

Luca Spadaro

Recitare le emozioni



Dino Audino
editore

© 2023 Dino Audino
srl unipersonale
via di Monte Brianzo, 91
00186 Roma
www.audinoeditore.it

Editor
Giovanna Guidoni

Cura redazionale
Alice Crocella
Vanessa Ripani

Stampa: Tipografia Politano – via Casilina Vecchia 147/147A, Roma
Progetto grafico e immagine di copertina: Duccio Boscoli
Finito di stampare marzo 2023

È vietata la riproduzione, anche parziale, di questo libro,
effettuata con qualsiasi mezzo compresa la fotocopia,
anche ad uso interno o didattico, non autorizzata dall'editore.

Indice

Introduzione	
Le emozioni a teatro	p. 9
Capitolo primo	
Perché studiare le emozioni a teatro?	13
Esercizio 1 – Il menu	13
<i>L'esempio di Peter Brook</i>	14
Esercizio 2 – Il vaso di Brook	15
Esercizio 3 – Definizioni	16
Capitolo secondo	
Osservare le emozioni	17
<i>Osservare le emozioni nel quotidiano</i>	17
<i>Cercatori di emozioni</i>	21
<i>Osservare le emozioni nell'arte</i>	22
Esercizio 4 – Osservare le emozioni	23
Esercizio 5 – Imitare le emozioni	24
Esercizio 6 – Le emozioni sulla tela	25
Capitolo terzo	
Tra teatro e scienza: le emozioni di base	27
Esercizio 7 – Statue emotive	27
Esercizio 8 – Prepararsi a uscire	28
<i>Le emozioni secondo Darwin</i>	28
<i>Tristezza</i>	30
Esercizio 9 – Il lutto di Darwin	32
<i>Gioia</i>	32
Esercizio 10 – I tempi della felicità	34
<i>Sorpresa e paura</i>	34
Esercizio 11 – Il gioco del killer	36
<i>Rabbia</i>	36
Esercizio 12 – Combattimenti	37
<i>Imbarazzo e vergogna</i>	38
<i>Emozioni e non-emozioni</i>	40

Capitolo quarto	
Fingere un'emozione (emozioni naturali, artificiali, artificiose)	41
<i>Si finge quando si finge?</i>	41
<i>L'esperimento della sfuriata</i>	41
<i>L'esperimento dell'equilibrio</i>	42
<i>Esistono attori insensibili?</i>	43
<i>Dal movimento all'emozione</i>	45
<i>La forma delle emozioni in scena</i>	46
Capitolo quinto	
L'attivazione	49
<i>Esercizi di rilassamento</i>	49
Esercizio 13 – Sequenze di rilassamento	51
<i>Esercizi per attivare l'attenzione</i>	53
Esercizio 14 – I cuscini di Brook	53
Esercizio 15 – I numeri di Brook	53
Esercizio 16 – Bastone multiplo	54
Esercizio 17 – Attivazioni sensoriali	54
<i>Giochi</i>	55
Esercizio 18 – Giocare	56
<i>Il flusso</i>	57
Esercizio 19 – Camminata con il cieco	57
Esercizio 20 – I vettori	57
<i>Stanislavskij gioca alle prove</i>	58
<i>Grotowski e l'impulso</i>	59
<i>Sats, l'energia sospesa di Eugenio Barba</i>	60
Capitolo sesto	
Il ritmo	61
Esercizio 21 – Una sequenza ritmica	61
Esercizio 22 – La stazione di Stanislavskij	63
Esercizio 23 – Partitura ritmica	63
Esercizio 24 – Ritmo esterno-ritmo interno	65
Capitolo settimo	
Il movimento	67
Esercizio 25 – <i>Il gabbiano</i> , atto primo, scena prima	69
<i>La qualità del movimento</i>	70
Esercizio 26 – <i>La qualità di Michail Čechov</i>	70
Esercizio 27 – <i>Qualità e come se</i>	72
Esercizio 28 – <i>Qualità del movimento e sensazioni fisiche</i>	73
Esercizio 29 – <i>La lezione di guida</i>	
<i>(creazione di una scena con qualità emotiva)</i>	74
Esercizio 30 – <i>La marionetta</i>	74
Capitolo ottavo	
La leggenda del "neutro" e le emozioni nascoste	77
Esercizio 31 – Posizione neutra e uso degli occhi	78
Esercizio 32 – In piedi, immobile	79
Esercizio 33 – Spada, cornicione, coccinella	79

Esercizio 34 – L’interrogatorio	81
<i>Le sincinesie</i>	82
Esercizio 35 – Recitare le sincinesie	84
<i>Le espressioni del volto</i>	84
Esercizio 36 – Ginnastica facciale	85
Capitolo nono	
La prossemica	89
Esercizio 37 – Occhi negli occhi	90
Esercizio 38 – La zuffa prossemica	90
Esercizio 39 – Il gabbiano in ascensore	91
Capitolo decimo	
La voce	93
<i>La voce secondo Darwin</i>	93
Esercizio 40 – Il suono delle emozioni	94
Esercizio 41 – Monologo in lingua inventata	96
Esercizio 42 – Imitazione	97
<i>Le parole</i>	97
Esercizio 43 – Lingua parlata	98
Esercizio 44 – Narrazione	98
Capitolo undicesimo	
Diderot, Brecht, Craig: il teatro “anti-emotivo”	101
<i>Diderot e l’attore intelligente</i>	101
<i>Brecht e la necessità del voto</i>	104
<i>Craig e la forma del teatro</i>	107
Conclusioni	109
Appendice di Marta Calbi	
Emozioni, corpi, teatro	111
<i>Che cos’è un’emozione?</i>	111
<i>Le principali teorie sulle emozioni</i>	112
<i>I padri fondatori: Charles Darwin e William James</i>	112
<i>L’approccio categoriale: la teoria delle emozioni di base</i>	113
<i>L’approccio dimensionale: le teorie costruzioniste</i>	115
<i>I cognitivi</i>	116
<i>I contemporanei</i>	116
<i>I neuroni specchio e la comprensione delle emozioni</i>	117
<i>Emozioni, corpi e teatro</i>	119
<i>La relazione tra attori/attrici e spettatori/spettatrici:</i>	
<i>un’indagine sperimentale</i>	120
<i>Conclusioni</i>	121
Bibliografia	123