

A Barbara e Andrea

© 2011 Lapis Edizioni
Tutti i diritti riservati

Lapis Edizioni
Via Francesco Ferrara, 50
00191 Roma
tel: +39.06.3295935
www.edizionilapis.it
e-mail: lapis@edizionilapis.it
ISBN 978-88-7874-138-6

Ideazione e progettazione di collana: Lapis Edizioni

Finito di stampare nel mese di luglio 2011
presso Genesi Gruppo Editoriale
Via R. Luxemburg, 4 - Zona Industriale
06012 Città di Castello (PG)



**ESERCIZI, STORIE
E SEGRETI DI
UN'ARTE MAGICA**



di Aurora Marsotto

illustrazioni di
Massimo Alfaioli

 **Lapis**
edizioni

Dentro al teatro

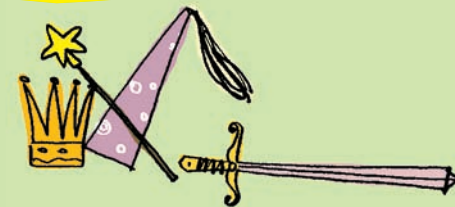
Poltroncine di velluto disposte in file ordinate, sipario chiuso sulla scena. Vi accomodate al vostro posto. Il brusio degli spettatori seduti in sala diminuisce via via che le luci si fanno più fioche. È segno che lo spettacolo sta per cominciare...

Siete su una spiaggia illuminata con fiacole e candele. Sulla sabbia, cuscini per sedersi. Il palcoscenico è allestito in riva al mare. C'è una splendida luna piena.

Dentro a una fabbrica spoglia di periferia, su una spianata montana, in una galleria d'arte, sui gradoni di un teatro antico...

...che sia tradizionale o non convenzionale, il luogo in cui si svolge uno spettacolo teatrale ha sempre qualcosa di magico, capace di avvolgervi già dall'attesa che precede la rappresentazione.

E allora cosa stiamo aspettando? Iniziamo subito il nostro viaggio alla scoperta di questo luogo così suggestivo chiamato "teatro". Siete pronti a entrare?

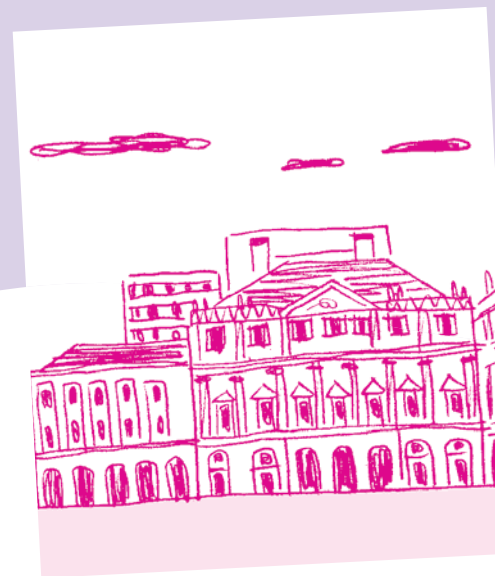


Dentro al teatro

Oggi si fa teatro anche in posti non tradizionali, ad esempio in ambienti naturali, o in luoghi chiusi come gallerie d'arte, scuole, sale polivalenti... Dipende da diversi fattori: le scelte del regista, il tipo di spettacolo, la notorietà della compagnia teatrale, ecc. Ma la maggior parte delle rappresentazioni si svolge nei teatri, che possono essere di vari tipi.



C'è l'**anfiteatro**, come l'antico teatro di Epidauro, in Grecia, o il Teatro di Siracusa, in Sicilia, dove ancora oggi d'estate si può assistere a suggestivi spettacoli. Sedersi sui gradoni di pietra è sempre emozionante!



C'è il **teatro tradizionale**, come La Scala a Milano, il San Carlo di Napoli, L'Opera a Roma, il Teatro Massimo di Palermo.

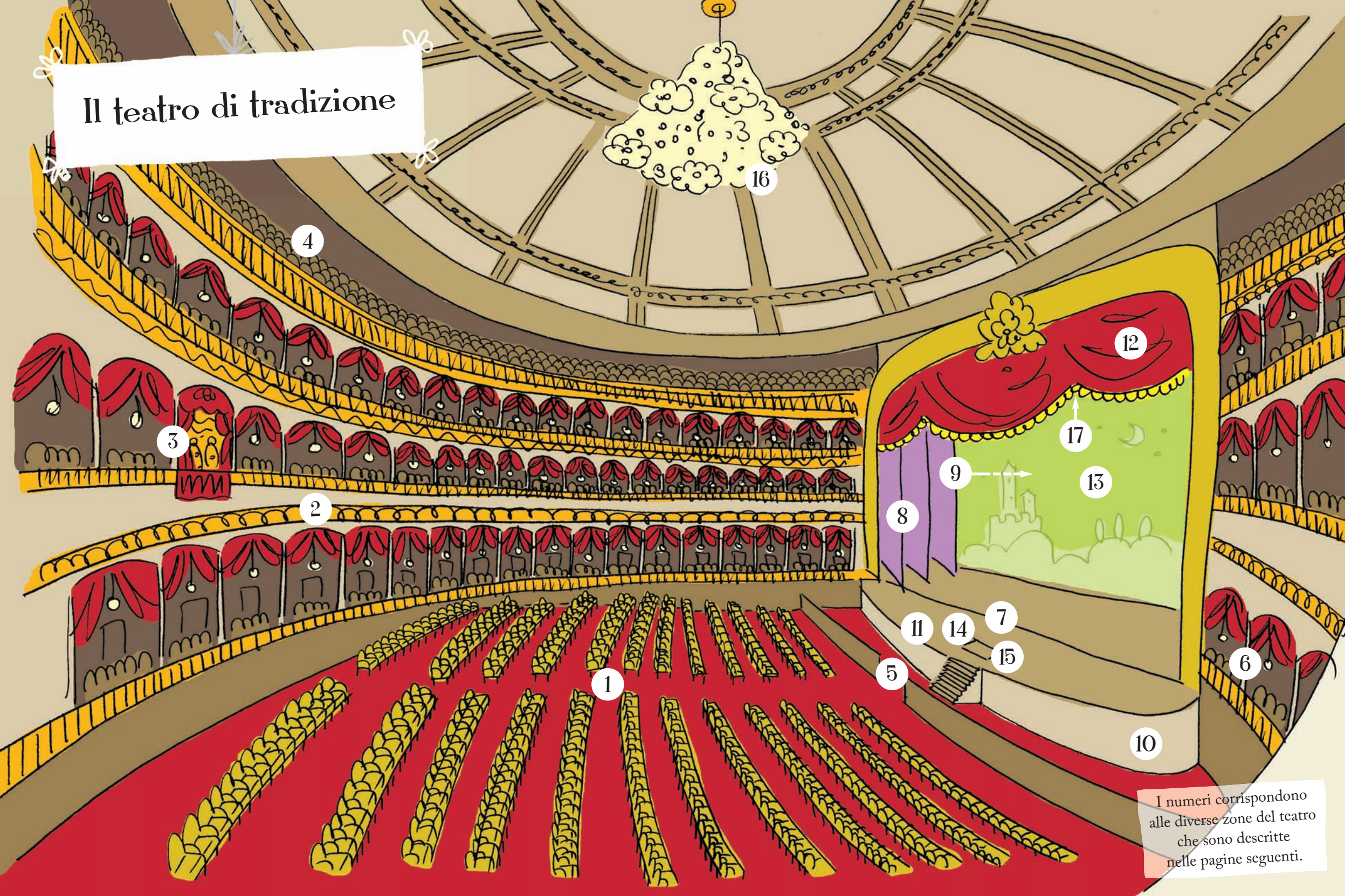
E poi ci sono i **teatri di nuova creazione** o ristrutturati, come il Teatro Regio di Torino o il Carlo Felice di Genova, dove

il vecchio modello dell'anfiteatro è stato ridisegnato. Il pubblico è posto in comodi sedili a gradinata. Sulla platea si affacciano balconi e finestre come in una vera piazza.



Per prima cosa, quindi, guardiamo più da vicino un teatro di tradizione, come in Italia ce ne sono moltissimi, e scopriamo com'è fatto.

Il teatro di tradizione



I numeri corrispondono alle diverse zone del teatro che sono descritte nelle pagine seguenti.

A scuola di recitazione

Nelle accademie di teatro gli attori imparano a recitare. Anche in queste scuole esistono le classi e i professori delle varie “materie”, che insegnano agli allievi i segreti e le tecniche di ogni disciplina. Il percorso inizia con esercizi apparentemente “semplici”, da svolgere singolarmente o in gruppo, e che servono ad acquisire una maggiore consapevolezza del corpo, dei movimenti nello spazio, della propria voce...

Ve la sentite di provare anche voi?

Allora voltate pagina: la vostra prima lezione di teatro sta per cominciare.

Buon divertimento!



Organizzarsi

LO SPAZIO

Dato che la maggior parte di questi esercizi si svolgono in gruppo, lo spazio deve essere ampio e quanto più possibile privo di oggetti che possano ostacolare i vostri movimenti. Indossate vestiti comodi e possibilmente scarpe leggere.



ESPLORIAMO LO SPAZIO

Ora sparpagiatevi in silenzio nello spazio ed esploratene ogni angolo. Dovete imparare a conoscerlo, quindi camminate nelle varie direzioni cercando di “riempirlo”. Non restate solo al centro della stanza, ma spingetevi fino alle pareti, fino a toccarle.



Il corpo



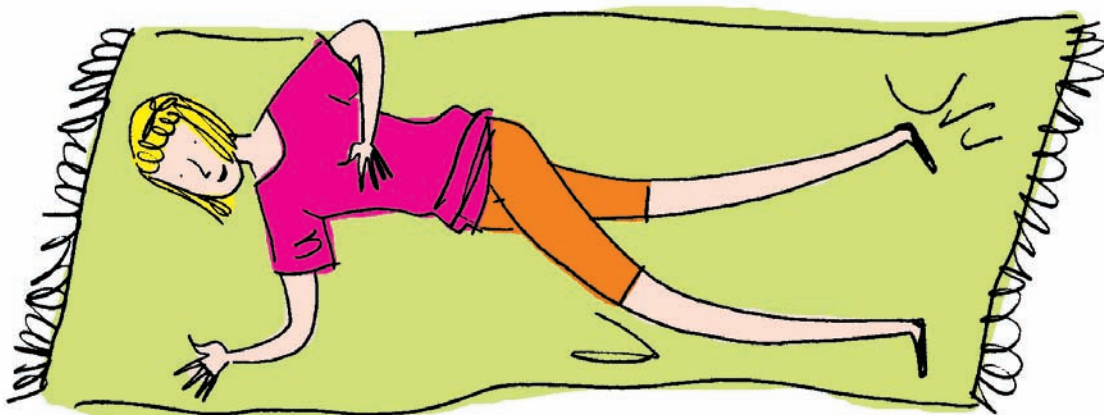
Il corpo è il principale mediatore delle nostre emozioni. Quando siete nervosi perché l'insegnante sta per interrogare, il vostro corpo reagirà facendovi agitare ansiosamente le gambe sotto il tavolo, alcuni inizieranno a mangiarsi le unghie o a guardare a terra, altri contrarranno i muscoli cercando di mantenere la calma... Ognuno reagisce in maniera diversa alle proprie emozioni e il corpo esprime ciò che proviamo in modi diversi a seconda della personalità di ognuno. Ora si tratta di scoprire di cosa sia capace il vostro corpo, cioè quali sono le sue *potenzialità espressive*.



Laura Pasetti, insegnante di recitazione, ci suggerisce questi tre facili esercizi per cominciare la vostra lezione di teatro:

1. L'onda del mare

Sdraiatevi a terra e immaginate di essere qualcosa di completamente diverso da voi, dal vostro corpo. Immaginate di essere ACQUA: respirate seguendo un ritmo ben preciso che sarete voi a scegliere lasciandovi ispirare dall'elemento che state rappresentando. Adesso, seguendo il ritmo del vostro respiro, rotolatevi da una parte e dall'altra, come un'onda sulla spiaggia.



2. Lo specchio

In coppia, uno di fronte all'altro: uno dei due è lo specchio e riflette perfettamente ciò che l'altro fa. Ogni gesto, ogni inclinazione del corpo, della testa e delle spalle del vostro compagno devono essere riprodotte

fedelmente e stando attenti alle simmetrie. Giocate così per qualche minuto, poi invertite i ruoli.

3. Uno alla volta

Sparpagliatevi nella stanza e fate silenzio. La regola di questo esercizio è semplice: ognuno di voi dovrà muoversi nella stanza come preferisce. Potete per esempio saltare o fare dei semplici passi.

L'importante è che lo facciate *uno alla volta*. Dovete rendervi conto da soli quando è il momento giusto per muovervi: osservate i vostri compagni per captare le loro intenzioni, cercate di non muovervi tutti insieme ma lasciate il tempo alla persona che si è mossa prima di voi di concludere la sua azione.



Ringraziamo la maestra Pasetti per i suoi suggerimenti e passiamo a qualche altro esercizio:

Avanti, Marsch!

Come camminerà il vostro personaggio? Avrà la vostra stessa andatura? Oppure una completamente diversa? Allenatevi a camminare nello spazio.

Avete a disposizione 5 “marce”:

marcia 1: lentissima, per fare un passo potreste impiegare anche 20 secondi...

marcia 2: camminata lenta

marcia 3: velocità “normale”, quella a cui abitualmente vi muovete

marcia 4: veloce, passo ampio

marcia 5: velocissima, frenetica



Occupate tutto lo spazio ma state attenti a non scontrarvi con i vostri amici. Camminate a modo vostro, poi come un ubriaco, come una scimmia, come una persona con il mal di schiena, come chi ha appena fatto 13 al totocalcio... Oppure immaginate di camminare sulla neve, sulla sabbia, nel fango, su un pavimento insaponato.

Cammino come te!

Ora provate a imitare l'andatura di un vostro compagno: osservatelo camminare da tutte le angolazioni e memorizzate i suoi gesti, l'inclinazione del busto, il ritmo a cui si muove. Mettetevi dietro di lui e cercate di eseguire gli stessi movimenti. Poi provate da soli, dapprima alla velocità del vostro compagno, poi sperimentando tutte le altre “marce”!



Stop and go

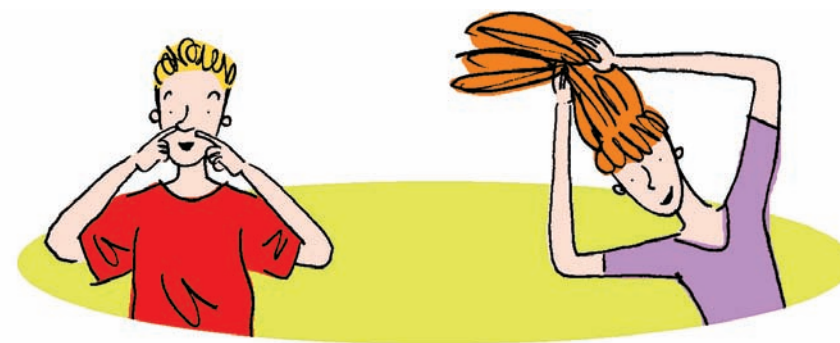
Camminate nello spazio a varie velocità. Ogni tanto fermatevi di colpo e restate immobili come delle statue di marmo. Poi cambiate drasticamente direzione, muovendo gli occhi e la testa prima del resto del corpo.



Tic

Trovate un gesto che vi rappresenta, qualcosa che fate normalmente durante la giornata, una sorta di tic. Ripetete quel gesto stando attenti a percepire ogni piccolo movimento del vostro corpo. Ripetetelo ancora, ma con una velocità 1, cioè lentissimamente. Dovete scomporlo in tanti micro-gesti che messi insieme formino il gesto completo.

Poi eseguitelo a una velocità 4 e poi... esasperatelo: trasformatelo in un altro gesto simile ma diverso. Se, per esempio, il vostro gesto consiste nell'arricciarvi i capelli attorno al dito, potreste prendere la vostra chioma con entrambe le mani e contorcerla su se stessa.



Osservare i passanti

Questo esercizio è divertentissimo. Fermatevi in strada, anche davanti alla scuola, e osservate bene i passanti. Puntate la vostra attenzione su una o due persone che vi colpiscono in maniera particolare e cercate di captare un loro gesto o atteggiamento tipico. Poi, a casa, ripetetelo. Oppure, in classe, osservate bene i vostri compagni per trovare il gesto tipico di ognuno e poi divertitevi a imitarli.

