

ΑΥΤΟΣΧΕΔΙΑΣΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ

Εργαστήρια Θεατρικής Γραφής & Παράστασης
μέσα από την τεχνική των Θεατρικών Αυτοσχεδιασμών

*Ο κόσμος ολόκληρος είναι ένα θέατρο
κι εγώ έχω μια θέση στη σκηνή, που μου ανήκει*

Ο Θεατρικός Αυτοσχεδιασμός

Ο Θεατρικός Αυτοσχεδιασμός είναι η ίδια η ζωή. Η μαγεία του αυτοσχεδιασμού βρίσκεται μέσα μας. Είναι αυθορμητισμός, είναι η μη προσχεδιασμένη δημιουργία. Είναι ο τρόπος που ζούμε μια στιγμή της καθημερινότητας, με τη συμμετοχή σκέψης – συναισθήματος – κίνησης: από τη στιγμή που θα γεννηθούμε, δρούμε και αντιδρούμε αυτοσχεδιάζοντας.

Βοηθά τον άνθρωπο να ανακαλύψει έναν εαυτό άγνωστο μέχρι τότε. Αναδεικνύει ικανότητες, καλλιεργεί δεξιότητες, απελευθερώνει τη φαντασία και τη δημιουργικότητα, αποκαλύπτει τον πλούτο του καθενός που δεν ήξερε ότι υπάρχει μέσα του.

Τον βοηθά να ανακαλύψει και τον Άλλο, αυτόν που μαζί του δημιουργεί την πραγματικότητα στην οποία ζει. Είναι σχέση, είναι διάλογος και αλληλεπίδραση – ρητή ή άρρητη – κι έτσι ο άνθρωπος μαθαίνει να εκτιμά και να σέβεται τον εαυτό του, αλλά και τον Άλλο.

Ο καθένας είναι ελεύθερος να συμμετέχει στους Αυτοσχεδιασμούς με όποιο τρόπο θέλει, ενεργά ή ακόμη και με τη σιωπή. Ό,τι και αν επιλέξει, ο ρόλος του καθορίζει το συλλογικό έργο. Κι έτσι συνειδητοποιεί ότι κάποιο ρόλο έχει σ' αυτή τη ζωή κι ότι αν δεν υπήρχε, ο κόσμος θα ήταν κατά τι διαφορετικός. Και ταυτόχρονα συνειδητοποιεί βιωματικά ότι όλα τον αφορούν και σε όλα συμμετέχει. Κανείς δεν είναι άμοιρος της συνθήκης που ζει, την συγκατασκευάζει με τους άλλους, ενεργά ή παθητικά.

Ο Θεατρικός Αυτοσχεδιασμός δεν απαιτεί κάποια ειδική δεξιότητα. Χρειάζεται μόνο διάθεση για συνεργασία και επικοινωνία, και απόφαση να διευρύνει κανείς το νου του, να πειραματιστεί με τον εαυτό του και με τον Άλλο και να αποφύγει την προσπάθεια να είναι κάτι ιδιαίτερο. Αρκεί να είναι ο εαυτός του ολόκληρος.

Έτσι, μέσα από τον Θεατρικό Αυτοσχεδιασμό, ο εαυτός γίνεται γνώριμος, πολύτιμος, άξιος προστασίας και σεβασμού. Κι ο Άλλος γίνεται απαραίτητος σύντροφος, γιατί και η ζωή είναι ένα μεγάλο θέατρο, όπου ο ρόλος του καθενός επηρεάζει τον ρόλο των άλλων, αλλά και το συλλογικό αποτέλεσμα.

«Τι σημαίνει «πραγματικό πρόσωπο»; Πραγματικό πρόσωπο είναι αυτό που είναι ανοιχτό σε κάθε κομμάτι του εαυτού του, αυτό που έχει ερευνήσει τόσο τον εαυτό του, ώστε να μπορεί να διευρύνει το σώμα του, την αντίληψή του, τα συναισθήματά του, με τρόπο που να μην αφήνει κανένα από τα κανάλια αυτά παρεμποδισμένο» (Μπρουκ, 1987).

Η δύναμη της Γραφής

«Η φωνή της γραφής σας είναι ο βαθύτερος δυνατόν αναστοχασμός για το ποιοι είστε» (Μεγκ Ροσόφ). Και «Κάθε ιστορία που δημιουργώ, με δημιουργεί. Γράφω για να δημιουργήσω τον εαυτό μου» (Οκτάβια Μπάτλερ).

Σαφής στόχος της γραφής είναι να γνωρίσεις καλύτερα τον εαυτό και την πρακτική σου. Η ενίσχυση της αυτογνωσίας και φροντίδας του εαυτού είναι ζωτικό κομμάτι της αρχής του αυτοσεβασμού.

Αυτό πηγάζει από την μαγική ποιότητα της ανθρώπινης ικανότητας να χρησιμοποιεί τη γλώσσα. Κατακτώντας, λοιπόν, τη γλωσσική ικανότητα, γινόμαστε αυτόματα ειδικοί στην αφήγηση. Η γραφή είναι από τα σημαντικότερα είδη αφήγησης. Όταν γράφουμε για τον εαυτό, βγαίνουν ακριβώς αυτές οι φωνές των «δικτύων», στα οποία ζήσαμε και που μας δημιούργησαν. Η γραφή μας βάζει σε συνδιαλλαγή με αυτές και αυτό-προσδιοριζόμαστε, ως προς εμάς και στη σχέση μας με τους άλλους.

«Αφηγούμενοι την καθημερινότητα, συνθέτουμε τα κομμάτια της ταυτότητάς μας και δημιουργούμε την ιστορία μας ως άτομα και κοινωνικές ομάδες» (Σμάρω Μάρκου).

Το πιο ουσιαστικό χαρακτηριστικό της Γραφής είναι ο χρόνος. Ο χρόνος που αποφασίζουμε να αφιερώσουμε στον εαυτό μας. Αλλά και ο χρόνος που σταματάει: οι λέξεις που γράφονται, αιχμαλωτίζονται και μας δίνουν τη δυνατότητα να τις ξαναεπισκεφτούμε και να τις επανερμηνεύσουμε κάποια άλλη στιγμή στο μέλλον.

Η γραφή είναι από μόνη της αναστοχασμός.

Η αυθόρμητη γραφή συμβαίνει μετά από ένα θεατρικό αυτοσχεδιασμό. Είναι ένας αναστοχασμός από τη θέση του παρατηρητή. Μια αφήγηση μιας στιγμής της ζωής, από την οπτική γωνία που τη βλέπουμε τη συγκεκριμένη χρονική στιγμή. Είναι αφήγηση μιας ιστορίας μέσα από τη σχέση και τον διάλογο, έτσι όπως την έζησε κανείς στον Αυτοσχεδιασμό.

Η γραφή δίνει στον καθένα τη δυνατότητα και τον χρόνο να αναλογιστεί την πράξη του ίδιου και την αλληλεπίδραση με τους άλλους. Κι έτσι ρίχνει φως στους χαρακτήρες και φανερώνει τις εσωτερικές διεργασίες του καθενός.

«Η γραφή είναι ουσιαστικά μία πράξη μέσα σε μια σχέση. Είναι μέσα στη σχέση που η γραφή αποκτά το νόημα και τη σημασία της, και ο τρόπος της γραφής μας ταυτόχρονα προσκαλεί συγκεκριμένες μορφές σχέσης, ενώ αποθαρρύνει ή καταστέλλει άλλες» (Γκέργκεν).

Η Θεατρική Παράσταση

«Είναι μέσω του διαλόγου και της συνάντησης με άλλους που είμαι πιο ολοκληρωμένα ο εαυτός μου» (Ν. Μάντισον).

Η Τέχνη ήταν από την αρχαιότητα και συνεχίζει να είναι θεραπευτική: συναθροίζει τους ανθρώπους σε ένα συγκεκριμένο τόπο και χρόνο, εμπλουτίζει την αίσθηση του ανήκειν, ενισχύει τον διάλογο και το μοίρασμα, κι ο καθένας φεύγει με μια αίσθηση πληρότητας και ελευθερίας που τον ενεργοποιεί. Επιπλέον, η Τέχνη είναι χαρά, ξεμπλοκάρει την έμφυτη ικανότητα του ανθρώπου για φαντασία, δημιουργία και όνειρο.

Το θέατρο ωθεί «το παιδί μέσα μας να στέκεται στις μύτες των ποδιών για να κοιτάξει πάνω απ' τον τοίχο. Μας ωθεί προς το σημείο εκείνο που δεν μπορούμε να φτάσουμε» (Ε.Μπάρμπα).

Η παράσταση είναι μια στιγμή της ανθρώπινης ιστορίας, της καθημερινής ιστορίας απλών ανθρώπων. Έτσι οι άνθρωποι συνδέονται, αισθάνονται μέλη μιας κοινότητας, ιστορικά όντα, με δυνατότητα δράσης και αίσθημα ευθύνης.

Όπως διευκρινίζει ο Πόλλοκ, «Τα επιτεύγματα της προφορικής Ιστορίας υποδηλώνουν μία μεταμοντέρνα Ιστορία, που δημιουργείται από μικρές ιστορίες ή, όπως τις αποκαλεί ο Λυοτάρ, «μικρές συνταγές»: η ιστορία απαλλαγμένη από τις φιλοδοξίες για μια «κυρίαρχη αφήγηση», η ιστορία σαν ένα κάπως λιτό κάλυμμα πολλών φωνών και τοπικών ελπίδων...».

Κλείνουμε με μια φράση του Αντονέν Αρτώ, που εμπνέει όλη αυτή τη δουλειά:

«Πρέπει να πιστέψουμε σε μια αίσθηση ζωής ανανεούμενη από το θέατρο, μια αίσθηση ζωής μέσα στην οποία ο άνθρωπος γίνεται άφοβα κυρίαρχος πάνω σε κάθε πράγμα αδημιούργητο ακόμη, και προκαλεί τη γέννησή του».

Ιουλία Μπαλάσκα

Δημιουργός Μεθόδου Αυτοσχεδιαστικού Θεάτρου

Εκπαιδεύτρια & Συντονίστρια Εργαστηρίων