

ACADEMIA NAȚIONALĂ DE MUZICĂ „GHEORGHE DIMA”
ȘCOALA DOCTORALĂ „SIGISMUND TODUȚĂ”

TEZĂ DE DOCTORAT

REZUMAT

Actul scenic

**Pregătirea psiho-emoțională
din dubla perspectivă muzician-actor**

Doctorand:
Sergiu Tuhuțiu

Coordonator științific:
Prof. Univ. Dr. Adrian Pop

Introducere

Pregătirea interpretului pentru actul scenic este un proces amplu care, deși gravitează în jurul studiului instrumentului și al muzicii, are o mulțime de alte implicații. Complexitatea proceselor psiho-emoționale este trăită și percepută de către unii muzicieni în mod spontan, fără prea multă intenționalitate, iar de către alții într-un mod mai deliberat, lucru care poate spori eficiența pregătirii. Motivația acestei cercetări vine din convingerea că o abordare multidisciplinară a pregătirii pentru scenă îi poate aduce interpretului un plus de claritate, eficiență și profunzime. Aspectele implicate în pregătirea artistică țin uneori de chestiuni care nu privesc în mod direct muzica sau repertoriul studiat, ci sunt legate mai degrabă de procese psihologice, de preocupări sau întrebări despre viață. Alteori este vorba despre lucruri mult mai simple precum cele legate de activitatea fizică, exercițiile de respirație, orele de odihnă, alimentația din ziua concertului sau întocmirea unui program sau chiar a unui ritual care precede actul scenic.

Multe dintre aceste lucruri sunt abordate adesea intuitiv de către muzicieni, fără să fie nevoie de un surplus de atenție sau efort în acest sens, însă, din cauza volumului mare de elemente care apar în acest parcurs, este foarte ușor să pierdem din vedere întregul pregătirii. Pe măsură ce momentul scenic se apropie, o mulțime de factori aglomerează tot mai mult experiența psihică a interpretului. Tracul, de exemplu, determină intensificarea și diversificarea gândurilor și a emoțiilor. Astfel, interpretul pendulează uneori cu rapiditate între aspecte dintre cele mai diverse precum senzații fizice de foame sau sete, frica de anumite pasaje, nesiguranța unei digitații schimbate recent, întrebări existențiale, aspecte ale vieții private, preocupări legate de sensul muzicii abordate, conștientizarea oboselii, senzații de blocaj sau ineficiență la nivel corporal, toate acestea într-o spirală și o succesiune care pot deveni copleșitoare.

Pentru a evita această destabilizare și a menține efectele tracului în limite normale este necesară o rutină bine definită. Însă pe lângă rutina legată de studiul la instrument, alimentație, odihnă, tehnici de relaxare, respirație și eventual meditație, pregătirea interpretului poate fi îmbogățită printr-o abordare multidisciplinară. Domenii precum psihologia muzicală, filosofia, etica, estetica, neuroștiințele, anumite tehnici de organizare și pregătire din management, actorie sau sport pot facilita dezvoltarea multilaterală a artistului și o mai profundă înțelegere a ceea ce i se întâmplă. Merită amintit că pe parcursul muncii noastre de interpreți nu doar noi suntem cei care dăm o formă muzicii pe care o cântăm, ci și muzica ne modelează la rândul ei. Sentimentele, gândurile sau revelațiile pe care le trăim în acest proces pot fi uneori intense, ciudate, tulburătoare, abstracte sau chiar de nerostit. Uneori ele implică o preocupare filosofică precum cea legată de sensul existenței, alteori nevoia de a înțelege relația noastră cu lumea sau cu muzica prin prisma esteticii, eticii sau

autenticității. O asemenea abordare panoramică a dezvoltării artistice are calitatea de a ne lărgi orizontul și ne oferă posibilitatea de a construi o legătură mai sinceră și mai plină de sens cu muzica și cu munca noastră.

O serie de aspecte care vor fi tratate în această lucrare au primit deja o oarecare atenție în lumea muzicală, altele au fost discutate mai degrabă în comunitățile altor domenii, astfel că scopul acestei cercetări nu este acela de a prezenta neapărat lucruri nemaispuse până acum, ci de a întocmi harta de bază a unui traseu multidisciplinar în pregătirea interpretului. Este totodată o invitație adresată muzicienilor de a explora și a dezvolta o astfel de abordare.

Amplitudinea și bogăția unor subiecte dezbătute nu vor permite ca acestea să fie acoperite în detaliu, un studiu mai aprofundat fiind recomandat oricui devine interesat de o astfel de aventură artistică și intelectuală. Unele dintre temele abordate vor fi tratate mai amplu, marcând astfel fiecare dintre cele trei părți ale lucrării. În prima parte va fi predominantă tema emoțiilor în relația cu muzica, în partea a doua problema autenticității și a adevărului artistic, iar în ultima parte subiectul tehnicilor din pregătirea actorului aplicabile în interpretarea muzicală. Fiecare dintre aceste subiecte invită pe alocuri la curiozități în domenii conexe, astfel că asemenea incursiuni vor putea fi întâlnite pe parcurs, acolo unde va fi relevant.

Încercarea de a pune laolaltă o mulțime de elemente dintre cele mai diverse care la final să se îmbine organic sub forma unui sistem de lucru poate fi cu ușurință compromisă de pierderea firului conducător și de dispersarea cercetării în prea multe direcții izolate între ele, de aceea am ales ca repere călăuzitoare ideile de sinceritate și autenticitate ale muzicianului în relația cu sine însuși, cu lumea exterioară și cu muzica, toate acestea văzute prin prisma căutării expresivității și a adevărului artistic.

I. Influența profilului psiho-emoțional în asumarea trăirii scenice

Excurs despre natura și proveniența emoțiilor

Partea întâi a lucrării tratează problema naturii și provenienței emoțiilor, precum și a influenței profilului psiho-emoțional al interpretului în crearea și asumarea trăirii scenice. Am analizat dinamica dintre interpret și ascultător, cu ceea ce implică aceasta în privința percepției, trăirii și comunicării emoțiilor. Mișcările subtile de tip psiho-emoțional ale fiecăruia determină reacții – sau uneori lipsa de reacție – în timpul unei audiții muzicale. Desigur că fiecare om reacționează diferit, iar această diferență își spune cuvântul în dinamica emoțiilor muzicale dintre interpret și ascultător. Faptul că un om găsește o lucrare muzicală ca fiind revitalizantă, iar altul o consideră o sursă enervantă de zgomot

este poate mai ușor de acceptat în contextul diversității și al individualității, dar destul de frustrant din perspectiva nevoilor unei cercetări științifice cu reguli stricte. Astfel că există deosebiri mari între felurile în care oamenii percep muzica, sunt motivați să meargă la concerte sau sunt emoționați de muzică.

Cu toate aceste diferențe, însă, reacțiile noastre emoționale la muzică sunt destul de predictibile. O serie de studii și experimente arată că există mecanisme care reapar sistematic în acest sens, în ciuda multitudinii de posibilități teoretice. Astfel, aceste reacții spun multe despre amintirile, interesele și motivațiile noastre. Totodată, ele ridică o serie de întrebări legate de diferența dintre emoțiile muzicale și emoții în general, despre elementele care fac o interpretare muzicală expresivă, despre abilitatea muzicienilor de a comunica o anumită emoție sau despre felul în care profilul psihonoțional sau preferințele personale se raportează la unele perspective estetice ale muzicii.

Tema *naturii răspunsului emoțional* la fenomenul muzical a fost abordată destul de târziu în psihologia muzicală, deși studiul general al emoțiilor are un istoric mult mai lung. Acest lucru este cu atât mai interesant cu cât psihologia muzicală a existat ca o sub-ramură a psihologiei încă din secolul al XIX-lea. Patrik Juslin identifică unele dintre motivele pentru care acest demers a întârziat atât de mult. În primul rând, experimentul de laborator nu pare să fie cel mai concludent context pentru studiul reacțiilor emoționale la muzică. Există ceva artificial în mediul „prefabricat” al unui astfel de experiment care distorsionează comportamentul și reacția participanților. În al doilea rând, până de curând n-a existat o teorie solidă a acestui fenomen care să asigure un fundament științific necesar cercetării. În al treilea rând, multă vreme muzicienii au fost foarte reticenți la o astfel de analiză, considerând-o rece sau irelevantă. Din fericire, adunarea de date empirice din ultimele două decenii însoțește cu succes cercetările și teoriile apărute.

Am vorbit, de asemenea, despre relevanța emoției și despre studiul lui Alf Gabrielsson, ale cărui concluzii au fost publicate în anul 2011 în lucrarea *Strong Experiences with Music: Music Is More Than Just Music*. Frumusețea cercetării realizate de Alf Gabrielsson constă în faptul că acoperă o mare varietate de stări generate de muzică, dar și situații în care ea lasă ecouri afective puternice în ascultător. Astfel de contexte sunt reprezentate de prima experiență muzicală, de ascultarea repetată a unei lucrări, de ascultarea muzicii la ocazii speciale sau de situația aparte în care cineva se bucură de muzica pe care el însuși o cântă.

Un aspect important cu care au de-a face interpreții este tracul scenic. Ceea ce poate fi privit de pe margine ca fiind o ușoară stare de nervozitate este perceput uneori ca un adevărat infern psihologic de către interpret. Se consideră adesea că tracul este determinat de lipsa de pregătire și de stăpânire a meșteșugului instrumental, însă această explicație prezintă o singură perspectivă a problemei. Lista cazurilor severe de trac scenic conține nenumărate exemple de experți care, în ciuda măiestriei lor, au fost sau sunt controlați de frica de a se manifesta în public. Doi dintre cei mai

îndrăgiți pianişti ai secolului trecut, Dinu Lipatti și Vladimir Horowitz, povesteau cum în nenumărate rânduri tracul scenic le provoca stări extreme, atât fizice cât și psihologice. Mărturisirile legate de trac au în comun descrierea unei senzații de deturnare sau confiscare a propriei ființe, caracterizată de o lipsă de control psihic și fizic.

Dincolo, însă, de diversele definiții prin care pot fi descrise, emoțiile artistice depind în mod fundamental de profilul psihologic individual care, în fond, conturează ansamblul de sentimente trăite de către interpret în actul scenic. Conceptul de „transmitere a emoțiilor” creează un model interpretativ bazat pe „comunicare”. Alături de profilul psihologic individual, exprimarea emoției artistice mai depinde și de elemente muzicale ale partiturii. Legătura termenilor muzicali cu anumite categorii emoționale este influențată și de contexte social-istorice, mai ales de cele extreme – revoluții, războaie, catastrofe naturale sau sociale. Cu atât mai mult în circumstanțe istorice tragice, muzica inspirată din evenimentele vremii transferă prin intermediul compozitorului încărcătura afectivă colectivă în unelte componistice și interpretative. Astfel, furia sau sentimentele de revoltă împotriva nedreptății au inspirat adesea lucrări muzicale cu sonorități disonante, contraste dinamice extreme, folosirea extinsă a registrului grav, articulații și moduri de atac agresive ale instrumentelor. Găsim astfel de indicii în *Povestea Soldatului* de Igor Stravinsky, în *Sonata a șasea pentru pian* de Serghei Prokofiev sau în *Simfonia a șaptea* de Dmitri Șostakovič. În general, combinația elementelor intrinseci sintaxei muzicale joacă un rol major în crearea unei semnificații artistice.

Indiferent că este vorba despre efectul pe care îl generează unii parametri muzicali sau despre calitățile expresive ale interpretului, în toate aceste cazuri atrage atenția disponibilitatea ființei umane de a se lăsa emoționată de o manifestare considerată atât de abstractă precum muzica. Perceperea unor emoții în timpul actului muzical reprezintă deja un nivel de conectare a ascultătorului la unul sau mai multe elemente ale interpretării. Dar ceea ce ne interesează mai mult este trezirea emoției în ascultător. Interpreții se referă la această „trezire a emoției” în public sub diverse forme, una dintre cele mai populare fiind intenția de a „mișca publicul”. Astfel, anumiți artiști cu care rezonăm pot trezi dorința obținerii unei anumite expresivități sau a unui anumit tip de sunet. Alteori, lucrarea muzicală sau particularitățile sonore ale unui anumit instrument sunt cele care trezesc apetitul pentru scenă. Toate aceste situații au în comun impactul emoțional al evenimentului asupra ascultătorului.

Multe dintre studiile emoțiilor muzicale se bazează pe mărturiile participanților, însă altele urmăresc reacțiile psihofiziologice la muzică. Emoția este mereu însoțită de un efect fiziologic, cum ar fi creșterea pulsului într-un moment de entuziasm sau de tensiune muzicală din timpul unui concert. Componentele somatice sunt folosite și în limbaj pentru a descrie reacția afectivă la un stimul muzical. În cadrul experimentelor, participanții fac referire adesea la senzații precum „nodul din stomac, transpirația mâinilor, fluctuația pulsului, senzația de schimbare a temperaturii corpului, întreruperea momentană a respirației, palpitații, tensiuni musculare sau chiar plâns”. Avantajul

măsurătorilor psihofiziologice este că rezultatele nu pot fi alterate de participant prin manipularea exprimării, lucru care se întâmplă adesea în relatările verbale din dorința împlinirii așteptărilor cercetătorilor. Ele ajută la distingerea emoțiilor simțite de cele doar percepute și fac puțină lumină în disputa partizanilor celor două direcții, aducând dovezi științifice legate de capacitatea muzicii de a trezi emoții.

Am atins, de asemenea, problema emoțiilor în raport cu arta și ficțiunea. În ciuda naturaleții cu care ne raportăm emoțional la artă, ajungând cu ușurință să simțim tristețe sau milă pentru un personaj fictiv, lucrul acesta este totuși paradoxal dacă luăm în considerare concepția generală despre emoții și despre interacțiunea noastră cu actul artistic. Dincolo de explicația intuitivă a identificării cu actul scenic, Kendall Walton, profesor de filozofie la Universitatea din Michigan, afirmă că nu este vorba despre o credință reală în situația fictivă, ci despre disponibilitatea de a pretinde că situația este reală și de a ne plasa emoțional în acel „și dacă”.

La nivel psihosomatic, emoțiile pot declanșa o serie de reacții, de la transpirație până la sincronizarea ritmică sau imaginația vizuală. La baza acestui fenomen se află procesul evolutiv de dezvoltare a creierului, de-a lungul căruia noile structuri cerebrale apărute s-au clădit mereu pe cele deja existente, într-un sistem similar straturilor inelare ale trunchiului unui copac. Astfel că emoțiile se pot declanșa în diverse zone ale creierului. Anumite impulsuri emoționale s-au format mai devreme în dezvoltarea creierului de-a lungul istoriei, luând forme simple asemenea unor reflexe primare, iar altele au apărut mai târziu sub forma unor judecăți și funcționalisme mai complexe, precum reacția trunchiului cerebral la schimbări sonore subite, sincronizarea ritmică, condiționarea evaluativă, „molipsirea”, imaginația vizuală, amintirea unor evenimente, anticiparea muzicală sau analiza estetică.

În lucrarea *Music in the Human Experience*, Donald Hodges și David Sebald pledează pentru o perspectivă evoluționistă asupra percepției umane a sunetului, care sugerează că predecesorii noștri depindeau adesea de capacitatea de a detecta tipare sonore, de a le înțelege sensul și de a reacționa în consecință. Astfel, funcția de comutator neuronal a trunchiului cerebral ar fi servit drept unealtă de prioritizare a unor preocupări sau griji. Reacția instinctivă la auzul unor sunete este o formă de mecanism de apărare bazat pe frică. Cu ajutorul simțurilor, creierul analizează în permanență împrejurimile pentru a detecta eventuale pericole, iar reflexele sunt mai exagerate în timpul somnului sau al unei stări de vigilență scăzute. Chiar și în timpul stării de veghe, diferențele mari de intensitate – aproximativ 100 dB – produc adesea același efect, lucru care întărește ipoteza conform căreia reflexele trunchiului cerebral ar fi inscripționate genetic.

II. Metafora unui ideal: „Adevărul artistic”

Argumentația și convingerea ca suport al emoției scenice autentice

Partea a doua a lucrării tratează problema „adevărului artistic”. Ținând cont în permanență de relevanța criteriilor individuale în căutarea de înțelesuri a interpreților, am analizat influența pe care o au în acest sens diverse aspecte precum judecata estetică sau critica muzicală. Am încercat, de asemenea, să subliniem diferența dintre reacția estetică spontană și judecata estetică deliberată, indicând în fiecare dintre situații reperele și criteriile implicate.

Atunci când se vorbește despre interpreți, atribute precum „autentic” sau „convingător” tind să apară adesea în discuție. Lucrul acesta este relevant în contextul interesului pentru „adevărul artistic”, unde tema autenticității nu trebuie să lipsească. Acest concept pare de neevitat chiar și în cele mai spontane analize ale unei interpretări. Ideea de a crede sau a nu crede într-o versiune interpretativă, de a fi fost sau a nu fi fost convins de un interpret pare să le fie la fel de familiară atât muzicienilor, cât și publicului. Am tratat destul de amplu problema „autenticității” deoarece este conceptul central în discuția despre validitatea unui artist. Am pus în perspectivă istorică diferitele abordări ale autenticității, parcurgând sumar viziunile unor gânditori precum Søren Kierkegaard, Friedrich Nietzsche, Martin Heidegger, Jean-Paul Sartre, Theodor Adorno sau Charles Taylor. În privința temei autenticității, este fascinant faptul că există multe presupuneri despre ceea ce trebuie să reprezinte acest concept, de la pozițiile mai tradiționaliste care implică acordarea sinelui cu mediul și normele exterioare până la cea a culturii pop care tinde spre supraevaluarea sentimentelor individului.

Metafora „adevărului artistic” a întâmpinat obstacole în ultimul secol, mulți dintre filosofi sau esteticieni contestându-i validitatea. Folosirea acestei metafore însă nu a dispărut ci, dimpotrivă, s-a intensificat în discuțiile despre rolul artiștilor în societate, în cele despre relațiile dintre artă și cunoaștere și în întrebările despre validitatea interpretărilor culturale. Pentru a putea lua în considerare problema „adevărului artistic”, trebuie ținut cont atât de condițiile filosofice, cât și de cele culturale ale acestui concept. Viziunea „adevărului artistic” ca proces multidimensional de dezvăluire imaginativă este mai aproape de căutările artiștilor decât abordările propoziționale ale conceptului de „adevăr”, în care ideea de „fapt de netăgăduit” este mereu prezentă în feluri mai mult sau mai puțin explicite. Căutarea adevărului artistic în muzică începe cu explorarea sensului partiturii și continuă cu modalitatea de a împărtăși cu publicul acest sens descoperit. Dar ce caracteristici ar trebui să aibă oare acest concept volatil de „adevăr artistic”? Mai întâi, trebuie menționat că ideea de „adevăr” este în acest context doar o convenție. Nu se poate vorbi despre un adevăr absolut și nici

despre un adevăr general, comun tuturor interpreților, chiar dacă tradițiile interpretative cad de acord adesea asupra intenției inițiale a compozitorului ca reper al căutării sensului muzical. De ce obișnuim, atunci, să-l numim „adevăr”? Traversat de angoase și întrebări existențiale, omul a dezvoltat de-a lungul istoriei un barometru conceptual al relației sale cu lumea, pe care mai târziu l-a extras treptat din sfera imediatului și, pe măsură ce gândirea sa a devenit tot mai sofisticată, l-a folosit în sens abstract. Astfel că, de cele mai multe ori, pentru a putea crede în ceva anume, omul are nevoie să creadă înainte de toate că acel lucru este adevărat. Deși este evidentă nuanța metaforică, fenomenul acesta apare și în relația interpretului cu conceptul de „adevăr artistic”, muzicianul fiind condiționat de credința că sensul muzical găsit este cel adevărat.

În acest context, am discutat și despre importanța pe care le au argumentația și convingerea în comunicarea interpretului cu publicul. De asemenea, am atins subiectul apartenenței adevărului artistic: este acesta al interpretului sau este înscris în mod intrinsec în partitură? O fascinantă dinamică a căutării artistice se dezvăluie pe măsură ce ne adâncim tot mai mult în întrebări care implică aspecte precum etica, autenticitatea, libertatea de exprimare, sinceritatea față de sine sau granițele compromisului. Aceste lucruri ridică întrebări și în problema tradițiilor interpretative, unde viziunile avangardiste pun la îndoială *status quo*-ul interpretărilor marilor repertorii. O serie de argumente ale ambelor perspective (cea tradițională și cea avangardistă) pot contribui la crearea unei viziuni interpretative valide.

III. Despre conectarea emoțională

Tehnici specifice și modele adaptabile din metoda pregătirii actorului elaborată de Konstantin Stanislavski

Ultima parte a lucrării propune o abordare multidisciplinară a pregătirii interpretului. Concentrat în special pe paralela dintre arta dramatică și muzică, textul propune o serie de exerciții preluate din metoda lui Konstantin Stanislavski pe care muzicianul le poate folosi în pregătirea sa. Muzica și actoria sunt două domenii care au în comun transmiterea unui mesaj prin intermediul actului scenic și al întâlnirii dintre artist și public. Cu toate că ambele implică o intensă activitate emoțională, muzicienii nu au parte – spre deosebire de actori – de o pregătire academică destinată cunoașterii și gestionării afectelor. De aceea, conceperea unui mic compendiu de tehnici și exerciții din arta actorului le-ar putea fi de ajutor muzicienilor care, în singurătatea sălii de studiu, caută să dea sens artei lor, caută cele mai bune forme de expresivitate muzicală și își pun adesea întrebări dificile.

Explorarea unei astfel de punți între interpretarea muzicală și arta actorului este fascinantă și plină de resurse artistice și metodologice.

În privința emoției scenice, Stanislavski sugera să ne imaginăm o cursă de șoareci pe care trebuie să o pregătim bine și să ne asigurăm că este funcțională, aceasta reprezentând antrenamentul psihofizic. Iată în ce fel, în viziunea sa, trebuie ca actorul să fie pregătit pentru întâlnirea cu emoția, astfel încât să devină flexibil, conectat și receptiv la cele mai subtile semnale ale subconștientului. Situația interpretului este asemănătoare cu cea descrisă mai sus, chiar dacă partitura actorului conține text, iar cea a muzicianului note muzicale; mecanismele psiho-emoționale pe care cei doi le trăiesc sunt, la bază, identice. Pentru a evita capcanele clișeelelor, interpretul trebuie să încerce să internalizeze problematica despre care vorbește Stanislavski, adică această dinamică a emoției între conștient și subconștient, prezentată aproape ca o sumară epistemologie a trezirii emoției. Atâta vreme cât interpretul nu este conștient de pericolul falsului, este greu să vrea să cunoască mai mult despre ceea ce i se întâmplă sau despre ceea ce ar putea face pentru a se apropia de adevăr.

Dintre uneltele de lucru ale actorului, memoria afectivă poate avea o utilitate aparte pentru muzicieni. Stanislavski distinge două ramuri ale memoriei afective: memoria simțurilor (sau a senzațiilor) și memoria emoțiilor, observând că memoria simțurilor nu este la fel de intensă ca cea a emoțiilor, care, având un fundament psihologic – mai puțin tangibil, dar definitiv pentru lumea interioară –, capătă o mai mare greutate în viața noastră. Capacitatea de reproducere a unei amintiri vii, dependentă în viața cotidiană de întâmplare, poate fi valorificată în procesul de construire a rolului. Lucrul acesta merită de asemenea atenția muzicienilor, fiindcă dacă artistul ar putea defini emoția urmărită la un moment dat, iar apoi să-și stimuleze un sentiment asemănător, preluat din propria experiență, atunci interpretarea sa ar câștiga în credibilitate, iar distanța dintre artist ca individ și artist ca interpret s-ar reduce. Actorul și personajul sau, prin analogie, interpretul și muzica ar deveni astfel unul și același lucru – iată imaginea ideală a simbiozei cu actul artistic și cu opera de artă în general, facilitată într-o oarecare măsură de aceste exerciții psihologice ingenioase.

Am explorat de asemenea noțiunile de „mimesis” și „catharsis” din perspectiva viziunilor lui Platon și Aristotel și a importanței care li se dădea acestor termeni în Antichitate. Noțiunea de „mimesis” cuprinde viziunea realistă a lui Aristotel despre artă, însemnând „reproducere a realității”. Aristotel se situează astfel în totală opoziție cu viziunea lui Platon, care fusese primul dintre cei doi care a folosit termenul de „mimesis”. „Lumea ideilor” a lui Platon, care precedă și transcende lumea sensibilă, reprezenta în filosofia sa factorul prim al creației. Platon, în idealismul său obiectiv, considera că ideile sunt arhetipuri care există aprioric lucrurilor pe care le reprezintă, independent de conștiința omului și într-o lume care nu poate fi determinată spațial. Astfel, tot ce aparține lumii materiale ar fi, în concepția sa, o oglindire goală de conținut a acestor idei primordiale.

Viziunea lui Platon despre lume i-a conturat fundamental acestuia felul în care vedea arta. El considera că aceasta nu este bazată pe cunoașterea adevărată, ci este doar o imitație, o copie a lumii „adevărate”. El era de părere că imitația artistului este o înstrăinare de realitate și că toți poeții nu fac decât să copieze imagini care nu vor putea atinge niciodată adevărul. Această situație a artei în zona „aparenței” l-a determinat pe Platon să condamne poezia, motivând că aceasta nu exprimă realitatea, că este imorală în reprezentările ei și că nu este construită pe fundamentele spirituale, elevate ale sufletului, ci animă pasiuni umane care conduc la plăcere și durere. Totuși, argumentul depreciativ al lui Platon referitor la operele de artă reprezentatională nu înseamnă o negare a artei, ci este mai degrabă unul de ordin metafizic, în sensul în care arta, fiind o copie palidă a realității, contribuie mai puțin la „adevăr”. La aceasta, Platon adaugă și argumentul moral-psihologic conform căruia arta de multe ori exploatează și întreține sentimentele negative ale spectatorilor, abătându-i astfel de la conduită morală și o atitudine optimistă. În abordarea sa materialistă, în schimb, Aristotel critică *teoria ideilor* a lui Platon și are o viziune total opusă, prin care susține că „mimesis” reprezintă tocmai reproducerea realității vieții omenești și că, datorită acestui lucru, o asemenea practică duce la o cunoaștere profundă a lumii.

Am făcut apoi o incursiune în ceea ce presupune curajul căutării și al descoperirii în munca interpretului. Explorarea artistică depinde, pe de o parte, de imaginație și de curiozitate, însă totodată depinde și de flexibilitatea lentilelor prin care acesta vede lumea. Capacitatea de a privi o situație din mai multe perspective este o abilitate foarte utilă în munca interpretului. Am vorbit în acest context despre diferența dintre „modelul mental fix” și „modelul mental flexibil”, făcând trimiteri la lucrarea *Mindset* a lui Carol Dweck. Aceasta explică faptul că modelul fix este cel conform căruia persoana consideră că numărul și calitatea aptitudinilor sale sunt definitive și ca atare nu pot fi schimbate. Consecința acestui lucru este stagnarea și faptul că acest tip de persoane simt nevoia să demonstreze în mod constant că sunt valoroase și că merită aprecierea și respectul celor din jur. Senzația că bagajul calităților lor este limitat le creează o anxietate permanentă care tinde constant să se manifeste ostentativ în forme disimulate. De cealaltă parte avem modelul mental flexibil, prin prisma căruia persoana în cauză consideră că suma aptitudinilor și calităților sale poate fi modificată în permanență, pe parcursul întregii vieți. Problema este de multe ori că interpretul nu știe despre sine că funcționează prin prisma unui model mental fix și, astfel, îi este imposibil să îl identifice sau să schimbe ceva în acest sens.

Traseul pregătirii scenice imaginat în dubla calitate de muzician – actor este, cum deja am amintit, unul multidisciplinar, în care atât pregătirea muzicală, cât și cea psihologică pot fi abordate din mai multe perspective, acestea nerezumându-se la domeniul muzical și la cel al artei dramatice. Pentru a putea imagina și construi interpretarea muzicală ca transpunere în rol este nevoie de o mare diversitate de unelte psihologice. Unele țin de tehnici de relaxare și meditație care facilitează contactul

conștient cu sinele și o oarecare centrare afectivă. Altele privesc relația cu materialul sau mediul de lucru, ajutând la îmbunătățirea calității concentrării sau ascultării pentru o mai profundă conectare emoțională la context. Trebuie amintite, de asemenea, o serie de aspecte care privesc conștiința de sine în contextul artistic. Care este scopul și totodată crezul datorită cărora un interpret alege să urce pe scenă și să se expună în fața unui public, cântând o lucrare cunoscută și interpretată frecvent la un nivel foarte ridicat?

Determinarea, motivația și energia necesare pentru pregătirea și evoluția scenică nu sunt motoare care funcționează la viteză mică, ci care trebuie angajate într-o turație mare pentru a aduce lumea afectivă a interpretului la intensitatea vibrației necesare pentru concert. Iar pentru a obține acea încărcătură emoțională și a-i face față, artistul își construiește, intenționat sau nu, un edificiu motivațional bazat pe conștiința unicității sale. Gândul că este posibil să aducă ceva nou și să aibă ceva de spus pe scenă este unul dintre argumentele principale ale interpretului la nivel intim, altfel interpretarea sa ar fi o copie sau o compilație a unor versiuni deja existente. Iar pentru ca acest demers să fie așezat pe un soclu solid, interpretul ar trebui de asemenea să investigheze și să-și înțeleagă calitățile artistice care îl deosebesc de ceilalți. Indiferent că este vorba despre calități expresive, sensibilitate, un anumit tip de temperament sau capacitatea emoțională de a trece repede de la o stare la alta, aceste înzestrări trebuie însumate și asumate ca o identitate artistică unică. Interpretul are nevoie de conștiința acestei unicități, la fel cum publicul are nevoie de acea forță de expresie a interpretului care este generată de conștiința unicității. De aici vine și o bună parte din încrederea în alegerea artistică din fiecare moment, fără de care cântatul rămâne tern și lipsit de viață. Așadar, toate aceste aspecte fac parte tot din gimnastica mentală a pregătirii pentru scenă, din raportarea la sine în relație cu muzica și cu misiunea pe care muzicianul simte că o are de îndeplinit.

Am imaginat, de asemenea, o aplicabilitate în interpretarea muzicală a ideii de „text, context și subtext”, precum și a conceptului de conflict dramatic. În teatru, aspectul contrastant dintre subtext și text / context nu este o chestiune de diversificare estetică, ci una de tensiune ca motor care mișcă elementele unei situații. În pregătirea actorului, tema „conflictului” are o greutate aparte. Acest lucru se datorează faptului că obstacolul și conflictul se află în centrul interacțiunii oricărei ființe cu lumea, iar posibilitățile interpretative care se deschid prin explorarea acestor perspective conțin un mare potențial de expresivitate artistică.

Intuirea sau crearea calității dramatice a unui moment muzical nu este întotdeauna o sarcină ușoară. Este nevoie de o oarecare claritate asupra modalităților în care se poate confecționa contracțiunea sau în care poate fi ea găsită. Cel mai adesea soluția se află într-un element de tip muzical contrastant, cum ar fi o altă voce sau un alt plan sonor care să fie cântat într-o sonoritate opusă, cu o articulație diferită, uneori cu fine diferențe agogice față de celelalte planuri. Însă acești vectori muzicali nu reprezintă singurul loc unde putem căuta contrastul. „Contracarare” poate veni uneori

din atitudinea interpretului, din limbajul lui corporal. Chiar și mimica feței poate să reflecte la un moment dat paradoxul pe care vrem să-l creăm, opus sensului convențional al momentului muzical în care ne aflăm. Ce poate însemna pentru un pianist să acopere o tăcere cu o acțiune sau să instaureze accidentul în discursul muzical? Cum poate el fugi de pleonasm? Cum poate lucra „împotriva lui însuși”? În toate aceste situații se poate porni de la întrebarea „Și dacă nu-i așa?”.

Această evitare a celui mai la-ndemână sens muzical al partiturii îl poate feri pe interpret de pleonasmul artistic.

Pe lângă uneltele de lucru împrumutate din arta actorului, am mai considerat ca fiind utile o serie de tehnici prezentate de Timothy Gallwey și Barry Green în lucrarea *The Inner Game of Music*. În cazul interpretului există, în principiu, trei aspecte pe care acesta trebuie să le ia în considerare: rezultatul, experiența și învățarea. Adesea tindem să dăm cea mai mare greutate scopului exterior, rezultatului și minimizăm astfel importanța a ceea ce simțim sau învățăm pe parcursul procesului. Teoria *jocului interior* susține că șansele de a ne atinge scopurile cresc dacă reușim să menținem în echilibru aceste trei elemente. În dezvoltarea acestei idei, Timothy Gallwey spune că pentru a putea beneficia cu adevărat de roadele muncii noastre, este important să fim atenți la calitatea experiențelor noastre în timp ce facem ceea ce facem, la ce anume învățăm în acest timp și la cât de aproape suntem de a ne atinge scopurile. Aceste trei lucruri se află într-o oarecare interdependență. Cu cât dăm mai multă importanță calității experienței și emoțiilor noastre, cu atât mai acordați vom fi la răspunsurile și ecurile care vin din exterior. Cu cât percepem aceste reacții mai viu, cu atât știm mai bine ce trebuie să îmbunătățim pentru a ne atinge scopul. Pe măsură ce progresăm și ne atingem scopurile, reușim să ne bucurăm tot mai mult de ceea ce facem.

El propune, de asemenea, să facem o distincție între vocea critică, pe care el o numește *Sinele 1*, și persoana căreia acea voce îi vorbește, denumită de către el *Sinele 2*. *Sinele 1* este, așadar, interferența. Acesta conține prejudecăți despre cum ar trebui să fie lucrurile de fapt, spre deosebire de cum sunt. Preferă să-și formuleze judecățile normative în termeni de „ce ar trebui” și „ce nu ar trebui” să facem, impregnând trecutul cu vinovăție, iar viitorul cu pesimism. *Sinele 2* reprezintă depozitul nostru de potențial. El conține capacitățile și înclinațiile noastre naturale, dublate de asimilarea de informație și pregătire.

În încheiere am vorbit despre munca interpretului în studioul de înregistrări, atât din perspectiva implicațiilor afective și artistice, cât și a particularităților de natură organizatorică. Am descris dinamica de lucru dintre echipa de producție și interpret, precum și felul în care rolul și atribuțiile producătorului muzical diferă de la un gen muzical la altul.

Lucrarea realizează, în ansamblul ei, un parcurs de auto-verificare a propriilor repere psihologice ale interpretului legate de autenticitatea apropierei de artă și de actul scenic, dublat de câteva abordări practice împrumutate din pregătirea actorului. Perspectiva textului este în primul rând

una psihologică și, pe alocuri, filosofică. În fond, aceasta este în mare parte și natura preocupărilor lui Stanislavski în munca realizată alături de colegii și studenții săi. Argumentul principal pentru care am ales să mă concentrez pe aspectele psihologice ale relației cu procesul artistic este acela că lupta pentru autentic se duce doar în interiorul interpretului și este adesea neglijată. Nici o partitură, oricât de valoroasă ar fi, nu garantează o interpretare convingătoare și valabilă. Numai o atitudine potrivită, dublată de măiestrie tehnică și muzicală pot conduce la rezultatul dorit. Astfel că, în acest sens, lucrarea mea este și o invitație la reflecție prin lentilele câtorva teme propuse cu scopul de a realiza o frescă artistică valabilă și atrăgătoare.