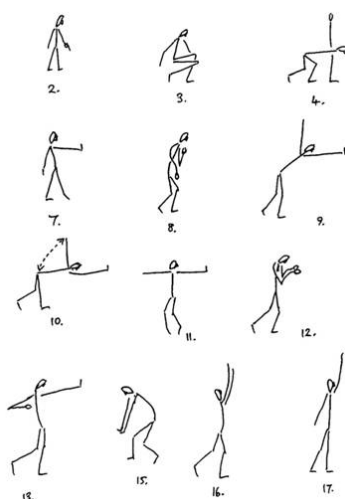
1) The Dactyl: Το σώμα είναι σε θέση ανάπαυσης, τα χέρια είναι χαλαρά στο πλάι, το κεφάλι βλέπει μπροστά. Το tempo μπορεί να ποικίλει, ωστόσο δε γίνεται καμία παύση κατά τη διάρκεια. Και τα δύο χέρια ταλαντεύονται, από κάτω προς τα πάνω, με μπροστινή κίνηση. Τα γόνατα λυγίζουν και ο κορμός γέρνει προς τα εμπρός για να δώσουν ώθηση, ενώ το κεφάλι παραμένει σε ευθεία. Καθώς τα χέρια επιστρέφουν προς τα κάτω, τα πόδια τεντώνουν. Όταν τα χέρια φτάσουν στο ύψος του στήθους με τους αγκώνες ριγμένους προς τα κάτω, ο κορμός κλίνει προς τα εμπρός, το κεφάλι αρχίζει να λυγίσει. Γίνονται δύο έντονα χτυπήματα των χεριών με τις παλάμες, τα χέρια πέφτουν στο πλάι ξανά, το σώμα επανέρχεται σε όρθια στάση και το κεφάλι κοιτάζει ευθεία.



Εικόνα 7, Επεξηγηματικά Σκίτσα για την εκτέλεση ενός Daktyl (Hammond Capa 2014)

2) Βολή με το Τόξο (Shooting a Bow): Ξεκινάει με την αρχική στάση Dactyl. Ακολουθεί αργή περιστροφή από αριστερά προς τα δεξιά των δαχτύλων του δεξιού ποδιού (στις μύτες) και της αριστερής φτέρνας, λυγίζουν και τεντώνουν τα γόνατα, ενώ το αριστερό χέρι ανεβαίνει στον αριστερό ώμο και τραβά των ώμο προς τα κάτω. Παύση. Αργά αργά, λυγίζουν τα γόνατα και ο κορμός, ενώ το δεξί χέρι τεντώνεται στην ευθεία του ώμου. Απότομα, το αριστερό χέρι τεντώνεται προς τα κάτω, σαν να προσπαθεί να πιάσει ένα αόρατο τόξο, τραβώντας τον κορμό αριστερά και καταλήγει σε παράλληλη θέση με το έδαφος. Το βάρος του σώματος μεταφέρεται στο αριστερό πόδι. Παύση. Με αργές κινήσεις το σώμα επιστρέφει στην προηγούμενη θέση, με τον κορμό σε ευθεία θέση, το βάρος μεταφέρεται και στα δύο πόδια ενώ τα χέρια είναι ανασηκωμένα στο πλάι στο ύψος των ώμων. Σιγά-σιγά λυγίζει το αριστερό χέρι έτσι ώστε να αγγίζει πάλι τον αριστερό ώμο. Στη συνέχεια, επεκτείνεται το αριστερό χέρι, κάθετα προς τα πάνω και το βάρος τώρα είναι στο δεξί πόδι. Παύση. Το δεξί χέρι σχηματίζει ένα μεγάλο τόξο

παράλληλο με το έδαφος, για να πάρει ένα φανταστικό βέλος από τη από τη ζώνη που είναι στο ύψος του αριστερού ισχίου, το αριστερό χέρι στρέφεται προς τον ώμο μεταφέροντας το βάρος προς τα αριστερά. Ο κορμός επίσης γυρίζει αριστερά. Το δεξί χέρι ανυψώνεται κάθετα πάνω από το κεφάλι, το αριστερό χέρι είναι εκτεταμένο, ο κορμός γέρνει προς τα αριστερά, το κεφάλι έχει ελαφριά κλίση προς τα κάτω, το βάρος είναι στο αριστερό πόδι που είναι ίσιο, ενώ, από το δεξί, ακουμπούν στο έδαφος μόνο τα δάχτυλα των ποδιών και είναι ελαφρώς λυγισμένο. Ακολουθούν γρήγορες στροφές του δεξιού χεριού που εκτείνεται κάθετα προς τα πάνω και ο κορμός κάμπτεται παράλληλα με το έδαφος. Παύση. Απότομη μετατόπιση του βάρους προς τα δεξιά, το δεξί χέρι τεντώνεται πίσω, το αριστερό έχει αντίθετη κατεύθυνση και το κεφάλι κοιτάζει ψηλά. Παύση. Και τα δύο χέρια λυγίζουν μπροστά, το αριστερό πόδι είναι μπροστά και έχει όλο το βάρος. Ακολούθως, το δεξί χέρι ρίχνει το βέλος, ενώ το αριστερό τεντώνεται μπρος και επιστρέφουμε στην προηγούμενη θέση. Γίνεται απότομη περιστροφή του κορμού προς τα δεξιά και προς τα κάτω, το βάρος στο δεξί πόδι, με τα δύο χέρια τώρα κάθετα προς τα κάτω, το κεφάλι επίσης έχει κλίση προς τα κάτω. Παύση. Γίνεται ξανά απότομη περιστροφή του κορμού προς τα αριστερά και επάνω, σηκώνονται και τα δύο χέρια αλλά και το κεφάλι προς τα πάνω, το βάρος μετατοπίζεται πίσω στο αριστερό πόδι. Παύση. Τέλος, λυγίζουν τα γόνατα και στη συνέχεια, τεντώνουν ένα-ένα προς την αρχική θέση με ένα μικρό πήδημα. Το σώμα είναι στην ίδια θέση όπως ήταν κατά την έναρξη της άσκησης (Hodge 2000).



Εικόνα 8, Επεξηγηματικά Σκίτσα για την εκτέλεση άσκησης 2, *Βολή με το Τόξο* (Shooting a Bow) (Hammond Capa 2014).

3) *Πετώντας την Πέτρα* (Throwing the Stone): Ο ηθοποιός εκτελεί ένα dactyl. Παύση. Γυρίζει προς τα δεξιά με μικρό πήδημα και προσγειώνεται με το αριστερό πόδι του προς τα εμπρός. Τα γόνατά του είναι λυγισμένα με το δεξί του χέρι μπροστά, το αριστερό

πίσω. Τεντώνει τα πόδια. Παύση. Τρέχει Κυκλικά. Πηδά ξανά, προσγειώνεται στο αριστερό του πόδι με τον αριστερό του ώμο προς τα εμπρός. Ευθυγραμμίζει το σώμα του. Και τα δύο χέρια κρέμονται χαλαρά και είναι απόλυτα συμμετρικά μεταξύ τους. Γυρίζει το κεφάλι του κάτω δεξιά και βλέπει νοητά μια πέτρα. Παύση. Σηκώνεται στα δάχτυλα των ποδιών, το δεξί χέρι κάνει περιστροφή από πάνω προς τα κάτω και στη συνέχεια ρίχνει το βάρος του στο δεξί του γόνατο. Βαθύ κάθισμα στο δεξί γόνατο με το δεξί χέρι να κρατά το βάρος του σώματος. Παύση. Παίρνοντας τη φανταστική πέτρα στο δεξί του χέρι, μεταφέρει ελαφρώς το βάρος του προς τα πίσω και προς τα εμπρός. Το αριστερό χέρι με κυκλική κίνηση, σαν ακτίνα από κάτω προς τα πάνω, πρώτα προς τα δεξιά και πίσω δίνει ώθηση για να σηκωθεί ο ηθοποιός στην προηγούμενη θέση. Το σώμα κοιτάει αριστερά, τα πόδια είναι ελαφρώς λυγισμένα, το βάρος είναι στο αριστερό πόδι, το δεξί χέρι κρέμεται κάθετα με την παλάμη γυρισμένη προς τα πίσω, σαν να κρατάει την πέτρα και το αριστερό είναι με λυγισμένο τον αγκώνα προς τα πάνω. Παύση. Ο επιτελεστής μεταφέρει το βάρος του στο δεξί πόδι, γυρίζοντας τον κορμό επίσης προς τα πίσω, έρχεται σε θέση ανάπαυσης και επιστρέφει στην προηγούμενη θέση. Σηκώνει τον κορμό, κάνει τρία βήματα πίσω, αρχίζοντας με το αριστερό, τεντώνοντας το αριστερό χέρι μπρος ούτως ώστε να γίνει παράλληλο με το πάτωμα και το δεξί χέρι πίσω. Παύση. Ο επιτελεστής αρχίζει να τρέχει κυκλικά πρώτα με το αριστερό πόδι, αριστερό πόδι και χέρι ανοίγουν ταυτόχρονα το βάρος του σώματος είναι προς τα πίσω και τα βήματα είναι πλάγια. Σταματάει με ένα ελαφρύ άλμα, προσγειώνεται με αριστερό πόδι μπροστά. Το βάρος είναι στο δεξί πόδι που είναι λυγισμένο. Το αριστερό χέρι τεντώνεται μπροστά, το δεξί ανοίγει προς τα πίσω. Παύση. Φέρνει το δεξί του χέρι σε ορθή γωνία προς το στήθος και με το αριστερό χέρι σφίγγει τον αγκώνα του δεξιού χεριού. Το δεξί περιστρέφεται εφτά φορές από τον αγκώνα και κάτω και μετά εκτείνεται προς τα εμπρός. Γίνεται μεταφορά βάρους από την ίδια θέση δύο φορές μπρος και πίσω και ο επιτελεστής τρέχει κυκλικά. Πηδά ξανά, προσγειώνεται στο αριστερό του πόδι με το αριστερό χέρι προς τα εμπρός και το δεξί χέρι λυγισμένο με την παλάμη στο ύψος του αφτιού και τον αγκώνα προς τα πάνω. Παύση. Προετοιμάζοντας να ρίξει, κάνει μικρή μεταφορά βάρους εμπρός και πίσω χωρίς να σηκώσει τα πόδια και ρίχνει την πέτρα. Γονατίζει στο αριστερό γόνατό του, ο ηθοποιός χτυπά τα χέρια του μια φορά, γυρίζει τον κορμό προς τα αριστερά και στη συνέχεια χτυπά το δεξί του αυτί με το αριστερό χέρι, το οποίο εκτείνεται προς τα πάνω. Τα δάχτυλα του αριστερού χεριού είναι σαν γροθιά, εκτός από τον δείκτη που είναι τεντωμένος. Σηκώνεται γυρίζοντας προς τα εμπρός, τεντώνει το αριστερό χέρι εμπρός

δείχνοντας την πέτρα, το δεξί κρατά τη λεκάνη στο ύψος του ισχίου και το κεφάλι είναι γυρισμένο προς το αριστερό χέρι. Κάνει στροφή. προς τα αριστερά πάνω στο αριστερό πόδι, με τα χέρια ριγμένα χαλαρά στην ευθεία του κορμού και επιστρέφει σε θέση ανάπαυσης. Ολοκληρώνει με dactyl. (Zarrilli 1995: 96).

4) *Χτύπημα με Στιλέτο* (The Stab with the Dagger): Δύο ηθοποιοί στέκονται απέναντι ο ένας από τον άλλο. Ξεκινάνε ταυτόχρονα με dactyl. Τεντώνουν το σώμα. Ο πρώτος (A) φέρνει το αριστερό χέρι προς το δεξί ισχίο πιάνοντας ένα φανταστικό μαχαίρι, ο δεύτερος (B) μεταφέρει το βάρος του μπροστά στο αριστερό πόδι και τα χέρια του είναι σε θέση τρεξίματος. Τα πόδια λυγίζουν και τεντώνουν. Παύση. Ο A μεταφέρει το βάρος στο ελαφρώς λυγισμένο πίσω πόδι σηκώνοντας το δεξί χέρι πάνω από το κεφάλι, ενώ ο B ρίχνει τα χέρια και τον κορμό προς τα πίσω. Ο A έρχεται προς τον B. Όταν φτάσει πάνω από τον B, ανασηκώνει το δεξί χέρι, κοιτάζοντάς το και το κατεβάζει στο ύψος του στήθους του B. Επαναλαμβάνει την κίνηση και επιστρέφει με πίσω βήματα στην αρχική του θέση. Με το δεξί χέρι ξαναβάζει το νοητό μαχαίρι πίσω, ενώ ο B ισιώνει τον κορμό και περπατά προς τον A. Τυλίγει τα χέρια γύρο από την κοιλιά του, λυγίζει τον κορμό προς τα εμπρός και πέφτει κάτω (CITA/International Centre For Theatre Arts 2016).



Εικόνα 9, εκτέλεση άσκησης 4, *Χτύπημα με Στιλέτο* (The Stab with the Dagger)

Και οι τέσσερις ηθοποιοί είχαν μια πολύ καλή φυσική κατάσταση, έχουν βάση τον χορό και αυτό βοήθησε στο να δοκιμασθούν αρκετά δύσκολες ασκήσεις που απαιτούσαν ισορροπία, ευλυγισία, έλεγχο του σώματος και δυνατούς μύες. Υπήρχαν ασκήσεις που δεν επιλέχθηκαν τελικά διότι ήταν αρκετά επικίνδυνες και δεν θα μπορούσαν στο παρόν στάδιο να εκτελεστούν,¹² και ορισμένες που δοκιμάστηκαν αλλά όχι με επιτυχία από όλες, εξαιτίας των διαφορετικών ικανοτήτων της κάθε μίας.^{13 14}

12 Grotowski: Ασκήσεις με το κεφάλι - Στήριξη στο κεφάλι, με βάση τον αριστερό ώμο, το μάγουλο και το ένα χέρι. (Γκροτόφσκι 1982).

13 Grotowski: Γέφυρα ή κατακόρυφο.

Σε δεύτερο επίπεδο, άρχισαν να δίνονται συνθήκες με βάση τα πεδία του έργου που θέλαμε να μελετήσουμε (π.χ. εξοικείωση με την παιδική ηλικία και την σωματικότητα της), για την εκτέλεση και των ασκήσεων.

Επιπλέον, έγινε μελοποίηση του τραγουδιού που υπάρχει στην έναρξη του έργου, με λιτό και απλοϊκό παιδικό ρυθμό, η οποία συνοδεύτηκε με απαλά χτυπήματα στο πάτωμα.

Τέλος, δεν θεωρήθηκε απαραίτητο, ούτε μεθοδικά ήταν έτοιμες οι ηθοποιοί, για δύο ολοκληρωμένες παραστάσεις, βασισμένες η μια στον Meyerhold και η άλλη στον Grotowski, πράγμα που άλλωστε χρειάζεται δουλειά χρόνων για να επιτευχθεί με αρτιότητα, γι' αυτό δουλεύθηκαν μόνο ορισμένα αποσπάσματα του έργου πάνω στις δύο τεχντροπίες.

Κεφάλαιο 7

Συγκριτική μελέτη

Στο παρόν κεφάλαιο, γίνεται μια απόπειρα να χαρτογραφηθούν οι ομοιότητες και οι διαφορές των συστημάτων του Meyerhold και του Grotowski σε γενικό και ειδικό επίπεδο, καθώς ασκήσεις τους εφαρμόστηκαν πρακτικά στην πειραματική προσέγγιση του έργου *Τέσσερα Κοριτσάκια*.

7.1. Προς μια σύγκριση των μεθόδων του Meyerhold και του Grotowski

Ο Meyerhold και ο Grotowski είναι δύο επαναστατικές μορφές της θεατρικής τέχνης. Η σωματική φόρμα είναι το βασικό τους εργαλείο και εξαιτίας αυτού, συγκλίνουν σε πολλές από τις ασκήσεις των μεθόδων τους. Η άριστη φυσική κατάσταση, η πειθαρχία, η αφοσίωση, η συστηματικότητα στον τρόπο δουλειάς και οι ανεξάντλητες σωματικές ικανότητες είναι απαραίτητες για να υπηρετήσει κανείς και τις δύο αυτές μεθόδους.

Η βασική διαφορά έγκειται στη διαδικασία που ακολουθούν για να επιτύχουν τον σκοπό τους. Ο Meyerhold ακολουθεί μια σωματική, «από έξω προς τα μέσα», υλική τεχνική, από την οποία πιστεύει ότι θα καταφέρει ο ηθοποιός να γνωρίσει και να ελέγξει τη ψυχή, το μυαλό, τη μνήμη, ώστε να ευαισθητοποιηθεί και να μεταφέρει αυτή το προσωπικό του υλικό και στο υποκριτικό κομμάτι. Αντίθετα, αν και το ζητούμενο ήταν κοινό, ο Grotowski δούλευε από «μέσα προς τα έξω». Η εσωτερικότητα ήταν απαραίτητη για αυτόν. Μόνο όταν ανακαλύψεις το συναίσθημα θα φτάσεις να αποδόσεις την απόλυτη αλήθεια της σωματικής έκφρασης (Βαρζελιώτη 2014: 557).

Ακόμη, αν και έφτασαν και οι δύο στο συμπέρασμα ότι έπρεπε να υπάρχει λιτότητα, συμβολικότητα και αφαιρετικότητα στον σκηνικό χώρο, τα σκηνικά, και τα κοστούμια, στο κομμάτι της παράστασης, αντίθετα με τον Meyerhold, ο Grotowski απέφευγε την έκθεση, γνωρίζοντας πόσο επιβλαβής μπορεί να είναι για τους ηθοποιούς, εάν τύχει σε λανθασμένο κοινό, το οποίο παρακολουθούσε από απλή περιέργεια με σκοπό να ψυχαγωγηθεί (Μπρουκ 2003: 14). Ο Meyerhold τίμησε τα σκηνικά αντικείμενα, όπως τη θεατρική μάσκα. Αντίθετα ο Grotowski, απασχολήθηκε με την φυσική μάσκα.

Ως προς τις τεχνικές διαφορές, πρέπει να σημειωθεί ότι ο Meyerhold, πίστευε ότι η παύση είναι απαραίτητη σε κάθε ολοκλήρωση μιας κίνησης πριν προχωρήσει στη

επόμενη (Hodge 2000: 30, βλ παραδείγματα όπως Dactyl και Shooting from the Bow (σελ. 24-25) ενώ ο Grotowski επέλεγε οι ασκήσεις του να είναι σε ροή.

Η μουσική φαίνεται να αποτέλεσε κοινό σημείο επαφής των δύο, καθώς πίστευαν πως ο ρυθμός είναι απαραίτητος στην υποκριτή και ότι μέσα από ηχητικά κομμάτια και μελωδίες μπορεί πιο εύκολα να ταλαντευτούν τα εκφραστικά μέσα και η ψυχική διάθεση. Ο Meyerhold έκρινε ότι ο Chopin και ο Liszt είναι κατάλληλοι για αυτό το σκοπό, καθώς τα κομμάτια τους είχαν συχνά έντονους ρυθμούς με ένα επαναλαμβανόμενο θέμα σύνθεσης, που συνδέεται με ένα συγκεκριμένο πρόσωπο, ιδέα ή κατάσταση, ωστόσο άφηνε τους ηθοποιούς να επιλέξουν τα δικά τους κομμάτια (wordpress.com 2016). Ο Grotowski όμως εστίασε στις ηχητικές και όχι τόσο στις μουσικές επιλογές. Αντί για μουσική υπόκρουση, ο Grotowski προτίμησε ηχητικά εφέ από τους ηθοποιούς που βρίσκονταν πίσω από το μεσότοιχο, εκτός σκηνικής δράσης (Βαρζελιώτη 2014: 559). Ο ίδιος επί του θέματος δήλωσε πως «Υπάρχει έντονος εσωτερικός και εξωτερικός ρυθμός στη ζωή μας γενικότερα, που εκφράζει την ένταση, την αίσθηση της μοίρας, την επιθυμία να κρύψουμε τα προσωπικά μας κίνητρα και την ανάληψη μιας ποικιλίας ρόλων στη ζωή [...] Το θέατρο και ο ρυθμός μέσα στη θεατρική πράξη προσφέρει μια ευκαιρία για αυτό που θα μπορούσε να ονομαστεί ολοκλήρωση, η απόρριψη των ασκών, η αποκάλυψη της πραγματικής ουσίας: ένα σύνολο σωματικών και ψυχικών αντιδράσεων» (Grotowski 1968: 255).

7.2. Συγκριτική ανάλυση των αποτελεσμάτων των εφαρμογών της μεθόδου Meyerhold και της τεχνικής Grotowski

Όπως ήδη αναφέρθηκε στο ημερολόγιο προβών (Κεφάλαιο 5), υπήρξαν αρκετές ασκήσεις και των δύο σκηνοθετών που δεν επιλέχθηκαν λόγω του υψηλού βαθμού δυσκολίας και επικινδυνότητας σε περίπτωση μη ορθής εκτέλεσής τους (Meyerhold's edute: Building the Pyramid, (Zarrilli 2005: 119) και Grotowski: Ασκήσεις με το κεφάλι - Στήριξη στο κεφάλι, με βάση τον αριστερό ώμο, το μάγουλο και το ένα χέρι. (Γκροτόφσκι 1982: 102). Κάποιες ασκήσεις επίσης εκτελέστηκαν μεν αλλά όχι με ιδιαίτερη επιτυχία καθώς απαιτούνται πολύωρες δοκιμές. Για παράδειγμα, η απεικόνιση ενός ζώου από τον Grotowski και η άσκηση με την ισορροπία του κονταριού από τον Meyerhold δεν μπόρεσαν να εκτελεστούν. Από την άλλη, υπήρξαν ασκήσεις που είχαν διαφορές στην απόδοση των ηθοποιών. Ορισμένες ασκήσεις εκτελέστηκαν ευκολότερα και καλύτερα από μερικές συμμετέχουσες και όχι και τόσο καλά από άλλες. Τέτοια παραδείγματα

είναι Το πέταμα της πέτρας του Meyerhold και το κατακόρυφο και η γέφυρα από τον Grotowski.

Επίσης σε επίπεδο ασκήσεων, ήταν σχετικά πιο εύκολο από τις ηθοποιούς να εκτελέσουν αποσπασματικά τις περισσότερες από τις επιλεγμένες ασκήσεις του Grotowski καθώς είχαν μεν ροή αλλά ήταν μικρότερες σε αριθμό κινήσεων και ευκολότερες κινησιολογικά, ενώ του Meyerhold ακολουθούσαν μια συγκεκριμένη «χορογραφία», την οποία έπρεπε να μάθουν, και της οποίας η σύνθεση των κινήσεων ήταν δυσκολότερη. Ωστόσο, όταν έμαθαν την σειρά των κινήσεων πέρασαν στο τρίτο στάδιο μάθησης, όπου πια η κίνηση λειτούργησε αυτόνομα με μεγαλύτερη επιτυχία (Schmidt, Lee 1999:58). Τέλος, ως προς τα *etudes*, πρέπει να σημειωθεί ότι οι παύσεις που εντάσσει ο Meyerhold βοήθησαν ερμηνευτικά τις ηθοποιούς στην καλύτερη προετοιμασία της κίνησης που ακολουθεί αλλά και στην τήρηση ενός πιο σταθερού ρυθμού.

Ειδικότερα στη φάση της εφαρμογής της μεθόδου του Meyerhold και της τεχνικής του Grotowski στα *Τέσσερα Κοριτσάκια*, είναι βασικό να αναφερθούν οι προβληματικές που προέκυψαν από τη διαδικασία. Ορισμένες φορές, η τεράστια γκάμα ιδεών που δίνει το έργο, αποπροσανατόλισε την πορεία του πειράματος. Σε αυτό το σημείο, κρίθηκε απαραίτητο να οριοθετηθούν τα θέματα και το εύρος τους, και με αυτόν τον τρόπο περιορίστηκαν οι περιττές πληροφορίες.

Επιπλέον, η μελοποίηση του τραγουδιού της έναρξης του έργου στάθηκε πολύ σημαντική ως προς την έκφραση των συναισθημάτων. Το ακαπέλα τραγούδι του παιδικού τραγουδιού, σε συνδυασμό με απαλά χτυπήματα στο πάτωμα που δημιουργούσαν ηχητική υπόκρουση. Αυτό το ηχητικό τοπίο λειτούργησε πολύ καλά στην τεχνική του Grotowski, αφού έδωσε στις ενήλικες ηθοποιούς δυνατότητες να ανακαλέσουν παιδικές τους μνήμες και συναισθήματα· το τραγούδι αυτό τις άγγιξε έντονα.

7.3. Αξιολόγηση αποτελεσμάτων

Στην εφαρμογή της Βιο-μηχανικής στα *Τέσσερα Κοριτσάκια*, κρατήθηκαν στοιχεία από τα *dactyl* και ορισμένα βασικά στοιχεία της φόρμας του Meyerhold, όπως είναι οι γραμμικές κινήσεις των χεριών, οι επαναλαμβανόμενες κινήσεις (όπως, οι στροφές των χεριών) η μετατόπιση βάρους, τα άλματα, το τρέξιμο, οι παύσεις, το παιχνίδι της μαριονέτας, αλλά δεν κατάφεραν οι συμμετέχουσες μέσα από τη σωματική κίνηση να φτάσουν στη συναισθηματική συγκίνηση. Η τοξωτές κινήσεις των χεριών και των

ποδιών που επιλέγει ο Meyerhold, προσέδωσαν ιδιαίτερη δυναμική στην κίνηση των ηθοποιών.

Η απόδοση των αποσπασμάτων του θεατρικού έργου βάση της τεχνικής του Grotowski, είχε μεγαλύτερη επιτυχία ως προς τον βασικό άξονα της τεχνικής. Η εσωτερικότητα σε αρκετά σημεία βοήθησε στη ροή της κίνησης. Εντούτοις, δεν υπήρχε συνέπεια και αρκετές φορές οι ηθοποιοί κινήθηκαν καθαρά εξωτερικά. Επιπλέον, ενέταξαν επιτυχώς ορισμένες από τις σωματικές ασκήσεις του Grotowski όπως μερικά βαδίσματα (παραδείγματος χάριν βάδισμα στις μύτες των ποδιών ή βάδισμα πάνω σε διαφορετικούς τύπους εδάφους), την άνθηση του σώματος και τον μαρασμό, τις πιέσεις τον δακτύλων των ποδιών προς τα πάνω και προς τα κάτω, την απαλότητα στα χέρια, την κίνηση του πουλιού, τους αυτοσχεδιασμούς που βασίζονται στην αίσθηση της αφής και ασκήσεις χαλάρωσης, πλαστικότητας και ευλυγισίας όπως είναι η οπίσθια πτώση της πλάτης ενώ είναι γονατισμένη η ηθοποιός και επιστροφή σε όρθια στάση, αλλά δεν κατάφεραν ωστόσο να ακολουθήσουν τη βασική αρχή του Grotowski για την ερμηνεία με όσο το δυνατό λιγότερες κινήσεις.

Ολοκληρώνοντας, πρέπει να αναφερθεί ότι και στις δύο περιπτώσεις παρατηρήθηκε, σε σημεία, ανάμιξη των σωματικών ασκήσεων των δύο σχολών, όπως για παράδειγμα τις γραμμικές και επαναλαμβανόμενες κινήσεις των χεριών του Meyerhold στην εφαρμογή πάνω στην τεχνική του Grotowski ή την γέφυρα της πλάτης των σωματικών ασκήσεων του Grotowski στην εφαρμογή της Βιο-μηχανικής, γεγονός που υποδεικνύει ότι οι ηθοποιοί δεν αφομοίωσαν τις βασικές αρχές των σχολών. Οι συμμετέχουσες στο πείραμα δεν κατάφεραν να περιοριστούν αποκλειστικά στην κινησιολογική φόρμα του κάθε σκηνοθέτη και έτσι «χάθηκαν» σε μια σειρά περιγραφικών, ακόμα και χαοτικών κινήσεων.

Η δεκτικότητα ωστόσο και των τεσσάρων ηθοποιών, η εφευρετικότητα και η ελευθερία με την οποία πειραματίστηκαν στις καινούριες, για αυτές, συνθήκες, ήταν απίστευτα σημαντική και υποστηρικτική για την εξέλιξη της παρούσας μεταπτυχιακής διατριβής.

Επίλογος

Παρουσιάστηκαν συστήματα, μέθοδοι και τεχνικές που στηρίχτηκαν πάνω στις σωματικές πρακτικές στο θέατρο. Μελέτες χρόνων βοήθησαν στην εξέλιξη της υποκριτικής, καθώς της απέδωσαν μια άλλη οντότητα, εστίασαν στη δυναμική που έχουν το σώμα και η μάσκα του ηθοποιού και απέδειξαν ότι τα εκφραστικά αυτά μέσα είναι επαρκή για την απόδοση των συναισθημάτων και την επικοινωνία με το κοινό, έστω και με την ελάχιστη λεκτική φόρμα. Η σωματική φόρμα έχει από μόνη της τέτοια εμβέλεια που φαίνεται ότι μπορεί να μελετηθεί από διάφορα πρίσματα.

Μπορεί, μέσα από τους Meyerhold και Grotowski, να είδαμε δύο διαφορετικές σχολές πρόσληψης της σωματικής φόρμας και της εφαρμογής της στο θέατρο, αλλά και οι δύο σκηνοθέτες ερευνούν τις πτυχές της ανθρώπινης ψυχής και την αξιοποίησή τους στην υποκριτική και σκηνοθεσία.

Η επιτυχία του πειράματος της παρούσας μεταπτυχιακής διατριβής μάλλον μπορεί να αμφισβητηθεί, καθώς φάνηκε ότι είναι δύσκολο να αφομοιωθούν η μέθοδος του Meyerhold και η τεχνική του Grotowski σε τόσο μικρό χρονικό διάστημα. Καταλήξαμε όμως στο πολύτιμο συμπέρασμα ότι, αν και χρειάζεται πολύχρονη μελέτη γύρω από τις πρακτικές των δύο σκηνοθετών, πραγματική αφοσίωση και συστηματικότητα στον τρόπο δουλειάς, για να μπορεί ένας ηθοποιός να λειτουργήσει καθαρά με της βασικές αρχές του καθενός και να παρουσιάσει ένα άρτιο αποτέλεσμα, μπορεί τελικά να γίνει αποσπασματική εκτέλεση μερικών ασκήσεων, εάν αυτό κριθεί ότι αφορά.

Τέλος, μπορεί το ζητούμενο των δύο σκηνοθετών να είναι το ίδιο, μπορεί το αντικείμενο μελέτης τους να είναι το σώμα, όμως ο τρόπος δουλειάς τους διαφέρει σε αρκετά σημεία, γεγονός που οδηγεί στο συμπέρασμα ότι είναι πολύ δύσκολο να μελετηθούν από τον ίδιο ηθοποιό ταυτοχρόνως οι δύο αυτές σχολές και να αφομοιωθούν αποτελεσματικά.

Παράρτημα Α

Απόσπασμα που χρησιμοποιήθηκε από τα *Τέσσερα κοριτσάκια*

Τα τέσσερα κοριτσάκια (τραγουδώντας):

Δεν θα πάμε πια στο δάσος

Κόπηκαν οι δάφνες

Η πανέμορφη τούτη

Να τις μαζέψει θα πάει

Ας μπούμε στο χορό

Να πως χορεύουν

Χορέψτε τραγουδήστε

Φιλήστε όποιον θέλετε

Πρώτο κοριτσάκι: Ας ανοίξουμε με τα νύχια όλα τα τριαντάφυλλα και ας τα κάνουμε να ματώσουν. Ας παίξουμε κάνοντας η μια την άλλη να πονάει και ας φιληθούμε μανιασμένα.

Δεύτερο κοριτσάκι: Μαμά, μαμά έλα να δεις την Υβέττα να λεηλατεί τον κήπο και να βάζει φωτιά στις πεταλούδες.

Τρίτο κοριτσάκι: Κανονίστε τα όπως θέλετε για να ανάψετε τις φλόγες των κεριών. Προσέχετε σας λέω, τα βγαλμένα πτερά των πουλιών που ψόφησαν στα κλουβιά (κρύβεται).

Δεύτερο κοριτσάκι: Να την!

Πρώτο κοριτσάκι: Να!

Δεύτερο κοριτσάκι: Να, η γάτα που άρπαξε στο στόμα της ένα από τα πουλιά και το πνίγει με τα μεγάλα δάκτυλα της

Τέταρτο κοριτσάκι: Κανονίστε τα όλες με τα λουλούδια. Το νόημα του πλεξίματος σέρνει σε όλον τον κήπο τα πόδια του και κρεμά σε κάθε κλαρί το κομπολόι των βλεμμάτων του και τις γεμάτες από κρασί κούπες.

Πρώτο κοριτσάκι: Βολέψτε τα, βολέψτε τα με τη ζωή. Εγώ περιτυλίγω την κιμωλία των πόθων μου με το ξεχασμένο πανωφόρι μου, το γεμάτο λεκέδες από μελάνη που ρέει από χέρια τυφλά που ψάχνουν το στόμα τις πληγής.

Τρίτο κοριτσάκι: Εν τάξει, εν τάξει, εν τάξει. Δεν θα με πιάσετε ζωντανή και δεν με βλέπετε. Είμαι νεκρή

Πρώτο κοριτσάκι: Αν δεν επιστρέψεις θα πάμε να κρεμαστούμε στα δέντρα της λεμονιάς.

Τρίτο κοριτσάκι: Είναι πίσω από το πηγάδι. Όχι είναι στη στέγη του σπιτιού.

Τέταρτο κοριτσάκι: Βρίσκεται στο ανθισμένο κλαρί ψηλά στο αριστερό μέρος της αχλαδιάς.

Δεύτερο κοριτσάκι: Βλέπω το χέρι της να δαγκάνει την άκρη του πτερού ενός φύλλου που ματώνει.

Τέταρτο κοριτσάκι: Θα έρθεις Πωλέττα, ναι ή όχι; Μας κάνεις χαλάστρες. Θα πω στη μαμά πως δεν θέλεις να παίζεις και ότι προσπαθείς να κάνεις την έξυπνη.

Πρώτο κοριτσάκι: Είναι πολύ δύσκολο να περάσει κανείς ένα ευχάριστο καλοκαιριάτικο απόγευμα διακοπών μαζί σας.

Δεύτερο κοριτσάκι: Πρέπει να την αφήσουμε και να μην ασχολούμαστε μαζί της, θα ξανάρθει σίγουρα.

Τέταρτο κοριτσάκι: Θα 'θελα να επιστρέψει. Μας λείπει ο ήλιος, βρέχει. Το γέλιο των λουλουδιών μου ξεσχίζει τα φορέματα με τα άσπρα και τα σταχτοπράσινα καρό και λιώνει σε ακροβασίες.

Πρώτο κοριτσάκι: Θα στηρίξουμε τη σκάλα στο δέντρο και θα ανέβουμε να ανάψουμε τη φωτιά της κουζίνας, σε κάθε φύλλο που θα συρράψουμε στο μπαμπάκι των κλαριών των αγκαθιών της ζάχαρης του πικρού μελιού.

Τρίτο κοριτσάκι: Εν τάξει, εν τάξει, εν τάξει. Πάμε στον πόλεμο, τον σπιτίσιο μας πόλεμο. Εν τάξει, εν τάξει, εν τάξει. Η ζωή που περνά έκανε μες τα σεντόνια μου. Εν τάξει, εν τάξει, εν τάξει. Η ζωή είναι ωραία, ας κρυφτούμε απ' αυτήν.

Τέταρτο κοριτσάκι: Γελώ, γελάς, γελά. Ας περιτυλιχτούμε με το πέπλο, ας τρομάξουμε η μία την άλλη και ας σηκώσουμε γύρω μας ένα κυκλικό φράχτη από μαχαίρια.

Δεύτερο κοριτσάκι: Γλυκό απόγευμα, γλυκό, γλυκό, ένα απόγευμα γεμάτο γλύκες, απόγευμα γλυκό, γλυκό.

Τρίτο κοριτσάκι: Το χέρι μου είναι γεμάτο φωνές, τα μαλλιά μου είναι άκακα φίδια, από κορδέλες όλων των χρωμάτων.

Πρώτο κοριτσάκι: Αφήστε να τρέξει το αίμα της στο μέτωπο μου. Να νιώσω την δροσιά των ετήσιων ανέμων της ζωής της που πέταξε πέρα.

Δεύτερο κοριτσάκι: Εδώ η σελίδα είναι λευκή, άδεια, σβησμένη. Η σιωπή περιτυλίγει με στάχτη τα βήματα της.

Τέταρτο κοριτσάκι: Το γέλιο ψόφησε. Το γέλιο θα ζήσει. Το γέλιο φόρεσε το νυφικό του και στόλισε με ανεμώνες τα μαλλιά του. Τραγουδώ και κλαίω τη νύχτα, με το κεφάλι μου να χτυπά στην οστεοθήκη του κρεβατιού μου.

Παράρτημα Β

Οπτικοακουστικό υλικό πειράματος

Το οπτικό υλικό του πειράματος μπορείτε να το παρακολουθήσετε στις ιστοσελίδες:

Εφαρμογή Α': Σωματικές ασκήσεις

1. Meyerhold etudes:
<https://www.dropbox.com/s/5kjpgwws9lyar4n8/Efarmogi%20methodou%20Meyerhold%20-%20etudes.wmv?dl=0>
2. Grotowski - Σωματικές Ασκήσεις:
<https://www.dropbox.com/s/k9q41yplu13jqwu/Efarmogi%20Texnikis%20Grotowski%20Somatikes%20Askiseis.wmv?dl=0>

Παράρτημα Γ

Οπτικοακουστικό υλικό πειράματος

Το οπτικό υλικό του πειράματος μπορείτε να το παρακολουθήσετε στις ιστοσελίδες:

Εφαρμογή Β΄:

- 1) Εφαρμογή της Βιο-μηχανικής Μεθόδου του Meyerhold στα *Τέσσερα Κοριτσάκια* του P. Picasso:
<https://www.dropbox.com/s/pk35x937tv6vzpi/efarmogi%20meyerhold%20sta%20tessera%20koritsakia.wmv?dl=0>
- 2) Εφαρμογή της τεχνικής Grotowski στα *Τέσσερα Κοριτσάκια* του P. Picasso: <https://www.dropbox.com/s/b94r4dc023dw08e/efarmogi%20Grotowski%20sta%20Tessera%20Koritsakia.wmv?dl=0>

Βιβλιογραφία

Ades, D. Gale, M. (1998) *Surrealism*, Grove Art Online, Oxford: University Press, <http://oxfordindex.oup.com/view/10.1093/gao/9781884446054.article.T082410> [30/03/17]

Alaniz, L. (2013) «The Dynamo-Rhythm of Etienne Decroux and His Successors», *Mime Journal*: Vol. 24, Article 2, <http://scholarship.claremont.edu/mimejournal/vol24/iss1/2> [30/05/17]

Alexander Technique Express, (2015) *The Complete Guide to the Alexander Technique*, <http://www.alexandertechnique.com/at.htm> [26/10/16]

Anatoly, G.A. (2007) *Acting BioMX Etudes*, Department of Theatre & Film, University of Alaska Fairbanks, <http://afronord.tripod.com/biomx/etudes.html> [15/01/17]

Bacci, R. (2003) «Ένα απαραίτητο έργο», *Γιέρζυ Γκροτόφσκι: Ο ερμηνευτής, Τρία άρθρα για το Εργαστήρι του Γκροτόφσκι*, Περιοδικό *Εκπαίδευση & Θέατρο*, Τεύχος 4, Αθήνα, σ.σ. 5-8

Baum, K. (2002) *Meyerhold's Biomechanics*, Workshop by Kathleen Baum at The National Theater Institute at Eugene O'Neill Theater Center, <http://kjbaum.mysite.syr.edu/meyerholdsbiomechanics.html> [28/03/17]

BBC (2017) *Physical theatre*, The nature of Physical theatre, <http://www.bbc.co.uk/education/guides/ztfk6sg/revision> [11/06/2017]

Bernal, J. D. (1961) «Ο Picasso μας μαθαίνει να βλέπουμε», *Σε τούτον τον τρομερό αιώνα...*, μτφ. Κ. Πορφύρης, επιμ. Βήχος Π., *Επιθεώρηση Τέχνης*, Τεύχος 85, Αθήνα, σ.σ. 17

Bloch M. (2004), *FM - The Life of Frederick Matthias Alexander*, Prologue, London: Little Brown, <https://www.amazon.com/FM-Life-Frederick-Matthias-Alexander/dp/0316860484> [11/06/17]

Braun, E. (1988) *Meyerhold A Revolution in Theatre*, United Kingdom: Methuen Drama

Breton, A. (1972) *Μανιφέστα του σουρρεαλισμού*, μτφ. Μοσχονά Ε., Αθήνα: Δωδώνη

British Council Global. (2016) *Complicite, Devised Theatre*, Physical / Visual Theatre, <https://theatreanddance.britishcouncil.org/artists-and-companies/c/complicite/> [24/10/16]

Brook, P. (2016) *Ο Άδειος Χώρος*, μτφρ. Πασχαλίδου Μ., Αθήνα: KOAN

Callery, D. (2001) *Through the Body: A Practical Guide to Physical Theatre*, London: Nick Hern Books.

CITA/International Centre For Theatre Arts (2016) *Meyerhold's etude / Stab with the Dagger*, <https://www.youtube.com/watch?v=xLpvyoxT40g&t=1s> [20/02/17]

Complicite, (χ.χ) *Complicite*, <http://www.complicite.org/company.php> [25/10/16]

Contemporary Arts Media - Artfilms (2009) *Training at Grotowski's Laboratorium in Wroclaw in 1972 Screener*, https://www.youtube.com/watch?v=dRyLLTvs00c&list=PLZg5PtZw_kMgoNopfrJBm6DEmAWXQotd1&index=1&t=11s [20/03/17]

Craig, G.E. (1908) «The Actor And The Über-Marionette», *The Mask, A monthly journal of the art of the theatre*, Vol. 1, N° 2, <http://bluemountain.princeton.edu/bluemtn/cgi-bin/bluemtn?a=d&d=bmtnaau190804-01.2.5&e=-----en-20--1--txt-txIN-----> [18/05/17]

Cranz, G. (2000) *The Alexander Technique in the world of design: posture and the common chair*, Part I: the chair as health hazard, *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, California: University of California, <http://alexandertechnique.com/resources/JBMT-alex.pdf> [24/10/17]

Decroux, E. (2001) *Categories of Corporeal Mime, Mime Journal: An Etienne Decroux Album*, Ed. Thomas L., Claremont: Pomona College

Dort, B. (2013) «Ο σκηνοθέτης: ένας ηγεμόνας που μένει στη σκιά, Η εποχή του μεγάλου θεάματος», Τεύχος 5, Σκηνή, *Το περιοδικό του Τμήματος Θεάτρου του ΑΠΘ*, <https://ejournals.lib.auth.gr/skene/article/download/4183/4246> [12/01/17]

Espeland, T. (2015) *The Eight Efforts: Laban Movement, Drama Teacher Academy*, <https://www.theatrefolk.com/blog/the-eight-efforts-laban-movement/> [30/05/17]

Eurolab, eV. (2017) *Theory*, <https://www.laban-eurolab.org/english/lbms/theory/> [30/05/17]

Evtusenko, G. (2003) *Eisenstein and Meyerhold: A Two-Fold Portrait in the Interior of the Epoch*, Days of Russian Film in Bucharest, Documentary, https://www.youtube.com/watch?v=UnxJaQK_4mI [01/02/17]

French D., S., Bennett G.P., (2015) *Experiencing Stanislavsky Today: Training and Rehearsal for the Psychophysical Actor*, Abingdon: Taylor and Francis/Routledge

Grotowski, J. (1968) *Towards a Poor Theatre*, Ed. Barba E., New York: Routledge A Theatre Arts Book,

Grotowski, J. (2010) *Για ένα φτωχό θέατρο*, μτφρ. Μιλτιάδης Κ., Αθήνα: Εκδόσεις Θεωρία.

Groyden, M. (2009) *Conversation with Peter Brook*, New York: Theatre Communications Group, <https://www.scribd.com/read/251488174/Conversations-with-Peter-Brook-1970-2000> [18/10/16]

Hammond Capa, N. (2014) *Meyerhold's Biomechanics vs. Modern Dance*, <https://nataliehammondcapa.tumblr.com/> [28/06/17]

Hanna, T. (1980) *The Body of Life*, New York: Knopf: distributed by Random House

Haridy, M. (2013) *Theatre Today*, Panoramic View of the World Theatre, Complicite, Gaze on publishing, <https://books.google.com.cy/books?id=8T9fDQAAQBAJ&pg=PT100&lpg=PT100&dq=Stephen+Knapper,+2010,+Contemporary+European+Theatre+Directors&source=bl&ots=aykcYsZ9aH&sig=09BGm6aoATWKquG3Zcey4RdbB7A&hl=el&sa=X&ved=0ahUKEwjtt4nrz4PSAhWeHsAKHeADC1kQ6AEILTAD#v=onepage&q=Stephen%20Knapper%2C%202010%2C%20Contemporary%20European%20Theatre%20Directors&f=false> [22/10/16]

Helix Art Center, (2017) *Gvozdev, Alexei [Alexey, Aleksey, Aleksei] Aleksandrovich [Alexandrovich] (1887-1939)*, New York: Russian Art and Books, <https://www.russianartandbooks.com/cgi-bin/russianart/i0147.html> [19/03/17]

Hodge, A. (2000) *Twentieth Century Actors Training*, Robert Leach Meyerhold and Biomechanics, New York: Routledge

https://en.wikipedia.org/wiki/Alexander_Mosolov [19/03/17]

<https://www.youtube.com/watch?v=K5msfCKCL2Q&t=84s> [05/01/17]

iefimerida, (2013) «Η μπλε περίοδος του Πικάσο – Όταν ο γνωστός ζωγράφος άλλαξε το ύφος και το χρώμα των έργων του για 3 χρόνια», Επηρεασμένος απο την αυτοκτονία ενός φίλου του, Εφημ. Πολιτισμός, Αθήνα, <http://www.iefimerida.gr/news/129485/%CE%B7-%CE%BC%CF%80%CE%BB%CE%B5-%CF%80%CE%B5%CF%81%CE%AF%CE%BF%CE%B4%CE%BF%CF%82-%CF%84%CE%BF%CF%85-%CF%80%CE%B9%CE%BA%CE%AC%CF%83%CE%BF-%E2%80%93%CF%8C%CF%84%CE%B1%CE%BD-%CE%BF-%CE%B3%CE%BD%CF%89%CF%83%CF%84%CF%8C%CF%82-%CE%B6%CF%89%CE%B3%CF%81%CE%AC%CF%86%CE%BF%CF%82-%CE%AC%CE%BB%CE%BB%CE%B1%CE%BE%CE%B5-%CF%84%CE%BF-%CF%8D%CF%86%CE%BF%CF%82-%CE%BA%CE%B1%CE%B9-%CF%84%CE%BF-%CF%87%CF%81%CF%8E%CE%BC%CE%B1-%CF%84%CF%89%CE%BD-%CE%AD%CF%81%CE%B3#axzz4iYjLWuV5> [21/04/17]

Kolinsky , S. (1997) *Anton Chekhov's Life and Thought*, Washington: Northwestern University Press, https://en.wikipedia.org/wiki/The_Government_Inspector#cite_note-4 [20/05/17]

Lust, A. (1974) «Etienne Decroux, Father of Modern Mime», *Mime Journal: Essays on Mime*, Fayetteville (Ark.): Mime School, California: Pomona College

Lynch Y.S. (2012) *Picasso: Theatre Artist*, A Thesis in Theatre Presented to the Faculty of the University of Missouri-Kansas City in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree, Missouri: Austin State University, <https://mospace.umsystem.edu/xmlui/bitstream/handle/10355/15527/LynchPicTheArt.pdf?sequence=1> [04/04/17]

Medlook, (2014) *Μουσικοθεραπεία: Ο ρόλος και η σημασία της*, <https://www.medlook.net/%CE%9C%CE%BF%CF%85%CF%83%CE%B9%CE%BA%CE%BF%CE%B8%CE%B5%CF%81%CE%B1%CF%80%CE%B5%CE%AF%CE%B1/2014-01-31-18-25-30-619.html> [18/04/17]

Miller W.G., Ethridge, P., Morgan T.K. (2011) *Exploring Body-Mind Centering: An Anthology of Experience and Method*, Contribution by: Bonnie Bainbridge Cohen, California: North Atlantic Books

Murray S. Keefe J. (2007) *Physical Theatres: A Critical Introduction*, Physical Theatre and Devising, Canada: Taylor and Francis Group, https://www.amazon.co.uk/Physical-Theatres-Introduction-Simon-Murray/dp/0415362504#reader_0415362504 [11/06/17]

Muru, N. (2011) *Γκροτόφσκι*, <https://www.scribd.com/document/48582280/5-%CE%93%CE%BA%CF%81%CE%BF%CF%84%CF%8C%CF%86%CF%83%CE%BA%CE%B9> [21/10/16]

Musilová, M. (2008) *Meyerhold's Biomechanics*, Brno: Masaryk University, <https://is.muni.cz/el/1421/jaro2008/DVT058/Mejerchold.pdf?lang=en> [21/10/17]

Musilová, M. (2008) *Vsevolod Meyerhold*, Brno: Masaryk University, <https://is.muni.cz/el/1421/jaro2008/DVT058/Mejerchold.pdf> [21/10/17]

OnlyTheate, (2012) «Ο Αρτώ και το Θέατρο της Σκληρότητας», http://archive.onlytheater.gr/_rewind_/11779-o-artaud-kai-to-theatro-tis-sklirotitas.html [18/05/17]

Owen Daly, (2004) «Jerzy Grotowski», *Grotowski and Yoga*, <http://owendaly.com/jeff/Grotowb.htm> [19/03/17]

Paul, A. (1999) *Obituary: Jerzy Grotowski*, <http://www.independent.co.uk/arts-entertainment/obituary-jerzy-grotowski-1074849.html> [22/10/17]

PressPop. (2015) *Εργαστήριο Σωματικού Θεάτρου : Η ποιητική του σώματος Μέθοδοι Grotowski, Lecoq, Decroux στο θέατρο act*, <https://www.presspop.gr/articles/2015/07/12/%CE%B5%CF%81%CE%B3%CE%B1%CF%83%CF%84%CE%AE%CF%81%CE%B9%CE%BF-%CF%83%CF%89%CE%BC%CE%B1%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%BF%CF%8D-%CE%B8%CE%B5%CE%AC%CF%84%CF%81%CE%BF%CF%85-%CE%B7-%CF%80%CE%BF%CE%B9%CE%B7%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%AE-%CF%84%CE%BF%CF%85->

%CF%83%CF%8E%CE%BC%CE%B1%CF%84%CE%BF%CF%82-
%CE%BC%CE%AD%CE%B8%CE%BF%CE%B4%CE%BF%CE%B9-grotowski-lecoq
[22/10/16]

Richards, T. (1998) *Για τη δουλειά με τον Γκροτόφσκι πάνω στις σωματικές δράσεις*.
μτφρ. Θέμελης Αν. Κ., Αθήνα: Εκδόσεις Δωδώνη.

Sansimera, χ.χ., Πάμπλο Πικάσο, <https://www.sansimera.gr/biographies/14>,
[12/02/17]

Schmidt R., Lee T. (1999) *Motor Control and Learning-5th Edition*, A Behavioral
Emphasis, U.K.:Human Kinetics,
https://www.amazon.com/dp/0736079610/ref=rdr_ext_tmb [27/06/17]

Sheets – Johnston M. (2015) *The Phenomenology of Dance*, Preface to the Fiftieth
Anniversary Edition, Philadelphia: Temple University Press,
[https://www.amazon.com/Phenomenology-Dance-Maxine-Sheets-
Johnstone/dp/1439912629](https://www.amazon.com/Phenomenology-Dance-Maxine-Sheets-Johnstone/dp/1439912629) [10/06/17]

Shiele, J. (2005) *Off-centre Stages: Fringe Theatre at the Open Space and the Round House
1968 – 1983*, Hatfield: University Of Hertfordshire College Lane
[https://books.google.com.cy/books?id=x4tW4-
hwvcQC&pg=PA53&lpg=PA53&dq=picasso+four+little+girls+surrealism&source=bl&ots=ULmG2y516T&sig=1BE0njiXaEYuHaufi9m9q5JoU8Y&hl=el&sa=X&ved=0ahUKEwimmoxe8fzTAhXLSxoKHRKeBgYQ6AEIqJAK#v=onepage&q=picasso%20four%20little%20girls%20surrealism&f=false](https://books.google.com.cy/books?id=x4tW4-hwvcQC&pg=PA53&lpg=PA53&dq=picasso+four+little+girls+surrealism&source=bl&ots=ULmG2y516T&sig=1BE0njiXaEYuHaufi9m9q5JoU8Y&hl=el&sa=X&ved=0ahUKEwimmoxe8fzTAhXLSxoKHRKeBgYQ6AEIqJAK#v=onepage&q=picasso%20four%20little%20girls%20surrealism&f=false) [20/05/17]

Staff, H. (2013) *The Four Little Girls': New In-Progress Translation of Play by Pablo
Picasso*, Chicago: Poetry News,
[https://www.poetryfoundation.org/harriet/2013/08/the-four-little-girls-new-in-
progress-translation-of-play-by-pablo-picasso/](https://www.poetryfoundation.org/harriet/2013/08/the-four-little-girls-new-in-progress-translation-of-play-by-pablo-picasso/) [04/04/17]

Tangient, LLC. (2017) *Meyerhold and Biomechanics*, TES Global Limited, Wikispaces,
<https://hamletyear11.wikispaces.com/Meyerhold+and+Biomechanics> [05/04/17]

ThinkFree, (2015) «Ο Γέρζι Γκροτόφσκι Έρχεται στο Θέατρο Τ από 28/2», *Orama
Production Δημήτρης Μουζάκης E.E*, Θεσσαλονίκη, [http://www.thinkfree.gr/%CE%BF-
%CE%B3%CE%AD%CF%81%CE%B6%CE%B9-
%CE%B3%CE%BA%CF%81%CE%BF%CF%84%CF%8C%CF%86%CF%83%CE%BA%
CE%B9-%CE%AD%CF%81%CF%87%CE%B5%CF%84%CE%B1%CE%B9-
%CF%83%CF%84%CE%BF-%CE%B8%CE%AD%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF/
\[16/03/17\]](http://www.thinkfree.gr/%CE%BF-%CE%B3%CE%AD%CF%81%CE%B6%CE%B9-%CE%B3%CE%BA%CF%81%CE%BF%CF%84%CF%8C%CF%86%CF%83%CE%BA%CE%B9-%CE%AD%CF%81%CF%87%CE%B5%CF%84%CE%B1%CE%B9-%CF%83%CF%84%CE%BF-%CE%B8%CE%AD%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF/)

Tyshchuk, I. (2012) *Biomechanics Meyerhold. The Third International Festival Of Theatre
Schools Inspiration*, [https://www.youtube.com/watch?v=v68W60-
2CdE&list=PLZg5PtZw_kMgq6LoCtfYwSGeG3pnKspie&index=2&t=2513s](https://www.youtube.com/watch?v=v68W60-2CdE&list=PLZg5PtZw_kMgq6LoCtfYwSGeG3pnKspie&index=2&t=2513s) [20/02/17]

Valery, P. (2013) *Η φιλοσοφία του χορού*, μτφρ. Παπαδόπουλος Σ. Π., Αθήνα: Promcipia

- Warncke, C.P. (2006) *Πικάσο*, μτφρ. Ρόζου Ι., Αθήνα: Εκδόσεις Γνώση
- Warncke, C.P., Walther I. F. (2002) *Picasso*, Cologne: Taschen,
wordpress.com, (2016) *Meyerhold: A Slave to the Rhythm!, How Meyerhold used Music in his Actor Training and Performance*, Meyerhold the Musical Omnivore, <https://capa2710site.wordpress.com/> [26/02/17]
- Wright, K. C. (2015) *7 Movement Techniques All Actors Should Study*, Backstage, <https://www.backstage.com/advice-for-actors/resources/7-movement-techniques-all-actors-should-study/> [18/05/17]
- Zarrilli, P. (1995) *Acting (Re) Considered*, London: Routledge
- Zarrilli, P. (2005) *Acting (Re) Considered, A Theoretical and Practical Guide*, London: Routledge
- Αργκάν Τ. Κ. (2004) *Η μοντέρνα τέχνη: 4η Έκδοση*, μτφρ. Παπαδημήτρη Λ., , Ηράκλειο: Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης
- Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, (2015) *Κινησιολογία*, <https://qa.auth.gr/el/class/1/120009954>, [21/10/15]
- Βαρζελιώτη, Κ. Γ. (2014) «Από τη χώρα των κειμένων στο βασίλειο της σκηνής», *Πρακτικά Επιστημονικού Συνεδρίου*, 26-30 Ιανουαρίου 2011, Αθήνα: Τμήμα Θεατρικών Σπουδών Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών
- Βασιλειάδη, Ε. (2014) «Το σώμα στο θέατρο (Ιστορική Αναδρομή)», απο *Το Σωματικό Θέατρο στην Ελλάδα*, <http://www.respublica.gr/2016/07/column/bodyintheater/> [22/10/16]
- Γαλάνη, Μ. (2015) *Σύγχρονος χορός: Ιστορία, εκπαίδευση, σύνθεση και χορογραφία*, Πανεπιστήμιο Πατρών, Πάτρα: Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης/Έκδοση: 1.0.
- Γαλάντης, Γ. (2003) *Η Θεατρική Έκφραση ως Θεραπευτικό Μέσον*, Μουσικοκινητικά δρώμενα ως μέσον θεραπευτικής αγωγής, <http://helios-eie.ekt.gr/EIE/bitstream/10442/819/1/M01.030.02.pdf> [27/03/17]
- Γεωργίου, Μ., Ξενάκη, Δ., (2007) *Θέατρο και Κοινωνία: Το παράδειγμα της Οκτωβριανής Επανάστασης*, *Το Θέατρο στην Οκτωβριανή Επανάσταση*, Τεύχος 6, Αθήνα: Κομμουνιστικής Επιθεώρησης (ΚΟΜΕΠ) <http://www.komep.gr/2007-teyxos-6/theatro-kai-koinonia-to-paradeigma-ths-oktobrianhs-epanastashs> [22/10/15]
- Γιαννάτου, Μ.Ε. (2014) *Μαθαίνοντας για το σωματικό θέατρο*, <http://www.artmag.gr/articles/art-articles/about-art/item/5693-learningaboutphysicaltheater-about-art> [22/10/16]
- Γκροτόφσκι, Γ. (1982) *Για ένα Φτωχό Θέατρο* (μτφρρ. Φ. Κονδύλης, Μ. Γαϊτή-Βορρέ). Αθήνα: Θεωρία

Δημοκίδης, Α. (2014) *Μπλε εναντίον Ροζ*, Μια σύγκριση των δύο περιόδων του Πικάσο (κι ένα σχεδόν ιερόσυλο γκάλοπ), <http://www.lifo.gr/team/u43054/47695> [21/04/17]

Ε.Κ.Π.Α., (1997) *Χορός και Θέατρο*, Από την Ντάνκαν στις νέες χορευτικές ομάδες, Επιμ. Φεσσά Εμμανουήλ Ε., Τμήμα Θεατρικών Σπουδών, Αθήνα: Έφρεσος.

Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο, (2007) *Μπρεχτική Αποστασιοποίηση και Ετερότητα*, Οι Μετέωροι Τόποι των Κατωφλιών, courses.arch.ntua.gr/fsr/126017/mprext.pdf, [20/05/17]

Εσωθέατρο, (2017) *Ο Γκροτόφσκι για την Πειθαρχία του Ηθοποιού ως Μέλους μίας Θεατρικής Ομάδας*, <http://esotheatro.gr/index.php/el/j-grotowski> [24/10/16]

Ζωγράφου-Ουζούνογλου, Μ. (2013) *Ανάλυση του έργου του Πικάσο «Οι Δεσποινίδες Της Αβινιόν»*, http://texni-zoi.blogspot.com.cy/2013/01/blog-post_16.html [12/02/17]

Ηλιάδη, Β. (2006) *Ο Πάμπλο Πικάσο, ο εκπατρισμένος ζωγράφος*, e-Telescope, <http://www.e-telescope.gr/arts/picasso> [20/02/17]

Κακουδάκη, Τ. (2006) «Τεχνικές Αφήγησης και Θεατρική Δημιουργία, Από την αίσθηση στην εστίαση: η συμβολή του κινηματογράφου στη δραματουργία, την υποκριτική και τη σκηνογραφία του 20^{ου} αι.», Σημειώσεις από κινηματογραφικές Προβολές, *Η συμβολή των εικαστικών στη δημιουργία μιας νέας εικαστικής γλώσσας για τον κινηματογράφο, Η επίδραση των σουρεαλιστών στην απόδοση του σκηνικού περιβάλλοντος*, Πανελλήνιο δίκτυο για το θέατρο στην εκπαίδευση, Σπέτσες. <http://www.theatroedu.gr/Portals/38/main/images/stories/files/Books/TexnikesAfigisisTheatrikiDimiourgia/TexnikesAfigisisKaiTheatrikiDimiourgia%20s%2051-68.pdf> , [20/05/17]

Καμήλλος, Ο. (2010) *Γιέρζυ Γκροτόφσκι*, Scribd Inc., <https://www.scribd.com/document/92576002/%CE%93%CE%B9%CE%AD%CF%81%CE%B6%CF%85-%CE%93%CE%BA%CF%81%CE%BF%CF%84%CF%8C%CF%86%CF%83%CE%BA%CE%B9> [12/01/17]

Καρβούνη, Μ. (2015) *Γ Όπως... Γκροτόφσκι, Γιέρζι*, Lavart Group, <http://www.lavart.gr/grotowski/> [24/10/16]

Καστρινάκη, Π. (2014) «Οι Δεσποινίδες της Αβινιόν», *Η αφετηρία της Μοντέρνας Τέχνης*, Artic.gr, <https://artic.gr/oi-despinides-tis-avinion/11825/> [03/01/17]

Κέντρου Ελληνικής Γλώσσας, (2006) «Λήμμα: οργανικός -ή -ό [organikós]», *Πύλη για την ελληνική γλώσσα και τη γλωσσική εκπαίδευση*, http://www.greek-language.gr/greekLang/modern_greek/tools/lexica/triantafyllides/search.html?lq=%CE%9F%CF%81%CE [19/05/17]

Κόλλια, Ε. (2011) «Σταθείτε σωστά, γλιτώστε από πόνους», Τεχνική Αλεξάντερ, μέθοδος κινητικής έκφρασης με θεραπευτικά αποτελέσματα, Εφημ. *Το βήμα*, Δημοσιογραφικός

Οργανισμός Λαμπράκη Α.Ε, <http://www.tovima.gr/health-fitness/article/?aid=436055> [24/10/16]

Κουκουτάς, Τ., Φύλλα, Η., Ψάλλη, Δ. (χ.χ), *Τεχνική Alexander*, Χορός και Σώμα, <http://www.dancepress.gr/?i=news.el.alexander-technique> [26/10/16]

Κουτσούμπα Ι.Μ. (2005), *Σημειογραφία της Χορευτικής Κίνησης*, Το πέρασμα από την προϊστορία στην ιστορία του χορού, Αθήνα: Προπομπός

Μάρσαλ, Λ. (2003) *Το σώμα μιλά*. Μτφρρ. Πιπίνη Α., Προδρομίδου, Ν., Αθήνα : Κοάν

Μέγιερχολντ, Β. (1982) *Κείμενα για το θέατρο*. Αθήνα: Εκδόσεις Ιθάκη

Μούρ, Σ. (1997) *Το σύστημα Στανισλάβσκι*. μτφρ. Τσακάς Α., Αθήνα: Εκδόσεις Παρασκήνιο

Μουσκάκα, Φ. (2015) *Σημειώσεις Κινησιολογίας*, Κεφάλαιο 1 - Εισαγωγή στην Κινησιολογία, Λάρισα: Αιγέας Ι.Ι.Ε.Κ

Μπακούρα Ε. (2009) Άγχος στη σκηνή – Αίτια και τρόπος αντιμετώπισης για σπουδαστές πιάνου, Alexander technique, Πανεπιστήμιο Μακεδονίας, Τμήμα Μουσικής Επιστήμης και Τέχνης, Οικονομικών και Κοινωνικών Επιστημών, <https://dspace.lib.uom.gr/bitstream/2159/12377/2/ΜpakouraPE.pdf> [26/10/16]

Μπαρμπούση, Β. (2004) *Ο Χορός στον 20ο αιώνα*, Σταθμοί και Πρόσωπα, Αθήνα: Εκδόσεις Καστανιώτη

Μπέκετ, Γ. (1996) *Κόσμος της Ζωγραφικής*, Βασικός οδηγός για την ιστορία της Δυτικής Τέχνης, Αθήνα: Πατάκης

Μπρέχτ, Μ. (1974) *Μικρό Όργανο για το θέατρο*, Αθήνα: Πλειάς

Μπρούκ, Π. (2000) *Η ανοιχτή Πόρτα: Σκέψεις πάνω στην τέχνη και την πρακτική του θεάτρου*, μτφρ. Φραγκουλάκη Μ., 2η έκδ. Αθήνα : Κοάν

Μπρουκ, Π. (2003) «Ένα απαραίτητο έργο», Γιέρζυ Γκροτόφσκι: Ο ερμηνευτής, Τρία άρθρα για το Εργαστήριο του Γκροτόφσκι, Τεύχος 4, Περιοδικό Εκπαίδευση & Θέατρο, Αθήνα, σ.σ. 14

Παγιατάκης, Σ. (2010) *Ένα θολό μεγαλόστομο περίπου*, Αθήνα: Καθημερινές Εκδόσεις Α.Ε. <http://www.kathimerini.gr/388451/article/politismos/arxeio-politismoy/enas-tholo-megalostomo-peripoy> [30/05/17]

Παγκόσμιο Βιογραφικό Λεξικό (2013) *Λάμπαν φον Βαράλυα (Laban von Varalya), Ρούντολφ (1879 - 1958)*: Τόμος Ε', Αθήνα: Εκδοτική Αθηνών Α.Ε.

Παπαγεωργίου, Ε. (2014) *Απόψεις και πρακτικές σχετικά με τη γλώσσα του ηθοποιού του 20ου αιώνα, σκηνοθετών που αντλούν έμπνευση από τον ηθοποιό της κομέντια ντελ άρτε: οι περιπτώσεις των Κοπώ, Μεγερχόλντ και Στρέλερ, Επιλεκτικός 'Βουτηχτής' και 'Ψαράς' στη 'Θάλασσα' της Κομέντια Ντελ Άρτε*, Θεσσαλονίκη: Αριστοτέλειο

Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, <http://ikee.lib.auth.gr/record/134367/files/GRI-2014-12392.pdf> (29/01/17)

Παπαδόπουλος, Σ. (χ.χ.) *Παιδαγωγική του Θεάτρου*, Αθήνα: Αυτοέκδοση

Πικάσο, Π. (1949) *Τέσσερα Κοριτσάκια*, μτφρ Εμπειρικού Α., Αθήνα: Άγρα

Ρίτσαρντς, Τ. (1998) *Για τη δουλειά με τον Γκροτόφσκι πάνω στις σωματικές δράσεις*, μτφρ. Θέμελης Αν. Κ., Αθήνα-Ιωάννινα: Δωδώνη.

Σαβράμη Κ. (2009) «*Χορός και Αφηγηματικότητα*», *Πρακτικά Διεθνούς Ημερίδας Τετάρτη 27 Μαΐου 2009*, Συνεδριακό Κέντρο του Πανεπιστημίου Πατρών, Σώματα που κινούνται και συν-κινούν, Πάτρα: <http://www.savrami.gr/praktikaHmeridas.pdf>

Σημαντηρακη Δ. (2011) *Κινησθησία (Kinesthesia)*, Εργοθεραπεία στο σπίτι, http://myergotherapy.blogspot.com.cy/2012/11/blog-post_4.html [13/05/17]

Σπυριδοπούλου, Μ. (2012) *Υπερρεαλισμός στη Γαλλία, Σχέσεις με την παράδοση*, https://spiridopoulou.files.wordpress.com/2012/06/gynaikes_sourealismos.pdf [19/03/17]

Στανισλάβσκι, Κ. (2001) *Ένας ηθοποιός δημιουργείται*, μτφρ. Νίκας Α., Αθήνα: Εκδόσεις Γκόνης

Στανισλάβσκι, Κ. (2006) *Πλάθοντας ένα ρόλο*. μτφρ. Νίκας Α., Αθήνα: Εκδόσεις Γκόνης

Τσιόκανος Α. (2017) *Κινησιολογία, Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού*, <http://eclass.uth.gr/eclass/courses/ANTMA209/> [10/06/17]

Τσιόκανος, Λ.Α. (2005) *Αρχές Βιοκινητικής*, Εισαγωγή στην βιοκινητική, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Λάρισα: Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Φώτης, Χ. (2006) *Ο Σουρεάλ Αντονέν Αρτώ*, Lavart, <https://www.lavart.gr/o-surreal-antonin-ardaud/> [18/05/17]

Χαραλαμπίδης, Α. (1993) *Η τέχνη του 20ου αιώνα: Τόμος Β΄*, Θεσσαλονίκη: University Studio Press