

Obecni ciałem

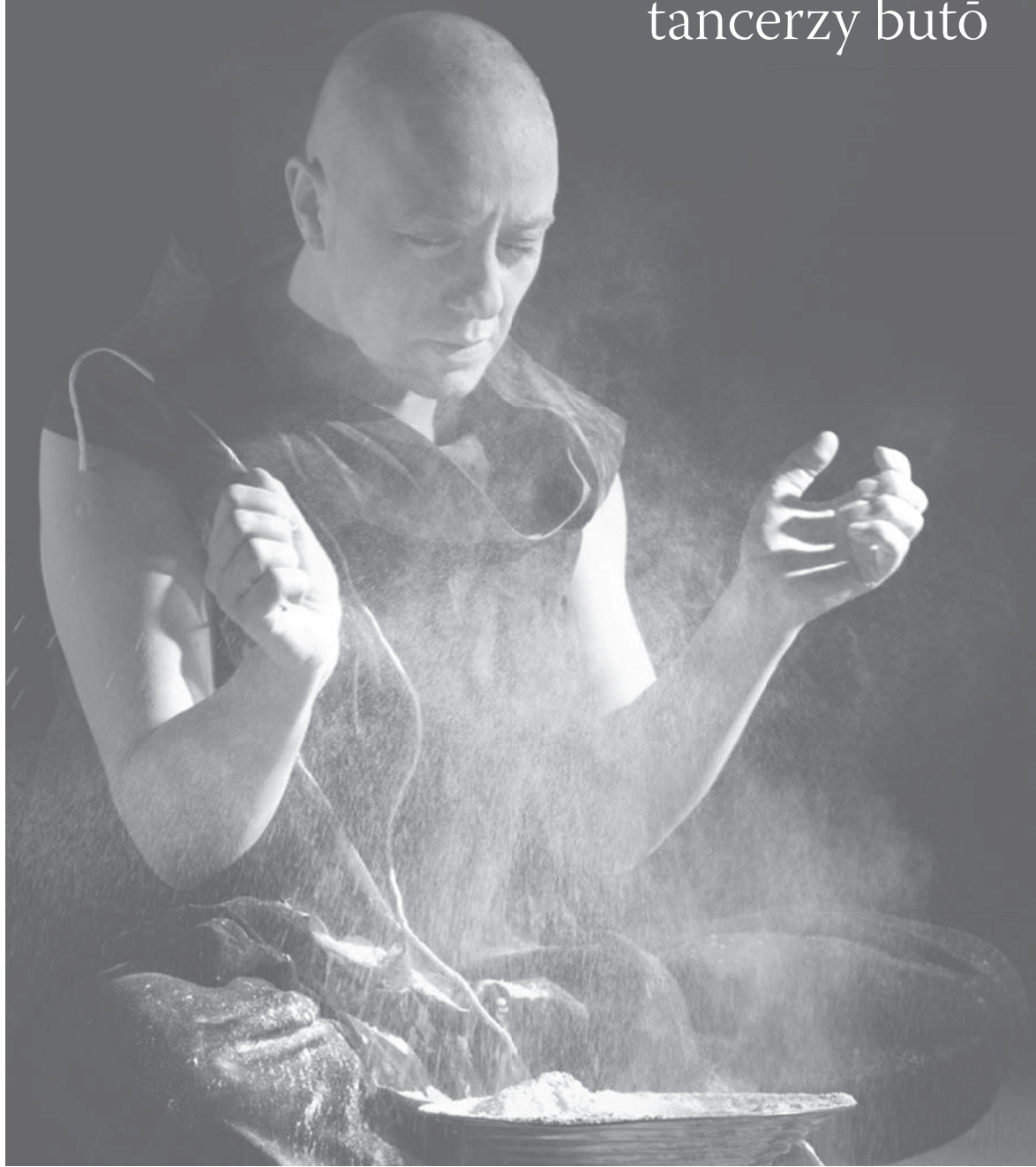
Warsztat polskich
tancerzy butō



Magdalena Zamorska

Obecni ciałem

Warsztat polskich
tancerzy butō



© Copyright by Magdalena Zamorska & Wydawnictwo LIBRON
Kraków 2014

ISBN 978-83-64275-65-4

Recenzenci:
prof. dr hab. Mirosław Kocur
prof. dr hab. Dariusz Kosiński

Redakcja: Zuzanna Bochenek
Korekta: Elżbieta Krok
Projekt okładki, skład: Joanna Bizior

Fotografia na okładce: Sylwia Hanff, *8 pustyni*, fot. Arkadiusz Rączka

instytut muzyki i tańca



Pierwsze wydanie publikacji pt. „Obecni ciałem. Warsztat polskich tancerzy buto”
zostało zrealizowane we współpracy z Instytutem Muzyki i Tańca w ramach
„Programu wydawniczego 2014”



Wydawnictwo LIBRON – Filip Lohner
al. Daszyńskiego 21/13
31-537 Kraków
tel. 12 628 05 12
e-mail: office@libron.pl
www.libron.pl

Spis treści

Podziękowania	7
Wstęp	11
ROZDZIAŁ PIERWSZY. BUTŌ	21
Przednowoczesne elementy butō	25
Tatsumi Hijikata. Struktura	33
Kazuo Ōno. Improwizacja	40
Konteksty. Taniec, sztuka performansu, teatr fizyczny	41
Transkulturowość butō	46
ROZDZIAŁ DRUGI. WARSZTAT BUTŌ	49
Butō jako sposób tworzenia siatki połączeń nerwowych (Kayo Mikami)	52
Butō jako droga do <i>subbody</i> (Rhizome Lee)	54
Butō jako metoda poszukiwań psychosomatycznych (Toshiharu Kasai)	56
Butō jako proces alchemiczny (Sondra Horton Fraleigh)	62
Polskie badaczki warsztatu butō	64
ROZDZIAŁ TRZECI. BUTŌ W POLSCE	67
Paweł Dudziński. Rytuał intuitywny	71
Justyna Jan-Krukowska. Uwrażliwianie sensoryczne	81
Sylwia Hanff. Przekraczanie kodu ciała	89
Krzysztof Jerzak. Doświadczenie szczytowe	100
Teatr Amareya. Ciało w kryzysie	111
Tomasz Bazan. Formy prowadzenia ciała	124
Aleksandra Capiga-Łochowicz. Archeologia ciała	139
TO-EN. Ciało przyjmujące materię	151
Irena Lipińska. Choreografowanie improwizacji	158
Katarzyna Żejmo, Iwona Wojnicka, Miho Iwata i Rui Takayuki Ishihara	168

ROZDZIAŁ CZWARTY. CIAŁO	195
ROZDZIAŁ PIĄTY. PROCES TRENINGOWY	207
Intro	209
Trening wytrzymałości	210
Trening uważności	213
Obecność totalna	215
Podążanie	219
Pamięć ciała	220
Zmiany somatosensoryczne	222
Treści abiektralne	224
Wcielanie	228
<i>Butō-fu i omoi</i>	228
Ideokineza	232
ROZDZIAŁ SZÓSTY. TRANSFORMACJA TANCERZA I WIDZA	237
Performatywność treningu	240
Współdoświadczenie	245
Empatia neurobiologiczna	246
Podsumowanie i wnioski	249
Aneks 1. Terminy	253
Aneks 2. Biogramy osób wymienionych w tekście	265
Aneks 3. Spektakle polskich tancerzy butō	273
Bibliografia	283
Summary	301

Podziękowania

Podstawę niniejszej książki stanowiła moja dysertacja doktorska, którą obroniłam na Uniwersytecie Wrocławskim w kwietniu roku 2012. Jej promotorem był profesor Mirosław Kocur, któremu bardzo dziękuję za opiekę naukową i wsparcie. Chciałabym również podziękować recenzentom, profesor Annie Grzegorzcyk z Uniwersytetu Adama Mickiewicza w Poznaniu oraz profesorowi Dariuszowi Kosińskiemu z Uniwersytetu Jagiellońskiego, za przychylne opinie oraz wiele bardzo trafnych i przydatnych uwag.

Ważnym elementem procesu badawczego był nie tylko mój udział w warsztatach tańca butō, ale przede wszystkim długie i wyczerpujące wywiady z polskimi artystami, którzy w swojej praktyce twórczej zwrócili się ku tej formie artystycznej. Dziękuję im za otwartość, poświęcony mi czas i gotowość do dzielenia się swoimi doświadczeniami i wiedzą.

I w końcu praca ta nie powstałaby bez wsparcia osób bliskich, za które równie gorąco dziękuję Marcinowi, Rodzicom i Bratu.

Książka została wydana dzięki funduszom Instytutu Muzyki i Tańca w Warszawie.

Jest naprawdę wolny, bowiem jest w pełni dzieckiem teraźniejszości. Żyje z momentu na moment, bierze życie, jakim jest, i godzi się z każdym jego przejawem. Żyje tak dokładnie w duchu tego, co Tu i Teraz, że unika miazdzącego ciężaru Czasu i Przestrzeni. [...] jest w stanie osiągnąć przedziwną duchowość eterycznego rozproszenia, które zdaje się mieścić w sobie sylwety Czasu i Przestrzeni, nie poprzez próżne sięganie po wieczność czy nieskończoność, lecz przez rozbicie ich na niezliczoną ilość atomów i łączenie się po kolei z każdym z nich w miarę ich przepływu. Rezultatem jest osiągnięcie panteistycznego wytchnienia, jednocześnie immanentnego i transcendentnego – jak ryba nieruchomo spoczywająca na grzbiecie fali bądź ptak, co daje odpoczynek swym skrzydłom niesiony prądem powietrza, wznoszący się i opadający w harmonii ze zmianami ciśnienia atmosferycznego. W oczywistej nieruchomości pozycji jest pewna elastyczność, która sprawia, że słowo statyczny jest zupełnie nieodpowiednie do opisu subtelných związków tam zachodzących.

Lin Tung-chi (1988: 12–13; o taoistycznym pustelniku)

Wstęp

Rok 1989 stanowi ważną cezurę. Zmiana systemu politycznego przyniosła daleko idące przeobrażenia w obrębie sztuk wizualnych i performatywnych. Taniec *butō* pojawił się w praktyce polskich artystów jako jeden z przejawów fermentu artystycznego towarzyszącego przemianom politycznym.

Po pierwsze, na terenie sztuk wizualnych wykształcił się najważniejszy kierunek artystyczny lat dziewięćdziesiątych, czyli sztuka krytyczna (por. Kowalczyk 2000, 2006; Piotrowski 1999).

Z pewnością ten nurt w sztuce polskiej można powiązać z nurtami, które pojawiły się już wcześniej i rozwijały się w tym samym czasie w Stanach Zjednoczonych i na Zachodzie Europy. Chodzi o takie zjawiska, jak „post-modernizm oporu”, „sztuka ciała” czy *object art* (Kowalczyk 2006: 1).

Artyści tworzący w tym nurcie performatywnie używali swoich ciał, będących równocześnie podmiotem i przedmiotem (tworzywem) działań artystycznych. Za ich pośrednictwem w świadomości publicznej zaistniał radykalny *body art* wraz z zagadnieniem dyscyplinowania ciała za pomocą matryc kulturowych. Piotr Piotrowski określił sztukę krytyczną jako taką, która „wytrąca nas z automatyzmu patrzenia i myślenia” (Piotrowski 1998).

Automatyzm posługiwania się ciałem stanowił także przedmiot artystycznej interwencji Tatsumiego Hijikaty, twórcy gatunku *butō*, który powstał w Japonii czterdzieści lat wcześniej, również na fali gwałtownych przemian społeczno-politycznych. Hijikata odnosił się krytycznie do ówczesnych trendów panujących na japońskiej scenie tańca artystycznego – do prób odtwarzania modelu tańca współczesnego „importowanego” z Zachodu – ale równocześnie wykorzystywał nowe formuły sztuki zachodniej (*happening* i sztukę performansu) ze szczególnym uwzględnieniem sztuki

ciała. Należy podkreślić, że podobne tendencje można zaobserwować u innych artystów japońskiej sztuki tamtego okresu, chociażby w działaniach grupy Gutai. Taniec *butō*, choć zaadaptowany z innego kręgu kulturowego, doskonale się wpisał w nurt somatyzacji obecny w polskiej sztuce lat dziewięćdziesiątych.

Po drugie, na przełomie XX i XXI wieku w Polsce zaczął się rozwijać nowy nurt tańca współczesnego (por. Grabowska, Szymajda 2009). Jego reprezentanci, odżegnując się od estetyki teatru tańca, rozpoczęli własne formalne i koncepcyjne poszukiwania, inspirując się często tańcem *postmodern*, minimalistycznym, fizycznym, conceptualnym i krytycznym. Wcześniej eksperymentalne metody scenicznego posługiwania się ciałem wypracowywano w Polsce jedynie w ramach poszukiwań prowadzonych w niezależnych laboratoriach teatralnych¹. W 2004 roku narodziła się jedna z ważniejszych inicjatyw tanecznych, Alternatywna Akademia Tańca, cykliczny program, dzięki któremu młodzi polscy tancerze mogą poznawać nowe metody choreograficzne i taneczne podczas coachingów z uznanymi choreografami z całego świata. Równocześnie po wstąpieniu Polski do Unii Europejskiej (2004) pojawiła się możliwość studiowania tańca i choreografii za granicą. Dwa lata później powstał Solo Projekt, jeden z najważniejszych w Polsce programów rezydencyjnych oferujących wsparcie finansowe i zaplecze eksperymentującym przedstawicielom sztuki tańca. Obydwa projekty są do tej pory realizowane przez Stary Browar Nowy Taniec² w Poznaniu pod kuratelą Joanny Leśnierowskiej. Dwoje polskich tancerzy zajmujących się *butō*, Tomasz Bazan (2008) i Irena Lipińska (2011), to stypendyści Solo Projektu.

Wspomniane przemiany doprowadziły do otwarcia granic (także mentalnych) na wpływy z wielokulturowego, zglobalizowanego świata. Zaczęto zapraszać do kraju różnych choreografów i tancerzy. Dzięki temu również osoby zainteresowane tańcem *butō* mogły zacząć poznawać to zagadnienie nie tylko poprzez studia teoretyczne, ale również dzięki praktyce warsztatowej.

Po trzecie, w ostatniej dekadzie XX wieku popularność zyskały angażujące ciało i umysł pozaeuropejskie praktyki i techniki rozwojowe, a Polskę zaczęli

¹ Np. w Teatrze Laboratorium Jerzego Grotowskiego we Wrocławiu.

² <http://www.starybrowarnowytaniec.pl> [15.07.2011].

odwiedzać nauczyciele medytacji, jogi, sztuk walki i prowadzili warsztaty – prężnie rozwijającą się od lat dziewięćdziesiątych formę niezinstytucjonalizowanej edukacji w zakresie pracy z ciałem. Równocześnie pojawiły się artykuły i pozycje książkowe dotyczące terapeutycznych praktyk somatycznych oraz terapii ruchem (np. technika Alexandra, zasady Bartenieff, *Body Mind Centering*, metoda Feldenkraisa, ideokinezyjologia), a w ślad za nimi – trenerzy różnych technik i metod. W efekcie polscy artyści uzyskali dostęp do wielu *mind-body disciplines* (por. Nancy 1999): zarówno pozaeuropejskich dyscyplin pracy z ciałem-umysłem, jak i dokonań dwudziestowiecznych zachodnich teoretyków i praktyków pracy z ciałem.

Taniec butō stał się częścią praktyki polskich artystów na początku XXI wieku dzięki (1) popularności sztuki krytycznej osławiającej widza z performansem nienormatywnych ciał, (2) rozwojowi eksperymentalnych form tańca współczesnego, związanemu z dostępem do międzynarodowych laboratoriów technik tanecznych i choreograficznych, a także (3) popularności dalekowschodnich i zachodnich technik oraz metod pracy z ciałem i umysłem.

Zaintrygował mnie transkulturowy potencjał tego gatunku, który ujawnia się w uniwersalności psychosomatycznego treningu. Istotę butō stanowi poszukiwanie ciała pierwotnego, „nieskażonego kulturą”, w którym na kolejnych etapach procesu twórczego zakotwicza się obrazy mentalne.

Uważam, że estetyka kojarzona z butō, czyli „krok na wykrzywionych w pałąk nogach, groteskowe grymasy, ciało pomalowane na biało oraz wywrócone białka oczu” (Capiga 2009: 46), nie jest warunkiem *sine qua non* tego gatunku tańca. Tak zwana estetyka butō nie pojawia się w wyniku reprodukcji zapożyczonych estetycznych wzorów, ale jest w dużej mierze efektem ubocznym określonych doświadczeń i treści uruchamianych podczas treningu. A zatem istotę butō stanowi specyficzny sposób pracy z ciałem-umysłem. Wiąże się on z zastosowaniem technik służących zmianie percepcji siebie i otoczenia, jak również z praktykami wydobywania z pamięci ciała lub ucieleśniania specyficznych treści/obrazów.

Ponieważ w procesie badawczym próbowałam zrozumieć i opisać fenomen polskiego butō oraz skonstruować model treningu stosowanego przez polskich tancerzy, przedmiotem badań uczyniłam nie performanse taneczne, ale „formy pracy z ciałem”, techniki pozwalające wywołać (lub przywołać) u tancerza specyficzne doznania oraz stany ciała i umysłu. Trening i proces twórczy, podczas których tancerzowi nie towarzyszy widz, określam mianem

performansu prywatnego, niewymagającego obecności widza – proces autotransformacji uważam za rodzaj performansu³.

Badany przeze mnie performans prywatny butō odgrywa fundamentalną rolę zarówno w późniejszym tematyzowaniu spektakli, jak i w tworzeniu się wspomnianej wcześniej specyficznej estetyki. Trudno jednak gatunek ten analizować w kategoriach klasycznej estetyki, rozumianej jako dziedzina nauki, której przedmiot stanowi tzw. sytuacja estetyczna (por. Gołaszewska 1985), a elementami analizy estetycznej są artysta (twórca), proces twórczy, dzieło sztuki, odbiorca, proces percepcji sztuki oraz wartości estetyczne. Ponieważ istotą butō jest proces, obejmujący twórcę/dzieło/odbiorcę, zdecydowanie bardziej użyteczna i adekwatna wydaje się analiza prowadzona z perspektywy estetyki performatywności Eriki Fischer-Lichte. W ujęciu autorki odbiorca zamiast się dystansować, uczestniczy w procesie twórczym również na poziomie fizycznym i biologicznym. Wykształcona przez tancerzy butō na etapie performansu prywatnego umiejętność modyfikowania stanów fizjologicznych, motorycznych, afektywnych i energetycznych (por. Fischer-Lichte 2008a: 67) pozwala już na etapie performansu publicznego (spektaklu, scenicznej improwizacji) oddziaływać bezpośrednio na ciała fenomenalne widzów. Dzięki empatii neurofizjologicznej proces transformacji wewnętrznej tancerza staje się udziałem widza.

Książka *Obecni ciałem. Warsztat polskich tancerzy butō* stanowi podsumowanie trwającego trzy lata projektu badawczego. Przedmiotem moich badań były techniki butō wpisane w kontekst praktyk cielesno-umysłowych stosowanych przez polskich tancerzy. Nie analizowałam problemu transferu gatunku, który można uznać za silnie zakorzeniony kulturowo. Interesowała mnie natomiast to, jak polscy artyści rozumieją i definiują butō, a także jakie praktyki psychofizyczne oraz techniki butō (np. *zero walk*, praca z *butō-fu*, obrazami mentalnymi) wykorzystują. Za kluczowy uważam wgląd w funkcjonowanie ciała i umysłu uzyskiwany podczas bardzo specyficznego treningu,

³ Bliższe jest mi prezentowane przez Jona McKenziego rozumienie performansu jako rodzaju działania/procesu związanego ze skutecznością, wydajnością i sprawnością niż szeroka, ale zakorzeniona w perspektywie teatralnej/widowiskowej analiza zagadnienia przeprowadzana przez Richarda Schechnera w ramach performatyki. Z tego samego powodu „performatywność” Eriki Fischer-Lichte próbuję w dalszej części pracy „przepisać na nowo”, interpretując stosowane przez nią kategorie w kontekście treningu, czyli nie-przedstawienia.

który poznałam podczas wielu przeprowadzonych przeze mnie wywiadów i którego doświadczyłam, uczestnicząc w warsztatach.

Używam określeń „polscy tancerze butō” lub „polscy butocy” (*butō-ka*, osoba praktykująca butō), mając na myśli tych artystów, którzy w swojej pracy twórczej korzystają z technik charakterystycznych dla butō, co łączy się zwykle z odbyciem warsztatowej praktyki pod okiem tancerza butō o ugruntowanej praktyce. Polscy artyści od końca lat dziewięćdziesiątych mieli okazję intensywnie uczestniczyć w warsztatach tej metody, przyswajając sobie zasady pracy z ciałem-umysłem i przygotowując pierwsze spektakle, jak również ucząc kolejne generacje tancerzy.

Tatsumi Hijikata, jeden z dwóch twórców butō (drugim jest Kazuo Ōno), oraz jego uczniowie podkreślali odmiennność japońskiego ciała. Dlatego, stawiając sobie za cel zbadanie praktyki butō „osadzonej” w niejapońskim ciele, nie uwzględniłam działań twórczych Japończyków żyjących w Polsce, takich jak Miho Iwata czy Rui Takayuki Ishihara. Nie objęłam też badaniami interesującej działalności warsztatowej i artystycznej Katarzyny Żejmo, adeptki założonej przez Rhizome’a Lee Subbody Resonance Butoh School Himalaya w Indiach Północnych, ponieważ etap badań wstępnych zakończyłam, zanim artystka rozpoczęła swoją aktywność warsztatowo-artystyczną w Polsce. Nie pojawia się w mojej pracy również rozdział poświęcony Iwonie Wojnickiej, która obecnie zajmuje się głównie animowaniem działań warsztatowo-scenicznych. Bohaterami tej książki są więc Paweł Dudziński, Justyna Jan-Krukowska, Sylwia Hanff, Krzysztof Jerzak, Teatr Amareya (Katarzyna Julia Pastuszek, Agnieszka Kamińska, Aleksandra Śliwińska), Tomasz Bazan (Teatr Maat Projekt), Aleksandra Capiga-Łochowicz, TO-EN (Anna Brałkowska) i Irena Lipińska.

Celem moich badań jest stworzenie modelu treningu butō opartego na procesie wewnętrznym. Proces ten stymulują techniki butō i inne praktyki psychofizyczne. Przedmiotem moich badań są trening podstawowy i improwizacja treningowa. Rezultatem może być zarówno ustrukturyzowany spektakl, jak i improwizacja. Nie istnieje nic takiego jak uniwersalna „metoda butō”, ale pewne techniki są wykorzystywane przez wielu tancerzy butō. Techniki te służą osiągnięciu stanu umysłu, w którym ciało tancerza rezonuje zarówno z procesem mentalnym i emocjonalnym, jak i bodźcami zewnętrznymi, są one także wykorzystywane do badania zapisu w pamięci ciała i ucieleśniania obrazów mentalnych.

Tworząc model treningu butō, opierałam się na wiedzy uzyskanej podczas wywiadów z polskimi tancerzami/praktykami butō oraz podczas uczestnictwa w warsztatach butō. Bazowałam również na modelach treningu butō skonstruowanych przez innych badaczy. Znalazłam analogie pomiędzy strukturami poszczególnych warsztatów. Porównując kolejne działania w ramach treningu różnych tancerzy, wyodrębniłam wspólny, stanowiący oś treningu proces⁴. Etapy tego procesu stanowią bazę modelu treningu butō. Należy podkreślić, że w praktyce warsztatowej ustrukturyzowanie treningu (wyszczególnienie kolejnych etapów) jest zgodne z zachodnim modelem pedagogicznym. Do zagadnienia przenoszenia warsztatów butō na grunt zachodni odniosła się Katarzyna Julia Pastuszek, tancerka, ale również badaczka butō, podczas przeprowadzonego przeze mnie wywiadu:

Tancerze japońscy, którzy przyjechali pracować do Europy, przekształcili warsztat na potrzeby europejskich uczniów. Być może w inny sposób pracowaliby z uczniami w Japonii; być może ich warsztat nie byłby ustrukturyzowany: najpierw rozgrzewka, a potem to, to i to. Uczniowie na Zachodzie oczekują intelektualnego porządku – i o tym tancerze mówią otwarcie. Na przykład na warsztacie Yukio Waguriego najpierw odbyliśmy rozmowę na podłodze, a zaraz potem prowadzący zaczął uderzać w bębenek – i zaczął się taniec. Yoshito Ōno prowadzi warsztat bardzo podobnie [...] Jesteśmy inni niż Japończycy, bardziej intelektualni. Potrzebujemy struktury, żeby w coś „wejść”. [...] W Japonii nie tłumaczy się wszystkiego, nie opowiada się: teraz będzie to, a później tamto. Waguri przekształcił warsztat na potrzeby Zachodu. Jeździł dużo do Stanów Zjednoczonych, również po to, by przekazać spuściznę Hijikaty; stworzył *Butoh Kaden*. Nie mówił, co będziemy robić – po prostu robiliśmy (WTA, Pastuszek).

Interesował mnie proces wewnętrzny tancerza, dlatego moja metoda badawcza (2009–2011) nie ograniczała się do bycia widzem spektakli, ale objęła również wywiady z artystami i aktywny udział w warsztatach metody butō. Praktyka własna była ważnym źródłem wiedzy i pozwoliła mi skonfrontować informacje uzyskane podczas wywiadów z własnym doświadczeniem. Uczestniczyłam w warsztatach butō prowadzonych zarówno przez polskich,

⁴ Ten często wewnętrzny i niewidoczny proces jest źródłem obserwowalnych ruchów tancerza.

jak i japońskich tancerzy (Sumako Koseki, Kayo Mikami, Daisuke Yoshimoto), zyskując możliwość porównania metod warsztatowych.

Konstruując model treningu butō, zastosowałam podejście interdyscyplinarne, które najlepiej pozwala oddać wielopoziomowość metody butō. „We współczesnej nauce zachodzą bowiem coraz wyraźniejsze procesy przenikania się różnych obszarów i metod badawczych. Zacierają się między nimi tradycyjnie wyznaczone granice i powstają hybrydowe dziedziny wiedzy, takie jak kognitywistyka, neuronauka lub nowa humanistyka” (Francuz 2007: 17). Wiedza uzyskana podczas procesu badawczego nie była oczywiście wyczerpująca, dlatego poszukując szerszego kontekstu, wykorzystałam wiele (głównie anglojęzycznych) publikacji książkowych, artykułów w pismach naukowych, notatek w dziennikach lokalnych, rozpraw naukowych oraz publikacji internetowych.

Najważniejszym kontekstem interpretacyjnym były teorie performatyczne oraz neurokognitywistyczne.

Performatyka (*performance studies*) bada świadomie podejmowaną aktywność ludzką pod kątem ekspresji, działania, procesu, a nie logiki, dyskursu czy wytworu⁵. Studia performatywne podkreślają znaczenie cielesności (ucieleśniania) i fizyczności działań, a także otwartość na zmieniające się okoliczności oraz zdolność rezonowania z bodźcami zewnętrznymi i wewnętrznymi podmiotów uczestniczących w szeroko rozumianym performansie⁶. Ważnym kontekstem mojej analizy są dociekania Eriki Fischer-Lichte przedstawione w książce *Estetyka performatywności* (2008b). W ujęciu badaczki performans to zdarzenie, którego esencją jest twórcze, wzajemne oddziaływanie na siebie uczestników. W części poświęconej treningowi butō przedstawiam interpretację fundamentalnych dla jej teorii kategorii badawczych w kontekście praktyk treningowych (performansu prywatnego). Natomiast Jon McKenzie (2011) analizuje pojawienie się i gwałtowny rozwój myślenia w kategoriach performansu na wielu polach aktywności ludzkiej. W ujęciu

⁵ W języku polskim główne jej założenia zostały przedstawione w następujących pozycjach: Schechner 2006; Carlson 2007; McKenzie 2011.

⁶ Wąsko rozumiany performans to sztuka performansu (*performance art*), eksperymenty twórców działających w ramach sztuk performatywnych i wizualnych mające początek w latach pięćdziesiątych XX wieku. Artyści ci, czyniąc własne ciało przedmiotem sztuki, świadomie przekraczali zarówno podział na twórcę, dzieło, odbiorcę, jak i granice pomiędzy poszczególnymi dziedzinami sztuki.

autora performans wiąże się ze skutecznością, wydajnością i sprawnością. Ten kontekst znaczeniowy terminu wydaje mi się szczególnie ciekawy, zwłaszcza że autor kontrastuje wcześniejsze ujęcia performansów jako działań liminalnych, związanych z różnymi formami oporu, z późniejszymi ujęciami tego pojęcia jako siły normatywizującej. To, co liminalne, bardzo łatwo i szybko zamienia się w swoje przeciwieństwo. Taniec butō, który narodził się w końcu lat pięćdziesiątych jako działanie awangardowe, przekształcił się w ciągu półwiecza w jeden z cenionych gatunków twórczości artystycznej, stając się jedną z wielu pozbawionych potencjału wywrotowego form estetycznych. Choć butō zostało zaakceptowane jako gatunek tańca (i estetycznie sformalizowane), być może właśnie w praktyce treningowej zachowała się jego pierwotna liminalna i subwersywna siła.

Poszukując wyjaśnienia subiektywnie doświadczanych stanów, różnych procesów i zjawisk pojawiających się w treningu butō, korzystałam z koncepcji wypracowanych na gruncie neuronauki i jej poddyscyplin (neuroestetyki, neurofenomenologii), psychologii poznawczej oraz kognitywistyki. Reprezentanci tych nauk badają procesy biologiczne leżące u podłoża różnych doznań i doświadczeń. Badania neurobiologiczne (szczególnie z dwóch ostatnich dekad) prowadzone z użyciem EEG, analiz biochemicznych krwi oraz przede wszystkim współczesnych metod neuroobrazowania (MRI, fMRI, PET)⁷ wydatnie przyczyniły się do poszerzenia wiedzy na temat funkcjonowania człowieka. Do ważnych badań nad umysłem należy poszukiwanie neuronalnych korelatów świadomości, w ramach których próbuje się „ustalić analogię pomiędzy doświadczeniem podmiotu a stanami jego mózgu” (Jack i Roepstorff, za: Jędrzejczak 2010: 28). W obrębie kognitywistyki (zwłaszcza w nurcie enaktywizmu) buduje się modele funkcjonowania człowieka (umysłu ucieleśnionego) w relacji ze środowiskiem. Zajmując się procesami percepcyjnymi, poznawczymi i motorycznymi, nie mogłam zignorować dokonań na polu tych dwóch dyscyplin.

W książce staram się precyzyjnie wyznaczać pole semantyczne używanych terminów. Wszystkie specyficzne pojęcia albo definiuję w głównym tekście rozprawy, albo umieszczam w aneksie *Terminy* (do którego odsyłam).

Niektórych kluczowych terminów japońskich nie sposób oddać w językach indoeuropejskich. Pojęcia wymagające szczegółowych wyjaśnień z zaznacze-

⁷ Omówienie metod neuroobrazowania: np. Jędrzejczak 2010: 131–134; Boleyn-Fitzgerald 2010: 20–21, 25.

niem kontekstu kulturowego i mentalnych uwarunkowań (np. *ma*) przybliżam w tekście rozprawy. Pozostałe zamieszczam w aneksie *Terminy*.

Ważnym problemem jest także wybór metody transkrypcji japońskich terminów, choćby zapisu kluczowego w tej pracy terminu 舞踏 (*butō*). Stosuję międzynarodową i obowiązującą w Polsce transkrypcję języka japońskiego *Hēbon-shiki-rōmaji* opracowaną przez amerykańskiego misjonarza Jamesa Curtisa Hepburna (Żeromska 2003: 15) (np. litera *ō* służy do oznaczania przedłużonej zgłoski *o*)⁸. W niniejszej rozprawie ta forma transkrypcji obowiązuje dla wszystkich słów pochodzenia japońskiego. Formę *butoh* pozostawiam jedynie w oryginalnych sformułowaniach przytaczanych w języku angielskim (np. nazwy grup, festiwalu). W przypadku popularnych i spolszczonych terminów obcojęzycznych (np. aikido) nie stosuję kursywy. Niepopularne wyrazy obcego pochodzenia zapisuję kursywą.

Ważnym zagadnieniem jest również formalnie określony sposób zapisu imion i nazwisk japońskich. Tradycyjnie w alfabecie *kanji* nazwisko umieszcza się przed imieniem. Ponieważ jednak rozprawa została napisana w języku polskim z zachowaniem gramatyki języka polskiego, zdecydowałam się zapisywać imię przed nazwiskiem. Choć jest to niezgodne z tradycją japońską, również wielu współczesnych twórców *butō* rezydujących w krajach zachodnich stosuje tę kolejność. Dlatego pozwalam sobie wprowadzić właśnie tę formę zapisu i konsekwentnie jej używać.

⁸ Pisownia *oh* (np. w *butoh*) pochodzi z transkrypcji języka japońskiego przyjętej w języku angielskim.



rozdział pierwszy

Butō

Taniec butō powstał w drugiej połowie XX wieku w Japonii, a jego twórcami byli Tatsumi Hijikata i Kazuo Ōno.

Sam taniec początkowo był określany w Japonii za pomocą zwrotu *kami-asobi*, czyli „zabawa bogów”. Pod koniec XIX wieku wszedł w użycie termin *buyō*, oznaczający właśnie „taniec” (Żeromska 2010a: 37). Dlatego początkowo Hijikata stosował określenie *Ankoku buyō*, co oznaczało „taniec najgłębszej ciemności” („*ankoku* znaczy mrok, *an* to ciemność, a *koku* to czerni” – Kasai 2009b)¹. Później zastąpił ogólny termin *buyō* słowem *butō*, które jeszcze w epoce Meiji stosowano do określania salonowych gatunków tańca przybyłych z Zachodu (por. Viala, Masson-Sekine 1988: 64)². Pierwsza dekada twórczości pod szyldem butō „była bardzo silnie związana z mroczną (*ankoku*) stroną życia, pełną przemocy, groteski i szaleństwa” (Roquet 2003: 31). Na przykład pierwszy spektakl tego gatunku *Zakazane kolory* (1959) był inspirowany nowelą Yukia Mishimy, poruszającą problem homoseksualizmu i bliskiego związku przemocy z seksualnością. Hijikata wykorzystał w nim popularne na Zachodzie strategie performatywne związane z happeningiem i body artem³, choć docelowo chciał stworzyć nowy taniec, stanowiący alternatywę dla silnie obecnego na japońskich scenach po II wojnie światowej zachodniego tańca współczesnego. *Ankoku butō* Hijikaty rozwijało się „przez okres pre-historii notacyjnego *butō* (1959–1972), aż do notacyjnego

¹ Wszystkie tłumaczenia cytatów w języku angielskim, jeśli nie zaznaczono inaczej: Magdalena Zamorska.

² Słowo „butō” składa się z dwóch ideogramów: „tańczyć” i „stąpać, kroczyć”.

³ Tu warto dodać, że w latach 1954–1972 w Japonii działała grupa Gutai, której nowatorskie i brawurowe działania łączono później z tym, co określa się mianem happeningu, sztuki performansu, a nawet sztuki konceptualnej.

butō (1972–1985)” (Pastuszek 2010a: 13)⁴. Gdy w latach siedemdziesiątych na scenę wkroczyła druga i trzecia generacja tancerzy *butō*, mroczny wydźwięk tej etykiety okazał się zbyt ograniczający i nazwę gatunku skrócono do *butō* (舞踏) (por. Klein 1988: 2). Choć wielu Japończyków używa do dziś nazwy *Ankoku butō*, na gruncie zachodnim przyjęła się późniejsza, skrócona wersja.

Idee Hijikaty i Ōna dotyczące istoty tańca przyczyniły się do powstania zupełnie nowego gatunku. Artyści proponowali wywrotową jak na ówczesne standardy wizję ciała i tańca: Hijikata odkrywał wyparte aspekty cielesności, kontestując codzienne praktyki posługiwania się ciałem, a Ōno afirmował duchowy wymiar cielesności, zanikający w zamerykanizowanej kulturze powojennej Japonii. Hijikata jest twórcą wielu do dziś stosowanych technik *butō*, Ōno – nazywany mistrzem improwizacji. Obydwaj urodzili się w północnej, zacofanej ekonomicznie i cywilizacyjnie części Japonii. Ōno przyszedł na świat w roku 1906, w rybackiej wiosce Hakodate, a Kunio Yoneyama (późniejszy Hijikata) w roku 1928, w rolniczej wiosce w prefekturze Akita w prowincji Tohoku. Obaj od małego oswajali się z biedą i śmiercią bliskich. Poznali się najprawdopodobniej w 1949 roku podczas występów Ōna w Gmachu Publicznym Kanda w Tokio.

Na początku swojej kariery artystycznej i Hijikata, i Ōno studiowali taniec współczesny (głównie ekspresjonistyczny). Nie zgadzali się jednak na sprowadzanie ciała do roli wytrenowanego i sprawnego technicznie narzędzia. Postulowali inicjowanie tańca z wnętrza ciała, by „tym sposobem ożywić jego strukturę i wprawić je w ruch” (Gōda 1988: 86). Dlatego ich działania sceniczne „opierają się próbom krytycznej interpretacji” i uruchamiają proces „bezpośredniej komunikacji między publicznością a tancerzem” (Klein 1988: 28). Jednak pomimo programowej niechęci *butoków* wobec metod zniewalających ciało różni tancerze (od lat siedemdziesiątych również Hijikata) próbowali strukturyzować swój taniec poprzez wprowadzanie zdefiniowanych technik ruchowych, a nawet programów estetycznych.

Nario Gōda rozróżnia źródłowe *Ankoku butō* i rozwinięty ruch *butō* (*butō movement*) (por. Gōda 1988: 79). Natomiast Toshiharu Kasai dzieli taniec *butō* na oryginalny (taniec Hijikaty i Ōna), klasyczny (taniec drugiej i trzeciej generacji tancerzy japońskiego pochodzenia, takich jak Akira Kasai, Akaji Maro, Biskup Yamada, Natsu Nakajima, Min Tanaka, Ushio Amagatsu)

⁴ Terminem „notacyjne *butō*” określa się taniec stworzony na bazie zapisu *butō-fu*.

i międzynarodowy (*westernized, internationalized*) oraz wskazuje istnienie uniwersalnej metody butō, którą określa terminem *hyper dance* (por. Kasai 2000). W butō oryginalnym i klasycznym wyraźnie widoczny jest japoński, kulturowo uwarunkowany sposób posługiwania się ciałem, który już w butō międzynarodowym zanika.

Przednowoczesne elementy butō

Taniec butō bywa klasyfikowany jako taniec ponowoczesny (*postmodern*): brak w nim skodyfikowanego i intersubiektywnie zrozumiałego języka wypowiedzi tanecznej, pojawiają się swobodny cytat i otwartość na interpretację. Jednak, jak zauważa Miyabi Ichikawa, to przekroczenie nowoczesności następuje niejako wstecz, poprzez cofnięcie się do epoki przednowoczesnej (Ichikawa 1988: 69).

Po zakończeniu II wojny światowej znacznie wzrosła świadomość znaczenia rodzimej kultury, w tym tradycji widowiskowej, stopniowo wypartej z pamięci zbiorowej w wyniku często bezkrytycznej fascynacji kulturą europejską charakteryzującej epokę Meiji (1868–1912) oraz przyjmowania zachodnich (głównie amerykańskich) wzorców kulturowych w latach powojennych. Powszechny zachwyty stylistyką zachodniej sztuki nowoczesnej uznano za wyraz dominacji kulturowej krajów Zachodu. Japońska awangarda artystyczna, przeciwstawiając się tej tendencji, wyraziła postulat nawiązania do japońskich tradycji, obyczajów i wierzeń. Postawa ta była bardzo popularna: w końcu lat pięćdziesiątych falam demonstracji i wieców studenckich będących odpowiedzią na traktat o wzajemnym bezpieczeństwie ze Stanami Zjednoczonymi (1951, potwierdzony w 1960), czyli niedawnym wrogiem, który podczas II wojny światowej rzucił na Japonię bombę atomową, towarzyszyły uliczne performanse artystyczne, w których odwoływano się do japońskich mitów i legend (por. Janikowski 2008). Dekadę później – w roku 1970 – Yukio Mishima, awangardowy pisarz japoński i członek militarne stowarzyszenia Tatenokai, opanował kwaterę główną sił zbrojnych Japonii i wygłosił mowę w duchu kodeksu samurajskiego Bushido wzywającą do zamachu stanu i restytucji cesarstwa. W obliczu klęski powyższego zamierzenia zakończył życie, popełniając rytualne samobójstwo *seppuku*.

Również wielu naukowców i intelektualistów japońskich postulowało powrót do rodzimej japońskiej wizji autonomii jednostki, równocześnie silnie

osadzonej w społeczności lokalnej. Jednym z nich był Yanagita Kunio, badacz ustnej tradycji *yamabito* (ludzi gór) i *jōmin* (ludności małych społeczności rolniczych), który nigdy nie cytował prac zachodnich uczonych. Postulował on odejście od modernizmu kojarzonego z indywidualizmem świata zachodniego. Próbował „dać głos” wykluczonym (kobietom, starcom, szaleńcom), których uważał za nosicieli autentycznej japońskiej kultury. Z kolei Yasuji Honda (1906–2001), badacz kultury, a w szczególności tradycji widowiskowej Japonii,

[...] przez wiele lat przemierzał Japonię wzdłuż i wszerz, nie pomijając żadnej, najmniejszej nawet świątyni, w której pozostały jakiekolwiek ślady dawnej świetności widowiskowej. Dzięki jego docieklivości, skrupulatności i przenikliwości powstała niezwykle bogata, wszechstronna dokumentacja większości widowisk (Żeromska 2003: 21).

A tradycyjny teatr japoński (*nō*, *kyōgen*, *kabuki*) korzystał z wzorców scenicznych wypracowanych w ramach widowisk rytualnych.

Te natywistyczne idee silnie wpłynęły na twórców w tym czasie artystów. W okresie narodzin *butō* wielu awangardowych twórców scenicznych inspirowało się archaiczną tradycją japońską. Najważniejsi z nich to: Terayama Shuji (poeta, dramaturg, twórca awangardowej grupy *Tenjō Sajiki*, inspirowany się festiwalami ludowymi), Kara Juro (twórca grupy *Jōkyō Gekijō*, czyli Teatru Sytuacjonistycznego), Suzuki Tadashi (twórca *Suzuki Company of Toga*, poszukujący prawdziwie japońskiej tożsamości, wykorzystujący jako język ruchowy *kata*, „pozycje” z teatrów *nō* i *kabuki* oraz sztuk walki) (Klein 1988: 17–18). Ten aspekt *butō* badała Susan Blakeley Klein (1988), która swoją interpretację zjawiska przedstawiła w eseju *Ankoku Butō: The Premodern and Postmodern Influences on the Dance of Utter Darkness*.

Klein, wskazując na czerpanie inspiracji z tradycyjnych japońskich widowisk, definiuje *butō* jako sztukę ponowoczesną (*postmodern*), którą charakteryzuje rekontekstualizacja tradycyjnych technik, form i założeń teatralnych (Klein 1988: 20). Sięganie po różne techniki performerskie celem ich dekonstrukcji stanowi jej zdaniem antytezę często bezrefleksyjnego przyjmowania formuł zachodnich. Wychodząc z powyższych założeń, badaczka definiuje *butō* jako formę performatywną, w której odrzuceniu zachodniej, nowoczesnej wizji widowiska towarzyszy dekonstrukcja tradycji rodzimej.

Zwrot ku tradycjom przednowoczesnym (*premodern*) (Klein 1988: 14) oznacza w tym przypadku przywrócenie więzi z tym, co niecodzienne, nieracjonalne, nieświadome. Dlatego na scenie pojawiają się przemoc, rytualna ofiara czy ekstaza, przeżycia mające źródło w kolektywnej nieświadomości. Tancerze kreują wizję świata antyracjonalnego i antynowoczesnego. Ciągła metamorfoza odbywa się w beczasie, gdzie granice pomiędzy światami się rozplývają; krytyk Kiyokazu Yamamoto nazwał ten model czasu metempsychotycznym: „istnieje jedynie cykliczny i nieskończony proces” (Yamamoto 1978: 31). Narzędziem komunikacji jest metafora poetycka, skuteczna dzięki wzbudzaniu niejasnych skojarzeń oraz budowaniu odczucia powinowactwa. W świecie butō słowa i rzeczy nie są oddzielone, powszechna jest symultaniczność bytów (por. Eguchi 1988: 89–90). Tancerz butō nie próbuje kreować rzeczywistości i tożsamości werbalnie, ale obnaża siebie i świat na etapie przedracjonalnym. Może działać na poziomie nieświadomości kolektywnej (zbiorowej) i indywidualnej (skryptu życiowego). Działania powstałe w wyniku eksploracji własnych nieuświadamianych pokładów zostają splecione z obrazami zakorzenionymi w nieświadomości zbiorowej. Zdaniem Klein taniec butō podważył w ten sposób tradycję dramatycznej konstrukcji spektaklu.

Zainteresowaniu sferą nieświadomą towarzyszyło ożywienie tradycji popularnych widowisk rozrywkowych. Twórcy butō, podobnie jak wielu innych awangardowych japońskich artystów w latach sześćdziesiątych, sięgnęli po formy widowiskowe teatru ludowego XX wieku: operę *Asakusa*, widowiska paracyrkowe *Misemono* i oparty na komicznych monologach wodewil *Yose* (Richie, za: Klein 1988: 15). Ale dla Hijikaty inspirację stanowiła również klasyczna japońska tradycja widowiskowa, teatry *nō* i kabuki (który wywodził się z tańca aktorek-prostytutek – Klein 1988: 15). Poniżej kilka najważniejszych tropów.

Maska to najstarszy sposób stawania się pustą skorupą, pozbywania się rysów indywidualnych, wyzbywania się ego. Maska, której używa aktor w japońskiej tradycji widowiskowej, służy „odpersonalizowaniu wykonawcy, neutralizacji wymowy mimiki twarzy, podkreśleniu stereotypowości postaci, a także jej odrealnieniu. [...] nie zdarza się, jak w tradycji europejskiej, aby maska podkreślała indywidualność postaci lub przedstawiała jej twarz” (Żeromska 2003: 13).

Historia maski w Japonii sięga pięciu tysięcy lat, na przestrzeni których ewoluowała ona od rekwizytu obrzędowego do teatralnego. U ludów rolniczych i pasterskich służyła przeistaczaniu się w zwierzę-przodka, bohatera,

zmarłego, ducha lub bóstwo. Na funkcję i znaczenie maski w średniowiecznym teatrze nō wpłynęły najstarsze formy widowiskowe: wczesne praktyki szamańskie i taniec *okina-mai*, wywodzące się z archaicznych szamanistycznych rytuałów transowych.

Metamorfoza aktora nō rozpoczyna się już podczas przygotowań w sali lustrzanej – to tam protagonista po rytualnym założeniu odpowiedniej maski kontempluje w zwierciadle oblicze „gościa z zaświatów” (*henshin*). Maska istnieje tu na granicy dwóch światów. Aktor musi dobrze animować maskę, którą wspiera „pozostała przy życiu” część ciała. Paradoksalnie maskę charakteryzuje żywa mimika: jest tak skonstruowana, by w zależności od oświetlenia, kąta nachylenia i innych czynników wyrażać całą gamę uczuć. „Maska staje się twarzą, a twarz maską. Mamy tu do czynienia nie z psychologią uczuć, ale z anatomią form” (Barba, Savarese 2005: 280). Aktorzy używający masek twierdzą, że twarz pod nią koniecznie musi grać – jedynie w ten sposób ciało nie będzie przeczyć wyrazowi „twarzy”. Inaczej postrzega tę kwestię Kanze Hisao, aktor nō: „maska reaguje na każde najdrobniejsze drżenie twarzy. A to zmusza aktora do jej bezwzględego unieruchomienia” (Żeromska 2003: 188).

Twarz po nałożeniu maski pogrąża się w mroku.

Światło przenika pod drewnianą powierzchnię jedynie przez dwa niewielkie otworki na źrenice, które [...] ludzkie oko postrzega jako jeden punkt. [...] aktor odczuwa zwykły ludzki niepokój, ponieważ traci poczucie perspektywy i dystansu, ma problemy z utrzymaniem równowagi ciała (Żeromska 2003: 193).

Tak radykalne odcięcie od bodźców ułatwiających orientację w przestrzeni wymaga od aktora koncentracji i uważności. „W momencie założenia maski aktor może [...] przenieść się w rejony oddalone od prozy codzienności. Może odczuć istnienie we wszechświecie innego wymiaru, w którym on sam nie jest drobiną, a scena i to, co się na niej odgrywa, nie jest fikcją” (Żeromska 2003: 188). Dlatego w nō ważna jest specyficzna technika posługiwania się ciałem, narzucana przez konstrukcję maski. Przez wzgląd na to ograniczenie percepcyjne został wypracowany krok *suriashi*, uważne, bardzo powolne przesuwanie stóp po wypolerowanym parkiecie. Ten krok pojawi się również w butō, w tzw. niechodzeniu, *zero walk* (*hokōtai*) (por. aneks *Terminy*).

W teatrze kabuki aktorzy nie wykorzystują masek, ich rolę pełni jaskrawy makijaż *kumadori* (obejmujący również wnętrze ust) na tle wybielonej twarzy.

Najważniejsze są oczy aktora: wyraziście podkreślone, wybałuszone, zezujące, utkwione w dali, „oczy wywracają się, jakby miały wyskoczyć z orbit” (Barba, Savarese 2005: 277). Wolor jasnego makijażu doceniano już w klasycznym kabuki, gdzie scena tradycyjnie była pogrążona w półmroku rozjaśnionym jedynie płomieniem świec. Dzięki białej twarzy postać tancerza jest lepiej widoczna w mrokach sceny. Natomiast kolorowe wzory (*kumadori*) służą „podkreśleniu i wydobyciu cech postaci, jej statusu społecznego, zawodowego, płci i wieku” (Hoczyk 2009b: 15).

Pomimo podobieństw makijaż w butō odgrywa inną rolę niż maska w teatrze nō czy makijaż *kumadori* w kabuki. Ukrycie pod białym makijażem nie tylko twarzy, ale całego ciała (podobnie jak nagość lub ogolona głowa) umożliwia tancerzowi pozbycie się wizualnych znaków społecznej przynależności, tym samym uniwersalizuje jego ciało i pozwala mu wrócić do stanu pierwotnego. Ciało staje się *tabula rasa*, na której możliwy jest dowolny zapis. Początkowo artyści mieszała kredę z klejem, dzięki czemu ich twarz upodabniała się do maski, muszli lub skorupy. W miarę upływu czasu pojawił się bazujący na wodzie makijaż z mąki ryżowej przypominający ten stosowany przez aktorów kabuki. Ta gruba warstwa mąki lub pudru stopniowo się złuszcza lub obsypuje w trakcie przedstawienia, przywodząc na myśl proces rozkładu cielesnego. Dzięki takiemu makijażowi tożsamość tancerza w oczach widza ulega dezintegracji. Biały makijaż ciała „pomaga stworzyć wizję świata w stanie ciągłej fluktuacji, cyklicznie przemierzającego się pomiędzy biegunami dezintegracji i ponownego scalenia” (Klein 1988: 48).

Grymasy, mimika twarzy i przyjmowanie nienaturalnych póz to główne narzędzia scenicznej transformacji. Dlatego charakterystyczne dla kabuki pozy (*mie*) są kolejnym zapożyczonym przez butō elementem japońskiej tradycji widowiskowej. *Mie* to „zastygnięcia” w skrajnie ekspresyjnej pozie, z grymasem na twarzy („oczy wytrzeszczone, zezujące, usta w niezwykłym grymasie, ciało jak nadmuchane do nadludzkich rozmiarów” – Klein 1988: 49). Jest to najważniejsze narzędzie, z jakiego korzysta aktor kabuki. *Mie* podkreślają punkt kulminacyjny działań bohatera:

Aktor zatrzymuje się, zamiera w bezruchu, następnie kieruje wzrok w określony punkt i patrzy z grymasem na twarzy. *Mie* służy utrwaleniu w pamięci widza niezwykłego piękna dzięki zatrzymaniu – w czasie i przestrzeni –

jednej sytuacji z potoku drobnych zdarzeń składających się na podstawowy wątek (Melanowicz 1994: 433).

Sami aktorzy nazywają to wymuszone zatrzymanie się „cięciem”.

Pozę aktora można opisać jako zatrzymanie filmu dokładnie w tym kadrze, w którym aktor demonstruje szczególne napięcie; stąd to znaczenie – cięcia akcji i blokowania żywego bezruchu [...]. Mogłoby się wydawać, że przedstawienie kabuki polega na przejściach od jednego *mie* do drugiego, czyli od jednego szczytu napięcia do drugiego (Barba, Savarese 2005: 276).

Również w butō pojawiają się momenty zatrzymania – *besimi kata* (Iwabuchi 1988: 77). Termin *besimi* znaczy „wielkie zaciśnięte usta”, pochodzi od określenia maski nō przedstawiającej potężne bóstwa i demony lokalnego panteonu nawrócone na buddyzm i pełniące rolę strażników w świątyniach buddyjskich. „Nazwę tej maski wykorzystuje się do opisu przesadnie powykrzywianej twarzy z wywróconymi oczami, powszechnie występującej w [...] butō” (Klein 2008). Klein określa *besimi kata* jako „*mie* w ruchu” (*mie-in-motion*) (Klein 2008). „*Beshimi kata*, będące odpowiednikiem *mie*, pojawiają się jako nieustannie zmieniający się grymas twarzy i wykrzywienie ciała; nie mamy tu do czynienia z «zamrożeniem» ciała, uchwyceniem go w jednej pozycji i formie, lecz ciągłym przepływem form” (Hoczyk 2009b: 18).

Na tradycję kontynuowaną przez kabuki składały się „rytuały inwersji, groteski i błazeństwa, które krytyk Masakatsu Gunji określił mianem *shuaku no bi*, czyli estetyki brzydoty” (Janikowski 2008: 51), „opierającej się nie na dążeniu do estetycznej wzniosłości, lecz na obnażaniu ułomności człowieka, ukazywaniu go przez pryzmat śmieszności i banalności jego natury” (Berestecka 2009: 28). Zadaniem tych rytuałów było przywołanie mrocznych aspektów życia, obnażenie skrywanych i wypieranych pragnień oraz sięgnięcie w głąb ludzkiej nieświadomości – nasuwa się tu skojarzenie z Bachtinowską kategorią dołu materialno-cieleśnego (Bachtin 2005: 383).

Groteskę cechują spazmatyczne konwulsje ciała, wywrócone białka oczu, wystawiony język i powykrzywiana, nieludzka twarz (por. Klein 1988: 28). Groteska (jak wyjaśnia Harpham, na którego powołuje się Klein) (por. Harpham 1982: 14–16) jest wieloznaczna, nieracjonalna, absurdalna, niespójna i przede wszystkim nie daje się jednoznacznie zinterpretować. Odnosi się do tego, co zostało wyparte ze świadomości, co budzi wstręt, niechęć, a równocześnie fascynację, co wywołuje fizyczną, cielesną reakcję.

Klein wiąże pojawienie się groteski w butō z inspiracją pierwotnym kabuki. Początkowo pozycja społeczna aktora kabuki była dwuznaczna, a przez to marginalna. Podobnie jak wędrowni kapłani, aktorzy uznawani byli za istoty boskie, uświęcone, ale równocześnie wyklęte i nieczyste. Aktorzy oraz gejsze posiadali status outsiderów, choć nie towarzyszył im ostracyzm, jaki dotykał klasę nieczystych (*burakumin*). Ta klasyczna ambiwalencja sacrum i profanum trwała aż do mieszczańskiej epoki Edo, w której teatr został „oswojony”. W późnej epoce Edo na scenach kabuki pokazywano wykluczone grupy społeczne, zmarginalizowane miejsca i sytuacje, wszystko to, co „mroczne, stabuizowane, poddane represjom” (Klein 1988: 37) i co jako zakazany owoc budziło zainteresowanie lub niezdrową fascynację.

Hijikata zaczerpnął z kabuki umiejętność wślizgiwania się w szczeliny pancerza, pod którym chroniło się japońskie społeczeństwo. Tancerz butō zbliżał się do świata figur marginalnych, pozbawionych głosu: „dzieci, osób niepełnosprawnych (w szczególności niewidomych muzyków), szaleńców, uchodźców, prymitywnych dzikusów, starców, a nawet kozłów ofiarnych z różnych kultur” (Klein 1988: 38).

Źródłem groteskowej scenicznej aparycji w butō może być również integracja w procesie twórczym treści wypartych do nieświadomości (tabuizowanych społecznie) (por. podrozdział *Treści abiektalne* w rozdziale 5. tej pracy). Tematy przemocy i seksualności pojawiają się podczas badania przez aktora własnego wewnętrznego pofragmentowania. W tym procesie dociera on do „ciała, które zostało zrabowane” (Ichikawa 1988: 71).

Klein dostrzega jeszcze inne zapożyczenia. Cieleśność eksplorowana w butō była ważnym elementem teatru kabuki, który pierwotnie funkcjonował w dzielnicach rozrywki. Cechował go wyraźny erotyzm, co było związane zarówno z działaniem cenzury politycznej ograniczającej zakres tematyczny przedstawień, jak i z samymi korzeniami tego gatunku, czyli erotycznymi tańcami shintoistycznej kapłanki (*miko*) Okuni (Żeromska 2010b: 19–32). Jednak już w pierwszym wieku istnienia teatr kabuki stał się przedmiotem ingerencji cenzorskiej również ze względu na praktyki towarzyszące przedstawieniom, uznane za wysoce niemoralne. By przeciwdziałać kłótniom, których źródłem było powszechne kupczenie ciałami aktorek, ze sceny pozbyto się kobiet; niedługo później z identycznych powodów zabroniono występów młodym chłopcom grającym postaci kobiece (*wakashū*). Wszystkie role żeńskie powierzono dojrzałym, golącym głowy mężczyznom.

W ten sposób wykształcił się typ aktora specjalizującego się w rolach kobiet – *onnagata*. Role żeńskie w teatrze kabuki prowokowały do pozascenicznych gier z tożsamością płciową. Aktorzy ci na co dzień nosili damskie kimona i poruszali się w sposób przypisany kulturowo kobietom, co pozwalało im zachować swobodę również na scenie. Czasami do tego stopnia utożsamiali się z byciem kobietą, że „w początkach dwudziestego stulecia pewien *onnagata* został aresztowany za usiłowanie kąpieli w damskiej części łaźni publicznej” (Keene 2001: 100). Sławny aktor Ayame Yoshizawa twierdził, że „w chwili, kiedy *onnagata* uświadamia sobie, że występując, wykonuje typowo kobiece gesty, natychmiast przestaje być kobietą i cofa się do bycia mężczyzną” (Keene 2001: 100).

W początkowym, drapieżnym i rewolucyjnym okresie rozwoju *butō* na scenie często pojawiał się *cross-dressing*, niejednokrotnie powiązany z homoerotyzmem. Inaczej niż w przypadku kulturowo akceptowanej roli *onnagata* artyści *butō* byli społecznie niepoprawnymi kontestatorami. Zabawy tożsamością płciową były w ich wykonaniu celowo kontrowersyjne i szokujące. Przykładowo: w *Zakazanych kolorach* (1959), pierwszym historycznie spektaklu określanym mianem teatru *butō*, Hijikata wraz z Yōshitem Ōnem (synem Kazua Ōna) symulowali fizyczną relację homoerotyczną, w *Tańcu koloru róży* (1965) Hijikata wraz z Kazuem Ōnem tańczyli ubrani w powłóczyste suknie, a w *Buncie ciała* (1968) nagi Hijikata przypiął sobie do podbrzusza ogromnego złotego fallusa. Hijikata zachęcał też swoich uczniów i współtwórców do występów w klubach nocnych, uważając, że dzięki temu szybciej oswoją się z nagością na scenie. Tancerze *butō* wykorzystywali znajomość norm kulturowych (w tym również kodów scenicznych) do ich świadomego przekraczania.

Niebagatelną rolę w kształtowaniu się estetyki *Ankoku butō* odegrał sposób przedstawiania postaci na popularnych w XVIII wieku drzeworytach *ukiyo-e*, których nazwa znaczy po japońsku „przełływający świat” (por. Mazurek 1994).

Mistrzowsy styliści *butō* mają wiele wspólnego z abstrakcyjnymi stylizacjami postaci ludzkiej w ruchu przedstawionej w *ukiyo-e*, sztuki tak żywej do dzisiaj. Drzeworyty prezentowały sytuacje z życia codziennego i sceny z teatru kabuki – jego aktorów i patronów, pasje i intrygi. Kolory odbitek, wyblakłe z wiekiem, były kiedyś bardziej intensywne. Poznajemy w nich życie Edo (pierwotna nazwa Tokio) w czasach szogunatu Tokugawów.

Ukiyo-e rejestruje życie potoczne, ale też wyrafinowanie i występki swoich czasów. [...] Tematyka jest różnorodna, ale to zabawa, erotyka i teatr, a nie praca stanowią główną treść *ukiyo-e*. [...] Eksponowane w *ukiyo-e* i butō ciało jest kunsztowne, ozdobione, mocno pomalowane na biało lub upudrowane (Fraleigh 2004: 19–22).

I w końcu w konstrukcji spektakli butō można odnaleźć być może nieświadome wykorzystywanie japońskiego wzorca widowiskowego *jo-ha-kyū* (por. Klein 1988: 43–46). Jego istotą jest oparcie działań scenicznych na kolejnych cyklach. Każdy cykl rozpoczyna działanie powolne (*jo*); celem fazy *jo* jest pochwycenie uwagi publiczności i w pewien sposób „zahipnotyzowanie” jej. Po tym etapie następuje faza szybka (*ha*), prowadząca do kulminacji (*kyū*), zatrzymania i powrotu do fazy *jo*. W butō przejawia się to w ciągłym radykalnym zmienianiu tempa, w gwałtownych zmianach rytmiki. Tancerze butō zapożyczyli także motyw oklasków, po których artysta powraca na scenę już jako „on sam”. Całkowicie jednak zmienili formułę tego ostatniego wejścia: jest on kulminacją, a często nawet esencją całego spektaklu.

Zdaniem Klein w butō pojawia się próba zdiagnozowania i zanegowania ideałów postindustrialnego społeczeństwa powojennego, nastawionego na kreowanie skończonych i funkcjonalnych tożsamości. Proces bezustannej transformacji pozbawiający tancerza tożsamości, „konfrontujący publiczność z zanikiem podmiotu”, stanowi ostateczne wyzwanie dla „nowoczesnego mitu indywidualizmu” (Klein 1988: 32). Tancerz butō w procesie ciągłej metamorfozy obnaża pofragmentowane, płynne Ja, zmuszając publiczność do konfrontacji z podmiotem funkcjonującym w zawieszeniu, w sferze liminalnej, pomiędzy kolejnymi bytami, które wciela. Pełna identyfikacja obejmuje nie tylko wygląd (prezencję), ale również somatyczne odczucia, emocje i stany umysłu. Natomiast „stawanie się” figurami marginalnymi pozwala identyfikować się z ich pozycją społeczną.

Tatsumi Hijikata. Struktura

Tatsumi Hijikata (prawdziwe nazwisko: Kunio Yoneyama) przeprowadził się do Tokio w 1952 roku, w wieku dwudziestu czterech lat. Wcześniej krótko uczył się tańca u Katsuko Masumury. Głęboko poruszony tańcem Mitsuka Andō i Kazua Ōna, rozpoczął w 1953 roku naukę tańca u Eguchiego Takaya i Andō.

Aleksandra Capiga-Łochowicz, japonistka, tancerka butō, opublikowała w 2009 roku książkę *Bunt ciała. Butoh Hijikaty* (Capiga 2009), w której popularyzuje jego bogaty życiorys, idee artystyczne oraz warsztat sceniczny. Katarzyna Bester, recenzując tę publikację, zwraca uwagę na to, że Hijikata

[...] ryzykownie przekraczał granice dobra i zła. Dla swoich uczniów był mistrzem, ale i stręczycielem. W kolegach budził podziw i przerażenie. W książce Capigi Hijikata został jednak pozbawiony demonicznego oblicza. Autorka skupia się na nieszczęśliwym dzieciństwie Hijikaty, budzi w czytelniku współczucie, litość, zbyt łatwo niekiedy poddając się manipulującemu swoim wizerunkiem artyście (Bester 2010b: 72).

Bester powołuje się na wypowiedzi uczniów Hijikaty. Daisuke Yoshimoto indagowany przez autorkę odparł: „To był człowiek o niewiarygodnej sile przyciągania, ale i destrukcji. Był niebezpieczny. Osobiście bałem się go” (Bester 2010b: 72). Natomiast Min Tanaka w wywiadzie przeprowadzonym przez Bonnie Sue Stein stwierdził: „Hijikata to diabeł” (Tanaka 1986: 151). Być może właśnie ta charakterologiczna ambiwalencja Hijikaty dawała moc pierwotnemu *Ankoku butō*.

„Nie ma definicji butō. Niektórzy próbują zamykać je w ramach reguły, ale jak mówił twórca butō Hijikata: definiowanie butō zabija jego naturę” (Paduch 2009). Dlatego zamiast definiować, można sprowadzić istotę butō Hijikaty do trzech szczególnych idiomów cielesności: ciała pierwotnego, ciała japońskiego i ciała w kryzysie.

Sednem *Ankoku butō* był powrót do ciała pierwotnego, przedkulturowego, osiągnięty poprzez pozbywanie się cielesności codziennej. Poszukiwanie ciała pierwotnego wiąże się z dotykaniem sfery mroku: wypartych aspektów rzeczywistości, tego, co kryje się za fasadą codziennej elegancji. Dlatego przesycającą *Ankoku butō* ciemność można interpretować jako wywrotową potrzebę zaakcentowania istnienia ciała tabuizowanego przez kulturę. Spektakle *Ankoku butō* były często „długie i nużące” (Richie, za: Klein 1988: 15), a ich cel stanowiła wyczerpująca eksploracja aspektów życia ludzkiego wypieranych przez społeczeństwo, takich jak przemoc i seksualność. Na przykład widzowie *Zakazanych kolorów* relacjonowali, że dotykanie skrywanych zwykle głęboko aspektów funkcjonowania cielesności przyprawiało ich o „oczyszczający dreszcz” (Gōda 1988: 81).

Za największego wroga Hijikata uznawał przyjemność estetyczną odbiorcy. Jego spektakle powstały z inspiracji mroczną i „dekadencją” twórczością Jeana Geneta, Lautréamonta, markiza de Sade i Aubreya Beardsleya (Klein 1988) – twórczością, która próbowała zgłębić pierwotne, przedkulturowe Ja, określane we Freudowskiej psychoanalizie mianem *id*. Głównym źródłem inspiracji była dla Hijikaty twórczość zaliczanego do grona absurdystów Geneta. Charakterystyczną cechą teatru absurdu jest obserwacja świata zagrożonego w chaosie, w dramatach często pojawiają się motywy masek, luster, snu, sobowtórów, swoista tanatyczna obsesja i sugestywne obrazy śmierci. Na marginesie warto dodać, że częste kojarzenie estetyki *butō* z traumą Hiroszimy i Nagasaki jest niesłuszne (przynajmniej jeśli chodzi o pierwotne *butō*). Ani Hijikata, ani Ōno nigdy celowo nie nawiązywali do tej tragedii.

Mrok kojarzony z *butō* można też odnieść do wszechobecnej w japońskiej kulturze „pochwały cienia”, opisanej w traktacie Junichirō Tanizakiego o tym właśnie tytule (2005). Innym terminem z zakresu japońskiej estetyki, o którym należy wspomnieć w kontekście *Ankoku butō*, jest *iki*. Styl *iki* odzwierciedla upodobania mieszczaństwa epoki Edo, okresu, w którym rozkwitał teatr kabuki. Kategoria ta wiąże się przede wszystkim z wyrafinowaniem, będącym wyrazem bogactwa i stylu życia obowiązującego w dzielnicach rozpusty (*gejsze*); oznacza szyk, dobry smak, umiarkowanie połączone ze zbytkiem, grę światła i cienia. Jest pojęciem na wskroś świeckim – nie odsyła do innej rzeczywistości. Piękno *iki* jest związane właśnie z półmrokiem, niedopowiedzeniem.

Inną konsekwencją postulatu powrotu do ciała pierwotnego, a nie zwrotu ku temu, co niejasne, mroczne i tabuizowane, jest pojawienie się idei ciała bezpłciowego. *Butō* podważa przypisaną człowiekowi płciowość, podkreślając źródłową aseksualność tancerza: „pobielone ciała tancerzy *butō* i ich ogolone głowy powodują zacieranie atrybutów płci, oni sami zaś zmieniają się w postaci androgyniczne. Na obszarze ich ciała dokonuje się bowiem swoista transgresja płci” (Hoczyk 2009b: 16). Paradoksalnie nagość, podobnie jak maska lub biały makijaż ciała, pozwala tancerzowi pozbyć się atrybutów płci (oczywiście nagość bywa też w niektórych spektaklach silnie nacechowana seksualnie). Jednolity biały makijaż – *całun*, *kokon* – ułatwia metamorfozę ciała. Zgodnie ze słowami Carlotty Ikedy, „występując nago, nie zrzucamy z siebie tylko naszych ubrań. Nagie ciało sprawia, że na nowo określamy nasze ruchy i stwarzamy ponownie naszą osobę, odkrywając ją w nagości” (Aslan, Picon-Vallin, Amagatsu 2002: 143).

Ciało pierwotne pojawia się w spektaklu *Bunt ciała* (*Nikutai no Hanran*, 1968) – jest ono niepewne, rozmakające, chłonna i powracające do swego początku, niewinne. Ukazując proces cofania się ciała w czasie, Hijikata odwołał się do – powracającej później w zaleceniach kierowanych do tancerek z choreografowanej przez niego grupy Hakutobo – idei poszukiwania w sobie dziecka. Inspiracją do cofnięcia się w głąb ciała przedkulturowego było dziecięce wspomnienie upadku w kałużę.

Mogę śmiało stwierdzić, że ów wiosenny muł nauczył mnie, że moje butō rozpoczyna się w punkcie, który nie ma nic wspólnego z festiwalami w świątyniach shintoistycznych i świątyniach buddyjskich. Jestem absolutnie świadomy tego, że narodziłem się z błota i że mój obecny sposób poruszania ukonstytuował się właśnie w tym miejscu (Hijikata 2000f: 72).

Butō Hijikaty bazowało na pierwotnej bliskości z ziemią. „Ćwiczenia na podłodze, tarzanie się, niski poziom to już kwestia zaufania. Jeżeli czujesz się bezpiecznie, traktujesz podłogę jako partnera” (WAC).

Kolejny idiom, ciało japońskie, zdominował późniejsze poszukiwania Hijikaty. Tancerka butō Natsu Nakajima pisze: „staraliśmy się tworzyć więzi i połączenia po to, by zbudować pomost między nowoczesnym tańcem zachodnim i tradycyjną kulturą japońską” (Nakajima 1998: 48–49).

W roku 1967 Hijikata odbył wyprawę w rodzinne strony (do północnej prowincji Tōhoku) ze spektaklem *Sierpowate naczynie* (*Kamaitachi*). Grał w nim czy raczej stawał się w nim niewinnym głupcem opętany przez demona. Po powrocie z Tōhoku stworzył taniec, który sięgał korzeniami jego doświadczeń ze spędzonego w tym odległym, zimnym, wiejskim rejonie Japonii dzieciństwa. To właśnie wtedy zaczął odkrywać ciało japońskie. Yōko Ashikawa, jego wieloletnia partnerka artystyczna, rozwinęła później ideę tzw. etnologii ruchu ciała, *miburi-no minzokugaku*⁵, „wykorzystując m.in. oryginalne wiejskie stroje, tradycyjne peruki, obuwie oraz legendy chłopów z północnej Japonii” (Janikowski 2008).

⁵ Z recenzji tej dysertacji doktorskiej autorstwa prof. Anny Grzegorzcyk (2012, s. 5–6): „W Japonii to, co tworzył Hijikata, nazywano *miburi-no minzokugaku*, co tłumaczy się jako «uprawiać etnologię ruchu ciała». Użyte tu słowo *minzokugaku* znaczy «etnologia jako nauka», a nawet bardziej «ludoznawstwo»”.

Hijikata czerpał z własnych wspomnień wiedzę na temat typowych dla ludności wiejskiej postaw i gestów cielesnych⁶. Przywoływał obraz ciała cierpiącego, zniewolonego – opowiadał o dzieciach umieszczanych podczas prac polowych w niewygodnych koszach *izume* (Capiga 2009: 80; por. Hijikata 2000b), w których płakały, jadły i defekowały, pozostawione same sobie. Mając skrępowane nogi, wypróżniając się pod siebie w oczekiwaniu na powrót opiekunów, zajmowały się własnym ciałem, własnymi dłońmi. Po wyjęciu z *izume* dzieci „jak kaleka bez nóg” wywracały się na ścierpiętych kończynach. Hijikata wspominał, jak unieruchomiony, „zajmując się swym ciałem jak zabawką, przestawał płakać i utyskiwać niebu” (Capiga-Łochowicz, za: Paduch 2009). I pisał: „W wewnątrzcielesnym odczuciu, że moje ramie nie jest moim ramieniem, kryje się sekret. Tu tkwią korzenie *butō*” (Hijikata 2000f: 73). Hijikata miał skłonność do mitologizowania czasu dzieciństwa, ale te odniesienia są wyjątkowo istotne, niczym stale powracający wątek. Jak twierdził, istotą *butō* jest „oswojenie i wykorzystanie własnego mroku. Co go stanowi? Strach, ból, bezsilność, nienawiść” (Capiga 2009: 82).

Innym ważnym wątkiem w wypowiedziach Hijikaty jest specyfika ciała japońskiego. Uformowane podczas pracy na polach ryżowych, jest jego zdaniem predestynowane do innego rodzaju tańca niż zachodni. Charakterystyczną pozycją przyjmowaną przez japońskich rolników jest *ganimata*, co można tłumaczyć jako „przykucanie na nogach wygiętych w pałąk” (ang. *bowlegged crouch*). Nario Gōda opisuje ją następująco: „waga zostaje przeniesiona na zewnętrzne krawędzie stóp. Gdy unosi się wnętrze stóp, kolana wykręcają się na zewnątrz, a cała konstrukcja ciała osiada” (Gōda 1988: 87). Pozycji tej towarzyszy niepewność kroku, związana metaforycznie z niepewnością egzystencji. „Taniec zachodni zaczyna się od stóp mocno osadzonych w podłożu, *butō* zaś zaczyna się tańcem, podczas którego tancerz daremnie usiłuje odnaleźć własne stopy” (Viala, Masson-Sekine 1988: 189).

Równocześnie Hijikata nawiązywał do pewnych jawnych i ukrytych założeń wcześniejszego, nieoswojonego kabuki i swój taniec określał mianem Tōhoku Kabuki. W 1972 roku stworzył cykl *27 wieczorów dla czterech pór roku* (*Shiki no Tame no 27 Ban*), w którym scenicznie zrealizował swoją ideę.

⁶ Hijikata opisuje doświadczenie cielesności będące udziałem rdzennej ludności wiejskiej Japonii m.in. w artykułach zatytułowanych *From Being Jealous of a Dog's Vein* i *Wind Daruma* (por. Hijikata 2000b i f).

U samych źródeł butō używało środków ekspresji ulubionych przez widzów kabuki. Dopiero z czasem jego estetyka stała się bardziej wyrafinowana w zetknięciu z gustami zachodu. Co więcej, butō przywłaszczyło sobie wcześniejsze zainteresowanie teatru kabuki sferą mroku, represjonowanymi stronami życia społecznego, którym nadano w procesie twórczym estetyczny walor dodatni (Klein 1988: 37).

Trzecim idiomem cielesnym Hijikaty jest ciało w kryzysie. Kryzys rodzi się z uwikłania pierwotnego ciała w konwencje społeczne. W wyniku ich oddziaływania ciało wykraczające poza normę i niepoddające się presji socjalizacyjnej podlega tabuizacji. Sednem butō Hijikaty jest kontestacja, afirmacja tego, co odrzucone. Artysta „wynosił na piedestał wszystko, co dla ogółu wartością nie było – a więc kobiecość, kalectwo, szaleństwo i w końcu śmierć” (Roquet 2003: 28, za: Capiga 2009: 76).

Hijikata chciał stworzyć taniec, który może tańczyć każdy, każde ciało. Chciał się skupić na elementach, których w ogóle nie było dotąd w tańcu, które są tabu. Skupił się na grymasach, na niepełnosprawności. W jednym ze swoich esejów napisał, że dla niego ideałem tancerza jest osoba, która jest inwalidą, która porusza się na wózku. Dlatego że w niej jest cała prawda, ona nie ubiera swoich ruchów, nie zasłania ich otoczką, która jest niepotrzebna. Postanowił także, że w tańcu będzie mówił o seksualności, o homoseksualizmie i wreszcie o śmierci. Wcześniej było to nieobecne, to było tabu (Żukowska 2009).

Kryzys wyraża często pojawiająca się w butō pozycja ciała: bunt przeciw oglądzie zsocjalizowania przejawia się w „pełnym napięcia balansowaniu na wykrzywionych karykaturalnie nogach” (Capiga 2009: 77). Taniec powstaje z braku komfortu, z niewygody, jest wyrazem bycia na krawędzi, sposobem ujawniania wypartych form cielesności.

Ciało tancerza butō porusza się konwulsyjnie. Tak jakby każde włókno mięśniowe działało niezależnie, drgając gwałtownie zgodnie z własną potrzebą. [...] Wola nie porusza mięśni, mięśnie decydują same za siebie. Wstrząsy kończyn są zaraźliwe dla widza; wola, którą są obdarzone mięśnie, pobudza wyobraźnię, a w efekcie pojawia się zrozumienie pomiędzy widownią a tancerzem. Zamiast przekazywać stereotypowe emocje poprzez taneczną imitację, butō oddziałuje na widza bezpośrednio (Iwabuchi 1988: 75).

Ponieważ ruch ciała jest świadectwem kryzysu, nie może być preparowany na pokaz. Warto zaznaczyć, że istnieje wiele nieporozumień związanych z cytowaniem popularnej wypowiedzi Hijikaty: „Taniec na pokaz musi zostać zakazany (*Dance for display must be totally abolished* – Hijikata 2000c: 39–40)”. Zdanie to odnosiło się do tańca współczesnego w Japonii lat sześćdziesiątych XX wieku, gdzie oglądanie tańca w teatrach służyło rozrywce i estetycznemu zadowoleniu. Hijikata uważał, że

Ciało tancerza ma być terrorystą. Szukał odpowiedzi na pytanie, czym ma być taniec, jakim narzędziem wobec rzeczywistości, którą zastał. Uwielbiał ciało wystawiać na pokaz, dlatego np. jego tancerze występowali pomalowani na srebrno w klubach gogo – striptizerzy nie rozbierają się, żeby kogoś zadowolić, ale by przeżyć. Był to sprzeciw przeciw komercjalizacji sztuki. Taniec służy temu, żeby przetrwać w sytuacji kryzysu, i powinien wyrastać z jakiegoś kryzysu: potrzeby przetrwania, wyrażenia siebie, znalezienia własnej tożsamości. Jego celem nie powinna być chęć zadowolenia publiczności (WTA, Pastuszek).

Butō zmierza w kierunku atomizacji i defragmentacji ludzkiego ciała, czego symbolem jest „kolumna z popiołu” – obraz często pojawiający się wśród warsztatowych ćwiczeń we wcielaniu wyobrażeń. W tym kontekście można mówić o rozwijanej przez Hijikatę w ostatnich latach życia idei ciała osłabionego (*suijakutai*). „Jest to stan umysłu, charakteryzujący się całkowitym zniechęceniem i zagubieniem, w którym człowiek może jedynie zaakceptować swój los” (Mikami 2002). W takiej właśnie sytuacji był pierwszy mityczny tancerz w życiu Hijikaty, Wietrzny Daruma. To duch skarżącego się na swój los zmarłego, który nigdy nie zostanie wysłuchany – zagłusza go świszczący wiatr i zawieje śnieżne. Legendy o tej mitycznej postaci krążyły po mroźnym Tōhoku w okresie dzieciństwa artysty. Hijikata w artykule *Inner Material/Material* (2000c: 39) pisany w okresie tokijskiej dekadencji wiąże pozycję *ganimata* z bezsilnością, niemocą, całkowitym wyniszczeniem organizmu.

„Skazany na śmierć, podchodząc do gilotyny, jest już martwy, nawet jeżeli do samego końca czepia się życia” (Hijikata 2000e: 46). Taki właśnie jest stan umysłu tancerza butō – na krawędzi życia i śmierci. Spotkanie ze śmiercią oczyszcza z egotyzmu, konwencji, pozwala ciału stać się pustym naczyniem. Zmarli zamieszkują w ciałach żywych: Hijikata „znalazł w sobie innych lu-

dzi” – twierdzi Yōko Ashikawa (za: Hoffman, Holborn 1987: 20). Od zmarłych uczył się nowej perspektywy: jego zmarła siostra, żyjąc w nim, przebudziła jego wewnętrzną kobiecość. W rzeczywistości wszystkie techniki butō pochodzące od Hijikaty powstały, by postawić ciało tancerza w sytuacji kryzysu.

Kazuo Ōno. Improwizacja

Kazuo Ōno od początku podążał własną ścieżką. Do końca życia (zmarł w 2009 roku) dyskredytował wszelkie próby zdefiniowania techniki butō i bazował na indywidualnej, niepowtarzalnej improwizacji. Głównym przedmiotem moich badań jest struktura (model) treningu butō, dlatego rzadko nawiązuję do jego praktyki tanecznej. Niemniej jednak wizja tańca Ōna stanowi drugi, równie ważny filar butō.

Pierwszym źródłem inspiracji był dla Ōna występ tancerki flamenco La Argentiny (Antoni Mercé), który zobaczył w Tokio w 1929 roku. Pięć lat później, zafascynowany spektaklem tanecznym Haralda Kreutzberga, rozpoczął naukę tańca współczesnego. Uczęszczał na zajęcia do Baku Ishiego i Eguchiego Takaya, którzy upowszechnili w Japonii niemiecki taniec ekspresjonistyczny (wyrazisty). Wcześniej uczył się w Japońskiej Szkole Gimnastycznej w Tokio.

Hijikata, tworząc szkołę *Ankoku butō*, inspirował się tańcem Ōna. Kayo Mikami zauważa w swojej dysertacji, że badacze butō spoza Japonii chętnie nazywają Hijikatę „Ojcem butō”, natomiast Ōna „Matką butō”. W latach siedemdziesiątych XX wieku „oryginalne butō rozdzieliło się na dwie sekty: główną, *Ankoku butō*, nastawioną na tworzenie spektakli mających określoną kompozycję, której przewodził Hijikata, i drugą, nastawioną na improwizację, której przewodzili Ōno, Akira Kasai i inni” (Mikami 1997: 18).

W przeciwieństwie do Hijikaty Ōno w swoim tańcu nie przeciwstawiał się ciału zsocjalizowanemu, jak również nie starał się ukazać ukrytej brzydoty świata, uważając, że na co dzień obserwujemy jej wystarczająco wiele. Raczej tematyzował poprzez taniec uniwersalne archetypy. Ōno, podobnie jak Hijikata, przygotowywał *butō-fu* w formie wierszy, krótkich esejów, kaligrafii i rysunków. Zapiski te były katalizatorem procesu, którego składowymi są rekonfiguracja ciała i transformacja świadomości.

Jego „egzystencjalne pytania zostały ucieleśnione w poezji tańca, w której [Ōno – M.Z.] skupia się na takich tematach, jak narodziny i śmierć, natura,

sztuka i rodzina” (Fraleigh 2010: 95). Tematy te realizował poprzez różne wyobrażenia: najbardziej znany jest motyw powrotu do łona, do prenatalnego okresu życia. Czasami Ōno mówił podczas warsztatów o miejscu zwanym w filozofii buddyjskiej *konpaku* (przestrzeni spotkania życia ze śmiercią), przestrzeni, w której jego studenci mieli zatańczyć. Innym razem poruszał kolejny ważny temat: komunię z przodkami zamieszkującymi ciało tancerza, kontakt z ich emocjami. W jego obecności „każdy uczy(ł) się zwalniać i kierować uwagę na cielesny wyraz uczuć” (Fraleigh 2010: 96). Jak wyglądał proces pedagogiczny? Mawiał:

Kiedy ktoś przychodzi do mnie, twierdząc, że chce tańczyć, zawsze mu mówię, że to zajmie przynajmniej pięć lat. Przez te pięć lat będę go uczył, jak analizować i organizować gesty własnego ciała, i jednocześnie pogłębię jego świadomość życia. Dla procesu edukacyjnego istotne jest, by żaden z tych kierunków nie był zaniedbany i by samo ciało zostało ustawione w sercu dylematu (Kocur 2003).

Ōno jest nazywany „wspaniałą duszą butō” (Polzer 2004). Jego taniec jest niepowtarzalny i tym samym nie sposób się go nauczyć.

Konteksty. Taniec, sztuka performansu, teatr fizyczny

Butō jest klasyfikowane przez większość badaczy akademickich i krytyków jako „taniec”, jednak równie dobrze można je uznać za specyficzną odmianę teatru fizycznego lub body artu. Narodziny tańca butō (lata sześćdziesiąte XX wieku) zbiegły się z falą intensywnych przemian w sztuce Europy i Stanów Zjednoczonych. Twórcy sceniczni kwestionowali model funkcjonowania aktora i tancerza. Rozwijał się teatr oparty na działaniach fizycznych oraz taniec *postmodern*, czerpiący inspirację z codziennych sposobów posługiwania się ciałem. Cieleśność była też intensywnie eksploatowana w sztuce performansu rozwijającej się na pograniczu sztuk wizualnych i performatywnych.

W latach trzydziestych wielu Japończyków podróżowało do Europy, by studiować taniec. Zarówno Tatsumi Hijikata, jak i Kazuo Ōno uczyli się tańca współczesnego od artystów, którzy po powrocie do Japonii dzielili się swoją wiedzą. Hijikata studiował u Eguchiego Takaya, studenta Mary Wigman (twórczyni koncepcji „tańca absolutnego”) w Niemczech. Podobnie Ōno, który od

1934 roku uczęszczał na zajęcia do Takaya oraz Baku Ishiego, określającego swój taniec mianem poezji lub haiku. Obydwaj nauczyciele upowszechniali w Japonii współczesny niemiecki taniec ekspresjonistyczny (wyrazisty).

Taniec ten rozwijał się głównie w Niemczech w latach dwudziestych i trzydziestych XX wieku. Jego istotę stanowiły poszukiwanie prawdziwej, nieograniczonej konwenansami ekspresji związanej z jednostkowymi predyspozycjami oraz konfrontacja z tym, co niejednoznaczne, tajemnicze i pozaracjonalne. Bazował jednak na wywodzącej się z tańca klasycznego formule wymagającej od tancerza opanowania specyficznego języka ruchu. Jak twierdzi Susan Blakeley Klein, taniec ekspresjonistyczny w Japonii lat pięćdziesiątych i sześćdziesiątych był „na dobrej drodze do zostania kolejną umiejętnością, którą panna z wyższej klasy średniej powinna nabyć przed zamążpójściem” (Klein 1988: 12). Ekspresyjność tańca butō należy rozumieć zupełnie inaczej niż tę pojawiającą się w tańcu wyrazistym. Wyrażanie siebie poprzez taniec jest całkowicie obce umysłowości japońskiej. Ekspresjonizm zakłada obcy japońskiej idei podział na to, co wewnętrzne, i to, co zewnętrzne. Pojęcie osoby jest w Japonii bardziej „rozproszone i przenikalne” (Kasai, Parsons 2003). Idea tożsamości lub osobowości jest zachodnia, o czym mówi w biuletynie spotkania 2nd Butoh & Related Arts Symposium & Dance Exchange Projekt „Ex...it! '99” Yukio Waguri⁷, spadkobierca Hijikaty, tancerz butō z zespołu Kozen-Sha. Dlatego w odniesieniu do tancerzy zakorzenionych w japońskiej kulturze nie można mówić o ekspresji indywidualnych afektów. W przypadku butō nie dochodzi do głosu katartyczne i ekshibicjonistyczne wyzwalenie wypartych jednostkowych emocji. Liczy się umiejętność nawiązywania kontaktu z płaszczyzną intersubiektywną (którą można rozumieć jako sferę archetypową, rodzaj matrycy emocji⁸). Choć idea autentyczności i groteskowa ekspresyjność z pewnością wpłynęły na formułę tańca stworzoną przez Hijikatę, butō przede wszystkim jest wyrazem niezgody japońskich twórców młodego pokolenia działających po II wojnie światowej na kopiowanie zachodnich formuł.

⁷ Biuletyn spotkania dostępny jest na stronie internetowej: <http://butoh.us/ex-it/pamph99.htm> [4.04.2011], a odnośny fragment autorstwa Yukia Waguriego na: <http://butoh.us/ex-it/pamph/a-ee28.JPG> [4.04.2011].

⁸ Podobne rozumienie emocji można znaleźć w teorii *rasa* pochodzącej ze staroindyjskiego traktatu na temat sztuk widowiskowych zatytułowanego *Natyaśastra*. *Rasa* to emocje obiektywne, które aktor wciela czy też uosabia podczas spektaklu (por. Wielechowska 2004: 365–375).

Butō bywa też kategoryzowane jako taniec postmodernistyczny (*postmodern*). W skrócie można powiedzieć, że istotą sztuki modernistycznej jest poszukiwanie własnej specyfiki, dookreślanie, co jest esencją danej formy wyrazu, które to dążenie jest obce sztuce postmodernistycznej. Dyskusja na temat specyfiki modernizmu i postmodernizmu pojawia się również w ramach teorii tańca (Carlson 2007: 209–213). Eksperymenty tańca modernistycznego w dużej mierze bazują na rozmaicie pojmowanej idei czystego ruchu, a przynajmniej ruchu wyzbytego konieczności wspierania lub potwierdzania określonej narracji. Z kolei taniec postmodernistyczny wiąże się z przekreśleniem związku tańca z muzyką, odejściem od „znaczenia, opisu, nastroju czy atmosfery” (Kirby 1975: 3–4), podobnie jak performans artystyczny odżegnuje się od technik i konwencji, których celem byłoby obarczenie ciała i ruchu naddanym znaczeniem. Ten rodzaj tańca zaczął się rozwijać w Nowym Jorku w latach sześćdziesiątych (por. Sier-Janik 1995). Twórcy postmodernistyczni zrezygnowali z formuły, zgodnie z którą taniec to określona forma wyrazu, ujęta we wzorce złożone ze stylów i środków (Carlson 2007: 210). Tancerze z nowojorskiego Judson Dance Theatre odrzucili zasadę ekspresyjności i profesjonalizmu technicznego, wprowadzili na scenę czynności z życia codziennego, nagość oraz zaakcentowali wagę twórczej improwizacji (również w kontakcie). Podział tańca na modernistyczny i postmodernistyczny wciąż nie jest jednoznaczny. Zdaniem Sally Banes (por. Banes 1992, za: Carlson 2007) taniec eksperymentalny początku lat sześćdziesiątych sięgał zarówno po idee minimalistyczne, jak i kaskadę multimedialną, a w latach osiemdziesiątych i dziewięćdziesiątych zbliżył się do tego, co w innych sztukach określano mianem postmodernizmu.

Taniec butō można uznać za wytwór nowoczesności: artyści poszukują esencji, istoty tańca, ruchu autentycznego, organicznego, płynącego z cielesnych impulsów, formuły autonomicznej, ruchu nieskażonego ograniczającymi kodami kulturowymi. Jednak sposób realizacji tych idei zdecydowanie wskazuje na zastosowanie instrumentarium postmodernistycznego. Świadczy o tym chociażby odejście od związku ruchu z rytmem, od zasady perfekcji technicznej. Na przykład w *Zakazanych kolorach* Hijikata usunął wszystkie elementy obowiązkowe dla ówczesnych spektakli tanecznych: muzykę, technikę taneczną oraz program zawierający opis i interpretację. Nawet znaczenie słowa „butō” (*bu* – taniec, *tō* – krok) sugeruje włączenie zwyczajnego stąpania w zakres ruchu tanecznego. Butō przekracza ideę tańca rozumianego jako „piękno w ruchu”.

Przekracza również granice oddzielające poszczególne dyscypliny sztuki. Łączy elementy zapożyczone ze sztuki popularnej z ezoterycznymi poszukiwaniami. I, jak przystało na formę postmodernistyczną, ostatecznie rozprawia się z podmiotowością tancerza, pozbawiając go trwałej tożsamości (por. Wańtuch b.r.).

I zachodnie, i japońskie środowisko taneczne lat sześćdziesiątych i siedemdziesiątych było blisko związane ze środowiskiem twórców sztuki performansu, happeningów, minimal artu i sztuki konceptualnej.

Sztukę performansu cechują „zainteresowanie ekspresyjnymi właściwościami ciała (zwłaszcza w opozycji do logicznej, dyskursywnej myśli i mowy) oraz szacunek dla formy i procesu zamiast treści i wytworu” (Carlson 2007: 167). Ciało jako kluczowy fenomen pojawiło się w sztukach performatywnych za sprawą happeningu i performansu artystycznego, którego początki wiążą się z body artem (Carlson 2007: 166). Artyści body artu rozwijającego się od początku lat sześćdziesiątych eksponują ciało i ruch (por. Carlson 2007: 171). Ciało staje się i przedmiotem, i podmiotem sztuki, twórców interesuje proces. Poprzez nieodwoływanie się do kodu scenicznego performer ma konfrontować odbiorcę z własną fenomenalną cielesnością.

Początkowo w body arcie panują tendencje modernistyczne, performans „składa się z prostych działań, pozbawionych narracji, naśladownictwa czy formy estetycznej” (Carlson 2007: 206). Bazuje na czystej współobecności, niewymagającej od odbiorcy ustosunkowywania się do działań performerów. „Obecność unaocznia się w okamgnieniu” (Carlson 2007: 207). W radykalnym body arcie artyści preferują stany ekstremalne, np. Chris Burden deklaruje, że „doprowadzając ciało do skrajności, próbuje wywołać pewne stany umysłu” (Carlson 2007: 170). Warunkiem *sine qua non* sztuki performansu jest intensywna i bezpośrednia interakcja z publicznością⁹. *Ankoku butō* Hijikaty, będąc ruchowym wyrazem ciała-w-kryzysie, jest więc bliskie radykalnym działaniom twórców body artu.

Taniec butō zagościł na scenach świata zachodniego w latach osiemdziesiątych. Wtedy właśnie w sztuce performansu nastąpiła przemiana,

[...] od modernistycznej, esencjalistycznej i upraszczającej orientacji wczesnej „sztuki performansu”, dla której ciało było „uprzywilejowaną

⁹ Tendencja do bezpośrednich, angażujących publiczność działań zapoczątkowana przez happening pojawiła się również w Japonii, np. w działaniach grupy Gutai.

siedzibą rzetelnej obecności”, do bardziej złożonych, fragmentarycznych, wieloznacznych, nowatorskich technicznie działań „sztuki na żywo” lat 90., które artystka [Helen Spackman – M.Z.] wiąże ze zmianą nowoczesnej świadomości performatywnej na ponowoczesną (Carlson 2007: 196).

Jednak w przypadku butō proces rozwoju przebiegał inaczej. Surowa pierwotna formuła stworzona i eksploatowana przez Hijikate została wygładzona na potrzeby szerszego kręgu odbiorców. Wysmakowana estetycznie poezja sceniczna w dużej mierze zastąpiła radykalną sztukę ciała-w-kryzysie.

Eksperymenty z pogranicza sztuk wizualnych i performatywnych, których przedmiotem jest ciało samego performerera, wpłynęły również na kształtowanie się nowych strategii aktorskich w teatrze. Model pracy laboratoryjnej, który pojawił się wraz z postulatami Wielkiej Reformy początku XX wieku, odrodził się w zradykalizowanej, a równocześnie bardziej usystematyzowanej formie.

Określenie „teatr fizyczny” ma bardzo szerokie zastosowanie. Jego rdzeń stanowią poszukiwania psychosomatyczne, a aktor „myśli ciałem, a więc ucieleśnia umysł” (Mond-Kozłowska 2003). Twórcy działający w ramach teatru fizycznego (i analogicznie: tańca fizycznego) poszukują nowej formuły ruchu scenicznego. Na przykład Lloyd Newson, lider DV8 Physical Theatre (podobnie jak tancerze Judson Dance Theatre),

[...] wyszedł od obserwacji codziennych zachowań i wprowadził do pracy tancerzy improwizacje, w których naturalny ruch uległ twórczemu przetworzeniu [...]. Przebiegające w formie procesu przygotowania do spektaklu zawsze dotyczą spraw bezpośrednio związanych z życiem aktorów (Fret 2000: 132).

W teatrze fizycznym stosuje się trening fizyczny i psychofizyczny bazujący na technikach cielesnych i cielesno-umysłowych (*bodymind techniques*). W Polsce najpopularniejsze są: trening Grotowskiego (opisany przez Jerzego Grotowskiego – 2007a: 123–216), trening gardzienicki (opisany przez Zbigniewa Taranienkę – 1997: 130–190, a obecnie badany przez Małgorzatę Jabłońską – 2008: 129–135, 2009: 155–174), trening Odin Teatret Eugenia Barby, opracowany na podstawie doświadczeń zdobytych podczas spotkań International School of Theatre Anthropology, badany przez Katarzynę Julię Pastuszek. Podstawowe zasady treningu psychofizycznego zostały przedstawione przez praktyka i teoretyka teatralnego Phillipa Zarrillego w książce

Psychophysical Acting (Aktorstwo psychofizyczne) (2009: 61–115). Trening stosowany w butō można nazwać psychofizycznym. Bazuje na różnych sposobach oddziaływania na organizm traktowany jako jedność komponentów psychicznych (mentalnych) i fizycznych (somatycznych).

Transkulturowość butō

Butō wchłania, integruje i przekształca elementy zaczerpnięte z rozmaitych źródeł. Zagadnienie heterogeniczności współczesnego butō wiąże się z omawianym przez Wolfganga Welscha zagadnieniem „naturalnie transkulturowej umysłowości japońskiej”¹⁰. Odnosi się on w krytyczny sposób do Herderowskiej koncepcji, której rdzeń stanowi rozumienie tożsamości w kontekście monolitycznej kultury leżącej u jej podłoża, i twierdzi, że „tradycyjne kultury nosiły w rzeczywistości znamiona kultur mieszanych” (Welsch 2004: 33). Kultury te cechowała ogromna wewnętrzna różnorodność, „stanowiąc trwałą potencjał, do którego prędzej czy później, przy tej okazji czy innej, powracano, by od nowa tworzyć wielość opcji, objawiających prawdziwie transkulturowy charakter pozornie narodowych kultur” (Welsch 2004: 34). Welsch przytacza słowa profesora Tsunemichiego Kambayashiego (konferencja Art in Asia – External View & Internal Response, Kioto, 2001): „w Japonii dwie opcje, modernistyczna i tradycjonalistyczna, wciąż wchodzą ze sobą we wzajemną grę” (Welsch 2004: 41), i rozwija jego myśl:

Różne style i modele filozoficzne, estetyczne i kulturowe koegzystowały w Japonii przez wieki jej historii. Gdy coś zostało ustanowione, pozostawało już na zawsze. Buddyzm nie wypchnął zupełnie szintoizmu, a modernizm nie zastąpił w pełni tradycji. [...] To współistnienie różnych modeli (zupełnie obce Zachodowi) z pewnością przygotowało drogę dla przyszłego transkulturowego wymieszania. Ludzie przyzwyczajeni są do korzystania z kilku modeli, nie boją się różnorodności, nie muszą przyswajając nowej mentalności, by zaakceptować współczesny pluralizm (Welsch 2004: 43).

¹⁰ Fragment dotyczący proponowanej przez Welscha idei transkulturowości został opublikowany w nieco zmienionej formie w artykule *Transkulturowość butō. Japonia, Welsch i pytania o tożsamość* zamieszczonym w piśmie „Kultura – Historia – Globalizacja” (por. Zamorska 2010c).

Kluczowa dla mojego wywodu jest koncepcja Welscha, która zrodziła się podczas jego pobytu w Japonii. Teza ta brzmi następująco:

Tożsamość japońska, jak mi się zdaje, jest w sposób wyjątkowy przygotowana do stania się transkulturową; być może nawet jest transkulturowa w swej strukturze. Jednym z objawów – lub warunkiem wstępnym – jest fakt, że Japończycy przywiązują wagę do tego, czy dany przedmiot się do nich odnosi, czy jest im bliski – niezależnie od miejsca jego pochodzenia. Japończycy nie opierają (co wydaje się naturalne dla Europejczyków) swojej oceny na rozróżnieniu między swoim a obcym, a raczej przykładając kryterium bliskości [...]. Dla Japończyków podział obce – swoje, a mówiąc dokładniej, podział ten dokonywany na podstawie kryterium **pochodzenia**, nie odgrywał żadnej roli. Podstawą ich oceny staje się **bliskość**. Jeśli coś wpasowuje się dobrze w kulturę Japonii, to **jest** japońskie – niezależnie od tego, skąd pochodzi. Tym sposobem przedmioty obce mogą być automatycznie uznane za swoje (Welsch 2004: 41–42).

Tożsamość japońska jest transkulturowa w swej strukturze. Dlatego wszystko to, co zostaje przez kulturę japońską wchłonięte, jest automatycznie uważane za japońskie. Zgodnie z przedstawioną filozofią obce może być równocześnie własne. W tym kontekście warto nawiązać do idei „absolutnie sprzecznej tożsamości” współczesnego japońskiego filozofa Kitarō Nishidy (por. Kozyra 2004). „Nihilizm paradoksy” (bo tym mianem określa się wspomniane stanowisko) zakłada, że rzeczywistość jest wewnętrznie spójną całością, w której współistnieją przeciwieństwa, co kłóci się z zasadą niesprzeczności zachodniej logiki formalnej. O nieprzekładalności japońskiego sposobu odczuwania rzeczywistości na zachodni mówiła tancerka butō Sumako Koseki podczas prowadzonego w Srebrnej Górze w 2009 roku warsztatu butō. Świat jest przez Japończyków rozumiany jako niedualna całość w stanie ciągłego przepływu¹¹.

Welsch zwraca uwagę na istotny czynnik poznawania wytworów kultury: fascynację, która pojawia się wtedy, gdy odbieramy coś jako istotne dla nas samych – dzięki czemu przestaje to być czymś odległym bądź minionym. Taki aspekt rzeczy nazywa on obecnością – dzięki niej uznajemy różne

¹¹ Współcześnie ten rodzaj myślenia o świecie również na Zachodzie staje się coraz bardziej popularny, w naukach zarówno humanistycznych, jak i przyrodniczych. W humanistyce i naukach społecznych jednymi z jego głównych prekursorów są Gilles Deleuze i Felix Guattari.

wytwory kulturowe za nasze „aktualne wyzwanie” (Welsch 2004: 38). Moc takich wytworów jest wolna od determinacji kulturowej, a zatem skuteczna transkulturowo. „Moja teza brzmi, że to pierwotne zauroczenie działa niezależnie od znajomości danej kultury. Moc dzieła jest więc [...] efektywna transkulturowo” (Welsch 2004: 40). Taniec butō powstał w Japonii i oczywiście wykorzystuje wiele elementów japońskiej tradycji widowiskowej, czy też praktyk duchowych, a szerzej: japońskich praktyk kulturowych (por. Klein 1988). Jednak w wyniku fascynacji, jaką budzi globalnie, można go uznać za „efektywny transkulturowo”. Co więcej, proces rozwoju tego gatunku trwa nadal: butō wchłania zastane tradycje, tworząc nowe hybrydyczne formy (np. *Afro-butō* Tebby’ego W.T. Ramasike, MoBu, czyli synteza baletu, tańca nowoczesnego, jazzowego, improwizacji tanecznej i właśnie butō, forma stworzona przez Takami Mochizuki Craddock, Japonkę mieszkającą i pracującą obecnie w San Francisco, *Butō Dance Therapy* – psychoterapia poprzez taniec butō, którą zajmuje się w Sapporo certyfikowana choreoterapeutka Mika Takeuchi, czy nawet synteza sztuki żonglerskiej z butō proponowana przez Jeana Daniela Flickera).

W tej „szerokiej gamie nowych zróżnicowań” (Welsch 2004: 40) mieszczą się również praktyki polskich tancerzy butō.



rozdział drugi

Warsztat butō

Tajniki warsztatu butō są omawiane w różnych artykułach teoretyków i praktyków tego gatunku. Gdy pisałam tę książkę, tłumaczenia na język polski zarówno materiałów źródłowych, jak i opracowań właściwie nie istniały, poza pojedynczymi cytataми zamieszczanymi w artykułach i większych pracach.

W języku angielskim dostępne są teksty źródłowe, pisma twórców butō – Tatsumiego Hijikaty i Kazua Ōna. Zbiór tekstów Tatsumiego Hijikaty przetłumaczonych na język angielski został opublikowany w piśmie „The Drama Review” (nr 44, wiosna 2000); są to tłumaczenia czterech tekstów, dwóch wywiadów i reprodukcja strony z notatnika Hijikaty opatrzone w formie wstępu komentarzem-esejem Kurihary Nanako oraz *Butoh Kaden* Yukia Waguriego (DVD-ROM), ucznia Hijikaty, kompilacja *butō-fu* (por. aneks *Terminy*) przetłumaczonych na język angielski wraz z prezentacją w wykonaniu Waguriego. Natomiast kompilacja wykładów Kazua Ōna została zamieszczona w wydanej wspólnie z jego synem książce z 1999 roku: *Kazuo Ohno's World from Without and Within*; w pierwszej części tej publikacji zamieszczone są eseje Yoshita Ōna, syna Kazua, w drugiej kompilacja wykładów samego Kazua.

Analizy warsztatu butō znajdują się w pracach Kayo Mikami (metoda *Ankoku butō* Hijikaty), Toshiharu Kasaia (metoda psychosomatycznych poszukiwań) i Rhizome'a Lee (metoda *subbody*). Opierając się na własnej praktyce i zwracając uwagę na specyfikę psychofizycznego treningu oraz źródła niektórych wykorzystywanych technik, stworzyli oni własne modele procesu będącego kluczowym elementem treningu formalnego butō. Natomiast Sondra Horton Fraleigh (tancerka, uczestniczka warsztatów butō) analizuje proces transformacyjny butō z perspektywy fenomenologii egzystencjalnej.

Butō jako sposób tworzenia siatki połączeń nerwowych (Kayo Mikami)

Warsztat Tatsumiego Hijikaty badała Kayo Mikami, która praktykowała butō pod jego okiem w latach 1978–1981. Swoje badania zrelacjonowała w rozprawie doktorskiej z 1997 roku zatytułowanej *Tatsumi Hijikata. An Analysis of Ankoku Butoh Techniques* obronionej na Wydziale Nauk Humanistycznych Ochanomizu University w Tokio.

W rozdziale poświęconym zagadnieniom terminologicznym Mikami wprowadza własne definicje terminów „technika” i „metoda”. Technika to sposób manipulowania ciałem rozumianym jako obiekt fizyczny, natomiast metoda to sposób posługiwania się ciałem przyjmowanym jako jedność fizyczno-mentalna (por. Mikami 1997: 16). Wyróżnia też dwa sposoby definiowania kategorii „ciało”: ciało w aspekcie egzystencjalnym (*flesh*) oraz ciało w kontekście kulturowym (*body*) (por. Mikami 1997: 16).

Punktem wyjścia uczyniła bardzo istotną konstatację badaczki, że Hijikaty nie interesowały techniczne umiejętności tancerza zgłaszającego się do jego studia, ale stan umysłu aplikanta (por. Mikami 1997: 87). Wymagał znajomości „niewidocznych technik”, czyli duchowego przygotowania do tańca butō. Oczywiście techniki te były nierozłączne z umiejętnościami tancerza, które badaczka określiła mianem „technik widocznych” i poddała analizie. Stworzyła model procesu treningowego, wyznaczając i omawiając kolejne jego etapy: stanie, chodzenie, komunikowanie obrazów mentalnych, wymuszone ruchy i tworzenie jednostek choreograficznych.

Punktem wyjścia do dalszej eksploracji ruchowej był odpowiedni sposób stania (*standing*). Artysta głosił postulat dynamicznej równowagi jako alternatywy dla wyprostowanej pozycji tancerza, czyli dla przepisowej „postury”, będącej podstawą zarówno w zachodnim tańcu klasycznym, jak i w teatrach nō lub kabuki. Głosił, że stanie w butō jest formą upadania (*collapsing*).

Chodzenie, poruszanie się czy krok (*walking*) to najbardziej fundamentalny element ruchowy *Ankoku butō*. Chodzenie dotyczy aspektów zarówno fizycznych, jak i duchowych. Ruch (impuls do ruchu i sposób poruszania się) pochodzi z komunikowanych werbalnie obrazów mentalnych (*imaginary wordings*). Nie jest on pochodną świadomej decyzji i wolnej woli, ale powstaje w sytuacji, gdy ciało tancerza chwilowo jest pozbawione

koordynującego ruch ego¹. Mikami stosuje termin „ruchy wymuszone” (*enforced movements*).

Kolejne etapy procesu wydobywania ruchu z ciała są następujące: skierowanie do uczestników treningu instrukcji werbalnej – wzbudzenie obrazów mentalnych – fizyczne postrzeżenie tych obrazów (przez uczestników treningu) – fizyczna transformacja – wykonanie zgodnego z naturą nowej „postaci” ruchu (Mikami 1997: 100). Komunikaty słowne (*wordings*) są katalizatorem tego procesu. Zostały zapisane w formie notacji butō (*butō-fu*). Dzięki nim tancerz osiągał bezustannie przekształcające się ciało (*becoming body*) (Mikami 1997: 104).

Specyficzna jakość chodzenia jest pochodną wykonania/wcielenia poleceń wypunktowanych powyżej. Podstawę treningu stanowi rozbudowana notacja zatytułowana *Walking of Measure* (Mikami 1997: 100). Hijikata wyjaśniał: „Ze względu na zbyt wiele pojawiających się tu uczuć nie nazwę tego [stanu – M.Z.] umysłową koncentracją, ale po prostu właściwą miarą (*measure*)” (za: Mikami 1997: 101)². W tym kontekście frazę tę można przetłumaczyć prawdopodobnie jako „krok właściwej miary”³. Ciało zachowuje pionową oś, choć tancerz nie jest ani nadmiernie zrelaksowany, ani zbyt napięty. Ten podstawowy dla jego metody – i wykorzystywany również przez współczesnych butōków – sposób przemieszczania się Hijikata określał również jako „krok wypalonego kadzidła” (*Walking of an Ash Column*) (por. Mikami 1997: 90). Tancerz utrzymuje równowagę, oś, choć jego ciało ma konsystencję rachitycznej kolumny popiołu ze spalonego kadzidła podtrzymywanej w pionie siłą grawitacji. Inne określenia i obrazy, które przytacza badaczka odnośnie do chodzenia, to powyginane nogi (*folded legs* – Mikami 1997: 91), „krok skazańca” (*Walking of a Condemned Criminal* – Mikami 1997: 92), poruszanie się jak beznożny duch (*legless ghost* – Mikami 1997: 94).

Ten cykl rozpoczynający się komunikatem werbalnym i prowadzący do ruchu Mikami nazywa stwarzaniem obwodu nerwowego (*the circuit of*

¹ W przeciwnym razie mielibyśmy do czynienia z pantomimą.

² Za tłumaczenie terminu *measure* dziękuję Katarzynie Julii Pastuszek.

³ Lub „u-wagę”, co podkreśla pokrewieństwo zarówno z terminem „waga” (*measure* – miarzyć, od czego pochodzi właściwa miara), jak i z terminem „uwaga” (koncentracja, skupienie).

nerves – Mikami 1997: 103). W wyniku zastosowania cyklu powstają jednostki choreograficzne (*choreographic units*), będące minimalnymi kompozycjami ruchowymi.

Specyficzny sposób przemieszczania się oraz budowanie jednostek choreograficznych mają na celu wytworzenie nowej sieci połączeń nerwowych (*neural network*) w ciele tancerza butō. „Sposób manipulowania systemem nerwowym stanowi *sur les pointes*⁴ tancerza *Ankoku butō*” – głosił Hijikata (za: Mikami 1997: 138). Sieć połączeń jest budowana poprzez odpowiednie słowa, wyobrażenia, wrażenia i ruchy. Proces ten prowadzi do pełnej metamorfozy. Docelowo tancerze są w stanie kontrolować wchodzenie w relację z poszczególnymi wyobrażeniami, dzięki czemu mogą z zewnątrz ogarnąć sieć nerwową (Mikami 1997: 119).

Butō jako droga do *subbody* (Rhizome Lee)

Rhizome Lee założył i prowadzi Subbody Resonance Butoh School Himalaya w indyjskich Himalajach, niedaleko Dharamsali. Opracował kompleksową metodę butō bazującą na treningu *Ankoku butō* Hijikaty i własnych analizach, którą nazwał metodą *subbody* butō (Subbody Butoh Method). Pracuje nad jej rozwojem, a na stronie internetowej szkoły⁵ regularnie publikuje kluczowe zalecenia dotyczące praktyki. Jego artykuły z lat 2005–2010 zostały zebrane i zredagowane (pod notą redakcyjną wersji elektronicznej, z której korzystałam, brak nazwiska redaktora), a następnie opublikowane jako *Behind the Mirror: A Butoh Manual for Students* w wersji elektronicznej i papierowej⁶.

Rhizome Lee bazuje zarówno na tekstach źródłowych publikowanych przez Hijikatę, jak i na materiale wizualnym: nagraniach jego spektakli. Wyróżnia trzy podstawowe komponenty butō Hijikaty. Pierwszy z nich to odrzucenie wszystkich typowo ludzkich uwarunkowań i przekształcenie się w ciało osłabione i upadłe (*suijakutai*) (por. podrozdział *Tatsumi Hijikata*.

⁴ *Sur les pointes* – taniec na pointach; ikoniczna dla zachodniego tańca klasycznego technika taneczna.

⁵ <http://www.subbody.net> [24.07.2011].

⁶ Wszystkie cytaty i odniesienia w tym rozdziale, jeśli nie zaznaczono inaczej: Rhizome Lee 2010.

Struktura w rozdziale 1.), które rezonuje⁷ z figurami zmarłych, szaleńców, ludzi upośledzonych i upadłych. Drugi komponent to umiejętność stawiania się istotą „z innego wymiaru”. Trzecim komponentem jest umiejętność przyglądania się temu światu z perspektywy zmarłego. Te trzy rodzaje transformacji są jego zdaniem kluczowe dla butō Hijikaty. Jak twierdzi Rhizome Lee, butō funkcjonuje „poza czasem i poza przestrzenią”, a celem procesu treningowego jest dotarcie do tej właśnie przestrzeni. W części wspomnianego wyżej podręcznika zatytułowanej *Practice Guide* przedstawia on strukturę proponowanego przez siebie treningu.

Główne etapy praktyki warsztatowej to: medytacja (*meditation*), oddychanie (*breathing*), praktyki ruchowe (*conditioning*), badanie (*researching*), chodzenie (*walking*) oraz rezonowanie (*resonating*). Te podstawowe działania psychofizyczne uzupełniają działania określane mianem kłączenia się (*rhizoming*) oraz proces kreacji (*creating*), czyli choreografowania.

Rhizome Lee używa specyficznej terminologii. W jego esejach pojawia się kilka kluczowych pojęć. *Subbody* to „ciało wewnętrzne”, przestrzeń wewnętrzna, odpowiednik psychoanalitycznej podświadomości. Tancerz butō poprzez trening uczy się korzystać z zasobów tej sfery – treści podświadome docierają do świadomości podczas wsłuchiwania się w subtelne sygnały płynące z ciała. Sygnały te są pochodną przepływu qualiów (qualia określają subiektywność sposobu odczuwania) i są odczuwalne poprzez osiem kanałów percepcyjnych (czuciowy, ruchowy, wzrokowy, słuchowy, emocjonalny, relacyjny, związany z własnym wizerunkiem i myślowy). Subiektywne doznania można amplifikować (wzmocnić), dzięki czemu odczucia przekształcają się w ruch. Poprzez rezonans z wewnętrznymi poruszeniami oraz – na dalszych etapach praktyki – z innymi obiektami (poszczególne części ciała we wzajemnej relacji, przedmioty, zwierzęta etc.) tancerz tworzy *subbody*. Metafora kłacza (*rhizome*) mówi o funkcjonowaniu poza obowiązującym w życiu codziennym myśleniem przyczynowo-skutkowym i hierarchicznym (oddawanym zwykle za pomocą metafory drzewa). Poprzez rezonans pomiędzy poszczególnymi *subbody* tworzy się jedno rezonujące *cobody* (ciało wspólne).

⁷ Rezonowanie, wchodzenie w rezonans – terminy często stosowane przez Rhizome'a Lee, odnoszą się do procesu, który Kayo Mikami nazywa wchodzeniem w relację (*relationship*) z komunikowanymi werbalnie obrazami (por. aneks *Terminy*).

Relacja pomiędzy poszczególnymi elementami zostaje wyjaśniona w przeprowadzonej przez Rhizome'a Lee analizie procesu treningowego. Różne rodzaje medytacji służą wyciszeniu ciała-umysłu i przejściu w tryb funkcjonowania na poziomie *subbody* (inaczej: poziomie podświadomym). Koncentracja na oddechu pomaga wsłuchać się (wczuć się) w subtelne zmiany w ciele, będące odzwierciedleniem przepływu jakości. Na etapie praktyk ruchowych możliwe jest uwolnienie ciała-umysłu od codziennych fizycznych, psychologicznych i społecznych nawyków, myślenia hierarchicznego oraz otwarcie kanałów percepcyjnych. Badanie funkcjonowania własnego ciała-umysłu pozwala odkryć subtelne sygnały płynące z ciała i je wzmocnić, by przekształciły się w *subbody* i towarzyszący mu ruch. Na etapie chodzenia zmienia się relację ja – świat, odnajdując własny, niepowtarzalny taniec butō. W końcu, rezonując, odkrywa się więź łączącą własne *subbody* z *subbody* innych ludzi i w ten sposób tworzy się rezonujące wspólne ciało (*cobody*).

Butō jako metoda poszukiwań psychosomatycznych (Toshiharu Kasai)

Toshiharu Kasai jest profesorem psychologii somatycznej na Sapporo Gakuin University. Tańczy butō pod pseudonimem Morita Itto. Wraz z Miką Takeuchi, tancerką i psychoterapeutką tańcem, prowadzi warsztaty w Instytucie Tańca Butō „Studio Goo” w Sapporo.

Kasai bada butō jako metodę eksploracji psychosomatycznej (Kasai 1999, 2000, 2001, 2005, 2009a, 2009b, 2009c; Kasai, Parsons 2003)⁸. Przez dwadzieścia lat treningów oraz praktyki scenicznej systematyzował terminologię oraz opisywał charakterystyczne dla butō psychosomatyczne techniki posługiwania się ciałem-umysłem (*bodymind*): „ciągły proces interakcji ciała z umysłem jest znamieny dla tańca butō” (Kasai 1999: 310). Kasai doszedł do wniosku, że zachodnie metody integracji ciała i umysłu (takie jak technika Alexandra, metoda Feldenkraisa, *Sensory Awareness*, metoda Gestalt czy bioenergetyka Lowena) podchodzą do ciała w sposób mechaniczny: „Terapeutyczne wykorzystywanie całości, jaką jest ciało-umysł, nie jest poza Japonią rozpowszechnione” (Kasai 1999). Natomiast w japońskiej gimnastyce Michiza Noguchiego (*Noguchi Taiso*) (por. aneks *Terminy*) i innych metodach

⁸ <http://www.ne.jp/asahi/butoh/itto/butoh-e.htm> [17.06.2011].

mających kluczowe znaczenie dla treningu butō (np. ćwiczeniach Toshiharu Takeuchiego) ciało-umysł jest postrzegane jako zintegrowana całość. Również butō można wykorzystać jako metodę służącą psychosomatycznym poszukiwaniom i wspomagającą proces wewnętrznej integracji.

Podstawowym wykorzystywanym przez Kasaia konceptem jest *butō-tai*, czyli ciało butō, a właściwie stan butō. Jest to „stan umysłu charakteryzujący się tym, że człowiek, próbując nie uprzedmiotawiać ciała, zachowuje świadomość ciała-umysłu” (Kasai 2000: 358). Ten stan świadomości wykazuje wiele podobieństw do zmienionych stanów świadomości (ASC, *altered states of consciousness*)⁹, takich jak stan hipnotyczny, trans, dysocjacja świadomości, pamięć związana ze stanem umysłu (*state-specific memory*) lub naturalna amnezja. Osoba, która osiąga ciało butō, posiada zdolność integrowania oddzielonych elementów, takich jak ciało i umysł czy podmiot i przedmiot. *Butō-tai* to nastawienie (*mindset*), a precyzyjniej: „nastawienie na poziomie cielesnym i umysłowym (*body-mind set*), [które – M.Z.] stanowi bazę dla ruchu i przygotowuje mentalno-fizyczną przestrzeń na pojawienie się tego, co najmniej spodziewane” (Kasai 2000: 356).

To stan psychosomatycznej gotowości i otwartości. Docelowo w *butō-tai* takie elementy, jak Ja, świat wewnętrzny, świat zewnętrzny i ruch, stają się nierozdzielne, i tym samym nie istnieje nikt/nic, kto/co inicjuje ruch. W ten sposób unika się uprzedmiotawiania¹⁰, czyli nadawania ciału roli narzędzia używanego przez oddzielony podmiot.

Butō-tai pozwala się otworzyć na światy paralelne, w tym szczególnie ważne wyparte przeżycia i zapomniane fragmenty historii życia. Uruchamia się pamięć związana z konkretnym stanem psychofizycznym (*state-bound* lub *state-specific memory*). Osiągając ciało butō, można wyzwolić stany mentalne zapisane w pamięci ciała, które nasza świadomość całkowicie wyparła. Ten proces koresponduje z przywoływaną przez Kasaia teorią zacerpniętą z socjologii fenomenologicznej Alfreda Schutza: coś pojawia się w naszej świadomości jako jedna z wielu paralelnych możliwości. Kontrolę nad sytuacją przejmuje silne Ja i sprawia, że wybrana opcja staje się życiem danej osoby, a równocześnie odrzucona zostaje nieskończona wielość innych opcji.

⁹ Więcej na temat butō vs ASC w: Coelho 2008b.

¹⁰ Termin „uprzedmiotawianie” w odniesieniu do butō wprowadził profesor Rolf Elberfeld, który korespondował z Toshiharu Kasaiem.

Poprzez trening integracji, którego celem jest osiągnięcie *butō-tai*, można ponownie dotrzeć do możliwości porzuconych na wcześniejszych etapach życia (Kasai 2001). Ciało *butō* można określić również jako stan czystego doświadczania rzeczywistości jako takiej. Ciało poprzez ruch i rezonans elastycznie dopasowuje się do zmieniającego się otoczenia.

Celem opracowanej przez Kasaia metody nazwanej „poznawanie ciała-umysłu poprzez metodę tańca *butō*” (Kasai 2001) jest zwiększenie proprioceptywnej wrażliwości, czyli pobudzenie zmysłu percepcji wewnątrzcielesnej. To z kolei umożliwia desocjalizację ciała (pozbycie się cielesnych uwarunkowań narzuconych w procesie socjalizacji) oraz relatywizację wyuczonych wzorów reakcji (Kasai 2001). Metoda Kasaia składa się z trzech etapów: rozigrania (*playfulness*), relaksacji (*relaxation*) i konfrontacji (*confrontation*). W fazie rozigrania krążenie energii pomiędzy uczestnikami zostaje pobudzone poprzez przyjemne i niezobowiązujące ćwiczenia. Ich celem jest przezwyciężenie sztywnego systemu „rozpoznanie – reakcja – zachowanie” i doświadczenie ciała w taki sposób, w jaki doświadczają je dzieci (Kasai, Parsons 2003). Następnie poprzez różne ćwiczenia osiąga się stan relaksacji niezbędny do tzw. rozwiązania/rozluźnienia ciała (*body-untying*). Relaksacja będąca efektem spowolnienia i pogłębienia oddechu pomaga dostrzec wypierane impulsy cielesne. Następuje przeniesienie z czasu społecznego do czasu ciała. Dzięki temu doświadczeniu możliwa staje się głębsza praca na poziomie nieświadomym. Kasai stosuje w tym celu ćwiczenie o nazwie „prostowanie ramion” (*Arm-Standing Exercise* – Kasai 2005). W pozycji leżącej, bardzo powoli unosząc ramiona, można odczuć ich wagę (siłę grawitacji), a także nauczyć się subtelnej kontroli ciała pozwalającej wyzwolić tłumione reakcje cielesne. Trzeci etap zwany konfrontacją potrafi być ciężki, bolesny, a nawet destrukcyjny. W wyniku powyższych działań pojawiają się ruchy ideomotoryczne (*ideomotor movements*), czyli takie, które nasze ciało wykonuje automatycznie, gdy tylko obraz zagości w naszej wyobraźni. Mogą się pojawić niecelowe i nieświadome zniekształcenia ciała, różne mimowolne ruchy i odruchy. „Dreszcze, tiki, szarpnięcia lub cielesne zniekształcenia, upadki i wszelkie inne mimowolne ruchy są wysoko cenione jako sposoby badania i wyzwalań ciała-umysłu” (Kasai 2001).

W efekcie tancerz zaczyna badać impulsy cielesne, które na co dzień powstrzymuje (np. drapanie miejsc intymnych). Po drugie, w procesie transformacji doświadczą wszystkich emocji pojawiających się w wyniku naturalnego

posługiwania się ciałem: tego, jak ludzie rozumieją, odczuwają i się poruszają (Kasai, Parsons 2003). Pojawienie się ruchów niezamierzonych świadczy o otwartości tancerza na bodźce, zwanej percepcją pasywną (Kasai, Parsons 2003). Jest to psychofizyczna gotowość na przyjęcie tego, co się pojawi. Kasai używa określenia „nastaw cielesno-umysłowy” (*bodymind set*).

Strategią pomagającą wywołać taki typ postrzegania jest specyficzny sposób używania wzroku. Tancerze stosują przez różne określenia: terminów „niewidzące oczy”, „spojrzenie rozproszone” (*non-seeing eyes, diffused focus*) używają Yōko Ashikawa, Kazuo Ōno, Min Tanaka, Joan Laage, natomiast Kasai woli określenie „widzenie peryferyczne” (*peripheric vision*). Wzrok rozproszony zastępuje penetrujące, dychotomizujące spojrzenie taksujące (skanujące): „powieki lekko opadają, z oczu znika napięcie, a wzrok ulega rozproszeniu. Celem tego nie jest osiągnięcie określonego wyglądu, ale zdolność postrzegania w odmienny sposób” (Kasai, Parsons 2003: 260). Pojawia się percepcja pasywna, bycie w otoczeniu, a nie wobec niego¹¹. Wykształca się zdolność widzenia pustej przestrzeni (*void space*).

Zgodnie z modelem Kasaia trening ma dwa etapy (Kasai 1999). Pierwszy, którego elementami są relaksacja, automasaż czy delikatne falowanie, można nazwać fazą relaksacji. Etap drugi, etap ruchu to dopuszczenie do głosu nieświadomych reakcji ruchowych, wynikających z wewnątrzsomatycznego pobudzenia lub z pracy z obrazem mentalnym.

W artykule zatytułowanym *New Understandings of Butoh Creation and Creative Autopoietic Butoh – From Subconscious Hidden Observer to Perturbation of Body-Mind System* Kasai (2009a) przygląda się szczególnie procesom neurofizjologicznym towarzyszącym pracy z ciałem-umysłem w butō¹². Próbuje też „wskazać związki pomiędzy podejściem butō a współczesnymi odkryciami naukowymi” oraz „pokazać butō jako proces samospelnienia w kategoriach psychologii humanistycznej Abrahama Maslowa lub proces indywidualizacji w znaczeniu wypracowanym przez Carla Gustawa

¹¹ Więcej na temat psychologicznej interpretacji procesów mających miejsce w butō w: Kasai 1999.

¹² Gdy rozpoczynałam badanie procesów towarzyszących treningowi butō, artykuł Kasaia jeszcze nie powstał. Wiele związków pomiędzy procesami mającymi miejsce podczas treningu butō a odkryciami z zakresu neuronauk i kognitywistyki analizowałam równolegle. Dlatego niektóre fragmenty rozdziałów 5. *Proces treningowy* i 6. *Transformacja tancerza i widza* mojej rozprawy mogą sprawiać wrażenie rozwinięcia jego koncepcji.

Junga” (Kasai 2009a). W związku z tym pojawiają się w nim tak różnorodne zagadnienia, jak obserwator ukryty w podświadomości, system neuronów lustrzanych, złożony system kontrolny ciała-umysłu (*multiple controller system of body-mind*), afordancja (*affordance*), czynniki psychomotoryczne: ruchy precyzyjne, efekt motyla, zakłócenie systemu, ruchy antagonistyczne, odmienne stany świadomości (ASC), schizofrenia, autopojetyczna struktura, samourzeczywistnienie Maslowa i indywidualizacja Junga.

Kasai nawiązuje do Freudowskiej teorii procesu pierwotnego i wtórnego. Procesem wtórnym rządzi zasada realności, ważną rolę pełni kontrolujący go podmiot. Natomiast proces pierwotny jest związany ze światem snów, marzeń, podświadomości, w którym to, co wydaje się nierealne, jest możliwe. Intensywność tego procesu ma wpływ na ludzką kreatywność. Butō jest ucieleśnieniem procesu pierwotnego.

Badacz sądzi, że „wiedza psychologiczna odgrywa rolę pomostu utrzymującego ciało-umysł podczas wpatrywania się w ocean podświadomości” i chroni nas przed „pomieszaniem lub załamaniem, mogącym towarzyszyć ucieleśnionemu pierwotnemu procesowi” (Kasai 2009a: 26). Metoda poszukiwań psychofizycznych poprzez taniec butō jest postrzegana przez Kasaia jako sposób osiągnięcia stanu świadomości pomagającego komunikować się z ludźmi, których Ja jest zagrożone lub niestabilne (np. schizofrenicy). W *butō-tai* wszystkie granice ego są płynne i przepuszczalne.

Natomiast w kontekście japońskiej kategorii *mi-utsushi* (zwrotnej relacji pomiędzy ciałem i umysłem, również pomiędzy ciałami-umysłami różnych osób), gdzie *mi* oznacza zintegrowany ciało-umysł (Ichikawa 1984, za: Kasai 2009a: 22), pojawia się odniesienie do teorii systemu neuronów lustrzanych. Możliwe stają się nieświadome sugestie dokonywane poprzez, również nieświadome, użycie neuronów lustrzanych. Kasai nazywa butō sztuką somestetyczną (*somesthetic art*):

Skoro stanowiące wizualny bodziec ruchy ciała innego człowieka wyzwalają somatyczne reakcje publiczności (a przynajmniej mózgowie, będące efektem działania neuronów lustrzanych), należy to dostrzec i określić butō odpowiednio jako „sztukę somestetyczną” lub sztukę doznań cielesnych. [...] I rzeczywiście podczas naszych spektakli butō często wykorzystujemy specyficzny stan ciała-umysłu, dzięki któremu publiczność zagłębia się w podświadomość; dzięki *mi-utsushi*, czyli cielesno-umysłowemu

oddźwiękowi [*body-mind echoing*], publiczność zastyga czasami niczym zahipnotyzowana (Kasai 2009a: 23).

Kasai nawiązuje tutaj do wspomnianej już pamięci związanej z określonym stanem psychofizycznym (*state-bound memory*). Zgodnie z teorią wielokrotnej rzeczywistości Alfreda Schutza człowiek stale dostosowuje się do kolejnych rzeczywistości, tzw. podstawowych prowincji znaczenia (*finite province of meaning*); te rzeczywistości to role społeczne i stany umysłu. U pacjentów z problemem wielokrotnej osobowości informacje z jednej „prowincji” nie są przenoszone do drugiej, problemem jest zatem rodzaj niedoboru pamięci. Traumatyczne doświadczenia wiążą się z wystąpieniem ASC, a wszystko to, co wydarzyło się podczas przebywania w danym stanie świadomości, zostaje zapomniane. Poprzez eksplorowanie stanów cielesnych możliwe staje się przywołanie określonych stanów umysłu, a co za tym idzie – związanych z nimi wydarzeń. Kasai nazywa to „eksplorowaniem wcielonej psychoarcheologii” (*exploration of embodied psycho-archaeology*).

Kasai przytacza również teorię obserwatora ukrytego w podświadomości, stworzoną przez Ernesta Hilgardsa w wyniku badań osoby będącej w stanie hipnozy. Badany potrafił za pomocą mowy i pisma równocześnie budować rozbieżne relacje, tak jakby czyniły to dwie różne osoby. Być może z podobnym zjawiskiem rozszczepienia mamy do czynienia w przypadku transu. Inne istotne dla analizy butō teorie dotyczą precyzji ruchu i afordancji. Zgodnie z pierwszą mięśnie działają raczej jak sensory niż katalizatory ruchu. W budowaniu ruchu potrzebna jest wrażliwość na bodźce zewnętrzne i wewnętrzne: nie wystarczy pozwolić świadomości choreografować, gdyż jest zbyt wiele czynników, które należy wziąć pod uwagę. Precyzja i koncentracja osiągane dzięki ćwiczeniom (np. *Noguchi Taiso*) pozwalają lepiej i elastyczniej reagować na wszelkie bodźce. To wiąże się z teorią afordancji. Jerome Gibson wskazuje, że określone cechy przedmiotów pozwalają podjąć określone działania; możliwości działania są związane z określonymi warunkami. Afordancja to „kompatybilność bodziec – reakcja”, czyli umiejętność dostosowania naszego zamysłu do bodźców pochodzących ze świata fizycznego. Jedynie poprzez trening precyzji ruchowej można zbadać granice ciała-umysłu, i tym samym pogłębić poznanie psychosomatyczne.

Kasai wyprowadza analogię pomiędzy tzw. efektem motyla, stanowiącym podstawę teorii chaosu, a ruchem w butō. Kreatywny proces ruchowy zaczyna się przeważnie od drobiazgów: drobna przeszkoda, np. drzazga albo niemife

wspomnienie, prowadzą ciało w najmniej oczekiwaną stronę. Inspiracje dla ruchu mogą również stanowić wszelkie antagonizmy. Dychotomie – takie jak zginacz – prostownik, id – superego, pobudzenie emocjonalne – ograniczenia społeczne – ścierając się, tworzą nową jakość, przestrzeń i energię. W „czystym doświadczeniu” (Kasai powołuje się na Kitarō Nishidę) dwie przeciwstawne siły tworzą jednowymiarową (*uni-dimensional*) przestrzeń, „absolutnie sprzeczną tożsamość”, która jest dostępna jedynie w doświadczeniu.

Dzięki praktykom inspirowanym przez teorię afordancji, wykorzystującym perturbacje (zakłócenia) i ruchy przeciwstawne, pojawiają się emocje i stany emocjonalne pochodzące z nieświadomości zbiorowej lub głębi „archo-umysłu”, jak również pogłębione odczuwanie cielesne. Taniec butō postrzegany jako metoda psychosomatycznej eksploracji „pozwała performerom być w pełni świadomym tego, co się dzieje z ich umysłem i ciałem” (Kasai 2000: 354).

Butō jako proces alchemiczny (Sondra Horton Fraleigh)

Jeśli chodzi o budowę modelu treningu butō, ważny jest również wkład intelektualny filozofki, teoretyczki tańca Sondry Horton Fraleigh. Uczona przedstawiła w wydanej w 1996 roku pozycji *Dance and Lived Body* (Fraleigh 1996) filozofię tańca z perspektywy fenomenologii egzystencjalnej. Taniec butō, którego badaniem i analizą zajęła się w kolejnych pracach (Fraleigh 2004, 2010; Fraleigh, Nakamura 2006), wpisała w swój model. Zaproponowała filozoficzne ujęcie butō, zwracając uwagę na doświadczenie wewnętrzne jako płaszczyznę, na której uwypukla się specyfika poszczególnych form tańca. Ujęcie fenomenologiczne, poprzez zwrócenie się ku doświadczającemu podmiotowi, stanowić może ważne filozoficzne zaplecze badań procesu twórczego.

W pracy *Butoh. Metamorphic Dance and Global Alchemy* Fraleigh (2010) przedstawia swoją wizję butō jako tańca alchemicznego (w swoich książkach używa ona poetyckiego języka, dlatego badacz poszukujący odniesień do konkretnego działania często musi samodzielnie rekonstruować proponowany model zjawiska). Taniec butō przejawia się w różnych formach: „produkcjach scenicznych, tańca na łonie przyrody, rytuałów społecznościowych i tańca uzdrawiającego” (Fraleigh 2010: 3).

Najważniejszym aspektem butō jest jego „potencjał transformacyjny oraz somatyczno-szamanistyczne podłoże” (Fraleigh 2010: 11). Tak jak szamani

tancerze butō wykorzystują ruch, by się przemieszczać pomiędzy uświadamianymi i nieuświadamianymi poziomami życia. Podobnie jak szaman butōka nawiązuje bliski kontakt z duchami przodków oraz z całym otaczającym światem. Fraleigh nazywa też tancerza butō „ostatnim samurajem” – „nieustraszonym wojownikiem i duchowym żebrakiem” (Fraleigh 2010: 35), doświadczającym poprzez taniec transformacji, której podlega współczesny świat.

Butō jest formą tańca bazującą na metamorfozie, na paradoksalnym imaginarium, na niekończącym się procesie. Słowo *morph* (tak jak w polskim „metamorfoza”) pochodzi od greckiego *morphos* – forma, kształt, struktura. Przechodzić metamorfozę znaczy zmieniać formę, kształt. „Morfologia jest zatem nauką o formach i ich transformacjach, również dotyczy to kamieni, roślin i zwierząt [...] Całe ludzkie życie jest morfologią, nauką o narodzinach, śmierci i nadziei” (Fraleigh 2010: 44).

Improwizacja jest równoznaczna z procesem transformacji: jest to cykliczne przyswajanie kolejnych wyobrażeń (lub inaczej: obrazów, figur) i stawanie się z nimi jednym. *Butō-fu* Tatsumiego Hijikaty to szesnaste albumów wypełnionych wycinankami i strumieniami wyobrażeń zawartych w słowach. Jego uczeń Yukio Waguri w 1992 roku założył Hijikata Method Study Group, a w 1996 zaprezentował *Butoh Kaden*, „podróż przez siedem światów butō, [...] od wilgotnych i mrocznych, do lekkich i świetlistych” (Fraleigh 2010: 43), gdzie przedstawia *butō-fu* w działaniu. Ciało ludzkie zostaje pokonane, przekroczone, po to by się pojawić w nowej formie. Zamiast napięcia pomiędzy przeciwstawnymi elementami pojawia się płynna wymiana i przemiana. *Butō-tai* (ciało butō) nie jest reprezentacyjne, ale relacyjne. „Jest eksperymentalną somatycznością”, może „inkorporować materialne obiekty, obrazy mentalne i poetyckie kolaże” (Fraleigh 2010: 48). Pomaga odnaleźć w samym sobie inność.

Według Fraleigh istotę butō stanowi proces przemiany. Metamorfoza ma miejsce w „przestrzeni pomiędzy”, określanej japońskim terminem *ma* (Fraleigh 2010: 6). *Ma* nie ma wymiaru percepcyjno-przestrzennego, ale umysłowy. Fraleigh określa ją mianem „ekspansywnego stanu umysłu” (Fraleigh 2010: 6), jest przestrzenią metamorfozy. Tancerze butō stosują rozmaite środki służące metamorfozie, np. *hokōtai*, przyjmowanie ciała cierpiącego, porzucanie ciała społecznego, dokonywanie przemiany duchowej, bycie stającym się ciałem, bielenie ciała, kostium etc. (por. Fraleigh 2010: 37–63).

Tancerz zachodni unosi się, przewyciężając grawitację, natomiast tancerz butō zapada się, ukorzeniając w ziemi i w ten sposób uwalnia górną część ciała. Służy temu podstawowy krok w treningu butō, tzw. *zero walk, hokōtai*. Tancerz butō dopuszcza do siebie cierpienie, ból i cielesną brzydotę. Równocześnie porzuca te elementy, które wiążą się z codziennym bytowaniem. Pozbywa się ciała społecznego. Czyni to poprzez niecodzienne techniki cielesne: puszczanie ciała, wytrząsanie go, poruszanie się w pozycji kucznej, niezwykle powolny krok, a na etapie działań scenicznych – pokrywanie ciała neutralizującą warstwą bieli. „Nagość jest w butō stylizowana, a kostiumy – metaforyczne” (Fraleigh 2010: 56), wyrafinowane, surrealistyczne, odzwierciedlające postulat dawania głosu temu, co społecznie tabuizowane. Równocześnie, podobnie jak ciała społecznego, tancerz pozbywa się ego: rozpoznaje je i „wysyła w przestrzeń” (Fraleigh 2010: 60).

Ciało, które nie zostało „obrabowane” (w toku socjalizacji), staje się czymś w rodzaju niezapisanej kartki, na której można umieszczać dowolne obrazy lub, używając trójwymiarowej metafory, pustego, zmieniającego formę pod wpływem umieszczonej w nim substancji naczynia. Proces przemiany ma wymiar duchowy: wiąże się z kultywacją „trzeciego oka”, rozumianego przez naukę zachodnią jako szyszynka, organ odpowiedzialny nie tylko za wytwarzanie melatoniny, regulującej cykle życiowe, ale również za zdolność do fantazjowania i kreowania wyobrażeń.

Polskie badaczki warsztatu butō

Również w artykułach i pracach polskich uczonych pojawiały się elementy analizy warsztatu butō. Znaleźć je można w rozprawach Katarzyny Bester, Aleksandry Capigi-Łochowicz, Julii Hoczyk oraz Katarzyny Julii Pastuszak.

Katarzyna Bester poświęciła czwartą, najważniejszą część swojej pracy *Butō – od nazwy do istoty* (2010a) zagadnieniu warsztatu butō. Wyznaczyła kolejne etapy: rozgrzewkę, totalną relaksację (relaksacyjna uwaga, bierna koncentracja), etap „moje ciało może wszystko”, czyli etap transformacji (kluczowe obrazy to: ameba, drzewo, kulminacyjnym momentem jest „chodzenie we śnie”, czyli realizacja ucieleśnienia w ruchu). Analizowała opisywaną przez siebie metodę butō jako rodzaj „medytacji i kontemplacji artystycznej”.

Aleksandra Capiga-Łochowicz w książce z 2009 roku zatytułowanej *Bunt ciała. Butoh Hijikaty* (na podstawie pracy magisterskiej obronionej

w Zakładzie Sinologii i Japonistyki, w Instytucie Filologii Orientalnej na Uniwersytecie Jagiellońskim) (Capiga 2009) skupia się raczej na biografii oraz wyobraźni Hijikaty, nie przeprowadza systematycznej analizy stosowanych przez niego technik (choć w publikacji znajduje się ciekawy rozdział *Warsztat sceniczny Hijikaty*).

Julia Hoczyk analizuje w swojej pracy magisterskiej *Japoński taniec butō. Historia i charakterystyka gatunku* (2009a) dwa klasyczne style butō: mroczny styl Hijikaty i świetlisty Ōna. Sięga do analizy kultury japońskiej poprzez pryzmat semiotyki Barthes'a, porównuje japońskie i zachodnie kategorie kulturowe, kluczowe dla zrozumienia fenomenu butō, analizując problem cielesności w butō, odwołuje się do myśli Artauda, Bataille'a i Derridy. Jednak w rozprawie nie zajmuje się analizą procesu treningowego.

Katarzyna Julia Pastuszek w rozprawie doktorskiej zatytułowanej *Ankoku butō Hijikaty Tatsumiego – teatr ciała-w-kryzysie* (2010a) śledzi rozwój butō od jego genezy, poprzez okres „pre-historii notacyjnego butō” (1959–1972), aż do „notacyjnego butō” (1972–1985), zwracając uwagę na technikę ciała i metodę choreograficzno-treningową. Omawia fenomen instrukcji *butō-fu*. Pastuszek zamieściła również w swojej pracy analizę trzech warsztatów *Ankoku butō* prowadzonych przez uczniów Hijikaty według jego metody.

Z kolei Iwona Wojnicka otworzyła w 2011 roku artystyczny przewód doktorski „Inspiracje w teatrze tańca butoh” na Uniwersytecie Muzycznym im. Fryderyka Chopina w Warszawie. W ramach stażu w Codarts w Rotterdamie (2010–2012) rozwija swoje tezy doktorskie dotyczące metod pracy w butō.

Oprócz wymienionych autorek w pracach magisterskich obronionych na wrocławskim kulturoznawstwie tańcem butō zajmowały się Małgorzata Barrek, która w rozprawie *Butō i problem cielesności* (2009) poświęciła treningowi cztery strony, porównując metodę butō z metodą *via negativa* Jerzego Grotowskiego, Magdalena Niemczycka w pracy *Butoh: wydzieranie ciemności z ciała* (2005) i Izabela Walkowiak w pracy *Kostium w tańcu butō* (2009). W roku 2012 Ewa Janicka obroniła w Zakładzie Performatyki Uniwersytetu Adama Mickiewicza w Poznaniu pracę doktorską zatytułowaną *Transkulturowy charakter japońskiego tańca butō*, napisaną pod kierunkiem dr. hab. Juliusza Tyszki.



rozdział trzeci

Butō w Polsce

Do tej pory nie prowadzono badań polskiej sceny butō. Najwięcej informacji na temat poszczególnych artystów można uzyskać na ich stronach domowych w Internecie. W wielu czasopismach pojawiały się recenzje spektakli lub krótkie wywiady. Jednakże żadne z tych źródeł nie dostarcza informacji na temat praktyk cielesnych ani technik wykorzystywanych podczas treningu butō. W wywiadach przeznaczonych dla szerokiego grona odbiorców twórcy są zwykle indagowani na temat definicji butō oraz ostatnich prezentacji scenicznych. Wiedzę na temat wspomnianych praktyk uzyskałam podczas przeprowadzonych przeze mnie wywiadów, których treść konfrontowałam z własnymi doświadczeniami treningowymi (warsztaty) oraz obserwacjami.

Charakterystyczna dla polskich tancerzy butō jest różnorodność zaplecza artystycznego, związana z szeroko zakrojonymi poszukiwaniami w zakresie ruchu i cielesnych praktyk doświadczeniowych (*experiental*)¹. Butō pojawia się na festiwalach tańca (np. Gdański Festiwal Tańca), festiwalach sztuki performansu (np. Mandala Performance Festival we Wrocławiu) czy festiwalach teatralnych (np. Festiwal Fortalicje w Zamościu). Odbývają się również festiwale w całości poświęcone butō, np. pierwsza edycja Maat Festival 2009 w Lublinie, a wcześniej kilka edycji Festiwalu Tańca Butō przy Klubie Żak w Gdańsku.

Analiza butō zarówno jako formy scenicznej, jak i metody treningu wymaga wzięcia pod uwagę wewnętrznej złożoności tego gatunku.

¹ Richard Shusterman, zajmując się zagadnieniem świadomości ciała, wprowadził podział praktyk cielesnych na praktyki doświadczeniowe (*experiental*), bazujące na somatycznej introspekcji, oraz przedstawieniowe (*representional*), których celem jest kształtowanie wizerunku (por. Shusterman 2007: 78, 2010; Małecki 2009: 14).

Praktykę polskich reprezentantów butō można analizować w kontekście zjawiska przepływu kulturowego i rozprzestrzeniania się lokalnie ukształtowanych praktyk artystycznych, do jakich należy z pewnością butō Tatsumiego Hijikaty. Przydatne w tym kontekście są dociekania Ulfa Hannerza na temat puli kultury i jej dostępności (por. Hannerz 2006). Stwierdza on, że nie wszystkie elementy kultury są równie łatwo dostępne, niektóre z nich wymagają czegoś, co można nazwać „ścieżkami dostępu”. Oznacza to, że w obiegu kulturowym dostęp do niektórych znaczeń jest zapośredniczony przez wcześniejsze włączanie do własnego repertuaru kulturowego szeregu elementów. W przypadku butō ścieżki te są czymś fundamentalnym. Wszyscy polscy tancerze butō praktykowali wcześniej tzw. *mind-body practices* (inaczej: praktyki psychosomatyczne), w których łączy się aktywność cielesną i mentalną. Samo działanie jest więc aktem cielesno-mentalnym. Te właśnie praktyki uważam za wspomnianą ścieżkę dostępu.

Istotę butō stanowi w moim przekonaniu specyficzny trening psychofizyczny, otwierający przed artystą możliwość uważniejszego doświadczania siebie i świata w wymiarze czasowym i przestrzennym. Dlatego przedstawiając i analizując trening poszczególnych tancerzy butō, skupiam się na określonych technikach pracy z ciałem.

Praktyki tancerzy butō i artystów wykorzystujących w swojej scenicznej twórczości elementy treningu butō rozciągają się od tańca współczesnego i pantomimy do terapeutycznej pracy z ciałem, sztuk walki oraz działań w sferze wizualnej. Te różnorodne techniki pracy z ciałem-umysłem ukształtowały pokolenie tancerzy, performerów, moverów (por. aneks *Terminy*) otwartych na prowadzenie eksperymentalnych poszukiwań w zakresie możliwości własnego ciała. Techniki wykorzystywane przez polskich tancerzy w treningu butō są naturalnym rozwinięciem ich wcześniejszych poszukiwań. Znajomość specyficznych metod psychofizycznych pozwala wzbogacić warsztat artystyczny. Zależność pomiędzy tańcem butō, metodami somatokinetycznych poszukiwań (np. aikido, DMT) i innymi technikami artystycznymi (np. mim, taniec współczesny) jest więc niezaprzeczalna. Podsumowując, można powiedzieć, że transkulturowy rdzeń butō pozwala tancerzom integrować różne techniki pracy z ciałem-umysłem, a naturalnym środowiskiem polskich butoków są poszukiwania intergatunkowe i somatokinetyczne.

W kolejnych, poświęconych doświadczeniom i praktykom polskich tancerzy butō rozdziałach przyjrę się technikom i metodom pracy z ciałem-

-umysłem kształtującym wrażliwość somatyczną poszczególnych artystów, jak również samemu procesowi twórczemu.

Paweł Dudziński. Rytuał intuitywny

Mianem prekursora butō w Polsce można określić Pawła Dudzińskiego, z zawodu rzeźbiarza-architekta. Jego „intuitywna” metoda działań twórczych wykrystalizowała się w latach siedemdziesiątych XX wieku w ramach działań Grupy Aktywności Intuicyjnej (1974), zanim jeszcze zetknął się on z tańcem butō *par excellence*. Działania tej grupy, jak również późniejszej Grupy Terapeutycznej Performer (1983), przemianowanej w 1989 roku na Teatr Performer, bazują na procesie, którego źródłem są uważność na bodźce zewnętrzne, uwrażliwienie zmysłowe i intuicja. Ta metoda twórcza oczywiście nie zrodziła się w próżni: Dudziński inspirował się działaniami wielu artystów funkcjonujących na polu zarówno sztuk wizualnych, eksperymentu muzycznego, jak i teatru działań bezpośrednich. Interesowały go szczególnie formy eksperymentalne, które w drugiej połowie XX wieku, w wyniku przemian społeczno-kulturowych, zdominowały poszczególne dyscypliny sztuki.

Jako rzeźbiarz śledził ze szczególną uwagą to, co się działo w obszarze sztuk plastycznych/wizualnych. Działania happenigowe i performanse Jacksona Pollocka i Yves’a Kleina, jako akcje intuitywne², są najczęściej przywoływanym źródłem jego inspiracji. Joanna Sokołowska w artykule *Inspiracje – improwizacje – intuicja. Sztuka performance Pawła Dudzińskiego* (2008) podkreśla, że w przypadku Dudzińskiego metoda *action painting* Pollocka „przechodzi w *body painting*”, a płótno zostaje zastąpione ciałem, na którym artysta rozprowadza farby. W spektaklach Teatru Performer, *Misteriach Barwy i Dźwięku*, artysta wykorzystywał metodę *dripping* (czyli pryskania, chlapania), transformując samego siebie w podłoże, czy raczej „podobrazie”.

Jeśli Jackson Pollock zdjął płótno ze sztalugi, wyjął z ram, położył je na podłodze, wszedł na to płótno – ustanowił inny kontakt z dziełem, które stwarzał. Będąc fizycznie na płótnie, stworzył kontakt bardziej bezpośredni. Ja, rozbierając się, położyłem się na płótnie i wylałem kubek farby. Wyszedłem poza to, co pokazał Pollock (Dudziński, za: Sokołowska 2008).

² Intuitywność – termin zostanie przybliżony w dalszej części rozdziału; por. też aneks *Terminy*.

Aktor Teatru Performer, stykając się z farbami ciekłymi i sypkimi, jest cielesnie i duchowo wewnątrz obrazu (dzieła sztuki), bardziej niż miało to miejsce w przypadku Pollocka – wielkiego amerykańskiego malarza (Dudziński 2008). Dudziński w swoich akcjach artystycznych ustosunkowywał się również do antropometrii Kleina, „które powstawały po odcisnięciu na płótnie unurzanego w farbie ciała modelki” (Dudziński 2006: 177). On jednak poszedł w tym eksperymencie dalej: dla Kleina modelki stanowiły rodzaj wirtualnego pędzla, natomiast Dudziński w pędzel przeistoczył samego siebie.

Dzięki utanecznieniu aktora, poprzez filozofię tańca butō oraz muzykę spektaklu wykonywaną na żywo – poszerzyliśmy dokonania innego twórcy, Yves’a Kleina traktującego pomalowaną farbami modelkę jedynie jako pieczęć do odciskania na płótnie (Dudziński 2008).

W ten sposób, korzystając z transgresyjnych doświadczeń swoich poprzedników, dokonywał podczas performansu aktu autotransformacji: jego ciało stawało się zarówno pędzlem, jak i płótnem.

Kolejną bardzo ważną inspirację artysty stanowią działania Jerzego Grotowskiego.

Cały czas jest mi blisko do Grotowskiego. Kiedy zobaczyłem *Apocalypsis cum figuris*, przeżyłem wstrząs, który zaważył na moim rozwoju, i po studiach założyłem teatr, który wynikał niejako z fascynacji Grotowskim, przeczytałem wszystko o Grotowskim wydane w kraju (Dudziński, za: Sokołowska 2008).

Dudziński odwołuje się zarówno do działań Grotowskiego z okresu teatralnego (idei „teatru ubogiego”), jak i do działań z okresu Sztuk Rytualnych, nazywanego przez niego „okresem tzw. sztuk performatywnych” (Dudziński 2006: 180). Podobnie jak Grotowski za cel stawia sobie dotarcie do „obszarów sprzed narodzin teatru jako instytucji” (Dudziński 2006: 180).

Metoda, która emergentnie wyłoniła się na bazie twórczej syntezy sztuk wizualnych (plastycznych) z muzyką i sztukami performatywnymi (teatr alternatywny), nazwana została w roku 2004 na potrzeby książki *Rytuał intuitywny. Metoda artystyczna Teatru Performer* (por. Dudziński 2004) właśnie rytuałem intuitywnym. „Grotowski oczyścił teatr, odwracając się od tradycji i w efekcie rezygnując całkowicie z teatru. Ja podążyłem z powrotem do teatru. Interesowało mnie, czy można robić teatr, posługując się naszym nowym

językiem” (Dudziński 2006: 180). Celem Dudzińskiego jest tworzenie teatru nieliterackiego i wspólnotowo-rytualnego. Ten postulat w rzeczywistości bardzo przypomina manifesty Antonina Artauda, wizjonera i reformatora, którego idee odnowy teatru były dobrze znane Grotowskiemu.

Akcje grupy Dudzińskiego

[...] są procesem [...]. Niczego nie udajemy – nie naśladujemy, jak to się dzieje w teatrze, lecz jesteśmy w procesie, który podobnie jak burza czy rośnięcie trawy sam w sobie jest reżyserią, scenariuszem i akcją. W rzeczywistości wszystko jest naturalnie logiczne. Wystarczy znaleźć się w procesie, aby niedorzecznością stała się myśl o reżyserii czy scenariuszu. To formy przeżyte i bezużyteczne (Dudziński 2006: 179).

„Performer to aktor nieuzbrojony, to likwidacja przedstawienia, to procesy, które pojąć może tylko ktoś, kto odwoła się do intuicji” (Dudziński, za: Sokołowska 2008).

Z perspektywy sztuk plastycznych można powiedzieć, że performer staje się pędzlem, a zarówno jego ciało, jak i otaczająca przestrzeń są płótnem³. Natomiast używając nomenklatury teatrologicznej – że aktorzy Teatru Performer tworzą przestrzeń, znakując ją za pomocą ciała, które równocześnie dzięki użyciu farby „pokrywają się” kostiumem. „Wszystko to, nazwane *Misteriami Barwy i Dźwięku*, zmierzało do bezpośredniego wejścia w proces – cielesnej obecności w obrazie” (Dudziński 2006: 178).

Dudzińskiego, jak sam twierdzi, interesuje rytuał „precyzyjnie odwzorowany, wejście w kontrolowany trans” (Dudziński 2006: 180); rytuał pojmuje on jako „głębokie wejście w siebie, otwarcie się” (Dudziński 2006: 180). „Rytuał jest jednocześnie zaprzeczeniem rytuału, a jednocześnie nim jest, bo na każdym spektaklu dzieje się tak samo – jest dźwięk, jest kolor, jest aktor, jest przestrzeń” (Dudziński, za: Sokołowska 2008). Rytuału, „jaki był początkiem teatru” (Dudziński 2006: 181), nie sposób odtworzyć precyzyjnie, gdyż performerom „zawsze towarzyszą różne warunki związane z czasem i przestrzenią” (Dudziński 2006: 181).

Idea rytuału intuitywnego polega na tym, że artysta dokonuje dzieła tu i teraz. Nie ma świadomości, co to będzie, stan ten pozwala mu w momen-

³ W ten sposób w 1994 roku powstało największe malowidło na świecie, *Amrita*, o powierzchni 17 830 m², które w 1997 roku zostało wpisane do *Księgi rekordów Guinnessa*.

cie tworzenia poszerzyć własną jaźń artystyczną, skoro wchodzi w teren nieznaną, sam poszerza ów teren (Sokołowska 2008).

Rytuał intuitywny nie polega na powielaniu spektakli ćwiczonych na próbach. Jest rytuałem otwarcia się, za każdym razem innym, w zależności od czasu, miejsca, energii, tak by móc świadomie kreować, lecz jednocześnie być na tyle czujnym, by dawać się kreować powstającej sytuacji i energii scenicznej (Dudziński 2008).

Odnośnie do swoich działań Dudziński używa też określenia „misterium”.
To podbój

[...] nieznaną przestrzeni, której uaktywnienie pozwoliłoby na uruchomienie nieużywanych obszarów psychiki. Istniały też zdarzenia, które sugerowały, że w człowieku tkwią nieznanne możliwości. Myślę o tańcach derwiszów czy obrzędach wudu ujawniających istnienie nieznanych sił, w kontakcie z którymi człowiek-artysta mógł funkcjonować na innych głębszych poziomach (Dudziński 2006: 178).

Artysta wyjaśnia: „Aktor naszego teatru podlegał kontrolowanemu transowi twórczemu. Transowi o wiele głębszemu, niż jest to w przypadku spektaklu w teatrze tradycyjnym czy, jak kto woli, alternatywnym” (Dudziński 2006: 182).

Rytuał intuitywny należy zatem rozumieć jako performans („artysta dokonuje dzieła tu i teraz”, jego nadrzędnym zadaniem jest „świadomie kreować, lecz jednocześnie być na tyle czujnym, by dawać się kreować powstającej sytuacji i energii scenicznej”), w którym liczy się nie tylko proces artystyczny („stan ten pozwala mu w momencie tworzenia poszerzyć własną jaźń artystyczną”), ale również proces samorozwojowy („uruchomienie nieużywanych obszarów psychiki”) oraz duchowy, odpowiadający doświadczeniu szamańskiemu („istnienie nieznanych sił, w kontakcie z którymi człowiek-artysta mógł funkcjonować na innych głębszych poziomach”) (por. Dudziński 2006).

Analizując metodę twórczą Teatru Performer, trzeba wziąć pod uwagę takie elementy, jak: intuicja, improwizacja, stan poszerzonej świadomości, trening, wykorzystywanie materiału wewnętrznego, otwarcie się na impulsy z zewnątrz.

Punktem wyjścia dla każdej akcji Teatru Performer jest nawiązanie kontaktu z „intuitywnym obszarem wyobraźni” (Dudziński 2006: 181).

Intuicja, podświadomość – różnie to ludzie nazywają, ale to coś w nas istnieje i powinniśmy do tego sięgać, żeby to przeżyć. Artysta jest blisko natury, chaosu, kosmosu, nieuporządkowanej energii, niezbadanej głębi, tabu; daje mu to moc wyznaczania wektorów społeczeństw (Dudziński, za: Sokołowska 2008).

„Aktor ma zatem rzadką możliwość bardzo głębokiego wejścia w swoje rejony psychiczne, poszerzające jego jaźń artystyczną” (Dudziński 2006: 183).

Dudziński, by nakreślić rys historyczny działań intuitywnych, przytacza nazwiska wielu artystów i przywołuje różne dyscypliny (por. Dudziński 2006: 181). Najbliższa jest mu sfera działań dźwiękowych, muzycznych. *Free jazz*, harmolodyka (por. aneks *Terminy*), dodekafonia (por. aneks *Terminy*) nie korzystały z zapisu muzycznego (scenariusza), nie dbały również o tradycyjnie przyjęte podziały harmoniczne dźwięków (konwencja). Także w malarstwie spotyka się działania twórcze oparte na wykonaniu intuitywnym – Dudziński wymienia (poza oczywiście Pollockiem) Wassilego Kandinskiego, Stanisława Ignacego Witkiewicza, a nawet Pabla Picassa, który stwierdzał: „Malarstwo robi ze mną, co chce”. Natomiast w teatrze to Juliusz Osterwa „mówił o czwartym, najwyższym stopniu aktorskiego wtajemniczenia”, o staniu się powiernikiem, zastępcą Istot Wyższych lub poręczycielem ich woli. Działający w ten sposób artysta angażuje się jedynie w „pewien proces, niezmiernie czuły na jego impulsy, był otwarty na coś, co przychodziło do niego z zewnątrz – nazywamy to natchnieniem twórczym” (Dudziński 2006: 181).

Dudziński podkreśla teatralność działań swojej grupy, ale jednocześnie odżegnuje się od całej tradycji teatralnej. Uważa, że „cały teatr, nawet najbardziej nowoczesny i alternatywny, porusza się w obszarze bezpiecznej konwencji – odtwarzania wyuczonej partytury” (Dudziński 2006: 182). Natomiast podstawą działań Teatru Performer jest improwizacja.

Nie ma spektaklu teatralnego, ćwiczonego i odtwarzanego, zamiast tego mamy kreowanie na oczach widzów, kreowanie rzeczywistości wewnętrznej [...] Nie robimy prób spektaklu w tradycyjnym znaczeniu tego słowa, każdy robi próby sam ze sobą. Wspólne spotkanie na spektaklu jest wydarzeniem/zderzeniem – powstaje struktura zrodzona z indywidualnych treningów (Dudziński, za: Sokołowska 2008).

Ponieważ celem działań performerera jest „kreacja totalna” (por. Dudziński 2006: 182–183), musi on być wieloaspektowo przygotowany. Dudziński

określa to terminem „wielozawodowość” (Dudziński 2006: 185). Aktor powinien wykonywać ćwiczenia teatralne związane z ciałem i głosem, znać podstawy plastyki (np. kompozycja) oraz praktyk wywodzących się ze sztuk wizualnych, takich jak performans, sztuka ciała, sztuka instalacji, graffiti. Oprócz tego ważne jest wykształcenie w zakresie audio artu i improwizacji muzycznej oraz tańca współczesnego.

Umiejętność intuitywnego nawiązania kontaktu z treściami nieświadomymi nie jest czymś danym – jest wynikiem treningu. Dlatego pojawia się drugi, najważniejszy aspekt treningu: „działania rozwijające osobowość, skierowane na wrażliwość i intuicję [...], rozwój potencjału twórczego” (Dudziński 2006: 185). Kształcenie osobowości to podstawowy kierunek edukacji aktora Rytuału Intuitywnego. W Rytuale

Podmiotowość aktora może zaistnieć realnie, gdyż będąc kreatorem, ma on oczywisty wpływ na rozwój sytuacji scenicznej, jakość i pulsacje tempa oraz dynamiki. Oddech aktora, jego głębokość i częstotliwość to już podstawa rytmu. Podobnie kondycja. Jej słabnięcie i pobudzenie to także naturalny i wiarygodny sposób rytmizacji spektaklu. [...] Wymaga to głębszego pobudzenia uwagi i wrażliwości niż w wypadku aktora, który znając partyturę spektaklu, doskonale zna jego strukturę. Odporność psychiczna aktora Rytuału Intuitywnego musi być więc o wiele większa (Dudziński 2006: 183).

Trening nie polega na wykonywaniu zestawu ćwiczeń fizycznych, ale składają się nań improwizacje, „za każdym razem na inny temat, mające na celu rozwiązanie jakiegoś problemu, który stawia prowadzący” (Dudziński 2006: 183). Dotyczą one często abstrakcyjnych zagadnień, takich jak

[...] ciężar, ulotność, kontrast, przenikanie [...]. Tematy te są tylko impulsami, zapłonami mającymi spowodować wspólne działanie, w których każdy rozwiązuje własne problemy – przemyślenia, emocje, rozładowuje jakieś napięcia, z uwagą skierowaną na innych. Można to nazwać permanentną improwizacją (Dudziński 2006: 185–186).

Trzecim aspektem treningu są wyprawy w teren, czyli w miejsca dzikie i niezamieszkałe, których celem jest

[...] wyciszenie i zredukowanie negatywnych bodźców [...]. Po kilku dniach takiego pobytu następuje przemodelowanie percepcji. Wyostrajają się zmy-

sły – wzrok, słuch, a nawet węch. [...] Trzeba być ciągle uważnym i otwartym na to, co się wokół dzieje i co może się wydarzyć (Dudziński 2006: 186).

Ten rodzaj działania w naturalnym środowisku performerka Justyna Jan-Krukowska będzie określać mianem „uwrażliwiania sensorycznego”.

Tak skonstruowany trening pozwala aktorom osiągać w trakcie działań artystycznych swoisty stan umysłu. „Odbywa się to w specyficznej atmosferze duchowej. Jest to taki stan psychiczny – ekstazy czy transu – gdy pobudzona świadomość zmienia się i poszerza, gotowa przyjąć inne, pozacodienne, pozaziemskie sygnały” (Dudziński 2006: 180). Taki rodzaj uwrażliwienia pozwala reagować w nieautomatyczny sposób na bodźce zewnętrzne i wewnętrzne. „Wysłuchując się w swoje odczucia, aktor ma wystarczająco dużo czasu, aby je zidentyfikować i uzewnętrznić” (Dudziński 2006: 183). Dudziński opisuje proces budowania wewnętrznego „zasobnika”, który zostaje później wykorzystany w działaniach artystycznych. Aktorzy stają się

[...] nadzwyczaj wrażliwi na impulsy z zewnątrz i skoncentrowani. Pejzaż za oknem autobusu, jakieś zdarzenia po drodze, nasze rozmowy „na temat” – wszystko to składa się na „materiał wewnętrzny”⁴, z którego czerpiemy podczas spektaklu. Umiejętność koncentracji i możliwość działania w każdych warunkach przestrzennych – jesteśmy przecież teatrem plenerowym – pozwala nam świadomie wejść w spektakl-proces (Dudziński 2006: 180–181).

Podczas akcji/spektaklu materiał wewnętrzny zostaje zaktywowany w wyniku interakcji dokonujących się pomiędzy aktorem a muzykiem. Aktorzy utożsamiają się z bodźcami odwewnętrznymi i tymi z zewnątrz. Jak twierdzi Dudziński: „Zamiast usilnie naśladować stawanie się źródłem – staliśmy się źródłem. Miast usilnie naśladować proces – staliśmy się procesem” (Dudziński 2006: 188).

Pomimo zachowania teatralnego *entourage’u*, jak również stosowania teatralnej nomenklatury („aktorzy”, „spektakle”) działania Teatru Performer

⁴ Określenia „materiał wewnętrzny” (*inner material*, ew. materia wewnętrzna) używał też Tatsumi Hijikata, pisząc o doświadczeniach życiowych, z których czerpał materiał dla swojej filozofii tańca oraz działań scenicznych. Natomiast słowo „materiał” dotyczyło konkretnej, fizycznej materii (np. specyfiki różnych ciał), w którą oblekały się wewnętrzne treści (por. Hijikata 2000c).

można raczej analizować jako sztukę akcji. Interakcja pomiędzy aktorem i muzykiem (dwoma performerami), jak również interakcje z publicznością (uczestnikami) i przestrzenią (wszelkie bodźce z otoczenia) funkcjonują na zasadzie autopojetycznej pętli feedbacku. Powstaje „spektakl przestrzenny, cybernetyczny – to znaczy samosterujący się, samokonstruujący się” (Dudziński 2006: 188).

Rytuał intuitywny bazuje na pracy z ciałem-umysłem, która bardzo przypomina cielesno-mentalny trening tancerzy butō. Jest rodzajem improwizacji opartej na byciu tu-i-teraz i pozarefleksyjnym reagowaniu na bodźce odbierane przez eksteroreceptory i interoreceptory. Pomiędzy performerami a otoczeniem pojawia się sprzężenie zwrotne. W procesie tym świadomość dosłownie stapia się ze światem. Gdy Dudziński po raz pierwszy zetknął się z butō, uświadomił sobie, że podobieństwo estetyczne jego akcji i tego tańca jest zapewne wynikiem zastosowania w procesie twórczym analogicznej metody.

Przede wszystkim zafascynował go pozorny sceniczny bezruch.

Tańcząc na obrazach wykonywałem taniec butō, nie wiedząc, że coś takiego istnieje na świecie, do momentu, kiedy zobaczyłem butō w telewizji. Kazuo Ōno wykonywał taniec zatytułowany *Ocean*. Zrobił na mnie kolosalne wrażenie, bo był nieruchomy. Zawodowy tancerz, który w ogóle nie porusza się – to był dla mnie szok. Przemawiała przez niego tak duża energia, że zacząłem zajmować się teatrem butō na poważnie (Dudziński, za: Sokołowska 2008).

Jeśli chodzi o ruch aktora, to najbardziej przydatne było zapoznanie się z filozofią tańca butō, w której wyraźnie zaakcentowane są świadomość ciała, jego impulsów i wyobraźnia pozwalające w sytuacji braku partytury (istota butō) w sposób świadomy i kontrolowany tworzyć sztukę. Pozorne zaprzeczenie wszelkiego ruchu w tańcu butō musi powodować inne procesy w ciele i świadomości tancerza, i tak jest w istocie, zwolnienie zaś ruchu do minimum daje tancerzowi czas na uświadomienie sobie tych procesów i ich realizację (Dudziński 2006: 184).

By poznać butō, Dudziński wziął udział w warsztatach prowadzonych przez Joan Laage i Daisuke Yoshimota, artystów butō. Swoje własne doświadczenie ruchowe zakorzenione w sztukach plastycznych połączył z estetyką i metodami pracy z ciałem proponowanymi przez wspomnianych tancerzy. „Gdy w trakcie procesu twórczego tańczę butō – przeżywam wewnątrz – to

wzbogacam butō o *body art* oraz *body painting*” (Dudziński, za: Sokołowska 2008). Warto dodać, że podobną próbę połączenia tańca z malarstwem zaproponował Atsushi Takenouchi, organizując warsztaty nazywane *butōhpainting* lub *paintingbutōh*. „Ciemność i światło, głębia i powierzchnia, rytmy oraz zimno i ciepło wraz ze wszystkimi doznaniem i uczuciami są wywoływane przez kolory i przekładane na nie”⁵.

Na pokrewieństwo rytuału intuitywnego z tańcem butō zwraca również uwagę Julia Hoczyk, pisząc o działaniach twórczych Dudzińskiego jako o źródle inspiracji dla artystów tworzących w ramach Teatru Maat Projekt:

Nazwa ta [rytuał intuitywny – M.Z.] może brzmieć dość hermetycznie, jednak pozostaje w ścisłym związku nie tylko z butō, ale i z samym procesem twórczym, wolnością i radością kreacji. Mamy tu do czynienia z improwizacją, której źródło leży w uruchomieniu intuicji. Przekroczeniu ulega więc estetyczny wymiar dzieła sztuki, następuje otwarcie na to, co nieznanne. Taniec intuitywny polega na byciu tu i teraz, w określonym czasie i przestrzeni, za każdym razem od nowa. Tak, by korzystać z nich w świadomym procesie kreacji, a zarazem dać się samemu kształtować przez sytuację sceniczną, która właśnie się rodzi. Taki taniec zakłada otwarcie wszystkich zmysłów, wyczerpanie, bycie swoistym sejsmografem czasu i miejsca. Pozostaje w opozycji wobec precyzyjnie ustalonej choreografii, bazującej na zewnętrznym powtarzaniu określonych sekwencji ruchowych. W tym widziałabym jego pokrewieństwo z butō. W obu przypadkach istotne jest zetknięcie z tym, co nieprzewidywalne (Hoczyk 2013b).

Tomasz Bazan (Teatr Maat Projekt) określa Dudzińskiego mianem kontynuatora tradycji ustanowionej przez teatr fizyczny Grotowskiego. Dudziński, zdaniem Bazana, wywodzi się z tej samej szkoły, poszedł jednak w inną stronę,

[...] zajął się poszukiwaniem i rozwojem sztuki intuitywnej, poszukiwaniem sztuki w najszerszym słowa znaczeniu. Szukaniem doświadczenia tu-i-teraz [...] Pierwszy przeprowadził działania typowo intuitywne, a jeśli chodzi o metodę, bardzo ortodoksyjne z założenia. [...] Zajmuje się w swojej pracy tym, o czym mówi się *butō-tai*, ciało butō. Ma gigantyczne doświadczenie (WTB).

Według niego Dudziński przygotował w Polsce grunt pod taniec butō.

⁵ Manifest Takenouchiego, fragment drukowany w: Mond-Kozłowska 2010: 27.

Nie jest spektakularny. Nie korzysta z całej tej machiny scenicznej: duża scena, nagłośnienie, światła, eksperymenty z nowymi mediami. Ale w idei, ideologii, działaniu jest jednym z najważniejszych prekursorów tej formy w Polsce. Trzon jego twórczości stanowi totalna obecność, nic poza tym. Tak jak w butō. Ubrana w konstrukt sceniczny, ale niewielki. Działa z materią podobną teatrowi tańca, ale wybiera najbardziej mięsiste rzeczy: barwę w postaci farb, skórę (WTB).

PODSUMOWANIE

Dudziński jest twórcą idei rytuału intuitywnego, działania tu-i-teraz opartego na otwarciu się na bodźce i przepływ, przy równoczesnym zachowaniu czujnej świadomości. Rytuał intuitywny należy rozumieć jako performans, w którym liczy się nie tylko proces artystyczny, ale również proces duchowy, odpowiadający doświadczeniu transu szamańskiego, doświadczeniu misteryjnemu. Artysta używa też określenia „kontrolowany trans”.

Analizując metodę twórczą Teatru Performer, należy wziąć pod uwagę takie zagadnienia, jak intuicja, wykorzystywanie materiału wewnętrznego, otwarcie się na impulsy z zewnątrz, improwizacja, trening, stan poszerzonej świadomości. Inteligencja intuitywna pozwala korzystać z materiału wewnętrznego i reagować na impulsy pochodzące ze świata zewnętrznego. Dzięki temu spektakl (Dudziński używa tego wciąż podkreślającego teatralność jego działań twórczych określenia) opiera się na improwizacji, a nie ustrukturyzowanej partyturze działań. Tematem i pretekstem do improwizacji jest zgromadzony materiał wewnętrzny oraz jedyny wcześniej określony element działania – tytuł spektaklu.

By otworzyć się na „przepływ”, aktor Teatru Performer przygotowuje ciało-umysł w toku treningu rozwijającego potencjał twórczy i wrażliwość. Trening warsztatowy stanowią kreatywne improwizacje, często na zadany przez prowadzącego temat. Innym sposobem uwrażliwiania sensorycznego są wyprawy „w dzicz”, podczas których percepcja zostaje stopniowo prze-modelowana. Tego rodzaju trening służy osiągnięciu w trakcie performansu specyficznego stanu umysłu.

Otwarcie się na „obrazy przepływającego świata” jest kluczowym zagadnieniem w butō, także współcześnie. Pozwala dosłownie „wcielać” elementy rzeczywistości (utożsamiać się z nimi poprzez cielesno-umysłową integrację z nimi), równocześnie aktualizując treści wewnętrzne. Tak skonstruowany

proces twórczy jest analogiczny do procesu, który jest udziałem tancerza butō, dlatego nie sposób sprowadzić spotkania Dudzińskiego z butō do fascynacji czymś niezwykłym, obcym czy egzotycznym, co należy przyswoić i oswoić. Należałoby raczej mówić o uświadomieniu sobie identyczności zasad cielesno-umysłowego działania artystycznego w rytuale intuitywnym i butō. W efekcie performanse Dudzińskiego można nazwać tańcem butō wzbogaconym o body art oraz body painting.

Justyna Jan-Krukowska. Uwrażliwianie sensoryczne

Justyna Jan-Krukowska jest z wykształcenia artystką plastyczką (artystką sztuk wizualnych). Już w trakcie studiów zaczęła kwestionować obowiązującą formułę „wystawiania dzieł sztuki na pokaz”, określając ją mianem „komercyjnego rytuału” (WJK)⁶. Podczas wernisażu pracy dyplomowej z malarstwa zaprosiła komisję egzaminacyjną i publiczność do udziału w „happeningu, który rozprawił się z formą i treścią farsy wernisażowania”⁷. Gdy po studiach wyjechała na Zachód Europy, wraz z innymi artystami plastykami uczestniczyła w różnych działaniach happenigowych. Zdaniem artystki performans „uwalnia od balastu przedmiotowości”. Zresztą początków sztuki performansu należy szukać właśnie w działaniach artystów sztuk wizualnych, choć akcje performatywne zwykle (a szczególnie sztuka ciała, body art) angażują całe ciało, będące medium działań performerera.

W procesie twórczym pomysł artystyczny, idea zostają „przełożone na ruch, na wartość wizualną”, zakodowane w postaci „sekwencji ruchu”. Efektem jest performans lub obiekt performatywny. Celem performansu jest uruchomienie dwukierunkowego „transferu energetycznego” (pętli feedbacku, jak określa to zjawisko Erica Fischer-Lichte) i tym samym zawiązanie relacji z widzami. W ten sposób performer przekracza dominującą współcześnie wirtualność kontaktów jednostki z innymi lub światem (wirtualność to antonim obecności). Dlatego artystka nie tylko interesuje się performatywnym wykorzystywaniem „rucho-mego ciała, ciała w akcji”, ale również zgłębia kontekst, w jakim ono funkcjonuje.

Zdaniem Jan-Krukowskiej esencją działań artysty jest „czynienie widzialnym tego, co niewidzialne dla oczu”, czyli materializacja niewidzialnego. Do

⁶ Wszystkie cytaty w tym rozdziale, jeśli nie zaznaczono inaczej: WJK.

⁷ Jan-Krukowska 2009.

świata niewidzialnego zaliczają się również uczucia osadzone w ciele i tzw. rzeczywistość duchowa. „Performer poprzez ciało tworzy transfer z wyższymi rzeczywistościami”.

W 1993 roku do Ośrodka Badań Twórczości Jerzego Grotowskiego i Poszukiwań Teatralno-Kulturowych⁸ we Wrocławiu przyjechał poprowadzić pięciodniowe warsztaty aktor i dyrektor teatru-laboratorium LeTHAL (Le Théâtre de L’Homme Actor’s Laboratorium LeTHAL/Theatre Research & Performance Ensemble LeTHAL) w Toronto, stażysta Jerzego Grotowskiego (na przełomie lat sześćdziesiątych i siedemdziesiątych XX wieku), Ryszard Nieoczym. Warsztat *Soundings* był punktem zwrotnym na drodze artystycznego rozwoju Jan-Krukowskiej. Uświadomiła sobie, jak bardzo „ciało wpływa na nią jako artystkę wizualną”. Po kolejnym warsztacie (1995) zdecydowała się wziąć udział w pięcioletnim projekcie (1995–1999) *Ritual & Healing. Womans Rituals* (Rytuła i uzdrawianie. Kobiące rytuały), realizowanym cyklicznie w Niemczech oraz Kanadzie. „Projekt sięgał do źródeł **sztuki jako wehikułu**” (Jan-Krukowska b.r., *Kobiące rytuały...*), czyli był ideowo zakorzeniony w późnych działaniach Grotowskiego, z okresu gdy ten stopniowo rezygnował z twórczości teatralnej na rzecz procesu rozwojowego. „Dla osoby czyniącej dzieło jest narzędziem pracy nad sobą i nie zachodzi potrzeba jego prezentacji, a widzowie mogą być obecni lub nie” (Jan-Krukowska 2009; por. Grotowski 1990).

„Nieoczym w pewnej szczególnej dziedzinie przerósł mistrza. Odwiedził łąd w naszym kręgu kulturowym zapomniany bądź nieznan. Poświęcił się pracy na rzecz poznania kobiety, jej natury oraz sił twórczych”. Zagadnienia kobiecości, cielesności oraz obcowania z obiektem poruszyła w tekstach *Kobiące rytuały. Rytuła. Uzdrawianie. Wspólnota* (b.r.), *Toaletka damska* (b.r.) oraz *Ciało i obiekt. Kluczowe odkrycia w procesie pracy z ciałem i przedmiotem* (b.r.). Pisała: „Moje praktyki rytualne nigdy nie były nakierowane na publiczną prezentację. Ich istotą było dla mnie zmaganie się ze samą sobą”.

Jan-Krukowska, podobnie jak Grotowski w pracy nad pieśniami wibracyjnymi (jego ostatni projekt artystyczno-badawczy, Pontedera, Włochy), nie tworzyła niczego nowego, ale badała „to, co dawne, stare, zapomniane”. Podczas odosobnień „odkrywała potencjał kobiecości, w kulturze animowanej przez mężczyznę [...], docierała do korzeni ciała, najgłębiej skrywanych

⁸ Obecnie Instytut im. Jerzego Grotowskiego we Wrocławiu.

potrzeb”. Badała swój stosunek do ciała, zadawała sobie kluczowe dla artysty pytania: kim jestem, dlaczego cierpię, co jest moim przeznaczeniem? Konsekwencją funkcjonowania sztuki w kontekście judeochrześcijańskiej dychotomii ciało – duch (Jan-Krukowska używa odnośnie do tego zagadnienia określenia „ukąszenie manichejskie”) jest potępienie i „odcinanie” ciała. Co więcej, towarzyszy temu lęk przed cielesnością jako taką, ale też przed kobietą, mającą jakoby bliższy i bardziej intymny kontakt z tą sferą. „Wokół ciała narosło mnóstwo opowieści i pojawiło się wiele złych konotacji, tak że zajmowanie się nim jest ryzykowne. Mam świadomość konsekwencji”.

Rezultatem pracy z ciałem i obiektem podczas *Kobięcych rytuałów* było „zakwestionowanie kodów kulturowych wyniesionych z katolickiej edukacji”. Przy czym artystka ma na myśli również bierny katolicyzm, czyli wartości przekazywane kulturowo poza sformalizowanym przekazem Kościoła jako instytucji. Celem praktyk podejmowanych w ramach projektu było „przebicie się przez racjonalizację i uwarunkowania kulturowe”.

Podczas projektu uczyła się wyzwalać z wyuczonego sposobu tworzenia.

Miałam dość szczególne pojęcie o profesjonalizmie działania [...] Wydawało mi się, że podstawą powodzenia jest wybór odpowiedniego przedmiotu, efektownego i mocnego w wyrazie, a następnie prezentacja tego przedmiotu solo albo też za pomocą odpowiednio wyreżyserowanych czynności i gestów. [...] Dużo czasu upłynęło, zanim zrozumiałam, że eksperyment artystyczny jest w samej swej istocie manipulacją przedmiotem lub człowiekiem użytym do jego realizacji. Jest zawłaszczeniem ciała albo rzeczy (Jan-Krukowska b.r., *Ciało i obiekt...*).

Artystka uważa, że w sztuce współczesnej słowo „obiekt” „należy do tzw. słów-wytrychów, [...] nazywanie dzieła sztuki obiektem tworzy chłodny i niebezpieczny dystans między człowiekiem a światem przedmiotów”. Podczas działań z obiektem w ramach *Kobięcych rytuałów* musiała całkowicie zrewidować swoje zapatrywania. Przekonała się, że „obiektywizacja” jest sposobem, w jaki artysta oddziela się od przedmiotu/człowieka, z którym działa. A Nieoczym oczekiwał od uczestników rzeczywistego, niemarkowanego kontaktu z przedmiotem, swoistej więzi i w końcu zjednoczenia. Przełomowa była praca z ziemią. Nieoczym uświadomił artystce, że „kontakt z ziemią jest jak rozmowa z duchem dziadka”. Mówił o konieczności „urodzenia człowieka”. Ta sugestywna wizja pokazywała adeptom, jak trudny i bolesny jest proces pracy nad sobą.

Na kolejnym etapie projektu, w „Dzikości” kanadyjskiej (*Wilderness*, 1997), Jan-Krukowska ugruntowała swój styl pracy z obiektem/żywołem. Tym razem zajmowała się ogniem: początkowo traktowała go funkcjonalnie i próbowała ujarzmić, jednak na kolejnym etapie pracy uświadomiła sobie, że między nią a ogniem powstała specyficzna, dająca poczucie ugruntowania więź. W końcu poczuła z nim jedność, można powiedzieć, że go „wcieliła”: „Ogień zapłonął w moim ciele” (Jan-Krukowska b.r., *Ciało i obiekt...*). Taki proces ucieleśnienia to procedura, dzięki której możliwa jest wewnętrzna transformacja. Dokładnie w ten sam sposób pracuje się z obrazami mentalnymi w butō. „Proces przemiany ciała dokonał się w «Dzikości» szybko, niemalże gwałtownie. Brzuch – dotychczas płaski – teraz zaokrąglił się wyraźnie, plecy i ramiona – wyprostowały. Wewnętrzne jamy ciała napełniły się powietrzem”.

Jan-Krukowska uczestniczyła w latach 1996–1998 w kilku innych projektach prowadzonych przez Nieoczyma. Doświadczenie zdobyte podczas odosobnień *Kobięcych rytuałów* oraz kolejnych projektów stanowiło „bazę pracy z ciałem”, ale artystka potrzebowała „idei – tego, co nasycy sztukę”. „Ludzka dusza (psyche) doznaje silnej potrzeby gry (*play*) i odgrywania (*perform*). Nauka gry jest odkrywaniem prawdziwych potrzeb duszy” (Nieoczym, za: Jan-Krukowska b.r., *Kobięce rytuały...*).

Artystka po raz pierwszy zetknęła się z tańcem butō w 1996 roku w spektaklu tanecznym *I Sit* Mina Tanaki pokazywanym w Ośrodku Badań Twórczości Jerzego Grotowskiego i Poszukiwań Teatralno-Kulturowych. Podczas przedstawienia odniosła silne wrażenie, że Tanaka reprezentuje sobą „spójną wizję człowiek-artysta”, czyli ucieleśnia temat, z którym zmagala się podczas realizacji projektów u Nieoczyma.

By bliżej poznać butō, wyjechała w 1999 roku na prowadzoną przez Tanakę Farmę Pogody Ciała (Body Weather Farm) w Hakushu w Japonii, gdzie jako stypendystka Fundacji Mina Tanaki School of Love-Dance (Ren-ai Buto-ha) wzięła udział w letnim Body Weather Workshop. Równoległe z warsztatem odbywał się tam festiwal butō Dance Hakushu.

Trening na Farmie⁹ był bardzo intensywny, obejmował formalną praktykę warsztatową oraz zajęcia gospodarskie (rolniczo-hodowlane). „Wiąże się z ziemią i z ciałem”, przypominając tym samym praktyki uczestniczek

⁹ Wszystkie informacje na temat Farmy, jeśli nie zaznaczono inaczej: Jan-Krukowska b.r., *Body Weather*.

projektu *Kobiece rytuały*. Uczestnicy warsztatu codziennie wstawali o piątej rano i przez kolejne dwie godziny zajmowali się pracą rolniczą, hodowlaną lub sadowniczą. „Trening formalny”¹⁰ rozpoczął się o godzinie dziewiątej rozgrzewką i trwał około trzech godzin. Podstawę wszelkich działań stanowiła formalna i nieformalna praca z oddechem (jak twierdzi artystka, tylko dzięki świadomości oddechu możliwa jest aktywność fizyczna w subtropikalnym – gorącym i wilgotnym – klimacie). Intensywna rozgrzewka miała miejsce na Scenie Ziemi (Earth Stage), prostokątnej przestrzeni pokrytej surowymi, nieraz kaleczącymi stopy deskami. Była ona bardzo wyczerpująca, składały się na nią ćwiczenia służące „uruchomieniu kolejnych części ciała” oraz rozwojowi koncentracji, koordynacji, poczucia rytmu, elastyczności ciała i uważności na innych, bazujące na powtarzalności kroków i ruchów. Był to „trening wytrzymałościowy, w którym niezbędna była świadomość ciała pomagająca wyczuć granice własnych fizycznych możliwości i tym samym uniknąć kontuzji. Uczestnik musiał zrezygnować z wyczynów i chęci odniesienia szybkiego sukcesu”.

Po przerwie, koło południa, rozpoczął się drugi, dwuipółgodzinny etap pracy warsztatowej: praca z obrazami mentalnymi lub uwrażliwianie sensoryczne. Tanaka, będąc spadkobiercą metody Hijikaty, wykorzystywał *butō-fu*, czyli „abc wyobrażeń w ciele dla początkujących, alfabet Hijikaty”. Proponowanych „wyobrażeń nie można mechanicznie powtarzać, imitować. To nie jest pantomima. Ruch musi rodzić się w środku, we wnętrzu, w psychice, własnej podświadomości. Od razu widać różnicę: ruch z wnętrza a imitacja”.

Ucieleśniane obrazy są następnie „kojarzone w ciągi wyobrażeń”. Praca odbywa się w parach: jedna osoba ucieleśnia obrazy, a druga relacjonuje, co widzi. Konieczny jest nadzór mistrza (nauczyciela), który prowadzi ucznia, udzielając wskazówek.

Z kolei istotą uwrażliwiania sensorycznego jest przeniesienie aktywności percepcyjnej z dominującego zmysłu wzroku na inne zmysły. W tym celu np. „eksploruje się przestrzeń z zasłoniętymi oczami”. Działający i asekurowający pokonują wyznaczoną trasę na Scenie Ziemi oraz terenie Farmy. Asekurowający mogą również przenieść działającego, kłaść go w różnych miejscach, na różnym podłożu. Jest to „kontynuacja wcześniejszych działań: kontakt z ciałem,

¹⁰ Terminu „trening formalny” używam w pracy na zasadzie analogii z praktyką buddyjską, zwłaszcza zen, która dzieli się na sesje formalne (medytacja) i praktykę codzienną.

nietyпова percepcja, bycie tu-i-teraz – bardzo ważne zadania”. Istotą tej fazy ćwiczeń jest „poddanie się, oddanie się, powierzenie”. Uwrażliwieniu służyła również stymulacja: uczestnicy, z zamkniętymi oczami, wzajemnie animowali swój ruch, wykorzystując dotyk oraz obrazy mentalne. Na tym etapie pojawia się również specyficznie rozumiana praca z obiektem: uczestnik działań sprawdza, „jak on pracuje, co z jego pomocą można zrobić”.

Po lunchu uczestnicy letniej sesji kontynuowali działania gospodarcze, a po południu uczestniczyli w wydarzeniach festiwalu Dance Hakushu (pokazy spektakli i performansów, wykłady, m.in. Naria Gōdy, projekcje filmowe, pokazy przeźroczyste). Tak skomponowany rozkład zajęć pozwalał zaangażować różne „komponenty” człowieka-tancerza w działanie. Celem treningu było przeniesienie uczestnika z poziomu „rzeczywistości wirtualnej” (intelekt, komputer, dyskusje) w „rzeczywistość działań fizycznych”. Jego esencją było, po pierwsze, ugruntowanie będące rezultatem pracy fizycznej w kontakcie z ziemią i treningu na tzw. poziomie dolnym i, po drugie, uwrażliwienie sensorów.

Kulminacyjnym punktem sesji była wyprawa na otoczone pierścieniem zieleni wulkaniczne wzniesienie położone w łańcuchu wulkanicznym Haka-Yama. Uczestnicy warsztatu pokonali trudną, stromą trasę, stosując się do zalecenia „idźcie skupieni, w tempie, kumulujcie energię”. Na szczycie, w księżycowym krajobrazie, na wulkanicznym podłożu, przeprowadzili znany już sobie trening, ze szczególnym uwzględnieniem pracy z sensorami. Badali, jak środowisko, otoczenie wpływa na ciało i ruch. Swoistym wyzwaniem był powrót: zbieganie z góry „jak kozica, wysoko kolana, szusami” (ten rodzaj biegu podczas prowadzonych przez siebie warsztatów stosuje również adepta szkoły Subbody Resonance Butoh School Himalaya, Katarzyna Żejmo). Jedynie płynność ruchu i wyzbycie się świadomej kontroli pozwalały „zlecieć, spłynąć z tej góry”, pokonując takie przeszkody, jak niespodziewanie wyłaniające się skałki. Pożądana „organiczność” pojawia się wtedy, gdy na pewnym etapie działań, po długotrwałym, intensywnym cyklu treningów przestaje się odczuwać zmęczenie. „Przebijasz się przez nie, wchodzisz z energią na wyższe rejony, wszystko się przestawia: cały układ hormonalny, immunologiczny”.

Po powrocie do Polski Jan-Krukowska założyła stowarzyszenie Gromady Pogody Ciała, którego działalność obejmowała pracę na rzecz poznania ciała ludzkiego, w tym m.in. zaczerpniętą od Tanaki pracę grupową z wyobrażeniami. Uczestniczyła też w warsztatach Atsushiego Takenouchiego (2003–2005). Takenouchi, podobnie jak Tanaka, eksploruje cieleśnie przestrzeń nieurbanizowaną,

bada relację „zmechanizowane środowisko miejskie a natura”. Jego mistrzem był Kazuo Ōno, tancerz, dla którego „cały świat jest magiczny”. To od niego Takenouchi zaczerpnął praktykę „kreowania światów”. Jan-Krukowska wskazuje na dwa kluczowe elementy jego procesu twórczego: „wyobraźnia plus energia dziecka”. Również on włącza do swojej praktyki obrazy mentalne, choć pracuje z nimi w odmienny sposób. Dynamiczny proces cechuje duże tempo, a zamiast struktur dominuje ciągły przepływ kształtów (tu należy przypomnieć przywołane już wcześniej odniesienia krytyków butō do drzeworytów *ukiyo-e*, przedstawiających obraz przepływającego świata); spontaniczność prowadzić może do „chaosu form”. Praca z obrazami mentalnymi jest poprzedzana serią ćwiczeń, mających na celu „budzenie kolejno wszystkich części ciała” – ten sam typ rozgrzewki stosuje zarówno Tanaka, jak i Daisuke Yoshimoto, kolejny japoński tancerz butō, z którym zetknęła się Jan-Krukowska. Artystka, porównując warsztat Takenouchiego i Tanaki, zapożycza z chińskiej filozofii kategorie *yin* i *yang*. Twórcze działania Tanaki są „syntetyczne, wyrafinowane formalnie, aczkolwiek pozbawione ornamentyki”, a sam artysta reprezentuje jej zdaniem „typ *macho*” (*yang*). Natomiast Takenouchi jest „łagodniejszy” (wspomniana wcześniej „energia dziecka”), a jego działania artystka określa jako „organiczne, dopracowane wizualnie i dźwiękowo” (*yin*). Oba rodzaje energii wykorzystywane w działaniach warsztatowych i spektaklach są niezbędne: „artysta na pewnym etapie może eksplorować swoją dwoistość, nie zatrzymywać się na przypisanej płciowości”. Bo performer jest „postacią dwoistą, nie jest ani kobietą, ani mężczyzną... albo jest zarazem i kobietą, i mężczyzną”.

Proces twórczy Jan-Krukowskiej również przebiega w dwóch kierunkach, pojawiają się działania określane przez nią mianem „światlistych” i „mrocznych”. Na te pierwsze składają się „bycie z ciałem, naturalne, erotyczne, nieśpieszne, praca z sensorami, ładowanie akumulatorów, od-żywianie ciała”, czyli praktyki służące osiągnięciu specyficznego stanu obecności totalnej, bycia tu-i-teraz. „Praca w przestrzeni, obłaskawianie jej, współpraca z nią, nawiązanie relacji, dialog – oddają ciało przestrzeni, z którą się kontaktuję – bieg transowy, medytacyjny – jestem tu i teraz, łączę się z miejscem – nawiązywanie kontaktu z ziemią, swobodny ruch na ziemi, przy muzyce lub bez”.

Kwestia tożsamości płciowej jest jednym z dominujących kierunków poszukiwań Jan-Krukowskiej. Realizuje się w działaniach, określanych przez artystkę mianem „mrocznych”, których istotę stanowi penetracja konfliktu pomiędzy „naturą a kulturą” oraz pomiędzy „tym, co indywidualne (niepowtarzalne),

a tym, co kolektywne”. Konflikt jest doświadczany bezpośrednio, poprzez „uruchamianie źródeł konfliktu w ciele, inne prowadzenie ciała”. Artystka bada poprzez własną praktykę cielesną, co znaczy męskie/kobiece; uważa, że teorie genderowe „są sztywne i programowe, nie uwzględniają cierpienia egzystencjalnego”. Jan-Krukowska wzięła na warsztat stereotypy kobiecości, mające swoje źródło w społecznej potrzebie uporządkowania świata według opozycji binarnych. Już podczas warsztatu Nieoczyma zaczęła odkrywać swojego „wewnętrznego chłopaka”, swoje męskie *alter ego*. Ten proces poznawczy skierował ją na tory pracy z zagadnieniami transseksualności, transgendersowości i trzeciej płci. „Wygodnie jest eksplorować kwestie abstrakcyjne – formę, kolor, technikę – ale artysta/ka jest po to, by burzyć stereotypy”. To zadanie jest szczególnie trudne dziś w rzeczywistości neokonserwatywnej: „Żyjemy w czasach kontrrewolucji (wobec ciała)”. „Przykręcanie śruby prowadzi do perwersji”, a społeczeństwu proponuje się dwa skrajne modele cielesności: model cielesności aerotycznej, zmedykalizowanej oraz model cielesności pozornie seksualnie wyzwolonej, a w rzeczywistości spornografizowanej i sprostytuowanej, gdzie ciało jest towarem na sprzedaż, „stymulantem uczucia przyjemności u odbiorcy” (Jan-Krukowska 2009). Dlatego Jan-Krukowska w swoich poszukiwaniach twórczych kontrastuje „uwodzenie ciałem” z cielesnością niewinną, „pierwotną sytuacją kontaktu cielesnego”.

PODSUMOWANIE

„Nie jestem, nie czuję się tancerką butŃ, ja inkorporowałam butŃ do moich działań” – twierdzi artystka. Podstawową praktyką Jan-Krukowskiej jest uwrażliwianie sensoryczne. Praca z sensorami przebiega w środowisku naturalnym, gdzie zmysły nie są atakowane feerią bodźców. Pojawia się charakterystyczny dla butŃ bardzo powolny krok, interpretowany przez artystkę następująco: „Co to znaczy powoli/szybko? Przebywając poza miastem, zaczynamy poruszać się organicznie, wchodzimy w rytm, który jedynie w kontekście tempa życia w mieście jest powolny”. Artystka bada różne jakości ruchu: wspomniany powolny, organiczny ruch (mający wiele podobieństw z techniką tzw. *small dance*¹¹, stworzoną i eksplorowaną przez Steve’a Paxtona, twórcę

¹¹ *Small dance*, teoria (S. Paxton): <http://vimeo.com/1731742> [13.04.2011] oraz praktyka: <https://www.youtube.com/watch?v=6sJKEXUtv44> [12.07.2014].

improwizacji w kontakcie) kontrastuje z ruchem wyrazistym – gestami, rzutami ciała. Ten improwizowany ruch – i świetlisty/organiczny, i mroczny/nasycony konfliktem – jest bazą dla spektaklu, akcji, prezentacji. „Ciało staje się częścią środowiska, pozostając sztuką – jako prezentacja. Bez prezentacji mamy do czynienia ze «sztuką jako wehikułem»”. Działanie sceniczne ma swoje źródło w impulsach – artysta bada, „dokąd niesie go ciało. A performans powstaje, gdy utrwali się tę strukturę impulsów”.

Sylwia Hanff. Przekraczanie kodu ciała

Sylwia Hanff od dzieciństwa interesowała się różnymi formami pracy z ciałem. „Od kiedy pamiętam, ciało było moim podstawowym medium, kanałem przekazu. Swoje ciało utożsamiam ze sobą, ze swoim Ja” (WSH)¹². Zdaniem artystki jej ciało i umysł nigdy nie zostały rozdzielone, dlatego trudno jej odnieść do swoich działań formułę integracji ciała z umysłem. „Ciało to jestem ja w całości. Taki zawsze miałam kanał ekspresji własnej. Do tej pory jest to moja droga porozumiewania się: ekspresja i odbieranie”.

Studiowała filozofię na Uniwersytecie Warszawskim.

Filozofię uważam za świetne przygotowanie do butō i medytacji. [...] Tak dokładnie dekonstruuje konstrukcję intelektu, że jesteś gotowy do medytacji. Zaczynasz patrzeć na teorie z dystansu, bo wiesz, że możesz zawiesić każdą z nich. Lata filozofii sprawiły, że poczułam się podzielona na ciało i intelekt, ale w odpowiednim momencie, dzięki teatrowi, powróciłam do siebie.

Podczas studiów badała teorię rytuału oraz szamanizm, równocześnie interesując się filozofią sztuki i procesu twórczego, antropologią teatru i współczesnymi eksperymentami w zakresie sztuki performerki. Jej studia teoretyczne dotyczyły szeregu koncepcji, ze szczególnym uwzględnieniem antropologii teatru (badań sztuki aktora przeprowadzanych w ramach stworzonej przez Eugenia Barbę International School of Theater Anthropology – ISTA). Badania te zainspirowały ją do realizacji projektu *W stronę Orientu* obejmującego cykliczne, gościnne spektakle i *master class* zaproszonych

¹² Wszystkie cytaty słów Sylwii Hanff w tym rozdziale, jeśli nie zaznaczono inaczej: WSH.

tancerzy. Przygotowała też wykład *Aktor obdarty ze skóry* (b.r.), będący filozoficzną reinterpretacją idei teatru okrucieństwa Antonina Artauda.

W szkole podstawowej Hanff trenowała gimnastykę artystyczną z elementami akrobatyki i tańca. Metoda, z której korzystała w późniejszym okresie swojego życia, została wypracowana w ramach ISTA.

Trening fizyczny obejmował wschodnie i zachodnie techniki pracy z ciałem: balet, taniec *modern* i *contemporary*, hinduski (*bharatanatyam* i *manipuri*), aztecki, afrykański, improwizację tańca i symbolikę ciała, mim ciała, choreoterapię, teatr *nō* i sztuki walki. [...] Istotnym elementem mojego treningu były i są praktyki medytacyjne (zen, hatha i kundalini joga, *kum nye*, tao i medytacje labiryntu), służące rozwijaniu szczególnego typu koncentracji i uważnej świadomości wszystkich procesów zachodzących w ciele i umyśle (HTL).

Celem treningu nie jest tutaj osiągnięcie mistrzostwa w którejkolwiek z technik, ale zgłębianie różnych sposobów funkcjonowania ciała na poziomie energetycznym. Wszystkie techniki

[...] są specyficznym doświadczeniem, jakimś rodzajem energii, który może być dla mnie czymś zupełnie obcym, nieznanym. Jest metodą otwierania na tę energię ciała. [...] Potem tych różnych energii mogę używać, one już należą do mojego doświadczenia, są moim zasobem. Nawet jeśli nie będę nigdy więcej tańczyć w danej technice, to związana z nią energia pozostaje. Może pojawiać się spontanicznie.

Praca z ciałem-umysłem jest kluczowym aspektem praktyki twórczej i życia artystki.

Jedną z najważniejszych praktyk artystycznych w zakresie pracy ze świadomością ciała był dla Hanff mim ciała (*corporeal* lub *corporal mime*) (por. aneks *Terminy*), który poznawała w Studiu Mimów Stefana Niedziałkowskiego w Warszawie. Niedziałkowski – mim, aktor, reżyser, choreograf i pedagog – rozwinął technikę pantomimiczną Henryka Tomaszewskiego bazującą na pracy z impulsem w ciele, „przesuwając akcent na autentyczność doświadczenia i proces transformacji”.

Charakterystyczna dla pracy studyjnej u Niedziałkowskiego jest „precyzja pracy z ciałem, a co za tym idzie – ogromna jego świadomość, świadomość każdego milimetra ruchu”. Ruch rozpoczyna impuls, który rozprzestrzenia

się w ciele. „Technika rozprowadzania impulsu jest bardzo precyzyjna, ale też pracuje się z energią. Bardzo ważny jest w tym oddech. Absolutna świadomość, jak ten impuls przepływa w całym ciele, równocześnie rozwijając się w konkretny ruch”.

Ruch jest symultaniczny: „gdy podnoszę rękę, w ruchu uczestniczą palce u stóp”. Twarz jest jedynie jedną z części ciała i – inaczej niż w klasycznej pantomimie – bynajmniej nie najważniejszą. Mim ciała jest nie tylko nowoczesną pantomimą: charakterystyczny sposób pracy z ciałem sprawia, że można go uznać za formę z teatru fizycznego. U Niedziałkowskiego wszystkie działania, nawet tworzenie iluzji scenicznej, miały metafizyczne uzasadnienie.

Nie pracowaliśmy dużo z iluzją, akcent był kładziony na plastykę ciała, bardzo intensywny trening fizyczny, który w istocie nie był czysto fizyczny, ale zawsze połączony z ekspresją. Równocześnie na poziomie najprostszego ruchu obserwowaliśmy przepływ energii.

Dlatego tak ważnym elementem jest oddech, który steruje energią, będąc równocześnie wehikułem komunikacji ciała ze światem zewnętrznym: sprawia, że „ciało zaczyna żyć, praca nie jest tylko techniczna, mięśniowa”.

W mimie ciała pojawia się „wiele abstrakcyjnych form ruchu, i to mnie najbardziej interesowało” – mówi artystka. „Abstrakcyjnych zewnętrznie, bo wewnętrznie ruch był bardzo rozpracowany, było w nim zakodowanych wiele rzeczy”. Przykładowo: w ramach jednego z zadań aktor staje się „drzewem o energii piasku osuwającego się ze skarpy”. Najważniejsze jest, by „stać się tym, poczuć to wszystko w swoim ciele”. Jest to proces identyfikowania w swoim ciele energii poszczególnych działań, ludzi czy obiektów. Indywidualna praca nad plastyką i świadomością ciała jest wstępem do grupowych działań z obrazem metaforycznym i transformacją. Choć działania w Studiu są zdecydowanie wielowarstwowe, ostatecznie sprowadzają się do „metaforycznego używania czegoś, by wyrazić coś innego, czyli np. emocji, historii o życiu człowieka, jego bólu”. To bardzo ważne spostrzeżenie, gdyż pozwala zdefiniować różnicę pomiędzy pracą z obrazem/wyobrażeniem w mimie ciała i w butō.

Na scenie działanie mima jest bardzo precyzyjne. Poza świadomością tego, co w danym momencie dzieje się w każdym fragmencie ciała, konieczne jest tworzenie precyzyjnego komunikatu dla widza. „Będąc na scenie, musieliśmy mieć świadomość tego, w jaki sposób każdy z widzów nas widzi. Znać swoje

ustawienie, mieć każdy element precyzyjnie, dokładnie ułożony [...], wiedzieć, jak w każdym momencie poruszają się poszczególne elementy naszego ciała”.

Mim od butō odróżnia ilustracyjność, nacisk kładziony na technikę oraz przede wszystkim dominacja Ja.

W mimie wciąż pracuje się z techniką i zawsze trzeba wiedzieć, o co chodzi. [...] Pierwsza jest właściwie myśl czy idea tego, co chcesz zrobić, co ma powstać. Ten impuls w ciebie jest symbolem tego, że ja chcę, ja robię, ja zaczynam. [...] Jest temat, impuls i Ja sterujące energią. Zupełnie odwrotnie niż w butō.

Jednak według artystki niektóre elementy treningu mimów mogą stanowić bazę dla tańca butō, pomimo zasadniczych różnic pomiędzy tymi dwoma formułami. Będą to przede wszystkim „świadomość przestrzeni, a w efekcie spotęgowana świadomość własnego ciała. Ruszając ręką, nie można zapomnieć o stopie. Jest to bardzo mocny trening bycia. [...] Także odczuwanie, identyfikowanie w swoim ciele różnych rzeczy”.

Jeśli spojrzysz na te dwie sztuki z perspektywy kolejnych warstw składających się na proces twórczy, okaże się, że „część warstw jest wspólna z butō”. Poza wpływającą na świadomość ciała pracą z plastyką ciała najważniejsza jest identyfikacja, odkrywanie, czy też „czucie energii różnych zjawisk, rzeczy, ludzi etc. w ciebie”.

„W treningu mimów pojawiają się elementy różnych technik, np. baletu, akrobatyki, gimnastyki – szeroko pojęty trening fizyczny”. Żeby poszerzać warsztat o inne drogi ekspresji, Hanff poznawała rozmaite techniki performerские, głównie taniec. Jej poszukiwania zaczęły zmierzać w kierunku działań, które określa się mianem teatru fizycznego (por. aneks *Terminy*). „Chciałam przekroczyć mim ciała i taniec współczesny”.

W tym okresie artystka odbywała już regularnie treningi indywidualne, początkowo na wynajmowanych w okresie wakacyjnym salach. Tam improwizowała przy dźwiękach muzyki, głównie elektroakustycznej, budującej przestrzenie dźwiękowe sprzyjające eksploracji ruchowej. Jak twierdzi, przypominało to „medytację w ruchu. [...] Bycie tu-i-teraz, a równocześnie w jakiejś innej przestrzeni. Wewnątrz i na zewnątrz”. Hanff sądzi, że właśnie doświadczenie wnikania w tę przestrzeń było ogniwem łączącym jej wcześniejszą praktykę artystyczną z tańcem butō.

W tym okresie Polskę zaczęli odwiedzać japońscy tancerze butō: Kazuo Ōno, potem Masaki Iwana i Atsushi Takenouchi (por. Hoczyk 2009a). Wtedy

Hanff zaczęła formalnie poznawać różne style butō i stosowane przez tancerzy techniki pracy z ciałem (jej nauczyciele butō to: Ko Murobushi, Daisuke Yoshimoto, Carlotta Ikeda, Atsushi Takenouchi, Tadashi Endo, Yuko Kawamoto). Choć zdaniem artystki butō nie jest związane z żadnym nauczycielem ani linią przekazu. „Ja np. odnalazłam butō, zanim się z nim formalnie zetknęłam” – podsumowuje.

Taniec butō jest zawsze zwieńczeniem bardzo indywidualnej drogi poszukiwań. Nie istnieją uniwersalne techniki, dzięki którym tancerz osiąga jakoś butō. „Trudno jest mówić o butō, bo albo w pewnym momencie to się stanie, przekroczysz jakiś próg i to złapiesz, albo nie – dlatego trudno jest uczyć butō”. Ale tego progu nie przekracza się raz na zawsze, akt ten musi być stale odnawiany, dlatego Hanff podkreśla zbieżność procesu butō z indywidualnym rytuałem inicjacyjnym. „Tańcząc, co rusz dochodzisz do progu, przyłapujesz się na jakichś kliszach. Wchodzisz w schemat i ciągle robisz to samo. Dlatego muszę wciąż szukać czegoś nowego, żeby przekroczyć kod mojego ciała”.

Butō to stale odnawiany proces przekraczania kolejnych progów. Próg to po łacinie *limen*. Nie przypadkiem więc Hanff nazwała założony w 2002 roku teatr Teatrem Limen.

Zjawiskami liminalności oraz liminoidalności zajmował się w swoich pracach Victor Turner (por. Turner 2005: 121–138; Deflem 2002). W fazie liminalnej (progowej) rytuału przejścia tworzą się antystruktury, dzięki którym grupa zyskuje możliwość przetestowania potencjalnych alternatyw wobec obowiązującej struktury społecznej i kulturowej. W jego późniejszych pracach pojawia się idea liminoidalności – wiąże się z mniejszym konserwatyzmem kulturowym i (inaczej niż sytuacje liminalne) umożliwia zakwestionowanie i zburzenie norm kulturowych.

Liminoidalność odbiega od liminalności na wiele sposobów [...] jest fenomenem właściwym społeczeństwom złożonym. Jest efektem wysiłków indywidualnych lub grupowych, nie ma charakteru cyklicznego, jest niezależna od procesów ekonomicznych czy politycznych. Przy tym manifestacje liminoidalności często kwestionują porządek społeczny (Deflem 2002: 194).

Z liminalnością wiąże się doświadczenie transgresji, czyli przekroczenia norm kulturowych. Sednem transgresji jest chęć dotarcia do tajemnicy bytu. Człowiek ma za zadanie doświadczyć także tych aspektów siebie, które są w zracjonalizowanym, nastawionym na użyteczność społeczeństwie

marginalizowane. Znając system normatywny obowiązujący w danym układzie kulturowym, świadomie przekracza zakazy. Droga transgresji prowadzi ku niewyraźalnemu, ku granicom języka, poza dyskurs.

Tancerze butō dokonują na poziomie społecznym transgresji konwencji społecznych, natomiast na poziomie cielesnym – transgresji uwarunkowań cielesnych (np. nawykowych sposobów poruszania się czy reagowania). Stosują w tym celu różne techniki, będące katalizatorem procesu wewnętrznego. Jedną z metod przekraczania własnego ciała jest

[...] praca z przemęczaniem ciała; przekraczanie jakiegoś progu pojawia się nie tylko w butō, ale w różnego rodzaju treningach, choćby u Grotowskiego. [...] Improwizując, zwykle zaczynamy od powielania klisz kulturowych, posługiwania się wytrenowanym ciałem. [...] Takie ciało społeczne jest kompletnie nieświadome, więc nie da się go przekroczyć na zawołanie, działa jak mechanizm, automat. I albo się je przełamie, albo się je rozpuści. Stosując różne znane sobie metody, będzie się dążyć do tego, by je wytrzeć, zetrzeć, przekroczyć.

W improwizacji butō ciało zwykle, codzienne należy przekroczyć. Wykorzystuje się w tym celu „czysto fizyczne metody przekraczania pewnego stanu ciała”. Ciało ma przestać być ukonstituowane jako „ludzkie”.

„Butō dla widza wygląda tak, jakby tancerz odpłynął, ale w rzeczywistości w tym wszystkim bierze czynny udział jego świadomość”. Zdaniem Hanff stanu świadomości charakterystycznego dla butō nie można porównywać ani z transem, ani z opętaniem¹³. Trans jest związany z wędrówką świadomości poza ciałem poddawanym w danym momencie rytuałowi, opętanie z kolei charakteryzuje się wyparciem świadomości danej osoby przez cudzą świadomość (np. bóstwa), dlatego opętany (jego świadomy umysł) nie może tego pamiętać. Stąd butō nie jest tańcem transowym, nie jest tańcem opętania. W butō

[...] rezygnujesz z kontroli, z planowania ruchu, ekspresji, czyli używania ciała do opowiedzenia o czymś jeszcze innym, [...] rezygnujesz z projekcji, planowania, kontroli. Proces toczy się sam, pojawiają się impulsy, które

¹³ Być może odmienne zdanie odnośnie do transu w butō prezentowane przez poszczególnych artystów jest związane nie z innym sposobem doświadczania swojego ciało-umysłu podczas tańca, ale z różną definicją transu. Zagadnienie transu zostanie przeze mnie omówione szerzej w rozdziale 5. *Proces treningowy*.

mną kierują, którym się poddaję. A jednocześnie zachowuję całkowitą świadomość tego, co się dzieje. Nie jest to więc trans, ale raczej hiperświadomość. [...] U nas umysł jest wąsko pojmowany jako intelekt kontrolujący, dlatego rezygnacja z kontroli jest od razu transem. A tu nie jest tak: cały czas zachowujesz świadka.

Wewnętrzny świadek „funkcjonuje tak jak w medytacji – dlatego butō jest tańcem medytacyjnym”.

W tańcu butō nie pojawia się trans, opętanie, ale nie jest on też zwykłą improwizacją, będącą przecież także jednym z elementów tańca współczesnego. Właśnie to, co podczas tańca dzieje się ze świadomością, z umysłem, jest markerem specyfiki butō.

Improwizacja nie jest wbrew pozorom zawsze tym samym. Może np. bazować na wykorzystaniu określonej techniki. Może wykorzystywać jakiegokolwiek spontaniczne ruchy. Może bazować na ruchu obrazującym jakiś temat. Albo może być rodzajem interpretacji czegoś za pomocą ruchu. [...] Ciało w takiej improwizacji pozostaje ciałem tancerza, ciałem prywatnym. I nie zawsze jest obecne tu-i-teraz.

Natomiast w butō tożsamość performerera zostaje czasowo zawieszona, i choć świadomość odgrywa rolę obserwatora, świadka, ciało-umysł działa w sposób absolutnie wolny i spontaniczny. Hanff wyjaśnia ten proces na przykładzie pracy nad improwizacją z Sebastianem Prantlem, która w jej odczuciu była jednym z „najważniejszych jej doświadczeń, jeśli chodzi o butō”.

[Prowadzący – M.Z.] próbował odwrócić czy też zatrzymać bieg myśli, przy jednoczesnym uwolnieniu reagowania ciała na sytuację bycia [...]. Używał prostych metod, by uruchomić naszą nieświadomość czy podświadomość – to, co pojawia się, wypływa, gdy zatrzymamy myślący umysł. W pewnym momencie moje ciało, zanim zdążyłam pomyśleć, zrobiło to, co miało zrobić, dokładnie wtedy, gdy się znalazło tu-i-teraz.

Dokładnie to samo dzieje się ze świadomością ciała podczas tańca butō. W doświadczeniu opisanym powyżej ciało nie podlega świadomej kontroli tancerza, ale pozostaje on świadom i ruchów swojego ciała, i ich adekwatności.

Podobne odczuwanie – określane wcześniej jako hiperświadomość – pojawia się w wielu praktykach religijnych i duchowych. Dlatego to ten rodzaj praktyk jest zdaniem Hanff najbardziej zbliżony do butō.

Duchowość ciała to termin, który pojawia się też w psychologii transpersonalnej. Fizyczne (somatyczne) praktyki duchowe to w gruncie rzeczy zawsze był mój kierunek. Ciało jest medium, dzięki któremu komunikuję się nie tylko ze światem, ale też sama ze sobą: kontaktuję się z różnymi aspektami czy poziomami mojej świadomości. Jest to pole mojej szeroko pojętej praktyki i mieści się w nim zarówno kundalini joga, jak i butō.

Artystka bada różne formy ekspresji cielesnej. Praktykuje medytację, poprzez którą umysł uczy się obejmować to, co w danym momencie dzieje się z ciałem-umysłem w przestrzeni.

W butō niepodzielną całość ciała-umysłu trzeba doprowadzić do tego, co na wschodzie określa się mianem pustki. Dlatego cała praca nakierowana jest na *kill the body* i walkę z pokładami kolejnych warstw naszego ciała, powiedzmy, społecznego czy uwarunkowanego kulturowo. Dlatego najważniejszą rzeczą w butō jest słynny *zero walk*.

Warto dodać, że ta technika (*zero walk*) ma wiele wspólnego z krokiem *suriashi* w teatrze nō oraz medytacją w ruchu *kinhin*, stanowiącą interludium kolejnych „siedzeń” (*zazen*) w buddyzmie zen.

Zawsze wierzyłam, że ciało jest nie tylko ciałem, czyli czymś odrębnym. Że jest coś więcej i w związku z tym czegoś więcej można się tu dogrzebać. Na tym polega kolejna różnica pomiędzy improwizacją w tańcu współczesnym a improwizacją butō. Taniec współczesny, uogólniając, skupia się na ekspresji rozumianej psychologicznie. A poprzez ciało, taniec można dalej eksplorować jeszcze dalsze sfery – np. tzw. sferę sacrum, czy też sferę duchowości – przekraczając mechanizmy psychologiczne, wychodząc poza umysł codzienny. To właśnie jest kontinuum doświadczenia.

Nawet jeżeli tancerz rozpoczyna od własnej emocjonalności, „w pewnym momencie struktura odczuwania, poznawania świata [...] daje możliwość rozpoznania czegoś więcej, zobaczenia innego aspektu rzeczywistości”. Prywatne emocje mogą prowadzić do sfery „emocjonalności uniwersalnej” (taki koncept spotykamy już w indyjskiej teorii *rasa*). I butō, i choreoterapia to metody otwierania człowieka przez ciało, „czasem łatwiej jest to zrobić przez ciało niż przez głowę. Butō jest świadomością siebie, spotkaniem ze sobą, ze światem, uwrażliwianiem”, i ten specyficzny sposób podejścia do ciała można w choreoterapii wykorzystać. Jednak Hanff uważa, że butō bliższe jest rytuałom niż psychoterapii.

W butō najważniejsze jest przekraczanie. [...] Dlatego butō jest bliżej takich praktyk duchowych, jak *phowa* [przenoszenie świadomości – M.Z.] czy *zazen*, niż terapii. Spiętrzenie treści wyłaniających się z nieświadomości to skutek uboczny tych praktyk, a nie cel. [...] Gdy to się kończy, zaczyna się praktyka duchowa – i w tym miejscu zaczyna się też butō.

Formuła treningowa Hanff cały czas się zmienia. „Nie zawsze ten trening jest regularny, ponieważ czasami zupełne oderwanie się jest lepszym treningiem niż regularny trening”. Praca nad butō jest nieustannym procesem i często ma miejsce poza formalnym miejscem i czasem treningu. Właściwie nie istnieje linia podziału pomiędzy życiem codziennym a praktyką butō. „Butō jest w pewnym sensie procesem mojego życia, więc obejmuje wszystkie moje poszukiwania, co czasem może być pracą z ciałem, a czasem zupełnie czymś innym. Może być treningiem fizycznym albo *zazen*, doświadczeniami medytacyjnymi”. Ważne jest, by nie zacierać różnicy pomiędzy tańcem butō a narzędziami pomagającymi odnaleźć stan czy też jakość butō.

Czasami odkładam na bok rzeczy, które do tej pory stanowiły mój trening butō, bo się wyczerpały. Czasami odkładam wszystko. To są tylko jakieś kolejne narzędzia, które można wymienić na inne, dlatego mówi się, że nie ma techniki butō. Bo jedyną techniką, którą można by utrzymać, jest wciąż *zero walk*, ale przecież to jest praktyka medytacyjna wspólna wielu tradycjom wschodnim. Butō nie można nikogo nauczyć, bo nie istnieją żadne specyficzne dla butō ćwiczenia. Różni tancerze używają wszelkich możliwych dostępnych technik, [...] od treningu fizycznego, sprawnościowego ciała do technik będących pracą ze świadomością ciała, z energią w ciele.

Do tego dochodzą wcześniej wspomniane fizyczne praktyki duchowe, począwszy od kundalini jogi, *zazen*, przestrzennej improwizacji, na *zero walk* skończywszy. Wszystkie je można określić mianem treningu percepcji, dzięki któremu artysta może doświadczać różnych niecodziennych stanów świadomości. Hanff korzystała z wielu możliwych sposobów pracy z ciałem-umysłem,

[...] od biegania, biegu transowego po coś, co Atsushi [Takenouchi – M.Z.] nazywa amebą. Na początku np. bardzo często to właśnie robiłam, po pewnym czasie ameba zadziała. Kiedy już spełniła swoje zadanie – coś zaskoczyło w ciele – przestałam jej używać. Teraz czasami do niej wracam – robiąc ją, natychmiast wskakuję w tę jakość, która już się we mnie otworzyła.

Podobnie działa praktykowany przez wielu tancerzy i proponowany podczas warsztatów *zero walk*. „To jest kolejna rzecz, którą trzeba przekroczyć. Złapać tę jakość, by móc w nią wskakiwać”. Tych stanów, tej jakości trzeba po prostu cieleśnie-umysłowo doświadczyć, bo stanowią istotę butō. Nie sposób ich zwerbalizować, dlatego sam intelekt jest tu bezużyteczny. „Nie ma narzędzi do zrozumienia tego procesu, choć także w naszej kulturze można znaleźć zapiski takich doświadczeń”.

Narzędziem często stosowanym przez różnych tancerzy butō jest zaczerpnięte od Hijikaty *butō-fu*. Jednak Hanff posługuje się nim bardzo rzadko.

Uważam, że również *butō-fu* jest czymś do przekroczenia. Nie są to obrazy, ale surrealistyczne zbitki, są kompletnie nielogiczne, dlatego tancerz nie jest w stanie skonstruować na ich podstawie żadnego obrazu, dlatego słysząc *butō-fu*, każdy robi coś innego. Nie da się ich przełożyć bezpośrednio na ruch, ale pomagają w uzyskaniu [...] pewnego rodzaju myślenia o własnym ciele: czym to ciało może być.

I w co może się przeistoczyć. Butō to jakość, stan ciała-umysłu. „Butō nie jest techniką, ale pewną jakością ruchu, wrażliwością, stanem bycia. [...] Butō odnajduje się wciąż na nowo, czyli niemalże codziennie, tak długo, dopóki próbuje się odpowiedzieć na pytanie, co to jest butō”.

Jak twierdzi Hanff, najłatwiej określić butō za pomocą definicji ostensywnej: to jest butō. Ten sam ruch w wykonaniu mima, tancerza tańca *modern* i tancerza butō będzie miał zupełnie inną jakość. Każdy bez trudu wskaże tancerza butō. Choreografując spektakl butō, najtrudniej jest osiągnąć tę właśnie specyficzną jakość. A co ważniejsze, nie tracąc jej, zachować strukturę spektaklu.

Czym innym jest choreografia, a czym innym reżyseria spektaklu tanecznego. Hanff wyraźnie o tym mówi:

Moje spektakle są w całości wyreżyserowane, natomiast niekoniecznie choreografowane, a już na pewno nie w całości. Są sceny, fragmenty czy momenty choreografowane, a pomiędzy tymi punktami jest improwizacja. Dlatego każdy spektakl jest inny: tańczę zupełnie coś innego w ramach tej samej struktury.

To właśnie ta struktura jest wyreżyserowana. „Jest to reżyseria intuitywna – tak bym to nazwała”. Budując spektakl, Hanff jest zakorzeniona w ruchu;

spektakl jest cielesnym, a nie intelektualnym projektem. „Nie posługuję się obrazami, bo to już by była pantomima. Dla mnie butō jest jeszcze poza obrazem. Dopóki mam obraz w głowie, jest to ekspresja, a jest różnica pomiędzy ekspresją a stanem bycia, byciem”.

Docelowo wszystko to, co dzieje się z ciałem-umysłem tancerza, replikuje się w widzu. „Spektakle solowe [...] stwarzają wydestylowaną, intymną sytuację między tancerzem a widzem, w której zintensyfikowana obecność i zachodzący w ciele-umyśle performerera proces przenoszą się na odbiorcę” (HTL).

PODSUMOWANIE

Hanff uważa ciało za podstawowy kanał przekazu. Mim ciała, w którym kładzie się nacisk na autentyczność doświadczenia i proces transformacji, przygotował jej ciało-umysł do tańczenia butō. Dzięki mimowi wykształciła świadomość tego, jak impuls przepływa w ciele, rozwijając się w konkretny ruch, zaczęła zwracać uwagę na oddech sterujący przepływem energii, zyskała świadomość przestrzeni oraz spotęgowaną świadomość własnego ciała. Nauczyła się dokonywać cielesno-umysłowej transformacji poprzez identyfikację w swoim ciele energii różnych zjawisk, rzeczy, ludzi. By rozwinąć warsztat sceniczny, uczyła się wielu performerskich technik, ale jej celem nie było osiągnięcie mistrzostwa w którejkolwiek z nich, lecz zgłębianie różnych sposobów funkcjonowania ciała na poziomie energetycznym.

Jej spontaniczne improwizacje ruchowe okazały się pracą nad tą samą jakością, która interesuje tancerzy butō. Najważniejszym elementem butō jest stan umysłu, związany z procesami przekraczania progów i wnikania w przestrzeń, którą można nazwać „medytacyjną”. Ale nie istnieją uniwersalne techniki, dzięki którym tancerz może osiągnąć jakość butō. Artyści stosują różne techniki będące katalizatorem procesu wewnętrznego. Dokonują na poziomie społecznym transgresji konwencji społecznych, natomiast na płaszczyźnie cielesnej – transgresji uwarunkowań cielesnych. Poddają się wszystkim impulsom „bycia”, a równocześnie zachowują świadomość działań cielesnych. Hanff stosowała różne techniki psychofizyczne kojarzone z butō (*zero walk*, amebę, czy nawet *butō-fu*), ale uważa je jedynie za doraźne narzędzia, które należy odrzucić, gdy już odegrają swoją rolę. Butō to jakość, stan ciała-umysłu, pewna jakość ruchu, wrażliwość, stan bycia. Najważniejsza jest zintensyfikowana obecność i zachodzący w ciele-umyśle performerera proces.

Krzysztof Jerzak. Doświadczenie szczytowe

Krzysztof Jerzak integruje w twórczym działaniu taniec, performans artystyczny, sztuki walki (aikido) oraz wschodnie style gimnastyki (*aikishintaiso* oraz *Noguchi Taiso*). W rezultacie wykreował spójny i skuteczny system pracy, w którym swoboda twórcza współlistnieje z dyscypliną cielesną i intensywną pracą fizyczną.

Jerzak spotkał swojego pierwszego nauczyciela butō, Daisuke Yoshimota, podczas warsztatu zorganizowanego przez szczeciński Teatr Kana w 1999 roku¹⁴. Zafascynowany proponowaną przez artystę formułą udał się na kolejne warsztaty. W tym samym okresie do współpracy zaprosił go nieżyjący już legendarny twórca Teatru Kana Zygmunt Duczyński. Jerzak nie zasilił jednak na stałe jego zespołu, co podsumowuje: „Choć był to mocny i nowatorski teatr, nie było w nim pracy z ciałem, nie było tam nikogo, kto mógłby stać się dla mnie, skupionego na ciele, autorytetem”. Nawiązał natomiast owocną współpracę z Januszem Turkowskim, twórcą szczecińskiego teatru alternatywnego The Stettiners Theater, z którym wielokrotnie występował w spektaklu (a raczej *work in progress*) *Samotni Wędrowcy z Labor* w reżyserii Turkowskiego (2002–2007). W ramach współpracy z Teatrem Kana brał dwukrotnie udział w projekcie *Łasztownia*: po raz pierwszy w roku 2006 wspomagał realizację jego polsko-niemieckiej edycji zatytułowanej *W poszukiwaniu tożsamości miejsca*, a następnie uczestniczył w edycji międzynarodowej z roku 2008, noszącej tytuł *Cztery obrazy w przestrzeni*. Choć w tych projektach nie prezentował tańca butō, z perspektywy czasu widzi, że tamta aktywność była bardzo zbliżona do formuły pracy z ciałem-umysłem w butō, jak to określa: „szła bardzo do środka”.

„Na warsztatach z Daisuke w 1999 roku poryczałem się, tańcząc, gdy robiłiśmy *solaris*¹⁵. Złapałem z Daisuke prawdziwy kontakt” – wspomina Jerzak. Potem pojawiły się kolejne warsztaty: z Moritą Ittem, Atsushim Takenouchim, Kanem Katsurą, Yokiem Muroim, Minako Seki i Imre Thormannem.

Paradoksalnie pierwsze spotkanie z Yoshimotem zainspirowało go nie tyle do scenicznej aktywności w zakresie butō, ile do zintensyfikowania autotreningu w zakresie *aikishintaiso*, praktyki harmonizującej energię ciała

¹⁴ Wszystkie informacje i cytaty w tym rozdziale, jeśli nie zaznaczono inaczej: WKJ.

¹⁵ *Solaris* – często wykorzystywana przez Yoshimota grupowa praktyka warsztatowa i performerska, polegająca na tworzeniu/budowaniu z ciał „oddychającego morza”.

i umysłu (*ai* – harmonia, *ki* – energia, *shin* – umysł, *tai* – ciało, *so* – praktyka).
Praktykujący *aikishintaiso*

[...] już po kilku miesiącach ćwiczeń może zaobserwować u siebie istotne zmiany w swoim ciele, które wzmocnione, bardziej miękkie, naenergetyzowane i uwrażliwione staje się narzędziem komunikacji z samym sobą, jak i z innymi, oraz z otoczeniem materialnym, jakim jest środowisko człowieka. [...] *Aikishintaiso* jest przydatne dla tych, którzy zamierzają rozpocząć lub kontynuować ćwiczenia fizyczne, jak i dla artystów, tancerzy, aktorów, ponieważ pozwala im zoptymalizować ich zdolności twórcze, przedstawić, wyrazić sztukę w jej wymiarze duchowym (KAAK, zakładka: *Aikishintaiso*).

Artysta od 1987 roku praktykuje aikido. Obecnie jest uczniem Patricka Matoiana (ucznia Mistrza André Cognarda Shihana), przed którym zdawał na kolejne stopnie (w 2012 roku – 3 dan). Od 2002 roku jest instruktorem zajęć dla grup dorosłych i dzieci, a od 2003 prowadzi je we własnym *dojo*. Jest nauczycielem Krakowskiej Akademii Aikido Kobayashi Hirokazu (KAAKH). Aikido to tradycyjna japońska sztuka walki. Została stworzona przez Moriheia Ueshibę (1883–1969).

W czasie treningu nie ma rywalizacji, a bazą nauczania są zasady równowagi energii oraz szacunek do partnera. [...] Ćwiczący początkowo uczy się podstawowych zasad sztuk walki, takich jak: uniki, przemieszczenia, uchwytów oraz dystans. W miarę postępów poznaje techniki ręczne (*taijutsu aiki*) – unieruchomienia i rzuty – oraz techniki z bronią (*aikijo, aikiken*) (KAAK, zakładka: *Aikido*).

Podstawą aikido jest płynność korzystania z wyuczonych technik, stabilność umysłu i poznanie własnych możliwości, dzięki którym stosowanie siły staje się zbędne. Poza *aikishintaiso* Jerzak zainteresował się jeszcze jedną formą ćwiczeń, gimnastyką Michiza Noguchiego (*Noguchi Taiso*). Noguchi prowadził zajęcia w tym samym okresie co Tatsumi Hijikata pracę studyjną w Azbestos Studio w Tokio. Z zasadami tej metody pracy z ciałem zaznajomił Jerzaka wspomniany już tancerz butō Imre Thormann, adepta wielu sztuk walki wykorzystujący w pracy z ciałem również technikę Alexandra. *Noguchi Taiso* jest to stworzony w drugiej połowie XX wieku w Japonii system ćwiczeń cielesnych, bazujący m.in. na chińskiej metodzie pracy

z meridianami (por. Masunaga 1987, 1997). Podstawowym jej założeniem jest idea „nieświadomego podmiotu” (Mikami 1997: 144). Aktywność cielesną charakteryzuje płynność ruchu i dbałość o komfort mięśniowo-szkieletowy. Ciało to płynnie poddająca się sile grawitacji żywa bryła. Jest doświadczane jako „worek wypełniony swobodnie pływającymi kośćmi, mięśniami i tkankami” (Kasai 2001). Ogólnemu rozluźnieniu towarzyszą drobne napięcia w niektórych jego częściach. Indukowany w ten sposób przepływ energii prowadzi do optymalnej elastyczności. Metoda *Noguchi Taiso* była i jest wykorzystywana przez wielu tancerzy butō. Pomaga się poruszać w najbardziej ekonomiczny sposób poprzez wykorzystanie siły grawitacji. Podstawowe ćwiczenia poprawiają cielesną percepcję, a pogłębiona dzięki nim umiejętność postrzegania procesów własnego ciała-umysłu pozwala dostrzec, co faktycznie dzieje się z ciałami-umysłami innych tancerzy.

Podstawą treningu i bazą nauczania w aikido są zasady równowagi energii i szacunku do partnera. Co łączy pracę z ciałem w ramach sztuk walki z praktyką warsztatową tancerza?

Studiowanie naturalnego ruchu ciała [...], praca nad płynnością technik, które pozwalają lepiej kreować i kontrolować energię [...], nie starcie, nie współzawodnictwo, lecz poszukiwanie siebie w relacji z drugim człowiekiem [...], sposoby odkrywania swojej indywidualności bez przeciwstawiania się komukolwiek (KAAK, zakładka: *Teksty*).

A co łączy butō z aikido? Według słów mistrza aikido André Cognarda „Ciało zapamiętuje wydarzenia z naszego życia pod postacią napięć mięśniowych lub deformacji, które są tak naprawdę potencjalną energią” (AAK). Podobne założenie leży u podstaw pracy z pamięcią ciała w tańcu butō: ciało tancerza „staje się tekstem, zapisem ludzkiego doświadczenia odkrywanym przez ruch” (Jerzak 2009).

Jako tancerz butō Jerzak pojawił się na scenie w 2002 roku, prezentując własną solową partię w stworzonym wraz z Turkowskim spektaklu, który pierwotnie nosił tytuł *Petersen – odkrywanie gestu*, a który przekształcił się w ciągle ewoluujący projekt *Szczerzy?* Później artysta uczestniczył w wielu scenicznych projektach związanych z tańcem butō (por. aneks *Spektakle polskich tancerzy butō*). Wyjątkową propozycję stanowi spektakl *Aite* stworzony z grupą Do-Teatr (2008), w którym połączył tradycyjną sztukę walki aikido oraz taniec butō.

Dla Jerzaka butō nie jest jedynie tańcem, sztuką sceniczną. Bazuje ono na procesie wewnętrznym, a praktyka cielesna, której wyrazem jest taniec, stanowi rodzaj praktyki duchowej. Dlatego prawdziwy nauczyciel butō (podobnie jak Mistrz w aikido) powinien być dla tancerza przewodnikiem lub autorytetem duchowym. Wszystkie bliskie artyście praktyki psychosomatyczne (aikido, butō, zen) mają źródło w tradycji japońskiej. „Ja nie dzielę na Wschód i Zachód. Kultura japońska, z której korzystam, żyje tutaj, zatem w pewien sposób przestaje być japońska”. Według niego zen i butō mają pewne cechy wspólne: „jedność ciała i umysłu, nirwana, satori... Choć nie wiem jak oni [Hijikata i Ōno – M.Z.] daleko w butō zaszli”. I faktycznie, podstawowe dla butō ćwiczenie, tzw. *zero walk* (chodzenie), można porównać z zenistycznym *kinhin* (medytacją w ruchu), natomiast proces ucieleśniania wyobrażeń jest analogiczny do procesu utożsamiania się praktykującego z koanem.

Jerzak mówi, że miał wielu nauczycieli, od których czerpał wiedzę i którzy zarazili go swoim zapałem – to dzięki nim rozpoczął swoją pracę twórczą. Ale wskazanie, kto jest jego Mistrzem butō, sprawia mu trudność.

Trochę brakuje mi takiego niepodważalnego autorytetu, jaki znajduję w aikido. Że ewidentnie jest kierunek i że nie ma wątpliwości. Tym samym jest to być może dobre, ponieważ wciąż jestem żywy: dociekający, poszukujący. [...] Być może kimś takim byłby Kazuo Ōno. Chciałbym wiedzieć, dokąd doszedł Hijikata, dokąd doszedł Ōno. To znaczy, jak to daleko sięga. Jak bardzo przekraczali formę? Co to znaczy, że ego umiera? Czy to może naprawdę zaistnieć na scenie? Co to znaczy być w jedności ze wszystkim, być pełnym, autentycznym, nie kłamać publiczności; faktycznie dać, ofiarować siebie, swoją duszę, swój gest kreacji, to coś, co jest duchowe, a co się wyraża poprzez ciało? W tym kontekście pytam siebie, jak oni daleko zaszli, jak daleko dociera butō? Sprawdzam... sprawdzam sam siebie.

Jerzak uważa, że poszukiwania będące udziałem tancerzy butō oraz aktorów w teatrze ubogim Jerzego Grotowskiego wykazują wiele podobieństw. Praktyki butō zarówno zewnątrznie, jak i istotowo przypominają praktyki aktorskie stosowane w Teatrze Laboratorium (tzw. *via negativa*). Aktor ogołocony (celem aktora nie jest zdobycie arsenału środków, ale akt ofiarowania) jednoczy w akcie całkowitym kolektywne z indywidualnym, odwołując się przy tym do płaszczyzny mitycznej. W procesie twórczym odsłania więc tę warstwę ludzkiej natury, która w życiu codziennym pozostaje ukryta lub

wyparta. Aktor w akcie całkowitym dociera do najgłębszych pokładów psychiki (sfera archetypowa u Junga, sfera zbiorowych wyobrażeń u Durkhaima) i za pomocą „dialektyki ośmieszania i apoteozy” (Kudliński 2006) dokonuje transgresji, a jego działania można uznać za specyficzną formę paratransu. Grotowski podkreślał konieczność wzięcia pod uwagę zarówno swobodnego procesu twórczego (spontaniczność), jak i formy teatralnej, której jest podporządkowywany (dyscyplina) (Grotowski 2007b: 201). Z podobną relacją treningu i choreografii (spektaklu, czyli formy) spotykamy się w butō. Wiele analogii można przeprowadzić pomiędzy procesem wewnętrznym stanowiącym rdzeń treningu butō a skupieniem na procesie organicznym działającego (Performera) z okresu Sztuk Rytualnych. Na tym etapie Grotowski zajmował się istotą działań Performera oraz procesem organicznym, będącym udziałem działającego (świadome odejście od terminu „aktor”).

Myślę, że Grotowski chciałby zrobić coś takiego jak Hijikata i Ōno. [...] Nie w sensie zewnętrznym, ale [chciałby dotrzeć – M.Z.] tam, gdzie oni dotarli. Człowiek na scenie powinien móc to robić, używając jak najmniej środków. Powinien spotkać się z drugim człowiekiem, powinien ofiarować gest, akt kreacji, dotknięcia, spotkania tego, co najważniejsze.

Celem praktyk performerskich jest określone doświadczenie, do którego osiągnięcia można użyć zarówno technik Grotowskiego, jak i butō. Jerzak uważa, że „aktorzy teatru ubogiego pracowali nad tym samym doświadczeniem, ale tancerze butō poszli dalej. [...] Oni uosabiają i przekraczają to, czego Grotowski szukał”. W teatrze Grotowskiego zabrakło dalszych transformacji na bazie doświadczenia, a sam jego twórca „zamknął się przed widzem. Nie wziął odpowiedzialności za swoje słowa” – podsumowuje Jerzak.

Praktykowanie butō otwiera na specyficzne, intensywne doświadczenie siebie i świata. Pozwala doznać niezwykłych stanów, poprzez odblokowanie przepływu energii.

Przez ciało przepływa energia, która w wielu miejscach jest zablokowana. Jest to związane z emocjami, ze stanem psychofizycznym organizmu, naszą karmą itp. Co się stanie z umysłem, gdy ta energia zostanie odblokowywana? Na początku możemy zostać zalani przez własne emocje, i to raczej nie bywa przyjemne. Trzeba stawić temu czoło, puścić to, pozwolić, by się działo. Później możemy zaobserwować, że niezależnie, co robimy i co się dzieje

na zewnątrz, umysł się uspokaja [...]. Używamy trochę energii ciała jako trampoliny, by dotknąć czegoś, co jest poza ciałem. To jest punkt wyjścia.

W tym celu stosuje się określone techniki, które w tym przypadku można nazwać technikami butō. Ale ostatecznie „nie wiadomo, czy to my robimy butō, czy butō nas. Na pewno tak można na to spojrzeć”. Techniki te przygotowują do pracy z emocjami: lękiem, gniewem, radością, smutkiem.

Żeby być tancerzem butō na scenie, trzeba pozatwiać swoje sprawy, załatać dziury, żeby nie wymiotować na ludzi swoimi historiami, emocjami, aby poprzez występ mieć możliwość mówienia o trudnych rzeczach [...]. Musi być równowaga pomiędzy wyrzucaniem z siebie a obecnością w przestrzeni.

W butō stosuje się techniki psychosomatyczne, mogące służyć jako narzędzie tego oczyszczenia. Zdaniem artysty kluczowy dla tancerza butō jest etap odosobnionej pracy warsztatowej, studyjnej, laboratoryjnej.

Tu załatwiamy niezłatwione jeszcze sprawy, są one często związane z naszymi niewyrażonymi emocjami. Praca warsztatowa pozwala do nich dotrzeć i wyrazić je w geście, w tańcu. Nierzadko te emocje są bardzo silne, a przez to, że warsztat nie jest niczym na pokaz, łatwiej mogą się nam ujawnić. Ich intensywność w pewnym momencie się kończy. [...] Jest to też praca z szeroko rozumianym ego. Podobnie jak podeszwa buta, która po jakimś czasie się zdziera, tak i siła naszego „cienia”, tego, co nieświadome, wyczerpuje się. Dzieje się tak dlatego, że zapalamy i wpuszczamy światło, świadomość, tam gdzie ich jeszcze nie ma. Gdy zgadzamy się na to coś w nas, to to **coś** przestaje nas porażać, przestaje być czymś nieświadomym, groźnym. To przeżycie jest dla nas nowe i uwalniające.

Dlatego butō doskonale sprawdza się jako forma terapii tańcem i ruchem. „Najważniejszym aspektem tańca butō jest zbliżenie się do siebie i do innych ludzi, rozwijanie się, wzbogacanie” – mówi artysta, a jedna z uczestniczek koordynowanego przez niego projektu „Integracja w terapii tańcem” rozwija tę myśl: „Taniec butō nauczył mnie uzewnętrzniania ukrytych uczuć, pokazywania emocji. Butō to nie tylko trening ciała, ale i rozumienia własnej duszy” (Chanczewska 2004).

Każda praca somatyczna respektująca człowieka jako istotę psychofizyczną, emocjonalną, duchową, odnosząca się z szacunkiem do wszystkich poziomów tak rozumianej istoty ludzkiej, będzie korzystnie wpływała

na stan emocjonalny. Problem psychologiczny i emocjonalny jest zawsze związany z zastojem energii w ciele. Wprawiamy w ruch tę zastaną energię i otrzymujemy pozytywny skutek psychologiczny. Tę samą zależność zaobserwowałem zarówno w aikido, jak i butō.

Na trening podczas warsztatu składają się część fizyczna (rozgrzewka) oraz praktyki psychofizyczne, w tym techniki charakterystyczne dla butō, rozwijające się w improwizację. Kolejne fazy przenikają się płynnie.

W ramach rozgrzewki Jerzak proponuje ćwiczenia z zakresu *aikishintaiso*: serię ćwiczeń służących rozciągnięciu stawów i rozgrzaniu mięśni. Wykorzystuje również *Noguchi Taiso*: pracę z wykorzystaniem siły grawitacji. Przykładowo: ciało znajdujące się w tzw. autobalansie (por. aneks *Terminy*) zostaje wytrącone z równowagi, „puszczone”, a jego górna część opada bezwładnie. Głębokość i kierunek przechyłu zależą od tego, który staw lub krąg jest odpowiedzialny za ruch. Proces podnoszenia się do pionu przebiega w postaci fali, od tego miejsca, w którym rodzi się impuls. Ta technika jest wbrew pozorom bardzo wymagająca fizycznie. Pojawia się również propozycja wykorzystania *aikishintaiso*: np. w pracy z tzw. pięcioma podstawowymi pozycjami. Uczestnicy formują ciała zgodnie ze schematem zaczerpniętym z *aikishintaiso* (Jerzak udziela szczegółowych instrukcji), a następnie, podążając za wewnętrznym impulsem, przełamują te pozycje. W ten sposób energia skumulowana w układach cielesnych zostaje wprawiona w ruch, a symetryczne układy – załamane w wyniku indywidualnego, wewnętrznego impulsu. Struktura zostaje zdestabilizowana – w ruchu pojawia się gra przeciwieństw. Efektem ćwiczenia mogą być zarówno zastygnięte groteskowe figury, jak i wywodzący się z procedury łamania symetrii taniec. Ten rodzaj pracy warsztatowej stanowił bazę dla idei choreograficznej wspomnianego już spektaklu *Aite* (2008), w którym pojawia się synteza tradycyjnej sztuki walki aikido i jego gimnastyki *aikishintaiso* z tańcem butō. Jerzak pokazał w tym przedstawieniu, że techniki pracy z ciałem wykorzystywane przez tancerzy jako rozgrzewka, ćwiczenia rozciągające czy relaksujące mogą stanowić materię spektaklu. Spektakl łączy skrajnie różne sposoby pracy z ciałem. Aikido, bazujące na seriach wyuczonych ruchów, które „działają” dopiero po wielokrotnym powtórzeniu, jest „pewnego rodzaju zamknięciem się w formie”. Można je kojarzyć z tym, co świadome, umysłowe, związane ze wzorem. Natomiast butō, będące „otwarcie się na formę poza formą”, sięga do indywidualnych, nieświadomych skryptów oraz archetypów, które

świadomość często odrzuca. „Aikido to zaklęta w formach energia, która zostaje przetransformowana z użyciem *butō*”.

Po rozgrzewce pojawiają się ćwiczenia, których celem jest oswojenie ciała z przestrzenią, ze współobecnością innych ciał i obiektów. Na przykład uczestnicy warsztatu w parach bawią się wyobrażoną żywą, zmieniającą wielkość i kształt chmurą energii znajdującą się w przestrzeni pomiędzy ich ciałami. Mogą również nawiązywać kontakt za pomocą wizualizowanych czułek wyrastających z różnych fragmentów ciała. Te same czułki mogą się stać sznurami zaczepionymi w niebie, które poruszają ciałem jak bezwolną marionetką.

Kluczową techniką jest krok neutralny, czyli *zero walk*, którego esencją i celem jest specyficzna percepcja świata, osiągnięta dzięki spojrzeniu rozproszonemu. Tancerze przemieszczają się krokiem posuwistym, stawiając na podłodze całą stopę, świadomi swojego kontaktu z podłogą. Krok ma swoje źródła w praktyce przemieszczania się w przestrzeni scenicznej stosowanej przez aktora *shite* teatru *nō* (krok *suriashi* – por. aneks *Terminy*). Punktem wyjściowym może być „pozycja zero”, inaczej: opisywany już wcześniej autobalans – ciało jest w naturalny sposób rozluźnione i równocześnie ugrunтовane. Inną metodą rozpoczęcia takiego ruchu mogą być zadania związane z doświadczaniem różnicy pomiędzy krokiem naturalnym i neutralnym. Krok naturalny to nasz codzienny, „potoczny” sposób chodzenia, spowolniony niemal do bezruchu. Natomiast krok neutralny (*zero walk*) to płynne poruszanie się w przestrzeni, podczas którego nasz wzrok nigdzie się nie koncentruje, a umysł jest „skupiony w rozproszeniu”. Ten sposób poruszania się (nazywany potocznie „zombie”) można rozwinąć na kilka sposobów. Na przykład osoba poruszająca się krokiem neutralnym ma za zadanie reagować na impulsy (bodźce dotykowe), dawane przez drugą osobę (prowadzącą). W ten sposób ruch zostaje wyprowadzony z impulsu zewnętrznego, a ciało staje się medium przewodzącym przepływ. W innym wariacie tancerz-uczestnik może, podobnie jak w przypadku ćwiczenia z pięcioma pozycjami *aikishintaiso*, poruszać się sterowany impulsami odwewnętrznymi. Osoby przemieszczające się krokiem neutralnym mogą się spotykać i reagować na siebie wzajemnie.

Najważniejszym etapem działań warsztatowych *butō* jest praca z ucieleśnianiem (wcielaniem) wyobrażeń. Ciało w autobalansie lub poruszające się krokiem neutralnym jest „przeźroczystym naczyniem”, staje się tym, co je

wypełnia. Trening butō służy transformacji. Podczas warsztatów Jerzak proponuje uczestnikom konkretne wyobrażenia, które mają zostać ucieleśnione. Może to być, przykładowo, rozkwitający i usychający kwiat, woda płynąca z różną dynamiką, a nawet obrazy wpisujące się w cykl życia, od embriona, poprzez czas porodu, wzrastanie, rozwój, aż do umierania. Uczestnik warsztatu odnajduje we własnym cieleśno-umysłowym doświadczeniu indywidualne, niepowtarzalne odzwierciedlenie danego obrazu: swój krok, swój taniec.

Praktyki, takie jak *zero walk* (służące uciszaniu umysłu codziennego poprzez koncentrację rozproszoną), ucieleśnianie wyobrażeń (służące odnajdywaniu nieznanego jakości ruchu), można nazwać technikami butō.

Nie one same są celem. Mają spowodować, by każdy dotknął czegoś w sobie, czegoś, czego być może nigdy jeszcze nie dotykał. By wyraził to poprzez gest ciała, uświadamiając sobie tym samym, że to tak naprawdę jest w nim. Tym samym staje się pełniejszy i bogatszy.

Dzięki różnym technikom tancerz uczy się osiągać stan zintensyfikowanej obecności. „Można wejść w przestrzeń swojego ciała i umysłu i być bardziej pojedyńczym ze sobą i z innymi”. Artysta musi pytać o to, czego doświadcza: „Czym **to** jest? Jaki mamy dostęp do naszego ciała-umysłu? Co tak naprawdę wtedy się dzieje? Jakie to ma dla nas znaczenie, że tego dotykamy, doświadczamy?”. Bo butō to forma, poprzez którą możemy unaocznić własne doświadczenie poszerzonego ciała-umysłu.

Poprzez opisaną wcześniej pracę tancerz zbliża się do pewnego doświadczenia, które możemy nazwać doświadczeniem szczytowym [...] lub pewnym rodzajem transu. To doświadczenie zostało wywołane przez [wspomniane wcześniej – M.Z.] formy pracy z ciałem: poprzez wydobywanie z ciała dużej porcji energii i uzewnętrznienie jej. Bez tej energii nie doświadczymy tego stanu umysłu. W medytacji jest podobnie: uczymy się być tu-i-teraz, robiąc wszystko dokładnie, w pełni, skupieni na tym, co robimy. Będąc w jedności z tym, co się dzieje w naszej głowie, w naszym ciele.

Stan zmienionej czy też wyostrzonej percepcji pozwala dotrzeć do informacji zapisanych w pamięci ciała, a pojawiające się doświadczenia somatyczne i wyłaniające się wyobrażenia są źródłem ruchu, tańca. Praca warsztatowa, studyjna jest czymś zupełnie innym niż spektakl, jest procesem otwierania się. Tancerz improwizuje, budując ruch w procesie ciągłej interakcji

z wewnętrznym strumieniem obrazów, doznań. Na tym etapie pojawia się subiektywna ekspresja. To jest pierwszy etap pracy nad sobą: „gdy brudy są załatwione, to między tym, co wewnątrz, a tym, co na zewnątrz, nie ma takiej przepaści”. Gdy podczas pracy laboratoryjnej, studyjnej tancerz uwolni już wyparte elementy siebie i nauczy się doświadczać przepływu energii, może (na bazie tego doświadczenia) zacząć „kreować, nadawać temu kierunki, zonglować tym, by pokazać ciemną stronę naszej osobowości, będąc w tym twórczym i pozytywnym. Widz powinien zostać dotknięty naszą autentycznością i swobodą prezentacji”.

Tancerz obnaża ten fragment siebie, w którym jest najbardziej w zgodzie z samym sobą, w którym „najszerzej patrzy i percypuje. Tę właśnie przestrzeń pokazuję widzowi. [...] Bo myślę, że to jest najtrudniejsze i najcenniejsze”.

Trening to dla Jerzaka proces poszukiwań, natomiast spektakl jest sprawdzianem autentyczności i otwartości. „Dziś przygotowując się do warsztatu czy pracując samodzielnie nad spektaklem, robię to zupełnie inaczej niż np. półtora roku temu. Ta ewolucja pcha mnie do stworzenia nowego spektaklu”. Ale zawsze praca nad przedstawieniem łączy się z głębokim procesem wewnętrznym.

Przygotowywanie spektaklu to budowanie i burzenie. Sam spektakl jest jakby tego produktem. To, co niepotrzebne, zostało odcięte. Chcę pokazać to, co jest najwartościowsze, co najcenniejsze i najtrudniejsze na poziomie fizycznym, jak również umysłowym. To przejawia się przez pewien rodzaj koncentracji, inaczej mówiąc – przez otwarcie się na to, co w głębi naszej świadomości, w duszy i duchu.

Na bazie ruchu, który pojawia się jako efekt wielokrotnie powtarzanego od nowa procesu improwizacji, można stworzyć choreografię. Podczas spektaklu tancerz odtwarza ten układ:

Wchodząc w pewien ruch od zewnątrz, możemy obudzić to, co on wewnątrz powoduje. Jeśli będziemy skupieni na nim (tu-i-teraz). Jeśli robiąc ruch, nie myślimy o kolejnym, to ten ruch będzie ciągle żywy. Jeżeli wiem, jaki będzie efekt końcowy, to od razu jest to martwe.

Pojawiające się doświadczenia pozwalają zbudować tylko do pewnego stopnia ustrukturyzowaną czy też powtarzalną formę sceniczną. „Hijikata pracował z choreografią, Ōno z obrazem, a sam ruch wychodził spontanicznie.

Mnie bliższa jest ta druga szkoła”. Najważniejsze jest zachowanie gry z żywą tkanką wyobrażeń, doznań. „Sam spektakl butō przypomina rytuał. Dążysz do szczytowego osiągnięcia, doświadczenia, poprzez stworzenie ram [spektaklu – M.Z.]”. Dzięki osadzeniu w doświadczeniu spektakl będzie każdorazowo inny.

W spektaklu są pewne punkty, przez które przechodzę (to samo w swoim teatrze robił Stanisławski), przechodzę proces fizyczno-emocjonalno-duchowy, by dojść od punktu do punktu. Mam wykonać jedną bądź kilka czynności w określony sposób, a między nimi jest miejsce, by mogło pojawić się coś niezaplanowanego.

Jerzak kładzie nacisk na zjawisko przepływu pomiędzy tancerzem a widzem, na konieczność wymiany, „przekazania darów”. Spektakl powstaje z potrzeby, by coś dać, ofiarować, „[...] bo być może dzięki temu, że dajemy, dostajemy od innych. [...] Myślę, że to [butō – M.Z.] powinno służyć, przynosić pożytek, zarówno na poziomie warsztatowym, jak i scenicznym. Taka jest rola sztuki”.

PODSUMOWANIE

Podstawową praktyką Jerzaka jest sztuka walki aikido. Bazuje ona na płynności korzystania z wyuczonych technik, stabilności umysłu i poznaniu własnych możliwości, dzięki którym stosowanie siły staje się zbędne. W sztuce walki aikido, jak również w wywodzącej się z niej gimnastyce *aikishintaiso*, szczególnie ważne są ugruntowanie (stabilność i kontakt z ziemią), wpływanie na cyrkulację energii w ciele i chęć poznawania funkcjonowania własnego umysłu. Jerzak wykorzystuje również elementy *Noguchi Taiso*, gimnastyki bazującej na płynności ruchu i komforcie mięśniowo-szkieletowym. Te cielesno-umysłowe praktyki mogą stanowić bazę dla tańca butō.

Według artysty butō bazuje na procesie wewnętrznym, a praktyka cielesna, której wyrazem jest taniec, jest ekwiwalentem bądź uzupełnieniem sformalizowanej praktyki duchowej. Praktykowanie butō otwiera na specyficzne, intensywne doświadczenie siebie i świata. Pozwala poprzez odblokowanie przepływu energii doświadczać niezwykłych stanów.

Na trening formalny, którego strukturę stworzył Jerzak na bazie własnych doświadczeń, składają się część fizyczna (rozgrzewka) oraz praktyki psychofizyczne, w tym techniki charakterystyczne dla butō, rozwijające się

w improwizację. W ramach rozgrzewki artysta proponuje ćwiczenia z zakresu *aikishintaiso* (serię ćwiczeń służących rozciągnięciu stawów i rozgrzaniu mięśni) oraz/lub elementy *Noguchi Taiso*. Pojawiają się również podstawowe pozycje *aikishintaiso*, które w wyniku pracy z wewnętrznym impulsem mogą być przekształcone w groteskowe figury lub taniec. Po rozgrzewce następują ćwiczenia, których celem jest oswojenie ciała z przestrzenią, ze współobecnością innych ciał i obiektów. Bardzo ważną techniką jest *zero walk*, krok neutralny, czyli specyficzny sposób przemieszczania się połączony z widzeniem szerokokątnym. Punkt wyjścia stanowi wyprowadzana z autobalansu pozycja zero. Praktyka ta ma na celu wprowadzanie ciała-umysłu w specyficzny stan „rozproszonej koncentracji”, który można nazwać doświadczeniem szczytowym, pewnym rodzajem transu lub medytacją. Pozwala on rozpocząć etap wcielania wyobrażeń, a tym samym realizację najważniejszego w butō procesie: transformacji cielesno-umysłowej. Procesy mające miejsce na etapie treningu służą pozbyciu się fermentu emocjonalnego i tym samym stworzeniu przestrzeni kreacji artystycznej.

Teatr Amareya. Ciało w kryzysie

Teatr Amareya powstał w 2003 roku z inicjatywy Katarzyny Julii Pastuszek, Agnieszki Kamińskiej i Aleksandry Śliwińskiej. Katarzyna Julia Pastuszek, *spiritus movens* gdańskiego teatru, jest tancerką, reżyserką, choreografką, badaczką, autorką trzech rozpraw naukowych poświęconych sztukom performatywnym. W pierwszej z nich, *Tracing the Essence of Odin Teatret*, będącej pokłosiem spotkania z Odin Teatret Eugenia Barby podczas seminarium Odin Week w Holstebro, Dania (2003), zajmuje się metodą treningu performerów z perspektywy antropologii teatru. Drugą rozprawę, *Wprowadzenie do butō*, napisała pod kierunkiem dr Beaty Kubiak Ho-chi, natomiast w obronionej w 2010 roku pracy doktorskiej zatytułowanej *Ankoku butō Hijikaty Tatsumiego teatr ciała-w-kryzysie* analizuje klasyczne butō twórcy gatunku, Tatsumiego Hijikaty. Agnieszka Kamińska jest tancerką, wokalistką, pedagogiem, instruktorką pracy z głosem; prowadzi warsztaty głosowo-ruchowe dla młodzieży i dorosłych. Od wielu wybitnych pedagogów uczyła się pracy z ciałem i ruchem, kształciła się również w technikach wokalnych i terapii głosem. Aleksandra Śliwińska jest tancerką. Umiejętności techniczne i doświadczenie w zakresie tańca współczesnego, improwizacji, improwizacji

w kontakcie, tańca ekspresyjnego zdobywała podczas wielu międzynarodowych warsztatów tańca. Artystki połączyła fascynacja praktycznym wymiarem antropologii teatru i tańcem butō.

Nazwa teatru – Amareya – wiele mówi o podejściu tworzących go tancerki do pracy artystycznej: „*Amareya* ze starojapońskiego znaczy heroiczne oddanie, bezwarunkowe poświęcenie” (HTA). Całkowite oddanie, etos pracy aktorskiej zaszczytliwi Pastuszek aktorzy Odin Teatret, których metodę treningową poznała poprzez praktykę podczas Odin Week w Holstebro.

To spotkanie było przełomowe, gdyż zobaczyłam, jak strasznie poważnie ci ludzie traktują swoją robotę, że mają kodeks postępowania w przestrzeni teatralnej, wiarę, że przestrzeń musi pozostać czysta, że ją i naszą pracę musimy uszanować. Po prostu silny etos aktora. To samo mają Japończycy (WTA, Pastuszek)¹⁶.

Trening Teatru Odyna (założonego w 1964 roku) jest owocem wieloletniej wspólnej praktyki treningowej i scenicznej grupy aktorów pod kierunkiem Barby, sukcesywnie uzupełnianej o doświadczenia zdobyte podczas mających miejsce od 1980 roku spotkań ISTA (International School of Theatre Anthropology, Międzynarodowej Szkoły Antropologii Teatru). Barba na początku lat sześćdziesiątych terminował u Jerzego Grotowskiego, a swoje doświadczenia opisał w książce *Ziemia popiołu i diamentów. Moje terminowanie w Polsce* (Barba 2001). Sposób pracy z ciałem i umysłem prezentowany przez polskiego reformatora teatru miał ogromny wpływ na jego dalsze poszukiwania.

Trening proponowany uczestnikom warsztatów jest praktyczną realizacją zasad sztuki aktorskiej zdefiniowanych w ramach antropologii teatru.

Pewne zasady sztuki aktorskiej można teoretycznie z tekstów poznać i pojąć bardzo szybko. Natomiast proces fizycznego uświadamiania sobie, co każda zasada niesie ze sobą, czym jest np. bycie poza równowagą, czym jest działanie przeciwstawnych sił, jest długim procesem. Natomiast sama świadomość ich jest bardzo ważnym narzędziem. Do tego dochodzi świadome wykorzystanie ich na scenie czy w pracy *stricte* treningowej.

¹⁶ Wszystkie cytaty w tym rozdziale, jeśli nie zaznaczono inaczej: WTA, Pastuszek. Jeśli wypowiedź jest autorstwa innej artystki, po WTA i przecinku zamieszczam jej nazwisko.

Zagadnienie obecności scenicznej aktora to kluczowy problem, z którym mierzą się twórcy i badacze spotykający się podczas kolejnych sesji ISTA. Antropologia teatru czyni przedmiotem swoich badań biologiczne i społeczno-kulturowe aspekty sztuki performera. Analizuje sposoby „posługiwania się ciałem” funkcjonujące w różnych tradycjach performatywnych, czyli biologiczno-fizjologiczny poziom aktorstwa, zaniedbywany przez tradycyjną teatrologię, skupioną na analizach psychologicznego i semiotycznego poziomu oddziaływania sztuki teatru. Antropologia teatru, badając te zagadnienia, operuje m.in. pojęciami „preekspresywność” oraz „energia”. Kategoria preekspresywności odnosi się do zjawiska „silnej obecności” performera w sytuacji przedstawienia, wymagającej od niego znajomości technik służących specyficznej koncentracji energii. To właśnie zdolność kumulowania energii sprawia, że uwaga widza kieruje się ku aktorowi, jeszcze zanim ten rozpocznie swój performans.

Pastuszek zaproponowała Kamińskiej i Śliwińskiej trening, który poznała podczas spotkań warsztatowych w Holstebro. „Tam, podczas naszych treningów znalazłam to coś – energię, świętość pracy” (WTA, Śliwińska).

Zaraziła nas tym etosem aktora. Robiliśmy wspólne treningi, jeszcze zanim powstał teatr. [...] Każda z nas miała potrzebę stworzenia czegoś własnego. Środowisko taneczne w Gdańsku było ukształtowane [...]. Widownia początkowo nie mogła się w tym, co robimy, odnaleźć. Pierwszy spektakl *Sen Ikara*: trochę butō, trochę tańca współczesnego, twarze ubielone. Pytali: co to jest? Coś pomiędzy pantomimą a rytuałem (WTA, Kamińska).

Metoda pracy twórczej Teatru Amareya inspirowana treningiem aktorów Odin Teatret oraz formułą zapożyczoną z badań prowadzonych w ramach ISTA opiera się na kompozycji ćwiczeń zaczerpniętych z „tańca butō oraz technikach teatru fizycznego, tańca współczesnego, techniki Marthy Graham, tańca afrykańskiego, śpiewu, jogi, *kalaripayattu* i psychosomatycznych technik relaksacyjnych” (HTA). Śliwińska wspomina: „Przetrenowałyśmy też różne techniki tańca współczesnego, ćwiczyłyśmy po warsztatach wspólnie na sali” (WTA, Śliwińska). „Podstawą ruchu w tańcu współczesnym jest naturalna dynamika ciała”.

Punktem wyjścia techniki Marthy Graham [reprezentantki tańca *modern* – M.Z.] jest poznanie przez tancerza możliwości ruchowych własnego ciała

i wynikająca stąd pełna świadomość i kontrola pracy mięśni i stawów w czasie każdego ruchu, przy czym praca ta musi odbywać się w granicach naturalnego ich funkcjonowania (Tyborowska 2009).

W tańcu współczesnym szanuje się indywidualne ograniczenia tancerza, a jednym z jego zadań jest poznanie poprzez praktykę anatomii i kinestetyki własnego ciała. Ruch bazuje na ciągłej grze przeciwstawnych impulsów. Technika taneczna ma być przede wszystkim narzędziem ekspresji. Najważniejszy aspekt tańca to spontaniczne i intuicyjne wyrażanie własnych doznań ruchem. Dzieje się to poprzez „kontrolowanie napięcia i rozluźnienia mięśni oraz wyprowadzenie ruchu z centrum tułowia (znajdującego się w okolicy przepony) na zewnątrz” (Tyborowska 2009). Okolice przepony to najważniejszy rejon naszego ciała w wielu technikach psychosomatycznych, medytacyjnych czy wschodnich sztukach walki (w języku japońskim punkt ten określa się jako *hara*). Ważna jest również improwizacja, polegająca na „samodzielnym, nieskrępowanym ustalonymi schematami, posługiwaniu się wyćwiczonym ciałem oraz na tworzeniu nowych kombinacji tanecznych” (Tyborowska 2009).

Na improwizacji i eksploracji możliwości, jakie oferuje ciało, bazują również twórcy z kręgu teatru fizycznego. Kwestionują przydatność konwencjonalnych figur oraz kodów ruchowych i, wychodząc od naturalnego dla człowieka sposobu poruszania się, każdorazowo tworzą nowy język fizycznej wypowiedzi.

Teatr fizyczny w swej najczystszej postaci czyni z ciała ludzkiego główny i fundamentalny znak przekazu sensu i komunikowania się ze światem. [...] Mówi się wtedy o twórcy, aktorze lub tancerzu (z ang. performerze), który myśli ciałem, a więc ucieleśnia umysł (Mond-Kozłowska 2003).

Kluczowymi elementami są fizyczne ryzyko oraz konfrontacja z samym sobą. Choreografia/reżyseria są ich uzupełnieniem (Rea, za: Fret 2000: 132). „Fizyczny, bliski kontakt jest tu czymś zupełnie naturalnym i koniecznym. [...] Ciało **kontempluje** swoją obecność poprzez obecność Drugiego – jego istnienie jest niezbędnym warunkiem fizycznego samookreślenia się człowieka” (Fret 2000: 134).

Artystki poznały również technikę służącą pogłębieniu umiejętności grupowej improwizacji – tzw. improwizację w kontakcie (CI, *contact improvisation*). Zwraca się w niej uwagę zarówno na fizyczne komponenty ruchu,

jak i na stan umysłu, całkowitą obecność tu-i-teraz, umożliwiającą twórcze reagowanie na wszystko, co się dzieje w danej chwili. CI to dziecko symbiozy zachodnich doświadczeń taneczno-ruchowych ze wschodnim podejściem do pracy z żywym układem, jakim jest ciało-umysł. „CI wyrabia umiejętność spontanicznego, twórczego reagowania na to, co spotyka tańczącego dokładnie w chwili, kiedy taniec się dzieje” (CI). Stworzona przez Steve’a Paxtona (twórcę CI) formuła „małego tańca” przypomina sposób pracy z ciałem i wyobraźnią charakterystyczny dla butō:

W **małym tańcu** ciało znajdujące się w pozornym bezruchu tak naprawdę wykonuje niewielkie odruchowe działania. [...] Gdy go tańczyliśmy, Steve podrzucał nam różne obrazy, np. szkieletu, powiększających się płuc, przepływającej energii. Wykorzystywaliśmy je, by badać odczucia w ciele [...] wprowadzał nas w stan pozornego bezruchu, w **mały taniec** (Smith 2006).

Podobnie pracuje się z ucieleśnianiem obrazów mentalnych w butō.

W treningu tancerki z Teatru Amareya wykorzystywały również elementy tańca afrykańskiego. W filozofii tańca afrykańskiego ważne jest odniesienie do doświadczenia płodowego,

[...] bowiem to właśnie płód żyje w świecie stałych, wewnętrznych dźwięków, słuchając bicia swojego serca oraz serca matki. Dziecko przed narodzeniem żyje w przytłaczającym świecie dźwięków synkopowych. To środowisko dźwięków i rytmów, z którym mamy do czynienia już przed narodzeniem, wskazuje, że dźwięk i rytm są u zarania życia (Pawlik 2008: 32–33).

Z podobnym zainteresowaniem osobistą „prehistorią”, czyli życiem płodowym, spotykamy się u tancerzy butō. Po pierwsze, człowiek nosi w sobie cały wszechświat, w jego ciele, strukturze układu nerwowego zapisana została historia rozwoju gatunku ludzkiego (filogeneza). Po drugie, w świadomości płodu nie wykształcił się jeszcze podział na ja i świat zewnętrzny, dlatego embriion/płód to jeden z ważniejszych obrazów mentalnych w butō.

W analizach afrykańskich praktyk cielesnych wykorzystuje się kategorię tzw. cielesnych form uwagi (por. Csórdas 1993), których sednem jest stały somatyczny modus reakcji na bodźce zmysłowe. Ciało jest w stałym procesie interakcji ze swoim środowiskiem, nie sposób go uznać za byt niezależny.

Otoczenie jest poznawane poprzez wewnętrzne stany organizmu, poprzez wewnętrzne receptory, a ciało i świat funkcjonują jako naczynia połączone. Cieleśne czucie i umysłowe poznawanie są nierozdzielne, a odczuwanie „wnętrzem” jest źródłem wiedzy o świecie. W kategoriach zachodniej psychosomatyki zjawisko to określa się mianem „wiedzy ciała”. W tym typie poznania odbiór zmysłowy, emocje i osobowościowe predyspozycje przeplatają się, a kinestetyka i mowa należą do sfery sensorycznej. Taniec afrykański pełni funkcję poznawczą. A poza tym wszystkim jest „świetnym ćwiczeniem kondycyjnym. Bardzo dobry na centrum” (WTA, Kamińska).

Podobna jedność czucia i poznawania pojawia się w metodzie *Body Mind Centering* (BMC), którą artystki również poznały podczas warsztatów. W BMC praca z ciałem dotyczy

[...] rozpoznawania, nazywania, różnicowania i integrowania różnych tkanek w ciele, odkrywania różnych jakości i elementów, które składają się na ruch, oraz tego, jak te wszystkie elementy rozwijały się w trakcie procesu rozwojowego i jaką rolę aktualnie odgrywają w wyrażaniu się umysłu (Cohen 2009).

Najważniejsza jest całkowita świadomość ciała, jego kolejnych warstw: począwszy od komórek, szkieletu, więzadeł, mięśni, narządów i gruczołów wewnętrznych, na układzie nerwowym, powięzi, płynach, skórze i powiązaniach pomiędzy tymi systemami skończywszy. Dzięki tej metodzie rozwija się uważność i świadomość prowadzenia ruchu z poszczególnych poziomów. W BMC wykorzystuje się m.in. ruchy pierwotne.

U podłoża różnych form naszej ekspresji poprzez systemy ciała leży proces rozwoju ruchowego. Zarówno rozwoju ontogenetycznego (czyli rozwoju osobniczego dziecka), jak i rozwoju filogenetycznego (czyli ewolucji przez królestwo świata zwierzęcego) (Cohen 2009).

Tancerze butō często odwołują się do pamięci ontogenetycznej i filogenetycznej ciała.

Wszystkie te formy pracy z ciałem, doświadczenie taneczne i ruchowe pozwalają odczuć, w jaki sposób, stosując poszczególne techniki, można pracować z energią w ciele. Celem treningu opartego na metodzie poszukiwań wypracowanej w ramach ISTA jest dotarcie do stanu czystej obecności scenicznej,

[...] psychofizycznej obecności performerera. Pragniemy powrócić do tego, co pierwotne – do ciała, jego organiczności i nieskończonego potencjału twórczego, wierząc przy tym, że całkowita obecność aktora-tancerza, promieniująca spod kostiumu formy i techniki, ma moc poruszenia widza, poprowadzenia go w głąb siebie (HTA).

Podstawowe zasady rządzące sztuką performerera, które wyszczególnił i opisał w swoich pracach Barba, tworząc zręby antropologii teatru, pojawiają się również w butō. „Wszyscy tancerze butō z linii Hijikaty pracują bardzo konkretnie. Podczas warsztatów Yumiko Yoshioki, Ko Murobushiego czy Yukio Waguriego pracują w bardzo ustrukturyzowany sposób – te zasady, o których mówi Barba, tam są”. Przede wszystkim pojawia się gra napięcia i rozluźnienia, działanie przeciwstawnych sił, wychodzenie poza równowagę. Butō to ciągłe stawianie ciała w sytuacji kryzysowej, co wielokrotnie podkreślał twórca gatunku Hijikata i co stało się mottem pracy twórczej Teatru Amareya. Dlatego Pastuszak, Kamińska i Śliwińska za swoich najważniejszych nauczycieli uznają jego uczniów, spadkobierców jego linii: Yumiko Yoshiokę, Seisaku i Ko Murobushiego. Oprócz wymienionych uczyły się u takich tancerzy, jak Morita Itto, Mika Takeuchi, Minako Seki, Marie-Gabrielle Rotie, Yuri Nagaoka, Daisuke Yoshimoto, Joan Laage i Atsushi Takenouchi.

Zdaniem artystek taniec butō bardzo się zmienił od chwili przybycia japońskich tancerzy do Stanów Zjednoczonych oraz Europy. Uczenie się poszczególnych technik bez rozpoznania kontekstu kulturowego i znaczeń nieświadomie kodowanych w ruchu jest jak „uczenie się elementów zaczerpniętych z baletu klasycznego” (WTA, Kamińska). Można je poznać, ale wciąż nie jest się tancerzem baletowym. Dlatego w krajach zachodnich tancerze zmienili formułę treningów.

Tancerze japońscy [...] przekształcili warsztat na potrzeby europejskich uczniów. Być może wcale nie w taki sposób pracowaliby z uczniami w Japonii, może wcale nie mieliby w ten sposób ustrukturyzowanego warsztatu: najpierw rozgrzewka, a potem to, to i to. Uczniowie na Zachodzie oczekują intelektualnego porządku – i o tym tancerze mówią otwarcie. Na przykład u Yukio Waguriego [w Japonii – M.Z.] najpierw prowadziliśmy rozmowę na podłodze, a zaraz potem zaczął uderzać w bębenek – i zaczął się taniec. Yoshito Ōno też podobnie prowadzi warsztat [...] My jesteśmy inni niż Japończycy, bardziej intelektualni. Potrzebujemy struktury, żeby w coś wejść. [...] W Japonii nie tłumaczy się tego wszystkiego, nie opowiada się

tak o tym. Teraz będzie to, a teraz tamto. Waguri [...] chciał przekazać spuściznę Hijikaty, stworzył *Butoh Kaden*. On nie mówił tak dużo, co będziemy robić, po prostu robiliśmy.

Na czym jednak polega specyfika butō? Pastuszek nie ma co do tego żadnych wątpliwości: jest to bezustanne doprowadzanie ciała do sytuacji kryzysu. „Mogę sobie zadać pytanie, czego mi brakuje, że już/jeszcze nie nazwę tego butō, a co powoduje, że mówię: tak, na sto procent. Ponieważ jestem zwolenniczką butō Hijikaty, jest to ciągle stawianie ciała w kryzysie. Tego będę szukała”. Artystka ma na myśli nie tylko techniczne, fizyczne zabiegi, takie jak wyprowadzanie ciała poza stan równowagi czy operowanie napięciami, ale również takie zaprojektowanie kostiumu i oświetlenia oraz zakomponowanie ciała w przestrzeni sceny,

[...] żeby ciało pozostało niedookreślone. Żeby nie zawsze było ciałem. Tworzenie sytuacji, w której widz zadaje pytanie: co to jest? Co się tam wyłania? Pojawia? Chowa? Czego nie ma? Transformacja ciała ukrytego pod kostiumem, proces wciągania widza w świat tego ciała.

Ciało jest w butō bezustannie przekształcane, zniekształcane, transformowane i odcieleśniane, ale wszystkie te procesy są przeprowadzane przez tancerza świadomie. Dlatego tańca butō w żadnym wypadku nie można nazwać tańcem transowym, tancerz jest całkowicie obecny tu-i-teraz i nigdy nie traci poczucia rzeczywistości. Skojarzenia z transem biorą się prawdopodobnie stąd, że w trakcie warsztatów tancerze butō powtarzają: „ciebie nie ma”. „Mnie tam nie ma, ale nie w sensie fundamentalnej świadomości. Nie ma Ja codziennego. Nie ma mnie kontrolującej, decydującej, wykalkulowanej” (WTA, Kamińska).

[Tancerz – M.Z.] wyobraża sobie jakiś obraz i ucieleśnia go, poruszając się w określonym kierunku. Do tego obrazu dołączają dodatkowe obrazy, słowa, a także muzyka, na którą reaguje. [...] W wyniku współwystępowania tak wielu elementów, na których musi się skupić [...] pojawia się dyspersja uwagi, stąd zapewne skojarzenia z transem. [...] Można faktycznie wprowadzić się w trans i go wykorzystać rytualnie, ale ten proces ma kolejne etapy (wejście, trans, wyjście) i wiąże się z nim określone reakcje fizjologiczne. W tańcu butō, podobnie jak w innych formach teatru fizycznego, pojawiają się stany graniczące z transem, stany bardzo intensywnego bycia. [...] To nie jest brak świadomości, ale zupełnie inna świadomość.

Docelowo świadomość nie powinna kontrolować tego, co się dzieje z ciałem: „Jeśli jest jakiś obraz, to pozwól, żeby to on poruszał twoim ciałem. Nie myśl – nie kontroluj – nie reżyseruj”. Czyli poddaj się przepływowi (*flow*). Tancerz butō znajduje się „w stanie medytacyjnym. Jest inną formą, bo znajduje się w innej, niecodziennej sytuacji. Ale tancerz ma obowiązek być świadomy” (WTA, Kamińska), musi zachować w sobie aktywnego obserwatora. Wątek oczu patrzących z góry, z boku stale powraca w *butō-fu* Hijikaty. Podstawą tańca butō jest przepływ, a nie efekt estetyczny, który bywa wypadkową potrzeb publiczności i technicznych możliwości tancerza. Dyskredytacja „tańca na pokaz” była formułą krytyczną wymierzoną w proces komercjalizacji sceny japońskiej w drugiej połowie XX wieku. Hijikata chciał, by taniec służył jako narzędzie obróbki rzeczywistości, żeby pozwalał przetrwać w sytuacji kryzysu. Ten postulat od początku istnienia butō jest jednym z najważniejszych aspektów jego filozofii.

Jak zatem przebiega trening w Teatrze Amareya? Artystki spotykają się trzy razy w tygodniu na kilka godzin, trening jest bardzo intensywny. „Ciało jest po nim tak rozluźnione, że bardzo łatwo wejść w obrazowanie czy praktykę butō. W tym celu wykorzystujemy sekwencje z tańca afrykańskiego, *kalari-payattu*, a nawet bieganie” (WTA, Kamińska).

Podobnie pracują Daisuke Yoshimoto, Ko Murobushi i Yumiko Yoshioka – „na początku jest wycisk, intensywna rozgrzewka przy napiętym ciele. Dzięki niej ciało uwalnia się, jest przygotowane do dalszej pracy” (WTA, Kamińska). Treningi butō, w których uczestniczyły artystki, są bardzo podobne. Analogii można się doszukiwać nie tylko na poziomie zewnętrznego podobieństwa ćwiczeń, ale przede wszystkim na poziomie eksplikowanych przez antropologię teatru zasad. „Jeżeli by rozpisać każdy trening na ćwiczenia, to okaże się, że każde z nich uruchamia inną jakość, czyli w każdym pracuje się nad inną zasadą, innym aspektem czy inną przestrzenią ciała”.

Tancerze prowadzący warsztaty mają różne sposoby doprowadzania ciała do rozluźnienia i gotowości. Na przykład Mikami Kayo – masaż, auto-masaż, Daisuke – pompki, zmęczenie, Atsushi – *Noguchi Taiso*. My np. wykorzystujemy taniec afrykański. Elementy wspólne to prowadzenie uczestników przez obrazy i różne stany, ale rozgrzewki wyglądają inaczej. Ma to prowadzić do tego samego: gotowości, obecności, rozluźnienia ciała i przygotowania go do pracy z obrazami, płynnością ruchu czy napięcia-

mi. Cel jest ten sam, centrum to samo. Wykorzystuje się po prostu różne narzędzia (WTA, Kamińska).

Trening Teatru Amareya od początku skonstruowany był na zasadzie płynnego przenikania się kolejnych elementów: np. gimnastyka przemieniała się w taniec afrykański, którego tempo zmniejszało się, by przejść w ruch jakiegoś zwierzęcia. W wyniku odbywania warsztatów z kolejnymi japońskimi tancerzami butō ćwiczenia ulegały zmianie. „To, co wcześniej pojawiało się w cyklu treningowym, było w jakiś sposób przekształcane, nabierało nowej jakości”.

Na przykład u Yoshioki pierwsza część oparta jest na pracy nad centrum. Pojawiają się różne konkretne, fizyczne ćwiczenia, np. siedzenie i podskakiwanie na guzach kulszowych, potem ósemki biodrami, wciąż skupiając się na centrum. Ko Murobushi robi to samo, tylko że w pozycji stojącej. Kolejne są ćwiczenia na wychodzenie poza balans.

„Jest to fizyczny sposób rozbudzania wyobraźni. To wyobraźnia przekładana na całe ciało, na każdą komórkę” (WTA, Śliwińska).

Trening fizyczny ma za zadanie przygotować ciało do pracy improwizacyjnej, pracy z wyobrażeniami, procesu bazującego na współdziałaniu wyobraźni z ciałem. Eksplorujemy „to, jak obrazy wpływają na ruch, jak go budzą”. „Moje ciało ulega takim przekształceniom wobec podanego obrazu, że czuję, że jestem czymś innym lub kimś innym, rozpraszam się w przestrzeni lub kondensuję w kamień”. Katalizatorem tego procesu w przypadku artystek z Teatru Amareya są zwykle ciągi słów. W fazie improwizacji

[...] pojawia się ucieleśnianie obrazów, ale pracujemy nie tylko z konkretnymi frazami *butō-fu* Hijikaty, budujemy też własne sekwencje. Czasami improwizacja jest na tyle ciekawa, że powtarza się sekwencję słów, która przyczyniła się do jej powstania. Ta struktura słowna zastępuje choreografię.

Osoba prowadząca, a jest to zwykle Pastuszak, proponuje obrazy adekwatne do procesu, który obserwuje. „We wszystkich warsztatach, w których uczestniczyliśmy, były punkty wspólne, czy też obrazy [wyobrażenia – M.Z.], które się powtarzały” (WTA, Kamińska). Na przykład wśród tancerzy butō popularne jest wyobrażenie robaków oblażających ciało, wchodzących do wnętrza przez otwory ciała i pory skóry, zaczerpnięte z *butō-fu* Hijikaty. „Ja w tym ćwiczeniu naprawdę to poczułam. Nie masz na to wpływu, że te

robale poruszają twoje ciało. Ale gdy pojawia się pauza, *freeze* [zastygnięcie – M.Z.], robale znikają i nagle powraca to ciało, puste lub czymś wypełnione” (WTA, Śliwińska). Te obrazy nie są zamknięte, „jak jakaś ikona, wewnątrz nich można poszukiwać” (WTA, Kamińska).

W improwizacji *butō* nie pracuje się z prywatnymi emocjami. „W tych obrazach prawie nie ma emocji. Tam są procesy, które zachodzą nie tylko w ciele, ale w tych różnych bytach, przedmiotach, stworzeniach. Dlatego prywatne stany emocjonalne nie mają znaczenia, są jakby poza”.

Z drugiej strony „w ciele jest pamięć komórkowa, w ciele wszystko się gromadzi: napięcia, przeżycia z dzieciństwa, traumy” (WTA, Kamińska) i, tańcząc, wchodzi się w kontakt z tym nagromadzonym materiałem, integruje się go poprzez ruch. W ten sposób dociera się do wypartej lub zapomnianej części siebie, którą następnie można twórczo wykorzystać podczas najważniejszego procesu – transformacji. Na przykład podczas *Butoh Barteru 2005* Atsushi Takenouchi „odwoływał się do silnych obrazów: dziecka, niepełnosprawnego, chorego” (WTA, Kamińska). Pastuszek podsumowuje: „Miałam doła po tym spektaklu, rozwalił mnie. Były w nim improwizacje oparte na bardzo bolesnych dla mnie doświadczeniach”. Nawet jeśli propozycja choreografa obejmuje uniwersalne obrazy, cielesne doświadczenia mogą być bardzo osobiste. Jednak przywoływanie i przeżywanie na nowo prywatnych emocji w żadnym razie nie stanowi celu treningu. Należy podkreślić, że najważniejsza jest umiejętność twórczego wykorzystania tych doświadczeń w tkance spektaklu, a nie proces terapeutyczny.

Dla tancerek z Teatru Amareya bardzo ważny był etap pracy z lękiem. Pracując ze strukturami opartymi na strachu, z przerażającymi, mrocznymi obrazami, „masz wrażenie bycia w ciemnym tunelu, autentycznie czujesz strach. Nie wiesz, co będzie dalej. Na przykład usłyszysz, że masz strzałę w oku. Masz wtedy naprawdę w sobie stan gotowości” (WTA, Kamińska).

Inną techniką jest „przeciąganie, przedłużanie sytuacji, w jakiej znajduje się ciało. Dzięki temu ciało jest bardzo skupione, wyczułone” (WTA, Śliwińska). Najważniejszym elementem jest jednak wciąż praca z centrum, z balansem, wytrącaniem z równowagi, przełamywaniem własnego automatyzmu. „Ta nieciągłość jest praktyką zaskakiwania samego siebie. Jest to spuścizna Odin i Grotowskiego: że gdzieś tam musisz wyjść poza. Poza balans rzeczywistości”. Pastuszek uważa, że również choreografowie niezwiązani z *butō* pracują czasami w podobny sposób, łącząc wyobraźnię i słowo z ruchem. Ale tego

rodzaju działania nie można jeszcze nazwać tańcem butŃ. Markerem butŃ jest postawienie ciała w sytuacji kryzysu.

Na kolejnych etapach procesu twórczego artystki budują wiele różnych struktur. „Powstaje sekwencja, struktura, parachoreografia” (WTA, Kamińska). Technika i struktura są po to, by móc kontynuować spektakl, nawet wtedy, gdy wychodząc na scenę, tancerz jest skrajnie poruszony emocjonalnie.

To jest pytanie o obecność. Jeśli posiadasz podstawowe zasady, to jesteś w stanie przetransponować rozedrganie wewnętrzne na korzyść struktury. Bo ciało jest dla mnie ostoją, jest moją bezpieczną wyspą. I sam obraz, i ten ruch, który się pojawia w procesie transformacji, gwarantują mi poczucie bezpieczeństwa. W trakcie spektaklu w zależności od tego, co jest we mnie, odtwarzam. Jest ta sama struktura, ale ruch z mojego ciała wewnątrz tej struktury będzie inny.

Ustalone są pewne punkty odniesienia, a cała reszta, to, co się dzieje pomiędzy, zależy od wielu czynników: wydarzeń, stanów emocjonalnych, różnych bodźców. „Ciało jest wytrenowane, potrafi reagować na słowa, obrazy i może do nich w każdej chwili powrócić. To jest po prostu pamięć ruchowa, a jednocześnie jest czas na dowolność czy eksplorowanie” (WTA, Śliwińska).

W trakcie spektaklu można w pewien sposób przywołać sytuację lub stan ciała-umysłu z próby.

On już jest zapisany w pamięci ciała, to nie jest po prostu intelektualne przypominanie sobie. Jest to stan ciała, generujesz to w sobie poprzez trening, uczysz się w to – w ten obraz – wchodzić. Na przykład, gdy w ostatnim spektaklu [*Ocaleni* – M.Z.] mam bardzo mroczną scenę, wykorzystuję zapisany w ciele mroczny tunel sprzed kilku lat (WTA, Kamińska).

Podczas występu najważniejsza jest szczerłość, faktycznie cielesne przechodzenie procesu przemiany. „Na przykład *Inskrypcje* gramy bardzo blisko widowni, i to jest zupełnie inna jakość: nie ma możliwości ucieczki w maskę czy technikę. Gdy jest dystans, myśli się też estetycznie: sceną, całością”. To, czy tancerz pokazuje twarz publiczności, patrzy widzom w oczy, komponuje sekwencje ruchowe, pamiętając o obecności widowni, czy też celowo odwraca się lub nie zwraca na nią uwagi, zależy od tancerza i od spektaklu.

ButŃ można pokazywać w formie spektaklu, improwizacji, ale też „może być [ono – M.Z.] prywatnym tańcem, sposobem pracy z ciałem” (WTA,

Kamińska). Liczy się „świadomość ciała, prawda ciała (lub w ciele) – dzięki butō umiesz się poddać, jesteś w swoim ciele. To obejmuje całe życie, każde doświadczenie” (WTA, Kamińska).

W polskiej teatrologii brak fundamentalnych tekstów wyjaśniających całość zjawiska. Istnieje francuska książka, która w tytule ma *butōs*¹⁷ – liczbę mnogą – więc dajmy sobie szansę po prostu! Albo zamknijmy się w jakichś konwencjach, wyobrażeniach na temat butō, albo będziemy tworzyć to zjawisko na podstawie tego, co wiemy.

PODSUMOWANIE

Teatr Amareya wykorzystuje w procesie twórczym zasady sztuki aktorskiej wypracowane w ramach antropologii teatru i praktyk Odin Teatret. Pojawiają się takie elementy, jak gra napięcia i rozluźnienia, działanie przeciwstawnych sił, wychodzenie poza równowagę. Wielość technik pozwala pracować z różnymi rodzajami energii w ciele. Jednak kluczowym elementem praktyki butō jest stawianie ciała w sytuacji kryzysowej. W tym celu konieczne jest pozbycie się codziennego, funkcjonującego zgodnie z matrycą kulturową Ja. Istotą treningu butō jest zatem przełamywanie własnych automatyzmów ruchowych. Podczas zmagania artysty z samym sobą może pojawić się dyspersja uwagi – stąd częste skojarzenia z transem. Taka interpretacja stanu świadomości, w jakim znajduje się performer, wydaje się mylna: nie może się on pozbyć aktywnego obserwatora, choć często znajduje się w stanie medytacyjnym.

Trening rozpoczyna intensywna rozgrzewka. Dzięki niej ciało jest rozluźnione i przygotowanie do dalszej pracy. Każde ćwiczenie uruchamia inną jakość (praca nad różnymi zasadami, aspektami i przestrzeniami ciała). Najważniejsza jest praca z centrum, z balansem, wytrącaniem z równowagi, podczas której w ciele zostają uruchomione różne jakości. Jej celem jest przygotowane narzędzia, jakim jest ciało-umysł tancerza, do pracy improwizacyjnej; pracy z wyobrażeniami. Jest to proces polegający na wcielaniu wyobrażeń (obrazów mentalnych), które następnie inicjują ruch i proces transformacji. Na tym etapie artystki wykorzystują również stworzone przez Hijikata obrazy, ale też tworzą własne sekwencje. Nie pracują z prywatnymi emocjami, ale z procesami zachodzącymi w obiekcie: nie tylko w ciele, ale

¹⁷ Por. Aslan, Picon-Vallin, Amagatsu 2002.

także w różnych bytach, przedmiotach, stworzeniach. Ciało-umysł znajduje się w bezustannym procesie transformacji. W efekcie powstają sekwencje, ministruktury i parachoreografie, które następnie są wykorzystywane przy tworzeniu ram performansu scenicznego.

Tomasz Bazan. Formy prowadzenia ciała

W 2004 roku Tomasz Bazan zainicjował powstanie lubelskiego Teatru Maat Projekt. Podstawowym celem poszukiwań artystycznych tego zespołu jest „próba odnalezienia i stworzenia czystego języka ciała” (HTMP), poprzez eksplorowanie „szeroko pojętych form prowadzenia ciała” (WTB)¹⁸. W pracy scenicznej i laboratoryjnej Bazan oraz inni artyści związani z Teatrem Maat (por. HTMP) wykorzystują swoje doświadczenia z zakresu sztuk wizualnych i performatywnych. Stosując różne metody pracy z ciałem i współczesne techniki ruchowo-taneczne, poszukują „[...] energii wprawiających w ruch tkankę ciała. [...] Formacja na przestrzeni lat zrealizowała szereg projektów oscylujących wokół spektakli, happeningów, instalacji kolektywnych, performance [...] tworząc z czasem swój własny styl” (HTMP).

Bazan jest reżyserem spektakli, twórcą choreografii, działań plastycznych, instalacji, wystaw, happeningów i performansów Teatru Maat. Od 2009 roku pełni funkcję kuratora międzynarodowego festiwalu tańca i ruchu eksperymentalnego Maat Festival.

Wiele na temat formuły pracy proponowanej przez Bazana mówi sama nazwa grupy: „*Maat* to jest słowo, które ukuło się w starożytnym Egipcie. Odnosi się do postawy filozoficznej: poszukiwania ładu i swojej własnej autonomicznej ścieżki. Dlatego to słowo jest nam szczególnie bliskie” (Kawa, Kawka 2008). Na stronie internetowej teatru czytamy: „Maat jest słusznym i prawidłowym stanem natury i społeczeństwa, ustalonym w akcie stworzenia i immanentnie tkwiącym także w bycie i stawianiu się rzeczy, a stąd tym, co prawe i słuszne: prawem, porządkiem, sprawiedliwością i prawdą” (HTMP).

Ona też określała przeznaczenie, czyli właściwe miejsce w świecie, każdemu elementowi bytu. Stąd też bóstwa pomyślności, dobrego urodzaju

¹⁸ Wszystkie cytaty w tym rozdziale, jeśli nie zaznaczono inaczej: WTB.

i przeznaczenia należą do jej kręgu i wedle mędrców były one jej aspektami. Wedle Egipcjan Maat powstała jednocześnie z magią. [...] Magia i Ład reprezentują razem dwie strony boskiego działania w świecie: pierwsza – aktywne działanie zmierzające do przekształcenia rzeczywistości zgodnej z wolą panenteistycznego serca, druga – pasywne trwanie tworzące harmonię świata. Można stwierdzić, iż w rozumieniu Egipcjan Maat była biernym uzupełnieniem czynnej działalności umysłu panenteistycznego bytu. Dlatego zawierała w sobie idee wszystkich bogiń. [...] Maat stanowiła też pewien rodzaj filozoficznej ścieżki postępowania, ścieżki duchowej, która zakładała nieustanne poszukiwanie własnego ładu, swojej własnej drogi czynu (Morenz, za: HTMP)¹⁹.

Naczelnym zadaniem Teatru Maat Projekt jest zatem poszukiwanie harmonii, indywidualnego ładu, drogi właściwej każdemu człowiekowi. Zasadę *maat* przejawiającą się w takim rodzaju poszukiwań odnaleźć można także zupełnie gdzie indziej: w Chinach (*tao*), z których wywodzą się wspomniane przez Bazana sztuki walki, konfucjanizm, taoizm i *dzen*, oraz w Japonii (*do*), kraju narodzin tańca *butō*, w tradycji zen, w aikido.

Termin *tao* (*do*) jest wieloznaczny, poniżej zwracam uwagę na najważniejsze dla analogii z zasadą *maat* sposoby jego rozumienia. „W tekstach przedkonfucjańskich wyraz ten znaczy **droga, ścieżka lub prowadzić, kierować**. Natomiast w *Dialogach konfucjańskich* przybiera jeszcze nowe znaczenie – **sposób działania, zasada postępowania**” (Żbikowski 1988: 40). Jest także zasadą kierującą człowieka ku samodoskonaleniu. Według doktryny neokonfucjańskiej (XI–XII wiek) wszystkie prawa obowiązujące poszczególne rzeczy sprowadzają się do głównego prawa. Podczas gdy rzeczy ulegają przemianom, prawa te są wieczne. *Tao* jest właśnie tą podstawową zasadą. Nabiera znaczenia regularności, zasady właściwej wszystkim rzeczom. *Tao* jest niezmiennie – to podstawowa i najczęściej pojawiająca się w kluczowym dla tradycji taoistycznej tekście – *Tao Te King, czyli Księżdzę drogi i cnoty* – charakterystyka tego terminu. Analogia z działaniem zasady *maat*, która określała właściwe każdemu elementowi bytu miejsce w świecie oraz była filarem ładu i harmonii, jest bezsprzeczna. *Tao* jest dostrzegalne dzięki swoim przejawom, czyli *te*. *Tao* jest pierwiastkiem twórczym, natomiast *te* to spo-

¹⁹ W już nieaktualnej wersji strony domowej Teatru Maat Projekt [18.07.2009] artyści powoływali się na te słowa wysoko cenionego egiptologa Siegfrieda Morenza.

sób funkcjonowania rzeczy w świecie. „Tao rodzi mnogość rzeczy, te karmi, rozwija, wychowuje, ustanawia i kończy” (Bykow 1988: 35; por. *Tao Te King* 1988: 64–65). *Te* uobecnia, ucieleśnia *tao*.

Bazan, określając profil Teatru Maat, przywołuje także ideę tańca intuitywnego. Rozumie taniec intuicyjny/intuitywny jako efekt funkcjonowania zjednoczonego ciała-umysłu. „Butō to dla mnie tzw. techniki tańca butō i taniec intuitywny. Czyli coś związane z żywą improwizacją w mającym miejsce tu-i-teraz procesie twórczym”.

Artysta praktykował różne metody pracy z ciałem. Pracował z ciałem, korzystając m.in. z metody gardzienickiej oraz różnych form tańca współczesnego. Jednak, jak twierdzi, bazą dla jego pracy z ciałem są dalekowschodnie sztuki walki, których filozofia wpłynęła na kształt jego obecnej twórczości.

Współpracując ze Stowarzyszeniem Teatralnym Gardzienice, Bazan poznał gardzienicki warsztat pracy. „Mocno w tym tkwiłem, zgłębiałem trochę ten warsztat, sposób pracy z aktorem, performerem”. Trening gardzienicki nie służy jedynie utrzymaniu kondycji fizycznej: jego zadaniem jest „pobudzenie organicznego ruchu, zablokowanego nawykami utrzymywania stereotypowych postaw ciała” (Taranienko 1997: 160)²⁰. Dlatego pojawiają się w nim ćwiczenia doprowadzające na pogranicze transu (np. tańce wirowe). Performer gardzienicki stanowi część tzw. ciała zbiorowego. Ruch będącej w procesie interakcji grupy jest połączony z nieustającym śpiewem – w ten naturalny sposób dokonuje się praca nad oddechem, czyli praca przepony, i przepływem energii. Włodzimierz Staniewski, twórca zespołu gardzienickiego i tamtejszych metod treningowych, mówiąc o technice śpiewu, stosuje porównanie z joikiem, starskandynawską metodą odzwierciedlania świata bądź nawiązywania z nim więzi za pomocą dźwięku. Ćwiczenia gardzienickie przybliżają tancerza do naturalnej melodyki ruchu. Trening nie ma stałej struktury. Jego celem jest poszerzenie możliwości percepcyjnych uczestników. Zwykle rozpoczyna go „bieg wieczorny”: w ciemności, w grupie, z zadaniem o wspólny rytm oddechu. Poza standardowymi ćwiczeniami do treningu włącza się moduł zadań praktycznych, adekwatny do kontekstów powstającego spektaklu. Podobnie jak w przypadku tańca butō, aktor/uczestnik warsztatu ma za zadanie pozbyć się „ciała codziennego”, mechanicznych modeli poruszania się i reagowania.

²⁰ Wszystkie informacje na temat treningu gardzienickiego: Taranienko 1997: 145–160.

Zupełnie inne doświadczenie zdobył Bazan, biorąc udział w warsztatach tańca współczesnego. Ich istotą jest według niego poznawanie i „wdrukowywanie w siebie języka artysty prowadzącego”. Punkt styczny tańca współczesnego oraz butō określa on za pomocą formuły: „ja z moim ciałem tu-i-teraz”. „Współcześnie choreografowie nie pracują z układami, sekwencjami, nie próbują wtłoczyć ciała w technikę (lub techniki w ciało), a przynajmniej nie jest to nadrzędny cel. Dostrzegam między współczesnym tańcem a butō niesamowite podobieństwo”.

Choć butō od początku sięgało do podświadomości, a taniec *modern*, powstając, był *stricte* fizyczny, wręcz matematyczny, obecnie zdaniem artysty obydwa nurty zbliżyły się do siebie, czego doskonałym przykładem na polskiej scenie tańca współczesnego jest twórczość Anity Wach. „Przez jej osobę dokonuje się rewolucja tańca w Polsce”. Jej działania sceniczne zarówno pod względem rodzaju poszukiwań psychofizycznych, jak i pod względem estetyki (co nie jest zbiegiem okoliczności!) przypominają butō.

Bazan sądzi, że ważnym eksperymentem dla każdego współczesnego tancerza jest doświadczenie kontaktu, a zwłaszcza tanecznej improwizacji w kontakcie. Kontakt przyczynia się do „rozwoju obecności tancerza w procesie – w relacji”. „Improwizacja w kontakcie jest bardzo trudną techniką. Kontakt między ludźmi na scenie jest trudny. Solowa postawa to coś zupełnie innego, inna przestrzeń, inna rzeczywistość”.

W kontakcie traci się kontrolę nad swoim ciałem, więc trudniej jest coś „zagrać, ograć, ściemnić”. CI (*contact improvisation*), podobnie jak każda inna technika taneczna, czy będzie to „taniec towarzyski, współczesny, balet, czy nowsze formy typu hip-hop i jazz, może pomóc tancerzowi butō zdobyć i rozwinąć kompetencję ruchową”. Zdaniem artysty taniec butō w naturalny sposób bazuje na sztuce kontaktu. Ten kontakt jest specyficzny: jego istotą jest współodczuwanie „przepływającego świata” na poziomie fizjologicznym.

Jednak kluczową i zarazem wyjściową dla praktyki ruchowej Bazana formułą jest dalekowschodni styl pracy z ciałem – filozofia i technika sztuk walki. Sztuki walki

[...] bardzo się z butō wiążą: mają na celu coś ci wdrukować, na pewne rzeczy cię uwarunkować. Uważam, że butō jest też tego rodzaju treningiem. Stan butō to otwarcie się na pewnego rodzaju możliwości, to pewna wrażliwość. Trening wdrukowuje te możliwości, warunkuje cię. Gdy na

scenie powołujesz w sobie ten stan, to jest to pewnego rodzaju automatyzm, dzięki któremu możesz pójść dalej w tej totalnej obecności. Automatyzm musisz świadomie wypracować, przyjąć i wykorzystać. Potrzeba do tego dużo koncentracji i pracy.

A zatem wspólną płaszczyzną sztuk walki i butō jest trening: ciało uczy się pewnych automatycznych reakcji, uczy się automatycznego (jak mówi, „na zawołanie”) osiągnięcia określonego stanu ciała-umysłu. Ta umiejętność umożliwia tancerzowi czy adeptowi sztuk walki „dalsze eksplorowanie tu-i-teraz”.

W doświadczeniu Bazana pojawiło się kilka wschodnich sposobów pracy z ciałem – sztuk walki: chiński system walki *wushu* – styl *Tang Lang* – oraz wietnamski system *Viet Vo Dao*.

Ogół chińskich sztuk walki przyjęło się na Zachodzie określać nazwą *kung-fu*. *Kung-fu* oznacza jednak nie sztukę walki, a wysoki poziom umiejętności osiągnięty w wyniku ciężkiej, długotrwałej nauki. Może to dotyczyć wielu różnych dziedzin. Jeśli chodzi o chińskie sztuki walki, to bardziej prawidłowa jest nazwa używana w Chinach – *wushu*, czyli dosłownie: sztuki wojenne. Termin *wushu* zapisuje się takimi samymi znakami jak japoński termin *bujitsu* (Bushido).

Zdaniem artysty w sztuce walki nie chodzi o osiągnięcie technicznej precyzji, ale również, a raczej przede wszystkim o sam proces nauki. Dlatego można powiedzieć, że szkoląc się w sztukach walki, czyli sztukach wojennych, trenował on umiejętność przywoływania w ciele-umyśle stanu wyuczony gotowości.

W kung-fu przywiązuje się wagę nie tylko do rozwinięcia umiejętności walki wręcz czy z bronią, ale także do wszechstronnego rozwoju adepta. Wzorcem wojownika kung-fu jest ktoś, kto nie tylko potrafi walczyć, ale posiada szeroką wiedzę. [...] W wielu szkołach naucza nie tylko sztuki walki, ale także tradycyjnych metod leczenia (akupresura, akupunktura, ziołolecznictwo) bądź ćwiczeń służących kultywowaniu zdrowia (*neigong*, *qigong*). Niektóre systemy kung-fu słyną z walorów zdrowotnych [...]. Wielki nacisk kładzie się także na postawę etyczną adepta – *wude* (dosłownie: cnoty wojownika). Mówi się: Ucząc się sztuki walki, przede wszystkim uczysz się być dobrym człowiekiem (Bushido).

System *wushu*, z jakim zetknął się Bazan, to styl Modliszki.

System Modliszki (*Tanglang Men*) jest klasycznym chińskim systemem walki. Opracowanie go przypisuje się mistrzowi Wang Lang z Shandongu po zaobserwowaniu walki pomiędzy modliszką a cykadą [...] [styl – M.Z.] wziął za motto waleczny duch modliszki, a nie naśladownictwo jej ruchów. Technika: system Modliszki, poprzez fakt wchłonięcia głównych technik i zasad północnych stylów walki, stał się systemem bardzo wszechstronnym. Tanglang Men korzysta z pełnego arsenału uderzeń, złapań, dźwigni, podcięć i rzutów oraz ataków na punkty vitalne. Wszelkie uderzenia i rzuty wykonywane są w błyskawicznych seriach z niskich, mocnych i dynamicznych pozycji. Praca nóg w Tanglang to szybkie i ciągle zmieniające się kroki umożliwiające druzgoczący atak oraz szybkość i nieuchwytną obronę. Mimo że Tanglang Men powstał i rozwijał się początkowo wśród taoistów z gór Laoshan, to wykazuje bliskie spokrewnienie z boksem z Shaolin. Wpływ Shaolin widoczny jest, gdy porównamy *jiben gong* (ćwiczenia podstawowe) obydwu systemów. Jednak podobieństwa te zmniejszają się wraz z poznaniem bardziej zaawansowanych technik Tanglang Men (Modliszka).

Z kolei filozofia *Viet Vo Dao*, sztuki walki, która opierając się na wielowiekowej tradycji sztuk, skryształizowała się w 1945 roku, czerpie z trzech nauk: buddyzmu (osiąganie coraz wyższego, doskonalszego bytu zależało od postępującego procesu samodoskonalenia się jednostki; buddystą był ten, kto postępował według nauk Mistrza), konfucjanizmu (program Konfucjusza skupiał się na zagadnieniach doskonalenia osobowości człowieka, współzycia międzyludzkiego oraz sposobów rządzenia; filozoficzną podstawą jego teorii było założenie, że wszystko, co się dzieje, musi być zgodne z ładem nieba) oraz taoizmu (taoizm filozoficzny głosił materialną jedność wszechświata regulowaną bezosobowym ładem przyrody – tao – oraz propagował zasadę niesprzeciwiania się porządkowi panującemu w przyrodzie i społeczeństwie) (*Vietvodao*).

Viet Vo Dao kładzie główny nacisk na moralne wychowanie człowieka. Dewizą *Vo* jest: Być silnym, to znaczy być pożytecznym. Składając ukłon *Le*, uczeń *Viet Vo Dao* wyraża swoją nieagresywność. Ukłon symbolizuje credo: Stałowa ręka na łagodnym sercu. Główne zasady to: Nieustanny rozwój ciała i ducha, Równowaga między człowiekiem a naturą, Harmonia z całym światem (*Vietvodao*).

Określenia związane ze sztukami walki i religią (lub szerzej: duchowością) zawierają wspomniany już na początku rozdziału morfem *tao*, który po

japońsku wymawia się jako *do* bądź *to*. Podobnie zresztą wietnamskie *dao*. Termin *tao* wraz z przenikaniem filozofii chińskiej zadomowił się w języku japońskim. Na przykład: *judo* (*tao* miękkości, specyfika tej sztuki walki odróżniająca ją od innych dyscyplin opartych na twardości, czyli sile fizycznej), *kendo* (*tao* miecza), *shintō* (*tao* duchów), *bushidō* (*tao bushi*, czyli rycerzy). Znalazł również zastosowanie w terminologii buddyzmu, który pojawił się w Japonii na początku naszej ery. Terminem tym określano drogę, ścieżkę, zasadę, logos, energię kosmiczną, ale także drogę oświecenia, jak również właściwy stan nirwany, w którym panuje wolność, umożliwiająca działanie dla dobra wszystkich czujących istot (Żbikowski 1988: 42–43). „Zająłem się sztukami walki, bo zobaczyłem tam pewien rodzaj determinacji, która była mi potrzebna w ciele i w ruchu [...] Po jakimś czasie faktycznie wdrukowały mi w ciało pewną jakość”.

W sztukach walki pracuje się na pewnym podstawowym schemacie, na bazie którego tworzy się nowe, adekwatne do potrzeb konfiguracje ruchów. „Nie bez powodu nazywa się je **sztukami** walki. Jest to niesamowita przestrzeń kreacji! Człowiek jest postawiony wobec pewnych zadań, mając do dyspozycji nieograniczony logicznie system [...] Jest to niesamowity trening mentalny”.

Gdy Tomasz Bazan zetknął się z butō, odniósł wrażenie, że wkracza na nieobcy sobie teren. Mówi: „Gdzieś w tym świecie już byłem, w jakimś małym jego zakątku”.

Esencję butō stanowi „totalna obecność”. Butō to przede wszystkim „postawa, a nie choreografia czy estetyka”. Ta postawa jest związana z pracą nad sobą: z uczeniem się, jak zapanować nad własnymi procesami percepcyjnymi i stanami umysłu.

Rozmawiając o butō, zawsze mówię ludziom, żeby przeczytali *Diunę* Herberta. Pojawiają się w niej problemy tożsamości, pamięci ciała, hiperświadomości, nadświadomości, kontroli, braku kontroli i umysłu, które w butō są bardzo ważne [...] Butō to dla mnie tzw. techniki tańca butō i taniec intuitywny. Czyli coś związane z żywą improwizacją w mającym miejsce tu-i-teraz procesie twórczym.

Umiejętność osiągnięcia stanu otwartości czy inaczej: „przepuszczalności” jest celem treningu butō, bez względu na to, czy tę zdolność wykorzysta się później w spektaklu choreografowanym, reżyserowanym lub w improwizacji.

Butō jest tańcem, a domeną tańca są różne rzeczy, różnego rodzaju wykorzystywanie ciała: w synchronizacji, w matematycznej algorytmiczności, wykorzystanie ciała w totalnej niewiedzy. Są różne sposoby tworzenia, np. pełna, idealnie wymierzona, wręcz wyciosana choreografia Sankai Juku [...] i taniec Atsushiego Takenouchi pracującego na improwizacji.

To właśnie z Atsushim Takenouchim Bazan poznawał butō. Pracował z nim podczas Butoh Barteru 2007. Wiele też nauczył się od czołowej polskiej tancerki butō Sylwii Hanff, z którą współpracował w latach 2005–2008. Z kolei Daisuke Yoshimoto, najwyżej ceniony przez artystę tancerz, zachwyca go „pod względem detali wykorzystywanych w tańcu”.

Teatr Maat Projekt w swoich działaniach poszukuje czegoś, co Bazan nazywał „europejskim kontekstem butō” (HTMP). Artysta wyznaje zasadę, że analizując rozprzestrzenianie się tańca butō w krajach zachodnich, nie można pominąć kontekstu kulturowego.

Przyjmowanie japońskiego wymiaru butō czyni nas ślepyimi. [...] Próby wciśnięcia w nasze ciała doświadczenia Ōno lub Hijikaty są z gruntu niemożliwe. Zawsze będą udawane, sztuczne, będą dalekim odbiciem prawdziwej istoty. Można nauczyć się treningu, nabrać garściami teorii, ale sztuką jest dopiero przepracowanie tego przez siebie. [...] Ja również miałem okres tkwienia kompletnie w strukturze japońskiej – chodzi o estetykę, o całość. Dopiero wtedy, gdy cofnąłem się do początku i zacząłem pracować nad sobą, krok po kroku wykorzystując te metody, zacząłem naprawę odkrywać butō.

Zdaniem Bazana kultury zachodnia i japońska mają w rzeczywistości niewiele punktów stykowych. Wiele cennych informacji na temat mentalności japońskiej uzyskał od lingwisty Shojiego Okady (studenta filologii polskiej na Uniwersytecie Tokijskim), który współpracował z Teatrem Maat przy projekcie *Teika*, pomagając tłumaczyć teksty z literatury japońskiej i konsultując zagadnienia dotyczące dramatu teatru nō zatytułowanego *Teika*. Zdaniem artysty butō dla Japończyków może być czymś bardziej zrozumiałym, bo wyrastającym z ich uwarunkowanego kulturowo sposobu postrzegania rzeczywistości. Dla Europejczyka butō jest

[...] z gruntu orientalne i dziwno-mistyczne. Wielu ludzi ogranicza butō do doznań mistycznych – najbardziej niezwykłych, dziwnych. Wchodzi

aspekt *homo religiosus* [...], a butō wyrosło przecież na gruncie scenicznym. [...] [Pojawia się – M.Z.] groźba zabrnięcia w orientalizm – przenoszenia na nasz grunt ich pracy, symboliki, litografii, kaligrafii. [...] To jak przyjmowanie orientalnego ptaka nie tylko z piórami, dziobem, pazurami, ale najlepiej z drążkiem, na którym siedzi. Może się okazać, że nie ma żadnego drążka, bo u siebie ptak lata! U nas może żyć tylko w ogrodzie zoologicznym.

„Kluczem kulturowym” do Japonii jest według Bazana zen. Butō jest związane z japońskim stylem życia: sposobami spania, chodzenia, ubierania się, a także kultury popularnej, dizajnu, architektury, malarstwa. Tego, w jaki sposób ludzie traktują ciało, i tego, w jaki sposób ustosunkowują się do świata. „To kwestia tego, co mnie uzewnętrznia, a co uwewnętrznia”.

Butō nie zasadza się na żadnej technice. Technika jest wypełniaczem. Ważny jest kontekst kulturowy. To, co w Polsce nazywa się techniką butō, jest procesem pracy z ciałem Japończyków [...] Japończycy są inaczej ukształtowani, uwarunkowani cieleśnie. Te techniki pozwalają im pozbyć się blokad. Poza tym ważna jest historia widowisk w Japonii. Na przykład w teatrze nō krok *suriashi* wiąże się z wypolerowaną podłogą (posuwistość ruchu) czy krępującym ruchy kimonom. Pewne ruchy czy sposób chodzenia wynikają z określonych warunków zewnętrznych. Zapominanie o tym prowadzi do infantylnizmu, a nawet ignorancji.

Nauka japońskich technik i warsztatu nie jest zatem wystarczająca. Gdyby twórca się do nich ograniczył, jego działania nie wykroczyłyby poza „akademizm”.

Zdaniem artysty cała sztuka polega na stworzeniu – na bazie wyuczonych umiejętności i technik – nowej jakości. Bazan sądzi, że jedyną osobą w Polsce, której to się udało, jest Sylwia Hanff.

Mając gigantyczne doświadczenie taneczne, teatralne i przede wszystkim pantomimiczne, nie poprzestając na prostych środkach, wykształciła własny styl, i dopiero po tym zajęła się butō. Osiągnęła to dzięki konsekwencji, bezkompromisowości, ciągłemu pogłębianiu techniki, z którą żyje przez lata.

Natomiast za prekursora tej metody na scenie polskiej Bazan uznaje Pawła Dudzińskiego.

Istotą butō jest jego zdaniem specyficzna praca angażująca ciało-umysł tancerza, której celem jest wspomniana wcześniej umiejętność absolutnego

wtopienia się w przepływającą rzeczywistość. Ten taniec jest czymś uniwersalnym i nikt nie powinien próbować go monopolizować. „Butō dopiero się rodzi. Nie można mówić, że umarło, skoro dalej są kontynuatorzy”. Hijikata stworzył podstawy gatunku, ale później „koło poszło w ruch i kręgi na wodzie rozeszły się tak daleko, że często w niewielkim stopniu odbijają jego idee”. Zresztą jego słowa „często wycina się z kontekstu, podobnie czyni się z Gro-towskim. Próbuje się dalej sterować tą rzeką, która już dawno przepłynęła”.

Bazan uważa, że „butō ugruntuje się na świecie, tak jak zen”. Że powsta-ną różne „szkoły”: już teraz wyodrębnił się specyficzny styl pracy z ciałem, ruchem i obrazem Ushia Amagatsu, Kana Katsury czy Daisuke Yoshimota. Ugruntują się techniki, sposoby pracy z ciałem i „kody językowe” specyficzne dla poszczególnych tancerzy. Bo według Bazana nie istnieje nic takiego jak uniwersalna technika butō, nie ma zatem możliwości stworzenia na jej bazie szkoły. Istnieją tylko indywidualnie wypracowane sposoby pracy z ciałem, które artysta nazywa „formami prowadzenia ciała”. „Taniec jest świadomy, ja to nazywam formami prowadzenia ciała [...]. Ta formuła pomaga ominąć takie ścisłe terminy, jak «metoda», «technika». Ja nie mówię, że tańczę, ale że prowadzę w formie swoje ciało”. Tak też nazwał jeden z prowadzonych przez siebie warsztatów, opierający się na technikach cielesnych zaczerpniętych ze wschodnich sztuk walki „służących przede wszystkim zwiększeniu wydol-ności oddechowej, koordynacji ruchowej oraz kondycji. Warsztat obejmuje kompletny zestaw ćwiczeń służących do pobudzenia i uruchomienia wszyst-kich rejonów ciała (techniki relaksacji, rozciągające, kondycyjne)” (HTMP, zakładka: *Warsztaty*). Sam Bazan mówi: „Pracujemy nad kondycją, fizykal-nością, kinetyką – interesuje nas fizyczny teatr ciała [...] bardzo konkretna, fizyczna praca”.

Podczas warsztatu *Formy prowadzenia ciała* uczestnicy pracują nad świadomością ciała, natomiast warsztat *Butō* (prowadzony wraz z Justyną Jasłowską przez pierwsze lata istnienia Maat Projektu) obejmuje bardziej zaawansowane poszukiwania. Uczestnik musi być gotowy na wewnętrzne eksperymentowanie z własną percepcją, na skutki uboczne tych poszukiwań przejawiające się w postaci nagłych (przyjemnych i nieprzyjemnych) wglądów, a przede wszystkim na głęboką psychosomatyczną eksplorację.

Do warsztatów butō trzeba mieć duże wcześniejsze przygotowanie: świa-domość tego, czym dla mnie jest taniec i ruch. Inaczej dostrzeże się tylko

jeden kontekst tych warsztatów – wtłaczanie czegoś w swoje ciało. W ten sposób można się cofnąć. Kopiując, można też sobie zrobić krzywdę, fizycznie i psychicznie.

„To jest nieustanna podróż, w ciągłej zmianie i nie poddaje się definiowaniu. Nazywam to *Butō* tylko jako punkt odniesienia” (HTMP, zakładka: *Warsztaty*). Zresztą obecnie (2012) warsztat o zbliżonej formule jest zatytułowany *Peryferie ciała*.

Struktura warsztatu *Butō* była procesualna, rozwijała się od praktyk fizycznych (rozgrzewka) do psychosomatycznych, związanych z umiejętnością wsłuchania się we własne ciało, dzięki którym uczestnicy mogli doświadczyć stanu totalnej obecności. Artyści wykorzystywali również tzw. techniki tańca *butō* (techniki stosowane przez różnych tancerzy *butō*). Metodę wypracowali na drodze własnych eksperymentów z ciałem-umysłem.

Wykorzystuję to, co przetestowałem i wiem, że jest bezpieczne. Nie proponuję zaczerpniętych od swoich nauczycieli ćwiczeń, jeżeli nie mam pewności, że są moje, że przerobiłem je przez siebie. Warsztat, który prowadzę, jest rodzajem syntezy wielu różnych warsztatów. [...] Pokazuję ludziom, co sam przeżyłem, co było dla mnie ważne i gdzie jestem teraz [...]. Pokazuję rzeczy, które mi pomagają dojść do pewnego stanu, które na sobie sprawdziłem. Zakładam, że być może pomogą też innym.

Warsztat *Butō* rozpoczyna przygotowanie fizyczne ciała. Poprzez strukturę Bazan równocześnie pracuje nad kondycją. Na przykład „skakanie przez dwadzieścia minut, aż wszyscy nie padną. A później leżymy przez piętnaście minut, i dalej skaczemy. Przez godzinę. Po godzinie zaczynamy chodzić – bogatsi o cały wachlarz przeżyć”.

Przyjęcie pozycji zero poprzedza chodzenie (*zero walk*, którego podstawą jest wspominany już krok *suriashi*) – ciało jest rozluźnione, wzrok rozproszony czy raczej skupiony „na wszystkim” (sposób widzenia, który Bazan określa mianem „patrzenie szerokokątne”). Tej pozycji towarzyszy pozbycie się myśli, opróżnienie umysłu. Bazan podkreśla znaczenie japońskiego kontekstu widowiskowego. „Takie techniki jak krok *suriashi* trzeba przepuścić przez siebie w kreatywnym procesie, trzeba odkryć własny kontekst tego kroku. Inaczej ta technika będzie pusta jak dzban”.

Przyjmując pozycję zero, poruszając się w *zero walk*, otwieramy się na „strumień przepływającego świata”. Jesteśmy całkowicie obecni, nie koncentrujemy naszej uwagi w sposób selektywny.

„Obecność totalna”²¹ to termin, który często się pojawia w wypowiedziach artysty (jak również Hanff, od której prawdopodobnie go przejął) na temat *butō*. Twierdzi on, że „to jedno ze słów kluczy, które gdzieś, myślę, od Hijikaty się wywodzą [...]. Gdzieś z gruntu japońskiego”. To na tym etapie treningu pojawia się zwykle praca z wyobrażeniami, często zaczerpniętymi z elementarza Hijikaty (tzw. *butō-fu*). Bazan uważa, że praca z obrazem, wizualizacją wspomaga kinestetykę. Jednak w swojej praktyce koncentruje się na ciele, by dopiero w dalszej kolejności przejść do pracy nad wyobraźnią. Nie jest zwolennikiem charakterystycznej dla *butō* pracy z ucieleśnieniem komunikowanych słownie obrazów. Stara się „szukać w ciele takich form, które narzucają obrazy”. „Wolę rysować sytuację niż konkretne przedmioty czy stany. Tym, co najbardziej nas łączy/włącza, są sytuacje, przy czym zachowanie, wypełnienie czy odbiór są indywidualne”.

Nieważne, czy pracuje się z ucieleśnianymi obrazami, czy też z cielesnymi formami wywołującymi obrazy – celem jest proces transformacji psychosomatycznej. Bez względu na wektor naszego procesu mamy do czynienia z ciałem i obrazem (element mentalny). Transformacja psychosomatyczna jest podstawowym procesem, *sine qua non* warsztatu *butō*, jego istotą. Ale Bazan podkreśla, że pojawiająca się w kulminacyjnym momencie warsztatów *butō* praca z ucieleśnianiem obrazu (lub, jak w przypadku tego artysty, projekcją obrazu z ciała) nie stanowi istoty tego tańca jako formy scenicznej. „Mam wrażenie, że często myli się sam taniec z postawą warsztatową, gdzie rzeczywiście często pracuje się z wizualizacją wewnętrzną, z projekcją”.

W kontekście relacji ciało – obraz często pojawia się termin „pamięć ciała”, który jest rozumiany dwojako. Po pierwsze, ciało zapamiętuje powiązane ze sobą swoje konfiguracje mięśniowo-szkieletowe, przepływy energetyczne i doświadczenia, które później można odtworzyć. Po drugie, ciało jest rezerwuarem wypartych wspomnień. Wprowadzając ciało w stan analogiczny do tego, w jakim się znajdowało w jakiejś określonej sytuacji w przeszłości, pobudzamy pamięć cielesną – dzięki temu możliwe staje się ponowne przeżycie zapomnianych/wypartych sytuacji²². Choć Bazan rozważał to drugie rozumienie terminu

²¹ Termin „obecność całkowita” (odpowiednik znaczeniowy „obecności totalnej”) pojawia się w teorii antropologii teatru stworzonej przez Eugenia Barbę, skąd prawdopodobnie zapożyczyła go Sylwia Hanff.

²² To zagadnienie zostanie szerzej omówione w rozdziale 5. *Proces treningowy*.

„pamięć ciała”, w swoim ciele nie znalazł potwierdzenia istnienia takiego procesu. „Być może ludzie nie potrafią rozróżnić pewnych stanów, które sami w sobie wywołują, nie mają takiego doświadczenia, żeby je zwerbalizować, odpowiednio nazwać [...]. Słyszą jakieś pojęcie i łączą z nim to, czego nie rozumieją”.

Bazan uważa, że termin „pamięć ciała” jest często bez zrozumienia nadużywany, podobnie zresztą jak kategoria świadomości ciała.

Pamięć ciała występuje przy każdym ruchu, przy każdym tańcu, bo tańcząc, odkrywasz różne rejony swojego ciała, one uczą cię funkcjonowania i one przynoszą ci nowe odpowiedzi [...] W tańcu nagle wybudzają się długo nieużywane receptory. Bo dzieci eksplorują swoje ciało, które z wiekiem się zamyka.

Pojawiający się w tańcu butō element transformacyjny przywołuje skojarzenia ze zjawiskami transu, ekstazy i opętania, w których świadomość udaje się na pozacielesną wędrówkę, opuszcza wymiar cielesny lub zostaje zastąpiona przez inną, cudzą świadomość (np. bóstwa, ducha). Jednak zdaniem artysty „istotą tańca nie jest poddawanie się transowi”. Taniec to „pewien zamknięty kod, zbiór sposobów przeprowadzenia ciała przez pewne procesy. Utrata kontroli nad ciałem, moim zdaniem, deklasyfikuje taniec”. Artysta utożsamia pojęcie transu z brakiem świadomości, uważa więc, że określenia takie, jak „taniec opętania” czy „taniec szału”, odnoszą się do zupełnie innej kategorii zjawisk cielesnych niż taniec. „Z biologicznego punktu widzenia utrata świadomości przeczy zdrowemu funkcjonowaniu ciała-umysłu. W takim przypadku można postawić sobie pytanie: czy ja wtedy jestem jeszcze człowiekiem?” Na scenie Bazan pozostaje świadomy „ścian, reflektorów, podłogi. Gdyby opuścił to ciało, to opadłoby ono jak szmatka. Nasze ciało prowadzi impulsy neuronowe [...]. Po odcięciu tych impulsów ciało nie funkcjonuje”.

Do niektórych metod pracy z ciałem czy umysłem trzeba mieć przygotowanie, należy poznawać je powoli. Bazan wskazuje na wykorzystywane podczas psychofizycznych treningów praktyki medytacyjne i modlitewne.

Jeśli rzuca się umysł na głęboką wodę, nie mając w tym żadnego doświadczenia, to tak jakby robić bez przygotowania salto w tył. W przypadku salta można sobie złamać kręgosłup, w przypadku wspomnianych technik – psychikę. [...] Człowiek może, zgłębiając siebie, zabrnąć za daleko, uwierzyć, że ma do czynienia z jakąś misją, posłannictwem, mistycyzmem... Postawa mistyczna jest zawsze niebezpieczna, a butō rzeczywiście bardzo intensywnie

eksploruje te rejony. Ja przez to miałem z sobą trochę problemów: czułem kilka razy, że wchodzę na teren, na który nie jestem przygotowany.

Pojawiające się często podczas warsztatów z japońskimi tancerzami butō sformułowanie „nie ma cię tu” tłumaczy następująco: „Tańcząc, poświęcam swoje działania pewnej koncepcji, idei, poświęcam trochę swoją istotę, składam w ofierze. Środkiem, trzonem staje się ta koncepcja i wokół niej krąży całe moje życie, doświadczenia. A ja sam trochę się odsuwam na bok – nie znikam przecież”. Dosłowne rozumienie tej frazy artysta traktuje jako „misticizm w znaczeniu scholastycznym, średniowiecznym, związany z wiarą, że w naszą duszę wchodzą jakieś demony, siły, jakości, które nami władają”. Odczytując powyższe stwierdzenie dosłownie, można zacząć postrzegać wykorzystywaną w butō technikę pracy z wypełnianym obrazami pustym ciałem jako coś „magicznego, nadprzyrodzonego”. Na przykład Daisuke Yoshimoto „mówi, że tańczy wszystkie śmierci, i jest w tym wiele prawdy. Ale trzeba pamiętać, że choć jest to pewna poetyka, to poetyka podparta mnóstwem doświadczeń, gigantyczną praktyką”.

Nie można traktować dosłownie metafor wykorzystywanych przez twórców-tancerzy. Bo w rzeczywistości „butō jest bardzo świadomym procesem pracy z ciałem, pracy z sobą [...]. To jest sposób, który zasadza się na tu-i-teraz”.

Podczas spektaklu na scenie jest ktoś inny: ja, ale funkcjonujący w innych wymiarach. Nie da się powiedzieć, kim się tam jest, gdzie się jest, co się widzi [...]. To dotyczy nie tylko tańca butō [...] Wielu tancerzy nagle doznaje olśnienia, znajduje się [siebie – M.Z.] zupełnie gdzie indziej. To jest właśnie chyba tajemnica tańca. To nie ja, czyli coś jeszcze; nadchodzą inne rzeczy, które są tylko tam.

W butō pracuje się z własnym umysłem, percepcją, psychiką. Ten proces stanowi podstawę, na której nadbudowuje się fizyczny, artystyczny lub estetyczny poziom tańca. Spektakl jest zwieńczeniem procesu twórczego, na który składają się dwa elementy: trening oraz choreografowanie.

Trening Bazana opiera się na „szukaniu wyzwań, stawianiu sobie wysoko poprzeczki”. Realizuje się to poprzez „pracę z technikami, które są dla mnie potwornie trudne. Albo, na razie, niemożliwe do ogarnięcia. [...] Dzięki temu, mam nadzieję, pozostaję w ciągłym stanie gotowości”.

W zakresie pracy z ciałem w pewnym momencie nastąpiła znacząca przemiana: „Większą część treningu przeniósłem z maty baletowej do głowy. Od

jakiegoś roku więcej myślę na temat tańca, niż się w nim poruszam”. Jego eksperymenty są zatem osadzone głównie na płaszczyźnie konceptualnej. „Na matę wchodzę dopiero wtedy, gdy wyklaruje mi się to myślenie – wtedy próbuję się z tym rzeczywiście zmierzyć”. Spektakl powstaje jako efekt dogrania się wielu elementów, z którymi artysta żyje na co dzień.

Zaczynam myśleć na kilku poziomach naraz, takimi partycjami. Żyję z pewnym kolorem, który odbija się na scenie, z dążeniami do czegoś, z formą skóry, działam też intelektualnie – stawiam sobie pytania, pojawiają się wnioski. Efekt sceniczny jest czubkiem góry lodowej.

Reżyseria ruchu w spektaklach Bazana opiera się na improwizacji; polega na wytyczaniu punktów orientacyjnych, których siatka odgrywa rolę struktury. Ta siatka zastępuje choreografię. „Zachowuję ramy reżyserii i choreografii, a reszta się po prostu zdarza [...]. Wyjątkiem jest *Idiota albo trans*, który jest bardzo szczegółowo przygotowaną choreografią. Reszta w dziewięćdziesięciu procentach bazuje na improwizacji”.

Taniec to pewien proces, który staje się udziałem ciała. Nie zawsze musi przebiegać tak samo.

Zawsze sam dla siebie muszę mieć moment tajemnicy. Nie wiem do końca, co się stanie. I dopóki to mam, moje spektakle są żywe. Gdy tracę ten pułap, nie jestem w stanie ich grać, tańczyć; nie chcę już. Problem został postawiony i zakończył pewien etap, swój żywot [...] Granie spektakli po latach jest ciekawe, bo są czymś zupełnie innym. [...] W każdym spektaklu zostawiam dziury do wypełnienia. Albo ją wypełnię, albo mnie ona przytłacza [...] Dopracowanie wszystkiego zabiłoby żywotność spektaklu, możliwość dialogowania. [...] I to jest dla mnie istota butō: tajemnica tego stanu.

PODSUMOWANIE

Pierwotną i wyjściową formą pracy z ciałem Bazana były dalekowschodnie sztuki walki: chiński *Tang Lang* oraz wietnamski *Viet Vo Dao*. Tutaj, podobnie jak w tańcu butō, na etapie treningu ciało uczy się pewnych reakcji, uczy się osiągnięcia określonego organicznego stanu ciała-umysłu. Trening w sztukach walki wymaga ogromnej dyscypliny, koncentracji, determinacji i treningu mentalnego. Przywiązuje się w nim wagę nie tylko do rozwinięcia umiejętności walki, ale także do wszechstronnego rozwoju adepta.

Zdaniem artysty esencję butō stanowi totalna obecność. Osiągnięcie tego stanu jest związane z pracą nad sobą: z uczeniem się, jak zapanować nad własnymi procesami percepcyjnymi i stanami umysłu. Stan otwartości pojawia się w wyniku stosowania tzw. technik tańca butō i żywej improwizacji tu-i-teraz. Kulturowym kluczem do mentalności japońskiej (a co za tym idzie – tańca butō) jest zen. Butō nie bazuje na żadnej uniwersalnie skutecznej metodzie: poszczególne techniki są wypracowywane przez indywidualnych artystów, tworzących poprzez nie nową jakość. Ich różnorodne praktyki Bazan nazywa formami prowadzenia ciała.

Trening butō rozpoczyna intensywne przygotowanie fizyczne ciała. Na dalszych etapach praktykujący dąży do osiągnięcia stanu totalnej obecności (którego podobieństwo do transu lub ekstazy jest jedynie zewnętrzne). Jedną z technik pomagających osiągnąć ten stan jest popularny wśród tancerzy butō *zero walk*, którego pierwszy krok można nazwać stanem zero. Strukturę warsztatu stanowi proces: od praktyk fizycznych (rozgrzewka) do psychosomatycznych, związanych z umiejętnością wsłuchania się we własne ciało. Następnie pojawia się praca z obrazami mentalnymi. Bazan wypracował własny wariant tej praktyki: zaczyna od form cielesnych, by dopiero w dalszej kolejności rozpocząć pracę z umysłem, wyobraźnią. Ostatecznym celem treningu jest psychosomatyczna transformacja, a raczej nieprzerwany strumień przekształceń.

Obecnie jego proces twórczy rozpoczyna konceptualizacja, definiowana jako proces mentalnej koagulacji wszelkich doświadczeń. Praktyka fizyczna to ucieleśnienie tego procesu wewnętrznego.

Aleksandra Capiga-Łochowicz. Archeologia ciała

Aleksandra Capiga-Łochowicz, absolwentka japonistyki, pełniła podczas warsztatów prowadzonych przez Atsushiego Takenouchiego (por. aneks *Biogramy osób wymienionych w tekście*) w 2003 roku rolę tłumaczki. Skorzystała przy tej okazji z możliwości przeprowadzenia wielogodzinnych rozmów na temat tańca i ciała. Swoją fascynację teoretyczną rozwinęła w praktykę cielesną podczas cotygodniowych spotkań w studiu tanecznym, które powstało w krakowskim mieszkaniu Joan Laage (por. aneks *Biogramy osób wymienionych w tekście*) (październik 2005–maj 2006). Stały się one dla niej pierwszym wglądem w butō, choć dziś, po latach podsumowuje, że absolutnie nie była wtedy gotowa na proponowaną formułę spotkań.

W ramach rozgrzewki Laage proponowała działania w kontakcie, pracę z rytmem. Na dalszym etapie treningu uczestniczki pracowały nad określonym tematem. Wykorzystywały np. formę *dead body/hanging body*, czyli „marionetkę”, jak najbardziej obrazowo można przetłumaczyć tę frazę. Ciało jest rozluźnione, głowa opada na boki, jak u nieanimowanej lalki, utrzymywanej w pionie dzięki nitce przymocowanej do karku. Praca z tym wyobrażeniem czy inaczej: z tą formą cielesną była rozwijana w Hakutobo, zespole pod kierownictwem spadkobierczyni Tatsumiego Hijikaty, Yoko Ashikawy. Laage współpracowała z tą grupą podczas pobytu w Japonii.

Podczas spotkań w studiu Capiga-Łochowicz czuła się niekomfortowo: „[Laage – M.Z.] pokazywała formę, którą mam osiągnąć, ale nic nie mówiła o tym, jak mam do niej iść” (WAC)²³. Miała wrażenie (być może niesłuszne, jak sama twierdzi) podlegania ciągłej ocenie. W tamtym okresie przeżywała pierwszą fascynację butō i miała wobec tych spotkań ogromne oczekiwania, dlatego w pewien sposób czuła się zawiedziona. „Pewne rzeczy, które [Joan – M.Z.] mi pokazywała, otworzyły się dla mnie dopiero w Sapporo. Mogłam podejść do nich na nowo, gdy poczułam, że jestem w kontakcie ze sobą”.

Butō jest wyrywaniem ciała ze schematów ruchu, jest buntem wobec konwencji ruchowych. „Ruch nie zawsze jest wynikiem woli tancerza, często sprzeciwia się jej i narzuca. [...] Butō jest poszukiwaniem prawdy o własnym ciele – tancerz nie gra, nie naśladuje otaczającego go świata i nie zmienia się w kogoś innego, lecz odwrotnie – staje się bardziej sobą”.

Wizja butō Capigi-Łochowicz nieprzypadkowo jest głęboko osadzona w świecie ruchu Hijikaty – jest ona autorką książki *Bunt ciała. Butō Hijikaty* (2009), pierwszej polskiej autorskiej rekonstrukcji biografii tego artysty. Pisząc pracę magisterską stanowiącą bazę wspomnianej publikacji, mogła dzięki znajomości języka japońskiego opierać się na oryginalnym słownictwie Hijikaty. To podczas przygotowywania materiałów poczuła, czym naprawdę chce się zajmować.

To był najmocniejszy moment. Miałam kilka olśnień na temat butō. Na przykład podczas analizowania części jakiegoś jego eseju nagle stawało się dla mnie jasne, o czym Hijikata mówi – nieoczekiwanie uświadamiałam sobie znaczenie kryjące się pod użytą przez niego metaforą odnoszące się

²³ Wszystkie wypowiedzi w tym rozdziale, jeśli nie zaznaczono inaczej: WAC.

do jego życia lub konkretnego spektaklu. Robiłam to na czuja – zastanawiałam się, skąd mu się wziął dany gest. Bardzo to wtedy poczułam.

Capiga-Łochowicz uważa, że butō jest tańcem dla każdego, kto jest gotów sięgnąć w głąb mroku swojego ciała.

Butō to taniec o własnej autentyczności. Wiadomo, jak jest z ciałem: pokaże każde kłamstwo, to, jak oszukujesz, zaczynasz podgrywać. Jeśli nie czujesz centrum swojego ciała, będzie widać, że go nie czujesz. Jeśli nie masz do niego dostępu, będziesz wykonywać ruchy peryferyjne. Można wiedzieć, że się je wykonuje i tę wiedzę wykorzystać. Ale można o tym nie wiedzieć. Butō to dla mnie bardzo głęboki kontakt z sobą. Potem następuje poszukiwanie sposobu, w jaki można prawdziwie wyrazić to, co się w tym kontakcie odkrywa.

Czyli pierwszy etap, etap treningu, to proces docierania do autentycznego ruchu osadzonego w ciele, w całym ciele. Etap drugi to wyjście ze świeżo odkrytym ruchem na zewnątrz, wykorzystanie go i pokazanie.

W Instytucie Tańca Butō „Studio Goo” w Sapporo (listopad 2006–kwiecień 2007) Capiga-Łochowicz utwierdziła się w przekonaniu, że butō jest nie tylko współczesną formą artystyczną, ale również metodą eksploracji psychosomatycznej. Jej nauczycielami byli Toshiharu Kasai, profesor psychologii somatycznej z Sapporo Gakuin University (Morita Itto to jego pseudonim sceniczny), oraz Mika Takeuchi, współpracująca z nim tancerka i psychoterapeutka tańcem. Półroczny kurs zaowocował znajomością technik składających się na „metodę butō Kasai” [por. podrozdział *Butō jako metoda poszukiwań psychosomatycznych (Toshiharu Kasai)* w rozdziale 2.].

Capiga-Łochowicz spędziła w Sapporo pół roku, poznając w praktyce „butō jako metodę poszukiwań psychosomatycznych”. Przez pierwsze miesiące ćwiczyła sama, później na treningach pojawiały się inne osoby (trzy kobiety). Spotykała się z prowadzącym dwa lub trzy razy w tygodniu na kilka godzin.

Sesje miały stałą strukturę: każda zaczynała się piciem herbaty, rozmową, wtedy Itto opowiadał sporo o butō. Potem przechodziliśmy do rozgrzewki, która zawsze była taka sama – bardzo leniwe, powolne rozciąganie, bez żadnego naciągania, bez żadnych ekscesów, osiagania i przekraczania swojego maksimum. Ćwiczenia połączone były z oddechem, któremu poświęciliśmy wiele uwagi. Większość rozgrzewki stanowiły ćwiczenia na leżąco, na podłodze. Rozluźnialiśmy całe ciało, zaczynając od stóp.

Chodziło o świadomość ciała, poznanie go, pobawienie się nim. [...] Na przykład na leżąc podnosisz nogę do góry i wypróbujesz możliwości ruchu jej poszczególnych części: napinasz, rozciągasz, ruszasz. Teraz wiem, że – choć Morita tak tego nie nazywał – chodzi o zwracanie uwagi na tzw. jakości ruchu (zwarty, swobodny, szybki, wolny). Żeby poczuć ruch i popробować bardzo różnych możliwości. Żeby nie zamykać się na inne, nowe ruchy. Nie ma określonej formy, do której należy dążyć, a jeśli chodzi o ingerencję prowadzącego, to Itto pokazywał jedynie punkty wyjściowe. Pojawiało się też charakterystyczne dla butō chodzenie i bardzo powolny ruch. Nie jest ważne, żeby było widać ruch; to ty masz czuć, że on jest.

Duży nacisk kładziony był na pracę z biegunowymi jakościami ruchu. Bazowała ona na pokazywanych przez Moritę Itta „punktach startowych”. Te punkty to określone figury, układy ciała, od których zaczyna się proces eksploracji. Pozycje kojarzyły się z różnymi wyobrażeniami, z jakimi pracował Hijikata. Przykładami mogą być dziecko (wtedy artystka odczuwała, że jej ciało staje się w pewien sposób obce, ciekawi ją i wymusza chęć poznania) albo wspomniana już marionetka (*hanging body*), czyli

Zwisanie całego ciała, jak gdyby było powieszzone na mocnej nici przymocowanej do karku, pozycja, w której pracuje kark, szyja. [...] Itto pokazywał mi kolejne punkty startu, a ja nad nimi pracowałam. Czasami używał muzyki, czasami kładł na mnie dzwonki. [...] Bardzo rzadko ingerował w moje poszukiwania, a kiedy się to zdarzało, mówił np.: „podnieś nogę i poprobuj z balansem”. [...] Zwykle tańczyłam z zamkniętymi oczami.

Pojawiała się też praca w parach, która pozwalała na rozluźnienie i zrelaksowanie drugiej osoby, a także ćwiczenia zaczerpnięte z systemu *Noguchi Taiso*. To właśnie te ćwiczenia „na ręce, głowę, podtrzymywanie czyjejs głowy, na nogi” Kasai opisuje w swoich artykułach. Z takich ćwiczeń czy technik wstępnych Capiga-Łochowicz przechodziła do improwizacji. „Choć Itto nie komentował, nie poprawiał mojego ruchu, bez niego nie wiedziałabym, że można improwizować w ten sposób. Pokazał mi, jak szukać ruchu w różnych miejscach”. Artystka często odwołuje się do wiedzy uzyskanej dzięki rozmowom z Moritą Itta, choć, jak twierdzi, ma czasami problem z odniesieniem poszczególnych ćwiczeń prezentowanych w jego artykułach do realnej praktyki.

Morita Itto, tancerz i profesor psychologii somatycznej (*somatic psychology*), przez dwadzieścia lat treningów oraz praktyki scenicznej usystematyzował

terminologię dotyczącą butō oraz opisał charakterystyczne dla tej formy tańca psychosomatyczne techniki posługiwania się ciałem-umysłem (*bodymind*), potwierdzając, że „ciągły proces interakcji ciała z umysłem jest znamieny dla tańca butō” (Kasai 1999: 310). Metodę poszukiwań psychofizycznych opisał w wielu chętnie udostępnianych artykułach (por. Kasai 1999, 2000, 2001, 2005, 2009a, b i c; Kasai, Parsons 2003). Podstawowym wykorzystywanym przez niego konceptem jest *butō-tai*, czyli ciało butō, a właściwie stan butō. Ten stan świadomości widzowie często odczytują jako trans. „Taniec jest takim medium, w którym albo możesz pozwolić sobie na trans i na odezwanie się innych głosów, innej natury, albo nie. To kwestia twojego wyboru. Możesz pozwolić sobie na dopuszczanie czegoś do głosu, ale możesz też tego nie wpuścić”.

Chociaż Capiga-Łochowicz sama nie wybrała transu jako własnej metody, zdaje sobie sprawę z istnienia w butō również sytuacji, kiedy świadomość tancerza zostaje wyparta przez wewnętrzne, nieświadome impulsy lub świadomość przynależną tańczonej figurze (np. drzewu, dziecku), jak i zachowywanie w tańcu jednostkowej świadomości (co nie musi być równoznaczne z reżyserowaniem ruchu). Dla niej „butō jest tańcem świadomym, ma miejsce w pełni obecności. Nie ma tu miejsca na trans”. *Butō-tai* to stan psychosomatycznej gotowości i otwartości. Osiągając ciało butō, można wyzwolić stany mentalne zapisane w pamięci ciała, które nasza świadomość całkowicie wyparła. Capiga-Łochowicz powtarza za swoim nauczycielem, że niektórzy nie potrafią osiągnąć tego stanu.

Przeszkadza im w tym np. otoczką – starannie dobrany strój, próba prezentacji nienagannego stylu lub trudność w byciu naturalnym. [...] Niektórym osobom przeszkadza napięcie, stres. By pozbyć się własnego lęku, często chichoczą lub obserwują innych. Zdarza się, że nowe osoby przychodzące na moje zajęcia nie potrafią do końca skoncentrować się na tańcu, a gdy brakuje im pomysłu na ruch, to nie wierzą, że ten pomysł w ogóle nie jest potrzebny. Kiedy zastanawiają się nad kolejnym gestem, wybijają się z własnego rytmu i emocji (Paduch 2009).

Stan relaksacji będący efektem spowolnienia i pogłębienia oddechu pomaga dostrzec wypierane impulsy cielesne. Następuje przeniesienie z czasu społecznego do czasu ciała. Najważniejsze jest ćwiczenie *Arm-Standing Exercise* (w pozycji leżącej bardzo powoli unosi się ramię do pozycji „wyprostowanej”),

które Capiga-Łochowicz wykorzystuje podczas prowadzonych przez siebie warsztatów. Dzięki niemu można poczuć wagę ramion, nauczyć się delikatnych ruchów pozwalających rozpuścić napięcia oraz subtelnej kontroli ciała i w ten sposób wyzwolić tłumione reakcje cielesne, mimowolne ruchy i odruchy.

Artystka podkreśla:

Człowiek ma swoje prawdziwe ruchy i taniec powinien dążyć do tego, żeby je odsłonić, żeby odrzucić wszystkie maski, pokazać prawdę. Dlatego butō każdej osoby jest inne. I to nie zależy od poczucia rytmu muzycznego. Każdy ma swój wewnętrzny rytm i to do niego powinno się tańczyć. Jeśli nie czujesz rytmu muzyki, nie zmuszaj się – tańcz do swojego rytmu, do melodii, którą masz w sobie. A jeżeli nie czujesz w danej chwili żadnej melodii, nie tańcz wtedy w ogóle (Capiga-Łochowicz, za: Żukowska 2009).

„Jest dla mnie coś takiego jak duch butō. Na przykład Keith Jarrett to dla mnie butō na fortepianie. To jest prawda, która ma źródło w ciele, która płynie z samego środka”.

Pojawienie się ruchów autentycznych świadczy o otwartości tancerza na bodźce, gotowości, zwanej inaczej percepcją pasywną.

Taniec butō zapoczątkował u Capigi-Łochowicz chęć scenicznych działań z ciałem. Choć artystka nie odbywa codziennych, regularnych treningów, przygotowuje się przed warsztatami i przed występami. Od roku 2007 tańczy „improwizacje butō w formie spektakli”, jak sama nazywa własną formułę ekspresji scenicznej. W jej przypadku – a zdarzają się tancerze i grupy butō choreografujące każdą sekundę spektaklu, np. Kanazawa Butoh Kan – taniec butō nigdy nie bazuje na klasycznie rozumianej strukturze choreograficznej. Przyjmuje formę improwizacji ruchowej. „Nie ma reżyserowania ruchu. Jestem świadoma w tańcu, ale nie ma to nic wspólnego z jego reżyserowaniem”. Capiga-Łochowicz nie wyobraża sobie, żeby kiedykolwiek mogła przygotować do spektaklu butō pełną choreografię, choć z drugiej strony nie uważa wyrażenia „choreografia butō” za oksymoron.

Wyobrażenia, obrazy zaczerpnięte z ciała są punktem wyjścia dla ruchu scenicznego Capigi-Łochowicz. Natomiast sceniczną ramę dla jej *Improwizacji*, strukturę punktów odniesienia, tworzą przestrzeń, muzyka, światło oraz kostium. Muzykę skomponowaną specjalnie do każdego spektaklu artystka czasami odsłuchuje tuż przed prezentacją sceniczną, często jednak słyszy ją po raz pierwszy, gdy wychodzi na scenę.

Używanie muzyki w butō może być o tyle niebezpieczne, że czasem można się jej zbyt kurczowo złapać. W takiej sytuacji, trzymając się jej rytmu czy tempa, powtarzamy jeden ruch i nie idziemy dalej, nie szukamy nowych gestów. Ważne jest, by tańczyć świadomie, z nią lub przeciwko niej. Muzyka może być tłem, ale nie tylko ona powinna motywować nas do tańca (Paduch 2009).

Podobnie światło: „można się nim bawić, wchodzić lub wychodzić z jego strumienia”, czy podłoga, „która może stanowić przeszkodę, ale również oparcie” (Paduch 2009). Kostium jest albo minimalistyczny, albo „przypadkowy, z ostatniej chwili. Na stałe zostają te, które są źródłem bodźców, rodzą pomysły”. Mottem Capigi-Łochowicz, jeśli chodzi o oprawę spektaklu, mogą być słowa: „Dla mnie im mniej, tym więcej”.

Widzowie są świadkami, a nie „krytykami” jej działań.

Na pewno nie jest to taniec, który tańczy się na pokaz albo dla czyjeś rozrywki. [...] Można tańczyć z kimś lub z czymś, z miejscem, z podłogą, ze światłem, z emocjami, ale nie po to, by podobać się ludziom ani by ich zadowolić [...] wygląd nie jest tu ważny. [...] Ja pozwalam komuś na mnie patrzeć. Interesuje mnie to, co cię w moim tańcu w jakikolwiek sposób poruszyło. Jestem tego ciekawa (Paduch 2009).

Capiga-Łochowicz interpretuje dosłownie postulat Hijikaty, że „butō nie jest na pokaz”. Uważa taniec za coś intymnego: „nie będę tańczyć przodem do publiczności tylko po to, by stale widziała moją twarz. [...] Pierwszą osobą, dla której to ma być prawdziwe, jestem ja sama. A widz jest dopiero po mnie”. Spektakl uważa za udany i twórczy, jeżeli podczas tańca czuje się osadzona w sobie, czuje, „że była tam prawda i że ja to czułam”.

Artystka ceni duchowy czy wręcz religijny wymiar butō:

Butō nie ma korzeni religijnych. Z drugiej strony, jestem przekonana, że nie da się tańczyć prawdy o sobie w oderwaniu od tego, w co się wierzy. Sama jestem katoliczką i ta prawda, będąca istotą butō, łączy się dla mnie z dążeniem do prawdy również w znaczeniu chrześcijańskim (Paduch 2009).

Od kiedy Capiga-Łochowicz zaczęła tańczyć, tańczy sama. Ostatnio zafascynowała ją mająca źródło w doświadczeniach tańca współczesnego metoda improwizacji w kontakcie. „Obecnie doszłam do wniosku, że wolę tańczyć z kimś niż dla kogoś. We wspólnej improwizacji jest ogromny potencjał. [...] Najintymniejszym

kontaktem w tańcu jest dla mnie dotyk dłoni połączony z patrzeniem w oczy, bo bez kontaktu wzrokowego dłonie są bezosobowe”. Ale równocześnie uważa, że tańczenie w określonej technice tańca współczesnego może się stać pułapką:

Zaczynasz oceniać swoimi kryteriami inne formy tańca. Taniec współczesny jest na świecie szerzej rozumiany niż w Polsce. Tu traktowany jest bardzo technicznie i oceniany pod kątem techniki, a nie przekazu emocji etc. Ale to się zmienia. [...] Dla mnie taniec współczesny osadzony jest w kwestii ciężaru – lekkości.

Choć w butō stosuje się pewne techniki, nie służą one osiągnięciu wyrafinowanych umiejętności technicznych. „W butō nie ma mowy o tańcu mistrzowskim, bo brak w nim stopni wtajemniczenia. Można poznawać figury [obrazy – M.Z.], których jest kilka, ale to, jak będziemy tańczyć, będzie efektem naszego szukania” (Paduch 2009). „Niektórzy uważają, że takie stopnie są. Warto by się zastanowić, czy dlatego, że są w stanie je wskazać, czy dlatego, że uważają, że sami osiągnęli wyższy poziom”.

W butō nie wystawia się żadnych oficjalnych dokumentów potwierdzających przygotowanie artysty do indywidualnej twórczości: tancerz nie potrzebuje zgody nauczyciela, by samodzielnie występować, korzystając z jego metod.

Artystka uważa, że wypowiedzanie się o spektaklu butō z pozycji interpretatora, krytyka jest bardzo odważne. Krytyk musi mówić w dużej mierze o sobie, ponieważ widz odbiera to, co się dzieje na scenie, dzięki procesowi cielesnej empatii, bazującemu na współobecności tancerza i widza. Na tym polega specyfika odbioru butō. Wszelkie nieporozumienia związane z butō wynikają „z ignorancji krytyków i arogancji tancerzy”. Nie znając jego genezy, krytycy próbują interpretować ten taniec w kategoriach semiotycznych, natomiast artyści wykorzystujący jedynie jego estetykę określają siebie formalnie mianem tancerzy butō.

Sednem opracowanej przez Kasaia [por. podrozdział *Butō jako metoda poszukiwań psychosomatycznych (Toshiharu Kasai)* w rozdziale 2.] metody są techniki posługiwania się zintegrowaną całością, jaką jest ciało-umysł. Dzięki nim tancerz zaczyna egzystować w „czasie własnego ciała”, pozbywa się ciała uspołecznionego. Dlatego można mówić o butō jako formie psychoterapii ciała, somatoterapii (por. *Słownik wybranych terminów... b.r.*) lub psychoterapii tańcem i ruchem²⁴.

²⁴ Więcej na temat relacji butō – DMT por. Capiga-Łochowicz 2011.

Jeżeli ktoś uważa, że butō i choreoterapia nie idą w parze, to znaczy, że w swoim tańcu nie kontaktuje się całkowicie z sobą. Bo gdyby to robił, to doskonale by wiedział o tym, że wszystkie elementy, a przede wszystkim szukanie prawdy o sobie, wprowadzają do butō aspekt terapeutyczny. I patrząc na twórczość Hijikaty, można zaryzykować stwierdzenie, że w tańcu badał i opowiadał o własnym mroku, własnych bolesnych doświadczeniach, korzystając w ten sposób z jego terapeutycznego potencjału.

Capiga-Łochowicz wykorzystuje butō jako metodę pracy psychoterapeutycznej. Prowadzi warsztaty improwizacji tanecznej oparte na technikach zaczerpniętych z butō. „Moje warsztaty wyglądają dokładnie tak jak treningi w Sapporo. Otwarta formuła. Można dołączyć i odejść”. „Tańcząc butō, możemy wykonywać wolne lub gwałtowne ruchy, dozwolony jest nawet bezruch, który może stać się zaczątkiem nowego poszukiwania” (Paduch 2009). Artystka twierdzi: „Ja nigdy nie mówię, że uczę butō: uczę improwizacji, z wykorzystaniem treningu butō, uczę niekonwencjonalnego podejścia do tańca” (Capiga-Łochowicz, za: Żukowska 2009).

W jej warsztatach uczestniczą ludzie starsi, jak również osoby z lekkim i umiarkowanym upośledzeniem umysłowym. Do prowadzenia bardziej wymagających grup przygotował ją wspomniany cykl treningów butō jako metody psychosomatycznej eksploracji prowadzonych przez Kasaia. „Na warsztatach stosuję jego układ ćwiczeń, stanowią ponad połowę materiału. Reszta to moje własne pomysły, które najpierw sama przetestowałam”.

Obecnie tancerka profesjonalnie zajmuje się psychoterapią tańcem i ruchem, w 2009 roku rozpoczęła podyplomowe studia w zakresie DMT (*Dance and Movement Therapy*). Na początku podczas warsztatów terapeutycznych towarzyszył jej certyfikowany psychoterapeuta. Teraz (2012) pracuje w Instytucie Psychiatrii i Neurologii w Warszawie z dorosłymi pacjentami ze schizofrenią oraz z młodzieżą z różnymi rodzajami zaburzeń psychicznych.

DMT²⁵ nie jest metodą psychoterapii komplementarną do psychoterapii werbalnej. W procesie terapeutycznym pojawiają się te same zjawiska, z którymi mają do czynienia psychoterapeuci pracujący metodą werbalną (przeniesienie, przeciwprzeniesienie, identyfikacja projekcyjna etc.). Od lat osiemdziesiątych DMT funkcjonuje jako jedna z czterech subdyscyplin artpsychoterapii (klasyfikacja brytyjska), klasyfikuje się ją jako jedną z form

²⁵ Wszystkie informacje nt. DMT: Karkou, Sanderson 2005; Pędzich 2009; DMT.

psychoterapii ruchem, jak również psychoterapii zorientowanej na działanie (wraz z terapią poprzez sztukę, muzykę i teatr, psychodramą, terapią Gestalt, terapią psychomotoryczną, bioenergetyką) (por. Pędzich 2009: 20). DMT to

[...] psychoterapeutyczne wykorzystanie ruchu i tańca, które pozwala każdemu twórczo zaangażować się w proces służący zwiększaniu emocjonalnej, poznawczej i społecznej integracji. [...] Powiązanie DMT z psychoterapią wskazuje na odrębność tej dziedziny od tańca jako formy artystycznej, tańca terapeutycznego czy też edukacji tanecznej (Karkou, Sanderson 2005: 238).

W psychoterapii tańcem i ruchem wykorzystuje się (w zależności od profilu i preferencji prowadzącego terapeuty) różne formuły pracy z ciałem i ruchem, improwizację ruchową, ruch spontaniczny, którego punktem wyjścia są dotyk, ruch prosty, symboliczny, taniec komunikujący, budowanie zorganizowanych sekwencji ruchowych oraz metody, takie jak odzwierciedlanie i wyolbrzymianie. DMT zakłada, że „ruch ciała odzwierciedla wewnętrzny stan emocjonalny człowieka, zaś zmiany w ruchu mogą prowadzić do zmian w psychice, tym samym wspomagając jego rozwój” (Pędzich 2009: 7).

Procedura pracy z pacjentem/klientem wygląda następująco: po wstępnym wywiadzie (werbalnym), nawiązaniu kontaktu i stworzeniu sytuacji bezpieczeństwa następuje kluczowa faza terapii zwana fazą inkubacji. Stanowi ona rdzeń procesu terapeutycznego: na tym etapie emocje i myśli wyrażane są poprzez ruch. Następnie terapeuta analizuje ruch, stosując przeważnie metodę Analizy Ruchu według Labana (LMA) lub Profil Ruchowy Kestenberg (KMP) oraz dokonuje interpretacji ruchu na poziomie somatycznym (np. odzwierciedlenie, uzupełnianie fraz). Na koniec przeprowadza interpretację werbalną, która docelowo umożliwi pacjentowi tzw. wgląd, czyli zrozumienie znaczenia tego, co się ujawniło podczas sesji.

Ponieważ proces toczy się na płaszczyźnie somatycznej i jest z zewnątrz obserwowalny, metoda ta jest bardzo przydatna w przypadku pacjentów mających problem z psychoterapią werbalną (np. autyzm, schizofrenia). Wyjątkowa wartość DMT bierze się z tego, że poprzez taniec i ruch można wyrażać również przeżycia z okresu przedwerbalnego, kiedy to różne doświadczenia i traumy kodowane są na poziomie somatycznym, a także te związane z sytuacjami, których „nie sposób” opowiedzieć. Dlatego ta metoda przydaje się w pracy z osobami, których intelektualne i emocjonalne źródła zaburzeń sięgają np. głębokiego dzieciństwa. „Jeden z tancerzy, których podziwiam,

a z którym miałam okazję przegadać kilka długich nocy – Atsushi Takenouchi – prowadzi z użyciem butō warsztaty dla osób uzależnionych od alkoholu, ale również dla więźniów” (Paduch 2009).

Kasai, główny nauczyciel butō Capiga-Łochowicz, to „psycholog i psychoterapeuta, który pracuje za pomocą butō z różnymi pacjentami, zarówno tymi ze schorzeniami fizycznymi, jak i cierpiącymi na zaburzenia psychiczne”. Choć może to brzmieć paradoksalnie, według artystki butō nie nadaje się do pracy z dziećmi.

Pracowałam z dziećmiakami i myślę, że butō wymaga skupienia, które ciężko osiągnąć dziecku. Trudno jest mu zrozumieć, dlaczego teraz ma nie być muzyki albo podskoków, skoro właśnie na nie ma ochotę. W takiej sytuacji nakazanie dziecku skupienia czy poszukiwania w ciszy, w momencie gdy ma ono inne potrzeby, mogłoby stać się ograniczeniem. A to zaprzeczałoby naturze butō.

Metoda ta służy badaniu własnych ograniczeń cielesnych będących wynikiem socjalizacji ciała oraz nawyków ruchowych. Tymczasem dzieci dopiero uczą swoje ciała spełniać oczekiwania społeczne.

Korzystając z technik butō, musisz być świadomym tancerzem butō. Natomiast kiedy używasz ich w celach terapeutycznych, musisz być również świadomym terapeutą. Twoim obowiązkiem jest zdawać sobie sprawę z tego, czy ich użycie wiąże się z jakimiś zagrożeniami dla grupy, z którą pracujesz. Na przykład z osobami cierpiącymi na schizofrenię nie pracuje się metaforą i wizualizacją, bo jest to niebezpieczne. Dlatego w przypadku osób z tym zaburzeniem można wykorzystać jedynie elementy treningu fizycznego, jak choćby szukanie biegunowych jakości ruchu, pracę z obrazem ciała, integrowanie emocji, myśli i ruchu.

„Metoda terapii tańcem i ruchem jest skierowana nie tylko do osób z problemami psychicznymi, ale również do osób zdrowych szukających różnych form własnego rozwoju”. Butō pomaga obniżyć napięcia mięśniowe i rozładować stres.

Capiga-Łochowicz podkreśla somatoterapeutyczny wymiar tej metody. Jest to

[...] raczej terapia na poziomie ciała, a jej głównym celem jest rozluźnienie, relaksacja i pogłębienie świadomości ciała. [...] Szukamy gestu i to on nas prowadzi, a tańcząc, często zmagamy się ze sobą, pogłębiając świadomość własnego ciała. Musimy znaleźć w sobie odwagę na to, by obnażać swoje

wnętrze. [...] Butō to taniec metamorfozy, który ma pokazać prawdę o danym tancerzu. Wymaga zrzucenia maski. [...] Nie ma tu brzydkich ruchów. Masz tiki? Super! To jest twoje bogactwo. Spróbuj to wykorzystać (Paduch 2009).

W butō nie wyraża się ani nie wyzwala wypartych jednostkowych emocji, ale nawiązuje się kontakt z intersubiektywną i obiektywną warstwą emocji. „Substancją butō jest mrok, który każdy z nas nosi w sobie. Stanowią go wszelkie nasze lęki, złość, frustracje czy żale. Tancerz może wraz z gestem badać lub wyrzucać te ciemne emocje z siebie, a pozbywając się ich, może zmierzać ku światłu” (Paduch 2009).

Poprzez ćwiczenia psychosomatyczne tancerz próbuje dotrzeć do zapisanych w ciele doświadczeń, które wpływają na jego sposób poruszania się. Celem tych ćwiczeń jest zobiektywizowanie ich, doświadczenie ich w ruchu. Efektem jest poszerzenie wiedzy na temat powiązań doświadczeń i stanów emocjonalnych z funkcjonowaniem ciała.

Wiedzę tę można wykorzystać na etapie działań performatywnych.

Butō pozwala na wyrażenie prawdy o sobie, a także na pozbycie się wewnętrznych hamulców i napięć. W tańcu można korzystać z trudnych emocji i przeżyć, przełożyć je na ruch, a potem ten ruch może prowadzić do odprężenia, oddalenia tych emocji i przejścia do „jasnego” tańca (Żukowska 2009).

W tańcu butō, podobnie jak podczas sesji DMT, tańczący zyskuje świadomość ciała, osadza się w ciele. „W butō pojawia się zagadnienie dookreślania granic – musisz mocno czuć, gdzie są twoje granice. Nauczyłam się tego, że ja mówię stop albo że ja chcę tak, i robię tak. W butō nie ma czegoś, co musisz”.

W przypadku prowadzonych przez nią warsztatów trudno odnaleźć granicę pomiędzy aspektem tanecznym a terapeutycznym. Jedynymi wyznacznikami profilu zajęć są grupa docelowa i kontekst. „Założeniem DMT jest przekonanie, że każdy bezpieczny ruch jest dobry. Jako terapeuta towarzyszysz komuś w ruchu, niczego mu nie narzucając. I patrzysz. Tym to się różni od butō – ty patrzysz. Czy rusza mu się centrum, czy tylko peryferia. Czy towarzysząc, sama jesteś w stanie ucieleśnić ten ruch”.

PODSUMOWANIE

Butō jest nie tylko *stricte* sceniczną sztuką performatywną. Jest równocześnie metodą psychosomatycznych poszukiwań. Ten aspekt butō szczególnie interesuje Capigę-Łochowicz. Istotą butō jako metody psychosomatycznych

poszukiwań jest *butō-tai*. Osiągnąwszy ten stan ciała-umysłu, praktyk butō unika uprzedmiotawiania ciała: przestaje je traktować jako narzędzie, używane przez oddzielony podmiot. Jest to swoista archeologia ciała, dokopywanie się do dawno zapomnianych pokładów doświadczeń cielesnych. Stany związane z zapomnianymi/wypartymi doświadczeniami aktualizują się, gdy tylko organizm znajdzie się w stanie psychofizycznym analogicznym do stanu, który w przeszłości towarzyszył określonym wydarzeniom. Metoda ta pozwala wyzwolić stłumione wcześniej reakcje cielesne, co uzewnętrznia się w postaci serii mimowolnych ruchów. Pojawiają się również inne niezaplanowane ruchy, które mogą być automatyczną reakcją na obraz pojawiający się w umyśle. Ruch jest wynikiem wyjątkowej otwartości i chłonności, uwrażliwienia na wszelkie bodźce. Efektem stosowania technik tworzących metodę Kasaia jest desocjalizacja ciała (pozbycie się cielesnych uwarunkowań narzuconych w procesie socjalizacji) oraz zwiększona wrażliwość proprioceptywna (odwewnętrzna świadomość ciała). Na płaszczyźnie zmysłowej możemy w tym kontekście mówić o percepcji pasywnej, która nosi wiele innych nazw: niewidzące oczy, spojrzenie rozproszone, widzenie peryferyczne i wzrok nieuprzedmiotawiający.

Capiga-Łochowicz-artystka tańczy improwizowane spektakle (choć coraz rzadziej), natomiast Capiga-Łochowicz-terapeutka pracuje metodą DMT, uzupełniając ją o metodę psychosomatycznej eksploracji Kasaia. W grudniu 2009 roku podczas wydarzenia „Oblicza butō. Bunt ciała – taniec – terapia” zorganizowanego z okazji pięćdziesięciolecia istnienia tej formy scenicznej prowadziła wraz z Katarzyną Julią Pastuszką z Teatru Amareya panel dyskusyjny dotyczący historii butō oraz właśnie sposobów stosowania tej metody pracy z ciałem w terapii.

TO-EN. Ciało przyjmujące materię

TO-EN (Anna Brałkowska) urodziła się w Gdańsku, gdzie ukończyła skandy-nawistykę. Wybierając studia, kierowała się, jak sądzi, potrzebą poszukiwań tego, co inne, egzotyczne. Północne rubieże kontynentu były spełnieniem jej marzeń o nieznanym. Do Szwecji przyjechała w 2002 roku jako stypendystka.

Podczas tego pobytu uczestniczyła w kilkudniowych warsztatach butō prowadzonych przez choreografkę i tancerkę butō SU-EN (Susanę Åkerlund) w Haparandzie. SU-EN w Almunge (Haglund Skola) koło Uppsali znalazła

siedzibę dla swojego zespołu SU-EN Butoh Company i otworzyła w 1997 roku studio, w którym grupa pracuje i gdzie odbywają się otwarte warsztaty. Jest dyrektorem artystycznym zespołu i nauczycielką tańca, a dla swoich uczniów przewodnikiem, mistrzem, *sensei*. SU-EN przebywała w latach 1986–1994 w Japonii²⁶. Przez pięć lat była uczennicą Tomoe Shizunego, dyrektora artystycznego grupy Tomoe Shizune & Hakutobo (grupa Hakutobo została stworzona przez Tatsumiego Hijikatę), jak również członkinią grupy Gnome, prowadzonej i choreografowanej przez Yōko Ashikawę, główną tancerkę w zespole Hijikaty. Można ją określić mianem pionierki, ponieważ dopiero w latach osiemdziesiątych zespoły butō w Japonii zaczęły przyjmować obcokrajowców.

SU-EN na bazie kilkuletnich doświadczeń z metodą Shizunego i Ashikawy stworzyła własną metodę pracy z ciałem-umysłem: metodę butō SU-EN (*SU-EN Butoh Method*).

Poprzez redefinicję ciała i przestrzeni znajduje się możliwości ruchu. Celem działań artystycznych jest dotarcie do specyficznej jakości ciała (specyficznego jego napięcia), dzięki której może się ono porozumiewać z publicznością. Ciało przekracza własne ograniczenia i zostaje skonstruowane na nowo, budując nowe narzędzia służące tworzeniu tańca.

Cykl treningowy według tej metody jest ustrukturyzowany: otwarte warsztaty pozwalają się zapoznać z metodą, a utalentowani tancerze mogą zostać zaproszeni przez SU-EN i przyjęci na praktykę do zespołu. Uczestniczą zarówno w działaniach artystycznych zespołu, jak i w pracach codziennych w Haglund Skola. Ci, którzy ukończą proces szkoleniowy („czeladniczy”), mogą uczyć metod pracy z ciałem bazujących na metodzie butō SU-EN i wykorzystywać w swoich występach fragmenty jej choreografii (z jej pisemną zgodą).

TO-EN przyjechała do studia ponownie w 2004 roku, by wziąć udział w warsztacie. Już wcześniej interesowała się tańcem, ale choć była uczestniczką różnych warsztatów, żadna forma nie przyciągnęła na dłużej jej uwagi. Dopiero w Haglund zyskała pewność, że odnalazła taniec, jakiego szukała. Odbyła w zespole SU-EN w latach 2005–2009 pełne szkolenie: pięcioletnią praktykę (*apprenticeship*), połączoną z występami na scenach Szwecji. Udział w projekcie, do którego zaprosiła ją SU-EN, był „prawdziwym skokiem na

²⁶ Wszystkie informacje na temat SU-EN: SU-EN Butoh Method.

głęboką wodę” (WTE)²⁷. Motto SU-EN Butoh Company brzmi: „Żeby tańczyć, musisz mieć odwagę rzucić wyzwanie własnemu ciału”. Jako część zespołu tancerka musi się pozbyć indywidualnej tożsamości. Proces twórczy w tej grupie stanowi istotną część metody. „Nasze wcześniejsze doświadczenia egzystencjalne i cielesne nie mają już żadnego znaczenia”. Artystyczna i egzystencjalna historia człowieka zaczyna w toku tego procesu powstawać od nowa: „w momencie przekroczenia progu sali w Haglund rozpoczęło się [dla mnie – M.Z.] tworzenie wszystkiego od zera” – podsumowuje TO-EN. Podobnie jak w tradycji japońskiej odnalezienie mistrza (SU-EN) wiąże się z całkowitym oddaniem wspólnocie praktykujących (TO-EN używa odnośnie do aktywności szwedzkiego zespołu określenia „praktykowanie”). Wspólna praca dwadzieścia cztery godziny na dobę, nie tylko w studiu, ma wprowadzić tancerza w stan permanentnej gotowości performatywnej: „Tancerz butō obudzony w środku nocy musi być gotowy wyjść na scenę i wystąpić”.

Ukoronowaniem intensywnego i wymagającego od tancerza wiele samozaparcia treningu jest spektakl solowy. To „przedstawienie dyplomowe” jest przygotowywane wraz z całym zespołem pod okiem nauczycielki. Spektakl solowy wiąże się z ważnym symbolicznym aktem: nadaniem imienia, będącego od tej pory imieniem artystycznym. Brałkowska otrzymała imię TO-EN, czyli Ziemi Ogród, którego używa do dziś. Solo dyplomowe jest traktowane przez artystkę jako faktyczne narodziny tancerza butō – anonimowy człowiek funkcjonujący jako część zespołu zyskuje artystyczną „pełnię”. Ten akt ma źródło w tradycyjnej procedurze czeladniczej. Potencjalny uczeń znajduje mistrza i z nim pozostaje: jest mu całkowicie oddany. Po latach nauki nauczyciel (w Japonii *sensei*) wraz z imieniem przekazuje swojemu uczniowi prawo do określania się mianem spadkobiercy danej tradycji (bez względu na to, czy jest to rzemiosło, filozofia, religia). W ten sposób zachowana zostaje ciągłość linii przekazu. Dlatego TO-EN, szukając najtrafniejszego wyrażenia opisującego wspomniany akt, mówi o „namaszczeniu”. Zachowanie linii przekazu jest kluczowe: dzięki niemu istnieje połączenie pomiędzy kolejnymi ciałami-ogniwami. Każdy „inicjowany” tancerz butō jest od chwili namaszczenia uprawniony do rozwijania własnej metody butō, bazującej na metodzie przekazanej przez mistrza. Nauczyciel prowadzi proces cielesny

²⁷ Wszystkie cytaty TO-EN i informacje o niej w tym rozdziale, jeśli nie zaznaczono inaczej: WTE.

swojego ucznia. Pomimo fizycznego oddzielenia trwa on dalej – ciało ucznia jest rozwinięciem i kontynuacją ciała nauczyciela – ciągłość zostaje zachowana. Proces jest jeden, jednak aktualizuje się w kolejnych ciałach. Dlatego tak ważne jest, by wybrać jednego prowadzącego: uczestniczenie w wielu krótkich warsztatach prowadzonych przez różnych tancerzy przerywa proces, niszczy ciągłość. TO-EN jest obecnie (w 2010 roku) jedyną kontynuatorką linii SU-EN. Rozwija własną metodę opartą na metodzie SU-EN.

SU-EN spędziła kilka lat w Japonii w zespołach Shizunego i Ashikawy, doskonaląc się w metodzie butō Hijikaty. Hijikata głosił całkowitą odmienność anatomiczną ciała japońskiego (por. podrozdział *Tatsumi Hijikata. Struktura* w rozdziale 1.) od ciała zachodniego. Należy uściślić, że miał on na myśli tradycyjne ciało japońskie związane z wiejskim, surowym trybem życia. To założenie skłoniło SU-EN do dwóch konstatacji: po pierwsze, poszukiwania cielesne na Zachodzie muszą dotyczyć „ciała nordyckiego” (czy ogólniej: europejskiego), po drugie, należy stworzyć trening fizyczny, który umożliwi Europejczykowi pokonanie ograniczeń wynikających z odmiennej budowy ciała. W efekcie powstała metoda na miarę potrzeb człowieka Zachodu.

Metoda butō SU-EN ma dwa poziomy: trening podstawowy (*basic training*) oraz tzw. materie ciała (*body materials*). Trening podstawowy ma na celu przygotowanie poszczególnych części ciała (np. stawów, kręgosłupa, bioder) do dalszej pracy. „Praca polega na badaniu własnego ciała. Ćwicząc oddychanie, elastyczność, siłę, równowagę i pracując z grawitacją, rzucamy wyzwanie nawykowi i ukształtowanym strukturom”. TO-EN ujmuje to dosadnie: „Musimy rozłożyć nasze ciała na części, żeby móc później je złożyć”. Zaczyna się od tzw. pozycji wyjściowej: umieszczenie środka ciężkości ciała nisko, w rejonie znajdującym się poniżej pępka, który pod nazwą *hara* pojawia się w nomenklaturze różnych japońskich praktyk (aikido, zen). TO-EN używa angielskiego określenia, *belly power*²⁸. Tancerze ćwiczą tzw. *cut* („cięcie”), czyli energetyczne cięcie ciała na wysokości bioder, którego efektem jest obniżenie środka ciężkości. Trenuje się mięśnie związane z oddychaniem, wzmacnia się obszar przepony, aktywizując uśpione mięśnie (te, których używamy podczas dmuchania balonu lub by utrzymać mocz).

²⁸ Ponieważ istotą procesu twórczego w butō jest doświadczanie, a podczas treningów w Haglund używa się języków szwedzkiego, angielskiego i japońskiego, TO-EN ma czasami problemy ze znalezieniem w języku polskim adekwatnych terminów.

Dzięki tym ćwiczeniom można osiągnąć ugruntowanie charakterystyczne dla tradycyjnego japońskiego ciała. Jest ono związane z cielesną świadomością istnienia grawitacji oddziałującej na nasze ciała. Metaforycznie można powiedzieć, że w Japonii „dusza mieści się w brzuchu”, podczas gdy na Zachodzie centrum osobowe (nasze Ja, czyli psyche, dusza) znajduje się tam, gdzie serce, na wysokości klatki piersiowej: nie przypadkiem wskazując siebie, dotykamy klatki piersiowej. Ma to odzwierciedlenie w zachodnich formach tańca (balet, współczesny), w których ruch jest zwykle skierowany ku górze, a tancerz często dosłownie odrywa się od ziemi.

Osoba stosująca metodę SU-EN pracuje z określonymi jakościami ruchu: rezonansem, rozprzestrzenianiem się, pustką. To bardzo intensywne działanie z poziomu i na poziomie ciała-umysłu. Artysta zмага się z własnymi cielesnymi nawykami, przyzwyczajeniami, rzuca sobie wyzwania. Należy znaleźć swój słaby punkt i pracować z tym, co sprawia najwięcej problemów. Jest to „ciągła rewolucja, ciągle torpedowanie własnego ciała. [...] kryzys i ból to codzienność każdego tancerza butō. Często dosiegamy w ciele tego dna kryzysu, gdy wydaje się, że coś jest niemożliwe, a wtedy trzeba zacząć coś budować na nowo... i to może trwać rok albo pięć lat”.

Psychika znajduje się w stanie wiecznego kryzysu. Jednak kryzys jest „prawą sprawą tancerza”, który musi myśleć o zespole, sytuacji innych. I dlatego sam powinien sobie z nim poradzić. Taniec wymaga dyscypliny: TO-EN „pracuje w ciszy, skupieniu, z szacunkiem dla przestrzeni, tańcząc z innymi współobecnymi ciałami”.

Punktem wyjścia dla procesu metamorfozy jest ciało wymazane/puste/opróźnione (*errased body/empty body*), czyli pozbawione zapisu. Pustka potocznie kojarzy się z nicością, brakiem, biernością, natomiast w tym przypadku „próżnia jest bardzo aktywnym procesem [...], w tej pustce można doświadczyć rodzaju napięcia (*tension*), którego nie należy mylić ze spięciem, spinaniem” np. mięśni. Nie należy mieszać pojęć „napięcie” i „spięcie”. Tutaj mamy do czynienia z napięciem, które TO-EN definiuje jako specyficzną, wewnętrzną aktywność ciała, czyli konkretny, fizyczny stan lub proces. Na pewno więc stosowanie rozluźniających technik relaksacyjnych nie służy osiągnięciu ciała opróźnionego. Napięcie to według artystki „wewnętrzna aktywność, która wynika z faktu, że coś się opróżnia; później ta próżnia w naturalny sposób rezonuje”. Ten wytworzony w wyniku intensywnej pracy z ciałem stan „cały czas trzeba na nowo odtwarzać w ciele”. *Empty body* to

„stan, w którym kontury ciała przestają istnieć, a tym samym znika tożsamość osoby. Anny Brałkowskiej na scenie nie ma”.

Każdy tancerz przechodzi proces przemiany cielesnej, w czasie którego uczy się odkrywać inne modele funkcjonowania własnego ciała. Ten proces, u każdego inny, zawsze jest długotrwały. Natomiast predyspozycje do tańczenia butō widać już na pierwszych warsztatach: „ciało potrafi się tak zmienić, że już po trzech dniach to widać”. Istotą butō jest metamorfoza. By mogła nastąpić, konieczna jest rezygnacja z własnej tożsamości. Przeistaczanie jest w tańcu butō aktem zarówno mentalnym (wyobraźniowym), jak i fizycznym (cielesnym). Osiągnięcie odpowiedniego stanu ciała-umysłu (wymazanie konturów, opróżnienie) jest dla transformacji warunkiem koniecznym.

Kolejny poziom metody, *body materials* (materie ciała), wymaga szerszego omówienia. Ogólnie rzecz ujmując: praca na tym etapie polega na „transformacji ciała w różnego rodzaju materię organiczną i nieorganiczną”. To właśnie *body materials* osadzone w przygotowanym podczas treningu podstawowego ciele stanowią podstawę choreografii tańca butō. „*Body materials* to przekształcanie własnego ciała w inną materię. [...] Tworzenie choreografii, improwizacje i struktury powstają w toku takiej właśnie pracy”.

Materie i obrazy są czymś dosłownym, namacalnym. Może to być zmięta kartka papieru, gorset z korzeni, mrowisko, śluz, biegająca małpa etc. Każdy element rzeczywistości jest w ciągłym procesie zmian, **ta** sama kartka nigdy nie jest **taka** sama. Podobnie ciało-umysł tancerza: elastycznie poddaje się organicznemu procesowi. Ciało ulega transformacji w materię, dlatego, by tańczyć butō, trzeba ją bezustannie studiować: poznawać zasady jej funkcjonowania, wygląd, wagę, strukturę, fakturę. „To materia jest nauczycielem!”

Na tym etapie pracy intensywnie używa się języka. Ale słowa nie służą instruowaniu, „ciało jest torpedowane słowami, które mają coś zrobić, [wywołać – M.Z.] jakąś przemianę”. Choreograf porusza ciało słowami, które pełnią rolę katalizatora metamorfozy. „Istnieje terminologia bazowa, która stale ulega zmianom” – także słowo jest organiczne. Język japoński (którego podczas treningu używa również SU-EN) jest specyficzny: jego obrazowość jest odmienna. TO-EN stosuje japońskie onomatopeje, które, jak twierdzi, „są pełniejsze, więcej mówią”. Należy dodać, że język japoński, którego używał twórca metody, Hijikata, był oparty na paradoksach i metaforach.

Praca z materiałami dla ciała przybiera w Haglund również bardzo ważną formę treningu plenerowego (*outdoor training*). Tancerz „bada procesy percepcyjne

i otoczenie. Tę pracę wykonuje na zewnątrz, w różnych okolicznościach przyrody, bez względu na porę roku czy pogodę”. Realizowana praktycznie filozofia natury jest rdzeniem aktywności również w Gospodarstwie Pogody Ciała (Body Weather Farm) Mina Tanaki w Hakushu, w Japonii (por. podrozdział *Justyna Jan-Krukowska. Uwrażliwianie sensoryczne* w rozdziale 3.), gdzie artyści wspólnie się uczą, pracują i tańczą, a także podczas letnich warsztatów *Jinen Butoh* Atsushiego Takenouchiego (por. podrozdział *Irena Lipińska. Choreografowie improwizacji* w rozdziale 3.).

Realizacja sceniczna jest punktem kulminacyjnym treningu. Artystyczna realizacja może przyjmować formę nie tylko spektaklu tanecznego, ale również improwizacji na bazie dostępnych materiałów, akcji efemerycznej, działań *site-specific*, sztuki w przestrzeni, realizacji multimedialnej. Choreografię spektaklu stanowi bazowa struktura (ale nie ruchów, lecz obrazów, materiałów), z którą tancerka pracuje w studiu. Nie jest to nigdy określona, sztywna forma, ale rama, wewnątrz której możliwy jest przepływ obrazów, obiektów, skojarzeń.

Taniec butō jest przede wszystkim sztuką, a celem tancerza jest występowanie (*to perform*). „Tancerz butō obudzony w środku nocy musi być gotowy, by wystąpić. [...] Nie tańczy się dla siebie, ale dla widza, odbiorcy”, co przewrotnie można zestawić z wypowiedzią Hijikaty, że „taniec na pokaz nie jest interesujący” (Capiga 2009: 20)²⁹. Pragnienie wyrażenia prawdy ciała będące istotą butō nie pozwala traktować tańca jako estetycznej formuły mającej spodobać się widzowi. Równocześnie postulat „wyrażenia prawdy ciała” każe artyście pokazywać siebie. Ideą przewodnią jest to, „by poprzez ciało na scenie, przez fakt, że tancerz (jego ciało) tańczy, widz był w stanie zobaczyć samego siebie”. Dlatego zdaniem artystki konfrontacja z widzem jest zawsze żywa, organiczna. Idealny widz „nie nawiązuje kontaktu ze sztuką jedynie poprzez intelekt czy rozum”.

PODSUMOWANIE

Butō jest tańcem cielesnej szczerości. To indywidualne predyspozycje cielesne i mentalne każą tancerzowi wybrać najbliższą mu (jego ciału) formę tańca. „Moje ciało trenuje samo siebie” (Hijikata 2000f: 76). Istotę metody SU-EN, a obecnie również metody TO-EN, stanowi proces, na który składają się trzy

²⁹ Należy dodać, że według niektórych interpretacji tych słów Hijikata miał na myśli to, że taniec stworzony po to, by zadowolić gust publiczności, nie jest twórczy, a zatem nie jest interesujący.

etapy: (1) wymazywanie ciała, (2) materię ciała (wcielanie materii) i transformacja oraz (3) budowanie choreografii. Trening służy temu, by transformacja w określoną materię była jak najpełniejsza, ma na celu przełamanie blokad w ciele. Im więcej restrykcji wynika z kodów kulturowych, tym trening musi być intensywniejszy i radykalniejszy.

Irena Lipińska. Choreografowanie improwizacji

Irena Lipińska od dziecka poszukiwała możliwości ekspresji scenicznej: „Jeśli chodzi o pracę z ciałem, to w moim życiu zawsze coś się działo” (WIL)³⁰ – podsumowuje artystka. Między szóstym a jedenastym rokiem życia uczyła się techniki baletowej. Już jako osoba dorosła przez rok (1996–1997) studiowała aktorstwo w Akademii Sztuk Wizualnych w Poznaniu, uczestniczyła w wielu warsztatach tańca i teatru fizycznego we wrocławskim Ośrodku Badań Twórczości Jerzego Grotowskiego i Poszukiwań Teatralno-Kulturowych³¹, praktykowała jogę, brała udział w warsztatach tańca współczesnego, m.in. organizowanych przez bytomski Śląski Teatr Tańca. Taniec współczesny, z którym początkowo stykała się na kursach i warsztatach, definiuje jako „synchroniczne machanie rękami i nogami, najeżone trudnymi do zapamiętania sekwencjami ruchowymi”. Dlatego stale poszukiwała innej, odpowiadającej jej formy wyrazu scenicznego.

Z tańcem butō Lipińska zetknęła się po raz pierwszy w latach dziewięćdziesiątych XX wieku w Instytucie im. Jerzego Grotowskiego³² – tańczył Daisuke Yoshimoto. „Wtedy nie sądziłam, że jest możliwe przeniesienie na moje ciało czegoś takiego” – komentuje artystka. Dlatego dopiero w 2008 roku po raz pierwszy zdecydowała się wziąć udział w warsztacie butō. Trwał on miesiąc i był prowadzony w Pontederze (Włochy) przez Atsushiego Takenouchiego (por. aneks *Biogramy osób wymienionych w tekście*; rozdział tej pracy 3.2. *Justyna Jan-Krukowska. Uwrażliwianie sensoryczne*). Choć projekt ten był w założeniu skierowany do profesjonalnych tancerzy, a Lipińska nie miała wtedy jeszcze żadnych doświadczeń scenicznych, Takenouchi zgodził się na jej udział. Ten intensywny warsztat bardzo wpłynął na jej sposób postrzegania butō.

³⁰ Wszystkie cytaty w tym rozdziale, jeśli nie zaznaczono inaczej: WIL.

³¹ Obecnie Instytut im. Jerzego Grotowskiego we Wrocławiu.

³² Ówczesnie Ośrodka Badań Twórczości Jerzego Grotowskiego i Poszukiwań Teatralno-Kulturowych.

Takenouchi w młodości (początek lat osiemdziesiątych) należał do grupy Ippeiego Yamady (Biskupa Yamady) Hoppo Butoh-ha, w której między osiemnastym a dwudziestym czwartym rokiem życia przeszedł bardzo trudny i wyczerpujący trening fizyczny, prowadzony zgodnie z postulatem Tatsumiego Hijikaty: „zabij swoje ciało”. Takenouchi dopiero po latach tańczenia butō odkrył dla siebie tę specyficzną jakość pracy, jak relacjonuje wypowiedź tancerza Lipińska. Wcześniej, zniechęcony radykalnym modelem butō, zajął się jego łagodniejszą formą, którą poznał u Kazua Ōna, mistrza improwizacji. Po latach artysta wypracował własną filozofię i metodę, *Jinen Butoh*, a swoją pierwszą szkołę nazywał „Taniec z naturą” (1986).

Jinen to słowo opisujące wszechświat, jego pochodzenie i naturalną kolej rzeczy. Wszystkie rzeczy łączą się z tym nurtem i są częścią rzeki *Jinen*. [...] Taki sposób postrzegania świata można odnaleźć w formach artystycznych tworzonych przez ludy starożytne (Fraleigh, Nakamura 2006: 131)³³.

[Pracowałem – M.Z.] z dziećmi, ich rodzicami i młodymi ludźmi, ucząc ich w bardzo prosty sposób, jak tańczyć, gotować i otrzymywać naturalne barwniki z roślin – jak z naturalnych materiałów tworzyć rzeźby, obrazy, kaligrafie i zdobione artefakty [...] Wykorzystywałem, jak to zwykle czyni się w butō, wiele ruchów charakterystycznych dla zwierząt, ale swobodnie, na swój sposób budowałem z nich choreografię (Takenouchi, za: Fraleigh, Nakamura 2006: 131).

Działania Takenouchiego często określa się mianem rytualnych, a ich źródło szuka się w filozofii japońskiego animizmu. Punktem wyjścia dla ruchu są uniwersalna ekspresja natury i starożytna mądrość (Fraleigh, Nakamura 2006: 129). Sposób postrzegania świata stanowi podłoże jego metody³⁴.

Podczas warsztatu, w którym uczestniczyła Lipińska, trzy sześciuosobowe grupy pracowały po dziesięć godzin dziennie. Każdego dnia zajęcia rozpoczynały się od czterogodzinnej rozgrzewki: pojawiały się na zmianę dwa zestawy ćwiczeń. Obydwa opierały się na hatha jodze oraz ćwiczeniach zaczerpniętych z treningu Hijikaty i technik medytacyjnych. Praktyka bazuje na pracy grupowej. „Grupa jest jak rodzina. Gromadzi wokół siebie taką energię, jakiej

³³ *Jinen* (jap.) – wszystko, cały wszechświat, cała natura.

³⁴ Opis technik stosowanych przez Takenouchiego także w: Fraleigh, Nakamura 2006: 132–133.

potrzebuje – a reszta dzieje się sama” – stwierdza Lipińska. Celem treningu nie jest przekraczanie ograniczeń cielesnych: trening fizyczny należy przezwyciężać w momencie dotarcia do granicy wytrzymałości fizycznej (tę granicę często przekraczali zwolennicy modelu treningu stosowanego w tokijskim studiu Hijikaty). Po zakończeniu rozgrzewki rozpoczynała się improwizacja na zadany temat, która mogła się odnosić zarówno do świata przyrody, jak i do emocji czy zaburzeń psychicznych. Punktem wyjścia do improwizacji mógł być charakterystyczny dla tańca butō *zero walk* (krok zero) (por. aneks *Terminy*).

Za drugiego ważnego nauczyciela butō Lipińska uznaje Yumiko Yoshiokę (por. aneks *Biogramy osób wymienionych w tekście*), współzałożycielkę Ten Pen Chii Art Labor. Performanse artystki to rodzaj butō-instalacji: taniec w kontekście sztuk wizualnych. Yoshioka stworzyła metodę *Body Resonance* (Rezonujące ciało), której podłożem jest idea bezustannego rezonansu pomiędzy ciałami i obiektami:

Na nasze życie składają się ciągłe interakcje pomiędzy przyrodą, społeczeństwem, energią i nami samymi. [...] Świat, w tym nasze ciało i dusza, składa się z fal wibracji [...], gdy dostroimy nasze ciała do określonej częstotliwości, pojawi się [...] rezonans. By to się stało, musimy się przede wszystkim pozbyć niepotrzebnego napięcia (Yoshioka, za: Fraleigh, Nakamura 2006: 118–120).

W pracy studyjnej, podczas treningu, Yoshioka wykorzystuje elementy jogi, tai chi oraz przede wszystkim *Noguchi Taiso* (por. aneks *Terminy*; rozdział tej pracy 3.4. *Krzysztof Jerzak. Doświadczenie szczytowe*). Tancerka poznawała tę metodę początkowo pod okiem samego mistrza. Gimnastyka Michiza Noguchiego jest oparta na „dialogu z grawitacją i integracji ciała z wyobrażeniami i odczuciami (zmysłami)” (Fraleigh, Nakamura 2006: 120). Yoshioka przejęła od niego jeszcze jedno przeświadczenie: zarówno ruch, jak i język pochodzą z ciała, są w nim zakorzenione – w ideogramach język (znaczenie) łączy się z obrazem (formą) – „dlatego tak trudno przetłumaczyć *Noguchi Taiso* na obce języki” (Fraleigh, Nakamura 2006: 120; Koseki 2009).

Podobnie jak Takenouchi, Yoshioka czyni akt przemiany centralnym zadaniem swojej filozofii i praktyki. „Przemieniamy nasze ciała w białe płótna, po to, by je następnie pokryć barwami. Uczę, jak to zrobić, nazywając to neutralizacją” (Yoshioka, za: Fraleigh, Nakamura 2006: 120). Najczęściej proponowaną przez nią transformacyjną formą treningu (poprzedzoną cwi-

zeniami relaksacyjnymi i energetyzującymi) jest *hanging body* lub inaczej: *water bag* (czyli „wiszące ciało” lub „worek z wodą”)³⁵. Tancerz tworzy następujący obraz mentalny: jego ciało jest workiem wypełnionym falującą wodą, który wisi na sznurze mającym początek „w samym środku nieba” (Fraleigh, Nakamura 2006: 121) i przyczepionym drugim końcem do czubka jego głowy, ucha, łokcia etc., a jego stopy ukorzeniają się w podłożu. To wyobrażenie zostaje ucieleśnione w ruchu. Ciało-worek jest potrząsane, poddawane impulsom z zewnątrz, rozciągane i kurczone; woda porusza się, krąży, sprawiając, że ciało-worek pulsuje i faluje. Tancerz czuje przepływ (a raczej staje się przepływem), bawi się możliwościami, jakie daje woda, bawi się jakościami – woda może być rzadka, gęsta, czysta lub zanieczyszczona. Początkowo jego ruchy są świadome, później pozwala fali płynąć. Tu rodzi się ruch – taniec.

Mamy w sobie wiele możliwych stanów energetycznych; mogą one sprawiać wrażenie sprzecznych czy kontrastujących, ale w rzeczywistości są organicznie powiązane. [...] Taniec *butō* aktywizuje te energie cielesne, które w życiu codziennym są niedostrzegane lub wręcz wypierane. A innymi słowy: ponieważ ciało jest kroniką, możemy poprzez taniec przywołać zapomniane wspomnienia (Fraleigh, Nakamura 2006: 122–123).

Po rozgrzewce, na którą składają się ćwiczenia relaksacyjne, energetyzujące oraz ćwiczenie „worek wody”, następuje kontynuacja i poszerzenie podstawowej formuły fali: interakcyjne ćwiczenia z partnerem.

Lipińska uważa, że *butō Yoshioki* jest niezwykle podobne do *Jinen Butoh*, choć równocześnie w pewien sposób tę metodę uzupełnia. Polega ono jej zdaniem na „wyszukiwaniu punktów w ciele – poprzez wodę, powietrze. Tutaj materia odnosi się do ruchu”. Punkty te tworzą ramę cielesną, nasz punkt odniesienia.

Trzecim ważnym nauczycielem *butō* artystki jest Daisuke Yoshimoto. Formuła jego treningów jest całkowicie inna. Yoshimoto wydaje się zwolennikiem postulatów Hijikaty: *kill your body!* (zabij swoje ciało!). Poprzez fizyczne przekraczanie granic cielesnej wytrzymałości tancerz może przekroczyć przywiązanie do własnej tożsamości, do ego. Dzięki temu możliwa staje się całkowita transformacja w inną formę istnienia.

Lipińska w tańcu *butō* wykorzystuje metody, które poznała, praktykując u Takenouchiego, Yoshioki i Yoshimota, a w ramach współpracy z Instytutem

³⁵ Szczegółowy opis ćwiczenia w: Fraleigh, Nakamura 2006: 121.

im. Jerzego Grotowskiego odbyła wyprawę badawczą do Japonii, śladami kobiet tańczących butō.

Ważne jest praktykowanie butō u różnych tancerzy. W ten sposób pozbywamy się kłapek na oczach i pojawiają się nowe impulsy. Dzięki nim od nowa układamy sobie w głowie różne swoje rzeczy. Ważny jest proces: nie tylko branie i przyjmowanie, ale również otwieranie czegoś.

Zdaniem artystki bez względu na to, która formuła pracy jest dla nas najskuteczniejsza, „żeby coś mogło zadziać się w ciele, trening jest obowiązkowy. Ciało musi być przygotowane. Czy jest to joga połączona z tai chi, jak u Atsushiego, czy też zabijanie ciała, jak u Daisuke. Dzięki treningowi ciało nie gubi stanu neutralnego”.

Podstawę treningu Lipińskiej stanowi regularne bieganie, praktykowała też hatha jogę, ashtanga jogę oraz medytację. Praktyki te służą przygotowaniu ciała-umysłu do improwizacji ruchowej, której celem jest badanie funkcjonowania własnego ciała-umysłu. Jej trening można nazwać integralnym: za element praktyki treningowej uznaje również przygotowywanie (sprzątanie, mycie) sali. Elementami trzygodzinnej rozgrzewki są również własny układ asan jogicznych wykonywany przy muzyce lub w ciszy, ćwiczenia energetyzujące i relaksujące oraz medytacja. Podczas prowadzonych przez siebie warsztatów butō artystka wykorzystuje poznane techniki: powolne i szybkie upadanie-wstawanie, *zero walk* czy „worek wody”, które pogłębiając koncentrację, przygotowują do eksploracji ciała-umysłu.

Celem stosowania technik koncentracyjnych jest zdaniem artystki „opróżnienie ciała-umysłu”, czyli pozbawienie go wszelkich punktów odniesienia, psychologicznych i społecznych naleciałości, nawyków i matryc, cofnięcie się do świadomości dziecka, a właściwie niemowlęcia, do czasu, gdy człowiek nie różnicuje świata na to, z czym się utożsamia, i to, co uważa za obce. Tancerz przede wszystkim musi się pozbyć automatyzmów: bliskich mu i oczywistych działań i reakcji, które pojawiają się nie dlatego, że są najbardziej adekwatne, ale dlatego, że człowiek jest przywiązany do swoich nawykowych reakcji.

Podstawowym pożądanym w przypadku butō stanem jest zatem naturalna elastyczność i otwartość. Pustka w butō

[...] to ta czystość, ta szczerość, która się pojawia. Gdy zaczynasz medytować, nie zakładasz, że będziesz pustką. I to właśnie jest ta szczerość bycia. Nie stajesz

się pustym naczyniem w wyniku założeń, chęci – to się po prostu dzieje. Tu chodzi o wejście w sytuację, w to, co się dzieje – bez kombinacji, interpretacji.

Jako puste naczynie tancerz może chłonąć wszystko to, co dzieje się w nim i wokół niego. Ale tu „nie chodzi o napełnienie naczynia, ale o możliwość przelewania przez nie”. Oczywiście proces przelewania zawartości (treści, obrazów, wyobrażeń) w naczyniu (ciele-umyśle) nie podlega świadomej kontroli, bo „jeśli zakładasz, że możesz coś zrobić, np. włożyć coś w opróżnione ciało, to znaczy, że nie jesteś opróżniona”. Ten stan (stan neutralny) umożliwia „zbliżenie, komunikację między światem moim a światem cudzym/innym/drugim”. Pomiedzy tancerzami dokonującymi aktu autotransformacji

[...] istnieje relacja, ich światy się komunikują. To się po prostu dzieje, nie ma potrzeby werbalizacji. [...] Tancerz nie odbiera świadomie impulsu, ale po prostu to robi [reaguje – M.Z.]. [...] Działanie zarówno indywidualnego tancerza, jak i grupy opiera się na impulsach z ciała. [...] Ten impuls jest ponad twoimi przypuszczeniami intelektualnymi czy paraintelektualnymi.

Taką sytuację można nazwać bezustanną komunikacją. „Ważna jest i monada (indywidualna, zamknięta), i działania grupowe”. Dlatego tak istotny jest kontakt z różnymi twórcami. „Gdy uczyliśmy się tylko u jednego nauczyciela, przypomina to raczej terapię, gdzie prowadzi nas tylko jeden terapeuta”.

Zdaniem Lipińskiej w stanie neutralnym (stanie zero) nie mamy do czynienia z transem, czyli utratą świadomości własnego Ja.

Trans to całkowite oddanie, odrzucenie świadomości. [...] To raczej rodzaj zapomnienia. Na przykład pojawia się sytuacja równoczesnego bycia i niebycia na scenie. Ale dla mnie taniec butō nie polega na wpadaniu na scenie w trans [...]. Jestem obecna na scenie, ale równocześnie zapominam siebie. Jestem rodzajem nośnika – ma to związek z teatrem – jestem medium pomiędzy tym, co chcę przekazać, tym światem, który gdzieś tam dzieje się dla mnie, a tym, co się dzieje w danym momencie w przestrzeni intersubiektywnej [...] Nie bazuję na przemyślanym wprowadzaniu swojego ciała w trans – nie stosuję żadnych technik, które miałyby do tego doprowadzić [...] Zapomnienie pojawia się nieplanowane.

Po rozgrzewce, dzięki której pojawia się stan skupienia i otwartości, Lipińska przechodzi do ćwiczeń improwizacyjnych, eksperymentów z ciałem. Poszukuje ruchu: „Wychodzę z punktu, który sobie ustanowię, i szukam ruchu; swoje odkrycia czasami notuję, ale nie ma to związku z tworzeniem

spektaklu”. W trakcie improwizacji butō ma miejsce rodzaj wewnętrznej przemiany, ale nie ma ona nic wspólnego ze świadomą pracą terapeutyczną.

Słowa „terapia” wciąż nie akceptuję w kontekście butō – taniec nie służy mi do leczenia moich problemów. [...] Praca choreoterapeutyczna odbywa się zupełnie inaczej niż trening warsztatowy w butō. [Ciało w przypadku butō – M.Z.] jest narzędziem [służącym temu – M.Z.], by czegoś dotknąć, coś znaleźć. [...] Nie szukam nawet określeń, które by oddały to, co się tam [w butō – M.Z.] dzieje, ale na pewno nie jest to uzdrawianie siebie.

Według artystki terapia opiera się na schemacie: jest problem, który należy rozwiązać, należy podjąć kroki mające to umożliwić. Natomiast butō nie bierze pod uwagę żadnych schematów, jest otwarciem się na to, co niespodziewane, na „to, co przychodzi spoza nas, i to, co mamy w sobie (co nie musi być traumą czy problemem)”. Dlatego raczej przydaje się zwykła otwartość. „Jeśli ktoś na warsztat przyjdzie zamknięty, odcięty od swojego wewnętrznego procesu, to nic tak naprawdę się nie wydarzy, wszystko będzie się działo w jednym punkcie”. Równocześnie Lipińska nie zaprzecza temu, że tancerz butō kontaktuje się z emocjami. Jednak nie przywołuje indywidualnych wspomnień, obrazów, zapamiętanych przeżyć czy emocji – butō nie bazuje na materiale, który w świadomy i intelektualny sposób można wywołać z niepamięci. Ciało tańczącego butō jest raczej nośnikiem, rodzajem medium.

Tańcząc np. śmierć, [...] na pewno nie przywołuję żadnych obrazów pamięciowych [...], nie przywołuję konkretnych sytuacji emocjonalnych z własnego życia, typu śmierć bliskiej osoby, ale pozwalam śmierci po prostu się pojawić. [...] mamy to w sobie, czy to się pojawiło w naszej tkance teraz, czy też kiedyś, gdzieś.

Otwarcie się na przepływ i impulsy będące efektem warsztatowej pracy z ciałem sprawia, że „butō bardziej przypomina kolorową galaretkę, w której kąpią się dzieci autystyczne, niż leki antydepresyjne”.

Zdaniem Lipińskiej w butō zwykle mamy do czynienia z „improwizowaną choreografią lub choreografowaną improwizacją”:

To nie jest wykalkulowana choreografia, ale to wciąż jest choreografia. [...] Choreografia [w butō – M.Z.] ma pewne założenia i punkty, które są stałe, ale ruch nie jest ułożony w sekwencje, jak to ma miejsce w tańcu

współczesnym. Jest to wciąż rodzaj improwizacji, bo w każdym momencie [ruch – M.Z.] pojawia się z ciała.

Należy tu przypomnieć, że w późniejszym okresie swojej twórczej aktywności Hijikata choreografował za pomocą obrazów mentalnych (zapisywanych w postaci *butō-fu*) każdą sekundę spektaklu.

Artystka tłumaczy: „Impuls, niezależnie od naszej woli czy nawet świadomości, rodzi się spontanicznie w ciele, również w trakcie spektaklu opartego na wcześniej stworzonej choreografii”. „W trakcie treningu i działań po treningu pojawia się temat lub historia, która do pewnego stopnia jest werbalizowalna. [...] Zdarzało mi się tańczyć pewne historie, opowiadania, które miałam w głowie”. Na przykład inspirację do spektaklu *hydrohypno* (2009) stanowił specyficzny stan umysłu towarzyszący zapadaniu w sen.

Fascynuje mnie moje ciało w momencie pomiędzy, momencie zawieszenia. Zaczęłam z tym działać, badać to, pojawiły się różne obrazy, różne historie, z tego wyłonił się ruch, a następnie choreografia. [...] Choreografuję, ale nie przygotowuję konkretnego ruchu. Na pewno pojawiają się ruchy, które powtórzę w identyczny sposób, momenty [fragmenty – M.Z.], które wykorzystam w spektaklu [...]. Znajduję pewien punkt wyjścia, mam pewne obrazy, wyobrażenia, a reszta wydarza się w trakcie działań [...] Praca nie polega na zapamiętywaniu wszystkiego. Zapisuję niektóre bardzo ulotne, ważne rzeczy – żeby ich nie zgubić.

W spektaklu, tak samo jak w improwizacji, najważniejsza jest ciągłość – wyobrażenia zmieniają się w sposób ciągły. Artystka nie traktuje tych obrazów dosłownie: „Jeśli np. jestem drzewem, to jestem nim w całości, nie dzielę ciała na pień, konary. Staram się poczuć toczący się we mnie proces, np. ciągnę wodę”. Zdaniem Lipińskiej na scenie pojawia się nie tylko to, co „jest tańczone” (np. wspomniane drzewo), ale również sam tancerz-obszawator. „Jest to wysiłek wyłączający we mnie stan osobowościowy, ale nie przestaję być Ireną, człowiekiem, który wszedł na scenę i chce coś komunikować. Na scenie jestem Ireną tu-i-teraz, sobą, swoim ciałem, ale nie historią czy tożsamością Ireny”.

Transformacja nie obejmuje istniejącej poza performansem tożsamości tancerza, ale wykracza poza osobistą historię – związki czasowe i struktury pamięci. „Butō ma taką moc, że widz odbiera coś, co jest ponad, co jest wspólne wszystkim obecnym. Możliwy jest przekaz czegoś, co jest nam wszystkim wspólne, co istnieje na poziomie nawet biologicznym”.

ButŃ „wiąże się z tym, co czuję, ze szczerością [...]”. Dlatego butŃ pojawia się nie tylko w spektaklach tańca butŃ”; jest pewną uniwersalną jakością, przekraczającą różne taneczne estetyki. Taniec butŃ był punktem wyjścia dla dalszych poszukiwań artystki na polu ciała-umysłu, ruchu i tańca.

Lipińska ukończyła Kurs Choreografii Scenicznej w Artystycznej Alternatywie Art Studio w Krakowie (AA) (2010). Obejmuje on zajęcia teoretyczne i praktyczne, a wieńczy go prezentacja sceniczna spektaklu tanecznego (tancerze tworzą scenariusz, choreografię, oświetlenie, muzykę etc.). Lipińska przygotowała spektakl *line* oparty na filozofii tańca butŃ, z elementami tańca współczesnego oraz werbalizacji: opowieści o tańcu przedstawionej w manierze glosolalicznej. W tym samym roku otrzymała ona stypendium Alternatywnej Akademii Tańca (AAT). Jest to program edukacyjno-artystyczny Starego Browaru Nowego Tańca w Poznaniu (kuratorem projektu jest Joanna Leśnierowska), którego beneficjentami są profesjonalni tancerze. Spotkania AAT są rodzajem intensywnych warsztatów, podczas których prowadzący zapoznaje uczestników ze swoją metodą pracy. Zapraszani do prowadzenia coachingów tancerze i choreografowie reprezentują najnowsze nurty tańca współczesnego. Artyści, których metodę pracy poznała Lipińska, to: Arkadi Zaides (Izrael), Ria Higler (Holandia), Chris Haring (Austria), Peter Pleyer (Niemcy), Simone Aughtertlony (Szwajcaria), Isabelle Schad (Niemcy), Jonathan Burrows (Wielka Brytania), Michael Schumacher (Holandia/Stany Zjednoczone), David Zambrano (Wenezuela/Holandia). Wymienieni choreografowie-tancerze eksplorują możliwości ruchu, proponując nowe metody/techniki, prezentując minimalistyczne i konceptualne formuły i wprowadzając do swojej pracy elementy edukacji somatycznej lub metody improwizacyjne wykorzystywane w terapii tańcem i ruchem (ruch autentyczny). Lipińska uczestniczyła także w innych warsztatach tańca współczesnego (np. z choreografką i tancerką Meg Stuart podczas ImPulsTanz w Wiedniu, 2010). Brała też udział w dziewięciomiesięcznym programie stażystów Teatru ZAR³⁶ (2010/2011), który swoimi działaniami wpisuje się w model teatru psychofi-

³⁶ Program daje stażystom możliwość „uczestniczenia w codziennej pracy Teatru ZAR i obserwowania procesu twórczego; [...] udziału w intensywnym zimowym Atelier, na które złoży się dwa tygodnie beczennych spotkań i doświadczeń pracy z innymi studentami oraz praktykami teatru z całego świata, [...] w okresie stażu Teatr ZAR zorganizuje trzy Praktyczne seminaria poświęcone różnym obszarom badań i muzycznym źródłom inspiracji zespołu” (*Staż w Teatrze ZAR b.r.*).

zycznego. Artystka twierdzi, że różne metody pracy oraz sposoby rozumienia tańca współczesnego „pomagają jej otworzyć się na inne możliwości, zwłaszcza że praca nie bazuje na mechanicznym powtarzaniu sekwencji. Pojawiają się zarówno przegadane godziny, jak i różne praktyki somatyczne”.

W marcu 2011 roku Lipińska została rezydentką programu Solo Projekt³⁷, w ramach którego stworzyła spektakl *DNACE*.

PODSUMOWANIE

Lipińska rozpoczęła swoją artystyczną drogę rozwoju od tańca butō. Filozofię oraz praktyki treningowe butō poznawała podczas warsztatów prowadzonych przez Takenouchiego (*Jinen Butoh*), Yoshiokę (*Body Resonance*) i Yoshimota, reprezentujących różne szkoły myślenia o tym gatunku.

Według Lipińskiej ważnym elementem praktyki butō jest fizyczna baza: trening, którego elementami mogą być długodystansowy bieg, hatha joga, tai chi, medytacja, elementy treningu Hijikaty, *Noguchi Taiso*. Dzięki niej ciało-umysł tancerza może „podać się” improwizacji. Jej zdaniem celem praktyki butō, bez względu na preferowane techniki, jest doprowadzenie ciała-umysłu do stanu neutralnego i przygotowanie go do głębszej eksploracji, uwieńczonej transformacją. Tym właśnie jest „pustka” w butō: otwarciem się na to, co dla naszego ciała-umysłu nowe, byciem niezapisaną kartą, działaniem jako medium. Impuls do ruchu rodzi się w ciele, ważne są otwartość i podążanie za tym, co pojawia się w doświadczeniu codziennym, a efektem jest „improvizowana choreografia lub choreografowana improwizacja”.

Obecnie głównym źródłem inspiracji artystki w zakresie metod pracy z ciałem są formuły proponowane przez choreografów tańca współczesnego, dla których poza poszukiwaniami somatycznymi liczy się również/lub przede wszystkim koncepcja samego performansu. Taniec butō, choć był oczywiście bardzo ważnym punktem wyjścia, obecnie jest już zamkniętym etapem na drodze jej artystycznego rozwoju.

³⁷ W ramach Programu „młodzi artyści wraz ze stypendium, miejscem do prób i promocją otrzymują [...] szansę stworzenia w pełni profesjonalnego solowego spektaklu tanecznego. [...] główny nacisk projektu położony został nie tyle na stworzenie produktu-spektaklu, ale na sam proces twórczy [...]. Mottem projektu są słowa brytyjskiego choreografa Jonathana Burrowsa: do stworzenia tańca potrzebne są dwie nogi, dwie ręce i przede wszystkim głowa” (Solo Projekt 2011).

Katarzyna Żejmo, Iwona Wojnicka, Miho Iwata i Rui Takayuki Ishihara

Katarzyna Żejmo jest z wykształcenia artystką plastyczką. Na Wydziale Grafiki Akademii Sztuk Pięknych w Warszawie uzyskała dyplom w Pracowni Multimedialnej Kreacji Artystycznej profesora Stanisława Wieczorka, natomiast na Wydziale Tkaniny i Ubioru Akademii Sztuk Pięknych w Łodzi – dyplom licencjata w dziedzinie projektowania odzieży.

Artystka poznawała różne metody pracy z ciałem: uczestniczyła w przybliżających metodę dramy warsztatach edukacyjnych Teatru Forum oraz w warsztatach pantomimy u Stefana Niedziałowskiego i jego gości. Była studentką Akademii Praktyk Teatralnych w Gardzienicach (2005). Jogę praktykuje od 2005 roku. Spędziła dwa lata w Indiach. Tam poznała ashtanga vinyasa jogę w Instytucie Sri Krishnamacharya (2008) i pod kierunkiem Bellura Krishnamachara Sundararaji Iyengara ukończyła kurs instruktorski w zakresie asan, pranajamy, filozofii i mudry (2009). „Joga to oddech. To praktyka pełni życia. W jodze szukam przede wszystkim źródła harmonii wewnętrznej, wyciszenia i relaksu, a także sposobu na sprawne i zdrowe ciało”³⁸.

Tańca butō uczyła się w Subbody Resonance Butoh School Himalaya prowadzonej przez japońskiego tancerza butō Rizome’a Lee w Dharamsali w Indiach. Uczestniczyła również w warsztatach prowadzonych przez Atsushiego Takenouchiego oraz Daisuke Yoshimota.

Butō to według artystki „porzucenie wszystkich kondycji ograniczających człowieka, to transformacja w «suijakutai», tzw. *weakened body*, wkroczenie w inne wymiary, inne od ludzkiego świata, stanie się istotą z innego świata”³⁹.

Żejmo interesuje „tworzenie syntezy języka zachodniej sztuki performance, współczesnego teatru i dzikich, surowych, pierwotnych improwizacji ruchu w tradycyjnym tańcu butō”. Najważniejszym elementem jej pracy jest włączenie w ruch i taniec elementów, wydawałoby się, przypadkowych: znalezionych przedmiotów, snów, wizji.

³⁸ http://izabelin.pl/centrum/~index.php?wpis=wpis_20110105093613 [4.07.2014].

³⁹ Wszystkie cytaty artystki w tym rozdziale, jeśli nie zaznaczono inaczej: CV Katarzyny Żejmo (otrzymane od artystki).

Nieodłącznym elementem mojej pracy jest czas. Traktuję go wielowymiarowo i wielopoziomowo. Poprzez naturalne warunki pogodowe (światło, temperaturę itp.) czy stan emocjonalny czas staje się samoistnym elementem kompozycji otwartej na przypadek i zmianę.

Artystka pracuje metodą *subbody* (SRBSH, zakładka: *What is subbody?*), która została pokrótce przedstawiona w rozdziale 2.2. *Butō jako droga do subbody (Rhizome Lee)*. Najważniejsze tematy prowadzonych przez nią warsztatów *Body in Resonance to: subbody* („To inne ciała, subciała mieszkające w ciemnościach i zakamarkach naszego ciała. To kreatywne i komunikatywne ciało. To wspaniały kreator dla wyobraźni, snów, fantazji, tańca”), *cobody* („To połączenie kilku *subbody* w jedność”) oraz rezonans („To siła, dzięki której *subbody* porusza się z innymi, komunikuje się z całym światem”).

Obecnie, poza prowadzeniem warsztatów *Body in Resonance* i zajęć jogi, uczy masażu tajskiego *nuat tai* i projektuje kostiumy teatralne.

Iwona Wojnicka to kuratorka i performerka, autorka projektów edukacji artystycznej w dziedzinie tańca. Z wykształcenia socjolog, absolwentka Podyplomowych Studiów Teorii Tańca na Akademii Muzycznej im. Fryderyka Chopina w Warszawie oraz instruktor rekreacji ruchowej metodą hatha jogi. Teoretyczka i praktyczka Labanowskiej Analizy Ruchu (obecnie analityk ruchu w czasie szkolenia; słuchaczka kursu nauczycielskiego Fortbildung Basic in Laban/Bartenieff Bewegungsstudien, EUROLAB Fortbildung & Zertifikationsbildung w Berlinie). Prowadzi autorską działalność projektową w zespole Stowarzyszenia Format Zero, które realizuje projekty europejskie w dziedzinie tańca artystycznego. Badaczka sposobów ruchu ciała ludzkiego.

W latach 1998–2000 Wojnicka występowała w spektaklach Studia Mimów Stefana Niedziałkowskiego przy Teatrze na Woli w Warszawie. Do praktyki w zakresie aktorstwa pantomimicznego odnosi się, opisując swoje pierwsze doświadczenie z tancem butō:

Przez kilka lat w pracy z Niedziałkowskim tańczyłam umierające drzewo – a na warsztatach Takenouchiego trzeba było zatańczyć cykl życia drzewa, od nasienia do pyłu. To było wielkie wyzwanie i zajęło mi kilka lat, żeby przerobić moje wewnątrz drzewo. Pamięć ciała okazała się tu silniejsza niż teoria i praktyka razem wzięte (Wojnicka 2011).

W latach 2002–2010 artystka realizowała projekty (spektakle i warsztaty mistrzowskie) *Globe Jinen Butoh* Włochy/Niemcy/Grecja z Takenouchim.

Tańczyła w autorskich projektach *Butoh Body Chlewiska* (2003), a także w *Tanz Cooperativa* (2004), *Butoh Barter* z Takenouchim (2005–2010), *Butoh Buzz* z Joan Laage (2006), „operze butō” *Taniec lasu (Taniec lasu b.r.)* z Kanem Katsurą i Tomaszem Rodowiczem (2006), spektaklu *Ciało i głos* z Katsurą i Teatrem Chorea (2007) i kilku spektaklach Teatru Limen.

W 2006 roku Wojnicka rozpoczęła własny program badawczy „Poezja Ciała” inspirowany poezją i malarstwem japońskim oraz zrealizowała solo *Ri* z wykorzystaniem fragmentów muzyki Teatru Chorea. Równocześnie rozpoczęła staż w Teatrze Synergasia w Atenach (2007). W latach 2007–2009 koordynowała projekt Ki Mu Studio (BIW), w ramach którego organizowała warsztaty tańca oraz sama prowadziła warsztaty butō z wykorzystaniem autorskiej metody Ki Mu.

Studia nad inspiracjami doprowadziły do krystalizacji dwóch zasadniczych dla mnie metod pracy, *Ki* – przepływu oraz *Mu* – pustki. Pochodzą one z koncepcji artystycznej malarstwa tuszowego i estetyki buddyjskiej [...] W koncepcji przepływu *Ki (Qi)* ruch ciała, podobnie jak ruch pędzla, nie imituje życia natury, lecz podobnie jak i ona jest samym życiem, samą naturą. Taniec może ożywiać umysły kontemplujących go widzów, którzy dzięki temu są w stanie rezonować żywotność w nim zawartą. [...] Podstawą tej jedności jest **pustka** (BIW).

Wszystkie swoje projekty artystka realizuje z zespołem istniejącego od 2003 roku Stowarzyszenia Format Zero oraz innymi partnerami instytucjonalnymi. Większość projektów butō zostało zrealizowanych z Pracownią Wschodnią.

W 2011 roku Wojnicka otworzyła artystyczny przewód doktorski na Uniwersytecie Muzycznym im. Fryderyka Chopina w Warszawie. Swoje tezy doktorskie dotyczące metod pracy w teatrze tańca butō⁴⁰ rozwijała w ramach stażu w Codarts w Rotterdamie (2010–2012), wiodącej uczelni tańca *modern* w Europie, kontynuującej tradycję artystyczną Rudolfa von Labana. Od 2012 roku kontynuuje studia nad ruchem ludzkiego ciała w szkole tańca nowoczesnego Ex Nunc w Haadze.

Jej najważniejsze spektakle, które powstały w wyniku praktyki butō, to *Taniec lasu* (2007), *Mierzeje* (2008) z Elżbietą Piasecką i Katarzyną Orowiecką oraz *AOI* (2008) z Anną Achimowicz (taniec współczesny, teatr fizyczny).

⁴⁰ O projekcie tej pracy dowiedziałam się już po obronie swojej rozprawy doktorskiej.

Miho Iwata urodziła się w Ichinomiya-shi w Japonii w 1962 roku. Studiowała architekturę na Kyoto Prefectural University. Przyjechała do Polski w 1984 roku, a dwa lata później zamieszkała na stałe w Krakowie.

W dzieciństwie uczyła się technik tańca klasycznego, później poznawała również taniec jazzowy i *modern*. Choć jest Japonką, taniec butō odkryła i poznawała w Polsce. Zafascynowała się tą formą sceniczną po spotkaniu z tancerzem Daisuke Yoshimotem w 1991 roku. Także w Polsce miała możliwość oglądania spektakli Kazua Ōna i Mina Tanaki.

Wszystkie spektakle oraz performances – od choreografii po scenografię – przygotowuje samodzielnie [...] Nie bez znaczenia w jej performances są też liczne odwołania do świata archetypów i kulturowych klisz. Łączą się w nich konstrukty przypisane cywilizacji Zachodu z pojęciami i figurami Wschodu (np. butō i in.). W rezultacie prace Iwaty stanowią próbę wykreowania transkulturowego i uniwersalnego, choć bardzo intymnego, języka wypowiedzi, który balansuje pomiędzy ruchem i gestem, jednocześnie wchodząc w dyskurs z estetyką malarstwa i jego praktykami akcyjnymi (Lewandowski 2008).

Iwata stworzyła spektakle *Nogi gołębia* (1994), *Granat* (1996), *Księżyc i kark rybi* (1998), *Utsusemi* (2001). Od 2002 roku realizuje projekt *Tysiąc snów* (improwizacje, wystąpienia w ciszy bez dodatkowych teatralnych efektów świetlnych i dźwiękowych, przy wykorzystaniu naturalnego miejsca i atmosfery zastanej przestrzeni). Oprócz tego tworzy performanse towarzyszące wystawom sztuki (rzeźby, instalacje, wideoinstalacje) i uczestniczy w projektach multimedialnych oraz w improwizacjach z muzykami w ramach Improvising Artists, {i.a}. Zajmuje się sztuką wpisaną w kontekst przestrzeni. Podobnie jak Justyna Jan-Krukowska poprzez działania cielesne bada relację artysta – obiekt. Jest związana z krakowską Otwartą Pracownią.

Rui Takayuki Ishihara urodził się w Kioto w 1976 roku, studiował na Uniwersytecie w Kioto, na Wydziale Rolnictwa, który „ukończył pracą *Sfera Natury* poświęconą retrointerpretacji koncepcji Shizen (natury) z perspektywy holizmu”⁴¹.

⁴¹ Wszystkie cytaty artysty i informacje o nim, jeśli nie zaznaczono inaczej, pochodzą ze stron internetowych: http://www.winda.gda.pl/aktualnosc_177.html [3.04.2011]; http://butoh.dreamhosters.com/?page_id=2 [3.04.2011]; <http://teatrnowoli.pl/home/2259/index.html> [3.04.2011]; <http://www.fundacjapompka.org.pl/artystyci/ru-i-takayuki-ishihara,6.html> [4.07.2014].

W latach studenckich zajmował się teatrem i sztukami plastycznymi. Za-inspirowany działaniami tancerzy, takich jak Megumi Nakamura (balet klasyczny/współczesny), Min Tanaka (butō), Kazuo Ōno (butō), Simone Forti (taniec postmodernistyczny), rozpoczął badania nad tańcem i ciałem. Uczył się tańca butō u Masamiego Yurabego i Tanaki. Równocześnie praktykował medytację i trenował *Budō Waraku* (japońską sztukę walki).

Karierę artystyczną Ishihara rozpoczął w 2001 roku występami z zespołem Arrow Dance Communication (Kioto). Później występował m.in. w trylogii *Life-size universe* w Kioto, *Ku-dai/untitled* (2003), w serii improwizacji *Experiences in a body dancing, no. 1–no. 4* (Tokio, 2003–2006). Najślynniejszym jego projektem jest rozpoczęta w 2006 roku taneczna pielgrzymka *Kanademai* organizowana m.in. we Włoszech, Irlandii, Francji, Polsce czy Serbii (Wilk 2011). Inne spektakle to *Uta no sasagemono* (2006), *First reaction* (2008), *Hospitality for darkness* (2008), *Kappa* (2009), *Tsuki moribito, hi-moribito* (2009), *Legenda bez legendy* (2009), *Sen pszczoły* (2010), *Spektakl ulotnych cieni* (2011). Artysta tworzy improwizowane spektakle w naturalnych i sztucznych przestrzeniach.

Ishihara prowadzi warsztaty, podczas których dzieli się z uczestnikami swoją wizją butō, bardzo zbliżoną do *Jinen Butō* Atsuschiego Takenouchiego:

Butō jest słowem opisującym taniec początku. Butō jest autentyczną próbą sięgnięcia miejsca, z którego pochodzi twój taniec. W procesie docierania tam będziesz poznawał swoje całe życie; to, które naprawdę wiesz, to, które oddycha w tobie. Dotkniesz na nowo swojego otoczenia i posmakujesz świata. Odnajdziesz harmonię swojej kruchej egzystencji z wszystkimi istotami. Butō to wszystkie te procesy oraz przenikający je taniec.

W ramach warsztatów proponuje ćwiczenia relaksacyjne i oddechowe, medytację, ćwiczenia na ruch łączący ramiona z klatką piersiową, pracę nad głosem, taniec z obrazami mentalnymi i bez nich.

Słuchaj uważnie. Znajdziesz coś, co możesz uczynić tylko w tej chwili. Poczuj to głęboko i ze spokojnym umysłem. Spójrz, nie myśląc wcale. Dotknij tak lekko, jak się da. W ciele, tu-i-teraz oraz w otoczeniu, odnajdziesz na nowo jasność, ciemność, ciepło, chłód, różnorodność dźwięków, kolorów, form, smaków i zapachów pragnień, wspomnień (przyszłość i przeszłość) oraz siebie samego (teraźniejszość).



Fotografia 1. Paweł Dudziński, fot. Gabriel Obolewicz



Fotografia 2. Paweł Dudziński, fot. Piotr Mazurek



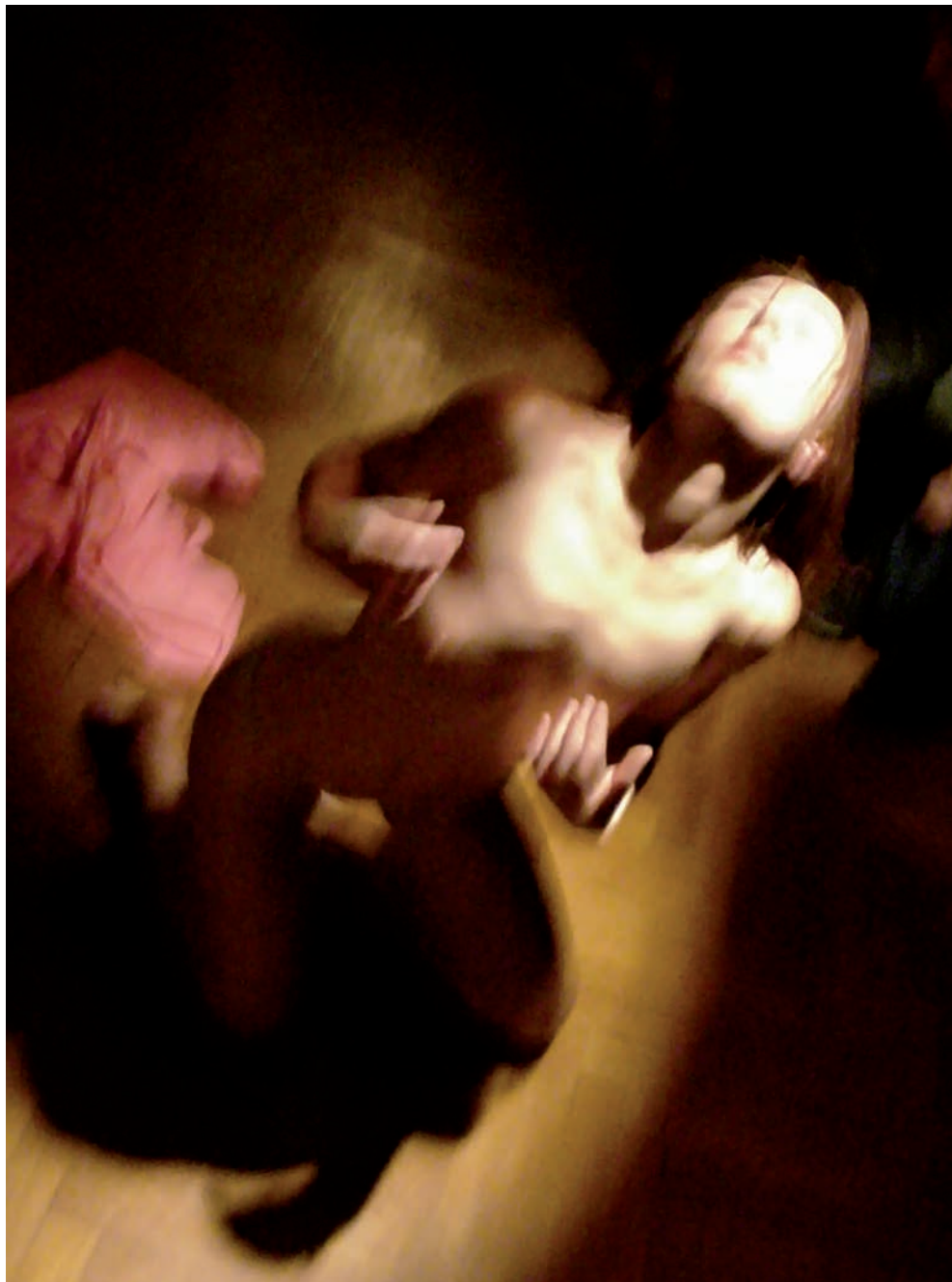
Fotografia 3. Paweł Dudziński, *Incantation 2*, fot. Michał Popiel-Machnicki



Fotografia 4. Justyna Jan-Krukowska, *Water & Fire Ritual*, fot. Kamil Zaremba



Fotografia 5a. Justyna Jan-Krukowska, *Toaletka damska*, fot. Kamil Zaremba



Fotografia 5b. Justyna Jan-Krukowska, *Toaletka damska*, fot. Kamil Zaremba



Fotografia 6a. Sylwia Hanff, *8 pustyni*, fot. Arkadiusz Rączka

Fotografia 6b. Sylwia Hanff, 8 *pustyń*, fot. Arkadiusz Rączka





Fotografia 7. Sylwia Hanff, *Sny oceanu*, fot. Marta Przybyło



Fotografia 8a i b. Krzysztof Jerzak, *Straw-butō*, fot. Monika Cichocka



Fotografia 9. Krzysztof Jerzak, *Aite*, fot. Barbara Songin



Fotografia 10. Teatr Amareya, *Haiku na trzy ciała*, fot. Jerzy Nowak



Fotografia 11. Teatr Amareya, *Pusty dom*, fot. Jerzy Nowak



Fotografia 12. Teatr Amareya, *Teatr anatomiczny*, fot. Jacek Sobociński

Fotografia 13. Teatr Amareya, *Xenos*, fot. Agnieszka Kubińska





Fotografia 14. Aleksandra Capiga-Łochowicz, *Improwizacja 2008*, fot. Andrzej Janikowski



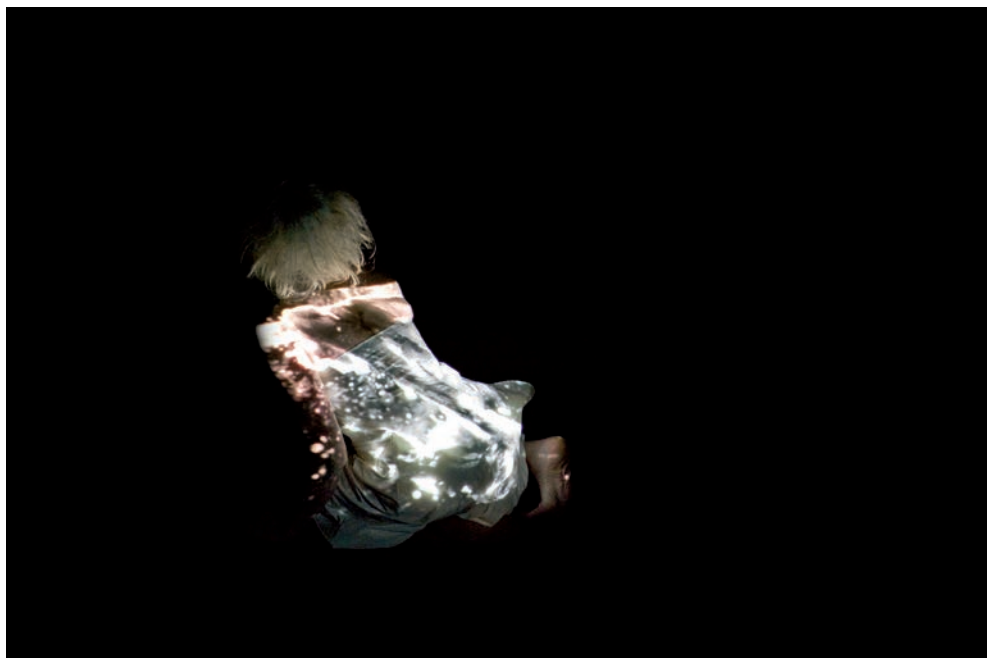
Fotografia 15. Aleksandra Capiga-Łochowicz, *Improwizacja 2009*, fot. Andrzej Janikowski



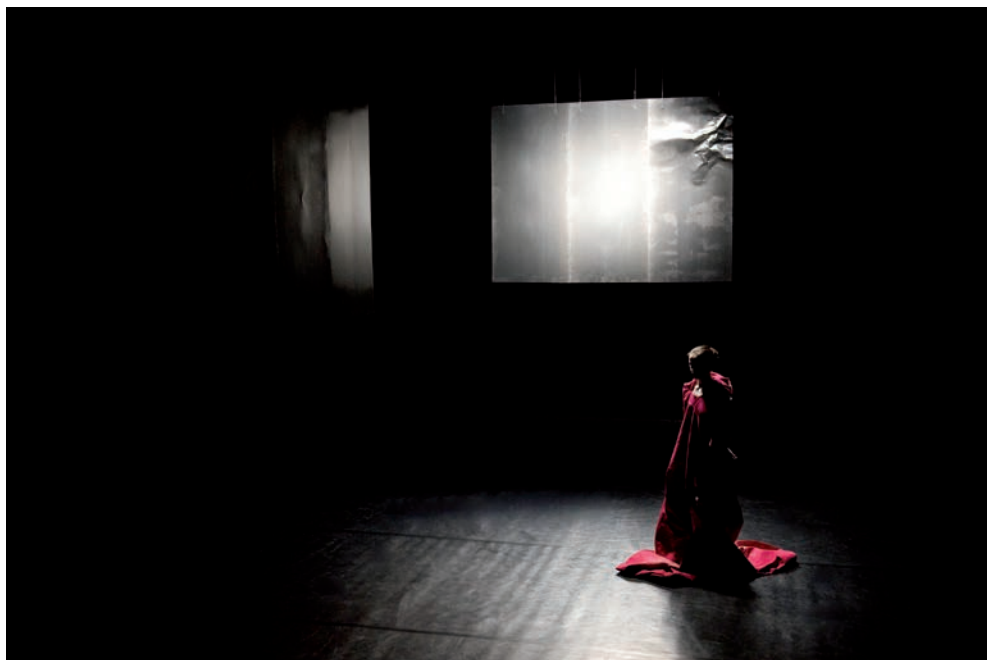
Fotografia 16a. Aleksandra Capiga-Łochowicz, *Improwizacja 2010*, fot. Andrzej Janikowski



Fotografia 16b. Aleksandra Capiga-Łochowicz, *Improwizacja 2010*, fot. Andrzej Janikowski



Fotografia 17. TO-EN, *Melanż*, fot. Małgorzata Taraszkiewicz



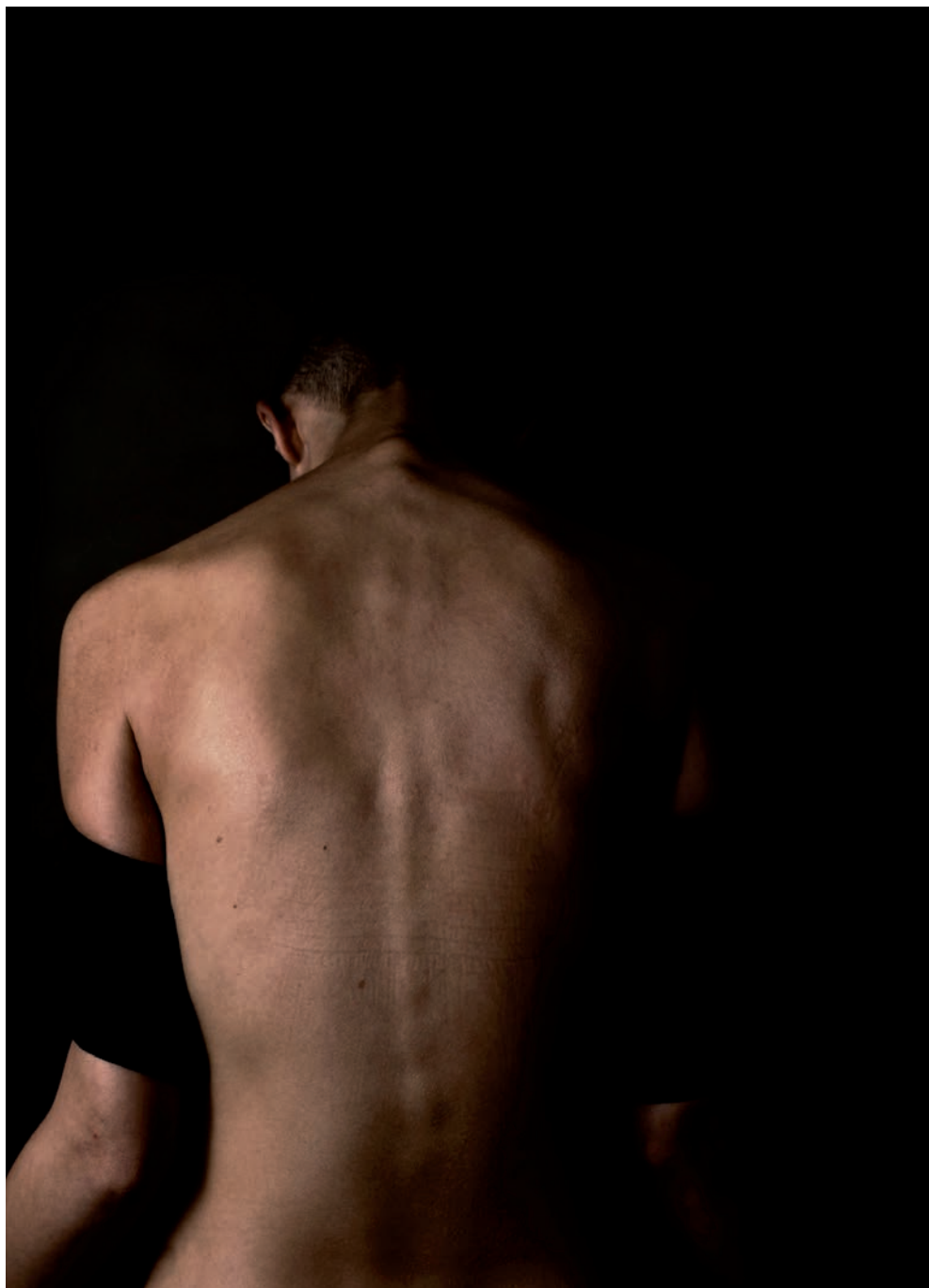
Fotografia 18. TO-EN, *Żar*, fot. Małgorzata Taraszkiewicz



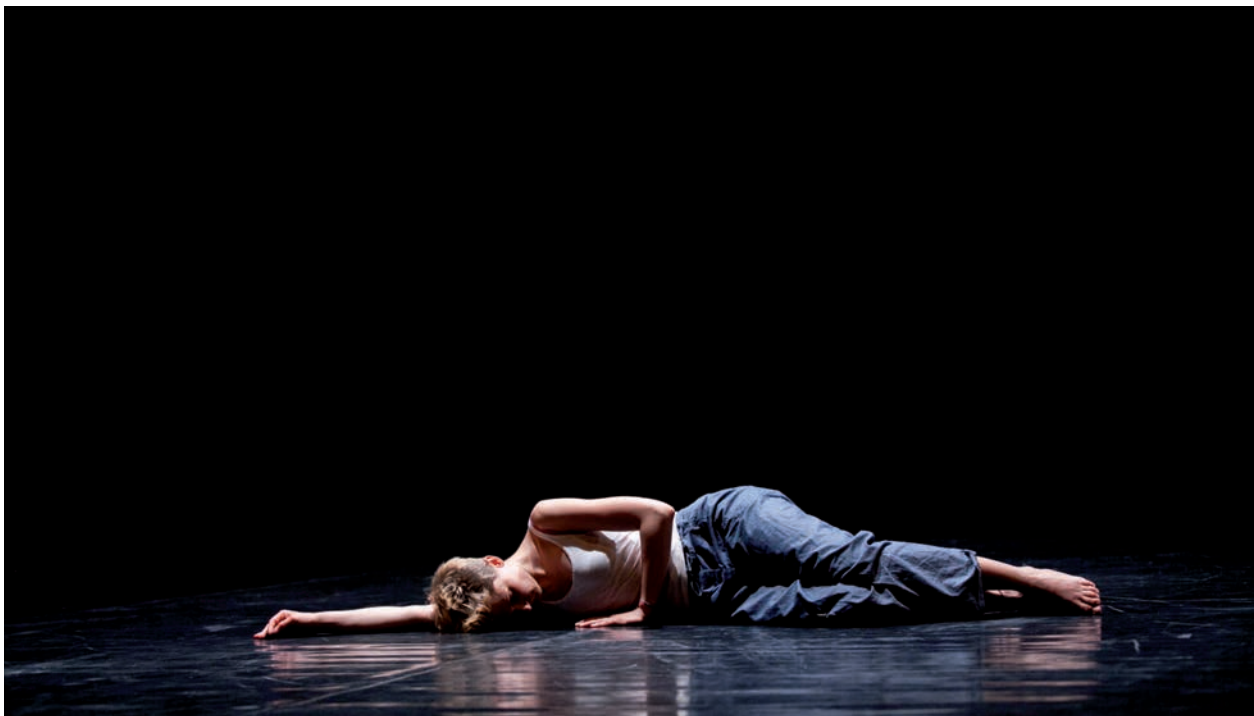
Fotografia 19. TO-EN, *Hikarimuji*, fot. Martin Gustavsson



Fotografia 20. TO-EN, *Disturbances*, fot. Krzysztof Pajka



Fotografia 21. Irena Lipińska, *line*, fot. Paweł Pych



Fotografia 22a i b. Irena Lipińska, *DNACE*, fot. Kailai Chen



rozdział czwarty

Ciało

W celu nadania przejrzystości swoim rozważaniom wprowadziłam rozróżnienie terminologiczne na „performans prywatny” i „performans publiczny”. Performanse prywatne w butō mają miejsce w trakcie procesu twórczego, podczas treningu, i zwykle odbywają się bez obecności widzów, co odróżnia je od performansów publicznych, czyli spektakli, improwizacji scenicznych etc. Zdaję sobie sprawę, że taki zabieg terminologiczny jest dość kontrowersyjny, jednak to rozwiązanie pozwala mi badać trening „jako performans”.

Swoją propozycję interpretacyjną procesu twórczego w butō opieram na własnych badaniach przeprowadzonych wśród polskich butoków. Przebieg modelowego treningu rekonstruję na podstawie własnego udziału w warsztatach (czyli uczestniczącej obserwacji praktyki treningowo-artystycznej) oraz przeprowadzonych przeze mnie wywiadów z artystami. Praktycy butō zwykle nie analizują zjawisk pojawiających się podczas praktyki treningowej i nie są świadomi gramatyki własnych działań, nie używają także proponowanych przeze mnie pojęć i kategorii, ale posługują się „wiedzą stosowaną, operacyjną”. Budując model treningu, nazywam i porządkuję elementy tejże wiedzy praktycznej i ucieleśnionej.

Poszukując wyjaśnienia poszczególnych procesów i zjawisk, skłaniam się ku interpretacji wieloaspektowej i przyjmuję interdyscyplinarną formułę analizy. Wykorzystuję paradygmaty interpretacyjne takich dyscyplin i dziedzin, jak performatyka, antropologia teatru, filozofia umysłu, świadomości, fenomenologia egzystencjalna, estetyka, somatoestetyka, neurobiologia, neurofenomenologia, neuroestetyka, kognitywistyka, psychologia somatyczna, psychoanaliza oraz kinezylogia. Budując model treningu polskich tancerzy butō, przedstawiam kluczowe momenty kolejnych etapów treningu, kreślę ogólną ramę odniesień i proponuję tropy badawcze.

W sztuce tańca sposób postrzegania cielesności jest problemem kluczowym. Punktem wyjścia analizy procesu twórczego w baletach jest sposób postrzegania ciała, relacji pomiędzy ciałem i umysłem oraz związku ciała i percepcji sensorycznej z ruchem.

Ponieważ artyści posługują się nieeksplikowaną wiedzą operacyjną, ich stanowisko wobec problemu psychofizycznego (problemu relacji umysł – ciało) można próbować rekonstruować na podstawie działań obejmujących ciało, umysł czy też ciało-umysł. Butocy odnoszą się do tzw. problemu psychofizycznego poprzez swoją praktykę. Odrzucają dualizm ciała i umysłu, a ich praktyka treningowo-warsztatowa opiera się na założeniu istnienia jedności nie tylko psychofizycznej (ciało-umysł), ale również sensomotorycznej (percepcja-ruch).

Historię filozoficznych rozważań dotyczących tzw. problemu psychofizycznego przedstawia Józef Bremer w pracy *Problem umysł-ciało. Wprowadzenie* (2001). „Ogólnie mówiąc: pod terminem «ciało» analitycy rozumieją anatomiczno-funkcjonalną strukturę systemu nerwowego, pod pojęciem «umysł» – stany duchowe, zwane również «stanami mentalnymi» (myśli, spostrzeżenia, odczucia)” (Bremer 2001: 10).

Podstawowa linia podziału pomiędzy zjawiskami mentalnymi a cielesnymi jest określana za pomocą tzw. predykatów służących do opisywania zjawisk. Główne pary wzajemnie sobie odpowiadających predykatów to: subiektywne (prywatne, niedostępne poprzez obserwację dla osób trzecich) – obiektywne, jakościowe (np. jakość percypowanej czerwieni) – ilościowe (np. chemicznie sprawdzalne komponenty czerwieni), intencjonalne (skierowane na faktyczny lub wyobrażony przedmiot, reprezentujące) – nieintencjonalne.

„[M]ożna powiedzieć, że historia filozofii dostarcza nam dwóch «standardowych» rozwiązań problemu ciało-umysł: rozwiązania dualistyczne i monistyczne” (Bremer 2001: 12). Mówiąc w skrócie: dualiści twierdzą, że zjawiska mentalne (umysłowe) są człowiekowi dane zupełnie inaczej niż zjawiska fizyczne (cielesne), dlatego w żaden sposób nie można ich opisać za pomocą języka nauk ścisłych, np. neurofizjologii. Jednak, jak sądzą moniści, by zaakceptować tę teorię, należy przyjąć istnienie **faktora x**, który będzie działał w przypadku zjawisk mentalnych jako siła sprawcza. Poznanie będzie więc możliwe jedynie w procesie introspekcji i możliwe do wyrażenia jedynie w języku fenomenalnym, prywatnym, czyli będzie niekomunikowalne intersubiektywnie.

Natomiast zwolennicy poglądu monistycznego (jego wersji materialistyczno-redukcyjnej) uznają tożsamość tych dwóch rodzajów zjawisk, a właściwie ich redukowalność do poziomu fizykalnego (np. klasyczna neurofizjologia). Jednak przyjmując to założenie, stajemy przed problemem tzw. *qualiów*¹, czyli pytania o jakości fenomenalne, które bardzo trudno zredukować do poziomu oddziaływań neurofizjologicznych.

Istnieje łagodniejsza odmiana monizmu: współczesny naturalizm (por. Bremer 2001: 20–21). Krytykuje on część założeń dualistycznych, nie przychylając się równocześnie do materialistyczno-redukcyjnej, fizykalistycznej wersji monizmu. Traktuje mózg jako narzędzie syntaktyczne, a nie semantyczne, czyli bada pewien całościowy proces, a nie procesy przetwarzania informacji, intencjonalne treści sygnału. Intencjonalność wyznaczająca granicę pomiędzy stanami mentalnymi i fizykalnymi przestaje być cechą stanów mentalnych. Naturalista nie kwestionuje istnienia bezpośredniej świadomości stanów intencjonalnych, ale wartość poznawczą introspekcji: „Nie posiadamy żadnej gwarancji, że nasze intencjonalne słownictwo («wierzy, że...», «życzy sobie, ażeby...») opisuje coś realnego” (Bremer 2001: 21). Perspektywa trzeciej osoby wystarcza do opisu wszelkich, również mentalnych, fenomenów. Jednak również w tym przypadku problem *qualiów* (problem prywatnych doznań) wciąż pozostaje nierozwiązany.

Filozofów świadomości interesuje następująca kwestia: czy są możliwe oddziaływania mentalno-fizykalne (inaczej: umysłowo-cielesne), a jeśli tak, to w jaki sposób one przebiegają?

Być może najbliższe intuicyjnemu czytaniu relacji ciało – umysł w buto są anomalny monizm Donalda Davidsona oraz pokrewne teorie zakładające superweniencję lub emergencję poziomu mentalnego (umysłowego). Mówiąc w skrócie: Davidson oddziela płaszczyznę ontologiczną zdarzeń od płaszczyzny językowej. W związku z tym mentalne (umysłowe) i fizykalne (cielesne) zdarzenia są tożsame, natomiast „nomologiczna redukcja pojęć mentalnych (psychologicznych) do fizykalnych nie jest możliwa” (Bremer 2001: 115).

¹ *Qualia* (l. poj. *quale*) – odczuwalne lub zjawiskowe jakości związane z doświadczeniami zmysłowymi, np. słyszeniem dźwięków, odczuwaniem bólu, odbieraniem barw. *Qualia* są własnościami doświadczeń zmysłowych. „*Quale* jest bezpośrednio oglądane, jest dane i nie jest przedmiotem błędu, ponieważ jest czysto subiektywne” (Clarence Irving Lewis, za: Ferber 2008: 58); por. aneks *Terminy*.

Dlatego jego pogląd nazywa się anomalnym monizmem (ontologiczny monizm plus pojęciowy dualizm). Autor twierdzi, że „psychologia nie może być rozumiana w sensie nauki ściślej (jaką jest na przykład fizyka)” (Bremer 2001: 116); podobnie rzecz się ma w przypadku biologii. By wyjaśnić swoje stanowisko, Davidson używa następującego argumentu: „Nie wiem, jak pokazać, że pojęcia biologii są nieredukowalne nomologicznie do pojęć fizyki” (Davidson, za: Bremer 2001: 116), co Bremer sprowadza do równania opisującego prawa psychofizyczne: „Ścisłe prawa psychofizyczne miałyby postać: «Dla każdej osoby x obowiązuje: x jest wtedy i tylko wtedy w stanie m , gdy x jest w stanie p , przy czym m jest stanem mentalnym, a p fizykalnym»” (Bremer 2001: 116). Taki rodzaj zależności pomiędzy zdarzeniami mentalnymi (w rozumieniu Davidsona: intencjonalnymi) i fizykalnymi Davidson nazywa superweniencją. Zdarzenia mentalne są superweniencyjne (*supervenient*), czyli nadbudowane nad fizykalnymi, skorelowane z nimi.

To spojrzenie na powyższą relację jest zbieżne z ujęciem emergentystów. „Emergenty to nowe właściwości powstające w wyniku oddziaływań na poziomie niższym” (Bremer 2001: 128). Na tej zasadzie zdarzenia umysłowe są nadbudowane nad fizykalnymi i równocześnie wobec nich emergentne. W związku z tym możemy wnioskować o występowaniu pomiędzy ciałem a superwenientnym umysłem dwukierunkowych oddziaływań i zależności². „Materialna rzeczywistość jest pierwotna, ale nie jedyna. Coś większego niż materialna rzeczywistość wyłania się z materii – świadomość. Umysł (*mind*) jest w tym obrazie emergentnym tworem przejmującym kontrolę nad mózgiem” (Janik 2011: 3).

Również pragmatysta John Dewey zakwestionował w swojej pracy *Sztuka jako doświadczenie* (Dewey 1975: 19, 26) „pogardę dla ciała, lęk przed zmysłami oraz dychotomię ducha i żywej cielesnej tkanki”, które zdominowały zachodnią filozofię. Postrzegał ciało-umysł jako jedność, w której aktywność mentalna wyłania się z bazy biologicznej/fizycznej, obejmując również doświadczenia estetyczne i wyobrażenia. Ciało-umysł był przez niego definiowany jako coś, „co rzeczywiście ma miejsce, gdy żyjące ciało jest wplątane w sytuację dyskursu, komunikacji lub partycypacji” (Dewey, za: Shusterman 2010: 245). Dewey domagał się, by traktować ciało-umysł jako jednostkę

² Być może tancerze butō, dokonując „manipulacji” na poziomie umysłowym, wywołują zmiany na poziomie cielesnym.

podstawową i nierozdzieloną: reakcja na bodziec jest równocześnie cielesna i mentalna, zatem każde działanie jest zawsze aktem mentalno-cielesnym. Ta całość (ciało-umysł) nie zawsze funkcjonuje harmonijnie: poziom integracji zależy od kontekstu kulturowego i doświadczeń. Tu właśnie wyłania się pole dla wszelkich metod edukacji somatycznej, które bazują na świadomej somatycznej introspekcji i których celem jest zbalansowana integracja ciała-umysłu.

Do postulatów Deweya w wielu swoich pracach odnosi się Richard Shusterman. Rozwija je w autorskim projekcie somaestetyki, której założenia przedstawił w książce *Świadomość ciała. Dociekania z zakresu somaestetyki* (2010). W niej też poświęcił filozofii Deweya cały rozdział (Shusterman 2010: 239–284). Dla powstania tej nowej subdyscypliny wyjątkowo ważny był bliski kontakt Shustermana z artystami sztuki tańca.

Dzięki mojemu doświadczeniu z tancerzami i tancerkami przeszedłem konwersję na Deweyowski pragmatyzm, który jest bardziej eksperymentalny, aktywistyczny i ceni kreatywność oraz płynność. Ta moja konwersja była bardzo fizyczna i zmysłowa; poczułem się, jakby wyzwolili mnie ze zniewalającej mnie psychosomatycznej sztywności (Shusterman 2007: 19).

Koncepcję somaestetyki – samodzielnej dyscypliny lub, w innych ujęciach, subdyscypliny filozofii – przedstawił w trzech esejach zamieszczonych w zbiorze wydanym pt. *O sztuce i życiu. Od poetyki hip-hopu do filozofii somatycznej* (2007), by następnie ustanowić ją trzonem wspomnianej już rozprawy *Świadomość ciała. Dociekania z zakresu somaestetyki*. Shusterman zastąpił termin „ciało” terminem „soma”. Jak stwierdza, w tradycji myśli zachodniej ciało zbyt często bywało przeciwstawiane idealistycznie pojmowanemu umysłowi, natomiast termin „żywa tkanka” jest zbyt medyczny. „Wybrałem termin soma, aby oznaczyć żyjące, czujące, dynamiczne i percepcyjne ciało, które leży w centrum projektu somaestetyki” (Shusterman 2010: 7).

Somaestetyka to dyscyplina, „która przywraca doświadczeniu ciała oraz jego twórczemu przekształcaniu kluczową rolę” (Shusterman 2007: 125). Autor postuluje, by przedmiotem badań (i praktyk) uczynić „emanującą ekspresję cielesnego podmiotu badającego świadomość swojego własnego ja” (Shusterman 2007: 12). Czyli tym samym odprzedmiotować własną cielesność, poprzez „krytyczne, ulepszające badanie doświadczenia i użycia ciała, jako miejsca sensoryczno-estetycznej percepcji (*aisthesis*)” (Shusterman 2007: 129). Projekt ten częściowo obejmuje sposoby podnoszenia poziomu

świadomości i samoświadomości somatycznej (cielesnej). Soma jest zgodnie z tą optyką „podstawowym i niezbywalnym środkiem percepcji, działania i myślenia” (Shusterman 2010: 8). Soma jako taka umożliwia ludziom rozumienie na poziomie nierefleksyjnym i niejęzykowym, natomiast refleksyjna świadomość ciała pozwala poszerzyć możliwości poznawcze człowieka jako cielesno-umysłowej całości. Shusterman podkreśla perceptualną rolę somy, a równocześnie zaznacza, że wcielone i doświadczające Ja można określić jako „usytuowane, relacyjne i symbiotyczne” (Shusterman 2010: 28).

Shusterman wyróżnia (por. Małecki 2009: 13–14) somaestetykę analityczną (spekulacje na temat natury ciała), pragmatyczną (obejmującą refleksję dotyczącą form pracy z ciałem) i praktyczną (wcielanie powyższych zagadnień teoretycznych). Somaestetyka pragmatyczna obejmuje praktyki przedstawieniowe (związane z doskonaleniem wizerunku ciała) oraz doświadczeniowe, do których należy „szeroki zakres praktyk i ideologii od całkiem starożytnych aż do New Age’u: od azjatyckich praktyk hatha jogi, *tai chi chuan* i medytacji Zen do terapii zachodnich – techniki Alexandra, metody Feldenkraisa i bioenergetyki” (Shusterman 2007: 90).

Poprzez działania na poziomie ciała, ruchu można wpłynąć na funkcjonowanie nie tylko ciała, ale również psychiki i umysłu. W taki sposób pracuje się z ciałem-umysłem w ramach różnych dyscyplin. Przykładami są psychologia somatyczna, pracująca z całością komunikacyjną, jaką tworzą soma i psyche (somatopsychologia, psychosomatologia), różne metody (psycho)terapii ciała (somatoterapia, podejście reichiańskie, bioenergetyka Lowena, biosynteza Boadelli, technika Alexandra, metoda Feldenkraisa, rolfing, czyli integracja strukturalna Idy Rolf, świadomość sensoryczna, *Body Mind Centering*, *Gyrokinesis*, *Bodyart*, *Cantienica*, *Noguchi Taiso*, jak i tradycyjne techniki, takie jak joga, tai chi, *qi-gong*, *aikishintaiso*), kinezyterapia czy Terapia Tańcem i Ruchem (DMT). W skrócie można te praktyki określić mianem praktyk cielesno-umysłowych (*body-mind disciplines* – por. Nancy 1999), na które składają się pozaeuropejskie metody pracy z ciałem-umysłem oraz zachodnie metody edukacji somatycznej.

W ramach somaestetyki pragmatycznej można przeprowadzić analizę treningu *butō*, rodzaju praktyki doświadczeniowej. Natomiast sama praktyka *butō* będzie zgodnie z powyższą nomenklaturą jedną z form somaestetyki praktycznej.

Francuski fenomenolog Maurice Merleau-Ponty zwraca uwagę na aspekt funkcjonalny, praktyczny ciała-umysłu. Uznaje ciało za narzędzie percepcji,

działania i myślenia. Dowodzi w pracy *Fenomenologia percepcji* (2001), że człowiek postrzega świat najpierw i przede wszystkim poprzez ciało – jest podmiotem ucieleśnionym. Merleau-Ponty zaproponował kategorię ciała doznającego (fr. *un corp vécu*): „Ciało doświadczane jest w działaniu. Wcielelenie nie jest bierne, lecz wyrazowe. Ja żyję moim ciałem jako ciałem ruchu [...]. Ciało, ruch, ja oraz element sprawczy [...] w tej perspektywie nie są oddzielnymi bytami” (Mond-Kozłowska 2010: 93).

Strona percepcyjna i strona motoryczna są ze sobą powiązane – można więc mówić o jedności sensomotorycznej. To zagadnienie rozwija w swoich pracach wspomniana już amerykańska tancerka i filozofka Sondra Horton Fraleigh. W estetycznych analizach tańca wykorzystywała ona termin zbliżony znaczeniowo: ciało doznawane³ (ang. *lived body* – por. Fraleigh 1996). Ciało w rozumieniu Fraleigh jest czujące, świadome i kinestetycznie inteligentne. „Człowiek, żyjąc, doznaje swego niedualistycznego *bodymind*, bytu cielesno-umysłowego” (Mond-Kozłowska 2010: 63). Fraleigh definiuje ciało doznawane jako

[...] nasze żyjące ciało, ciało, którego doświadczamy, ciało działające, ciało postrzegane, ciało, którego doświadczamy w pierwszej osobie, ciało życia, subiektywne ciało, które nigdy nie może być przedmiotem, nawet jeśli bardzo często usiłujemy je uprzedmiotowić (Fraleigh, za: Mond-Kozłowska 2010: 16).

Ciało doznawane, a konkretnie: reprezentacja w umyśle doznań płynących z ciała, to jeden z aspektów badań psychologii poznawczej. Różne sposoby definiowania Ja cielesnego przedstawia Olga Sakson-Obada w swojej pracy *Pamięć ciała. Ja cielesne w relacji przywiązania i w traumie* (2009). Badaczka analizuje sposoby reprezentacji ciała w umyśle, wyznaczając takie kategorie, jak schemat ciała, wizerunek (obraz) ciała, postawa wobec ciała i sposób doświadczania ciała. Autorka przyjmuje rozdzielną rolę ciała i umysłu na poziomie językowym, analitycznym (ciało i umysł to dwa dwukierunkowo oddziałujące na siebie poziomy), natomiast na poziomie bytowym (ontologicznym) – jedność ciała-umysłu.

Pierwszym omawianym przez nią rodzajem reprezentacji jest schemat ciała. Jest to

³ Tłumaczenie terminu za: Mond-Kozłowska 2010.

[...] struktura neuronalna odpowiedzialna za monitorowanie i koordynację ruchów poszczególnych części ciała [...], schemat własnego ciała, w przeciwieństwie do innych form reprezentacji, nie jest dostępny świadomości, zatem nie może stać się przedmiotem własnej percepcji czy poznania. Wspomniana struktura, budowana [jest – M.Z.] głównie na bazie wrażeń płynących z proprioceptorów (ale także z układu przedśionkowego i zmysłu dotyku) [...] (Sakson-Obada 2009: 19; por. Kawai i in. 2001: 3419–3423).

Wrażenia płynące z proprioceptorów są, co ważne w kontekście tej rozprawy, w dużej mierze efektem stymulacji kinestetycznej. „Poprawne funkcjonowanie schematu ciała wymaga nieustającego napływu wrażeń, których źródłem jest aktywność ruchowa” (Sakson-Obada 2009: 21). Schemat ciała jest niedostępny dla naszej świadomości, zatem ani uczestnik treningu butō nie jest w stanie zrelacjonować zmian na tej płaszczyźnie, ani też obserwator nie jest w stanie ich dostrzec. Choć kategoria ta wydaje się niezwykle obiecująca dla analizy treningu butō (pytanie: czy schemat ciała ulega zmianie w wyniku procesu transformacji?), ewentualne zmiany można zarejestrować jedynie w laboratorium, używając zaawansowanych technologii służących neuroobrazowaniu (fMRI, funkcjonalny rezonans magnetyczny lub PET, tomografia pozytonowo-emisyjna). W moim projekcie nie przewidziałam badań tego rodzaju, jednak pozostawiam tę kwestię otwartą; być może w przyszłości w ramach interdyscyplinarnego projektu badawczego będzie można do niej wrócić.

Równie ważne w kontekście moich analiz są dwa kolejne sposoby reprezentowania ciała w umyśle: reprezentacja doznań płynących z ciała oraz tworzenie obrazu ciała. Na doznania płynące z ciała składają się doznania i pobudzenia pochodzące z powierzchni ciała (eksterocepcja) oraz z wnętrza ciała (interocepcja). Ludzie różnią się między sobą poziomem wrażliwości na bodźce skórne i zdolnością do interocepcji (por. Sakson-Obada 2009: 27–36). Wydaje się, że w procesie treningowym butō mamy do czynienia z próbą intensyfikacji świadomości doznań płynących z ciała (na poziomie percepcyjnym) i wzmożenia reaktywności ciała (na poziomie motorycznym). Ten typ reprezentacji wydaje się szczególnie ważny na etapie podążania za doznaniem i uwrażliwiania sensorycznego.

Natomiast obraz ciała to

[...] percepcyjny wizerunek, jaki osoba tworzy we własnym umyśle [...], znaczącą formą przedstawienia własnego ciała w umyśle jest jego wzrokowy wizerunek, który z kolei pozwala utworzyć poznawczą reprezentację o charakterze wiedzy czy też przekonani na temat własnej cielesności (Sakson-Obada 2009: 21).

Ten rodzaj reprezentacji pojawia się w pracy z obrazem mentalnym.

Ostatnią kategorią badawczą jest postawa względem własnego ciała. Ma ona aspekt emocjonalny, poznawczy i behawioralny (por. Sakson-Obada 2009: 17). Istotą procesu wewnętrznego zachodzącego podczas treningu butō jest kwestionowanie i przekraczania norm społeczno-kulturowych, stanowiących punkt odniesienia do tworzenia się postaw względem własnego ciała; tancerz pozbywa się zindywidualizowanej tożsamości, a jego ciało traci znaczenie jako ciało ludzkie (a przynajmniej jako codzienne, uspołecznione ciało określonej osoby). Dlatego postawa względem ciała nie wchodzi w zakres moich dociekań.

Sakson-Obadę szczególnie interesują dynamiczne zagadnienia odbioru oraz przetwarzania impulsów i doznań płynących z ciała. Na podstawie analizy literatury podejmującej problem cielesności tworzy definicję Ja cielesnego, a także rozpatruje rozwój „poszczególnych reprezentacji wrażeń somatycznych” (por. Sakson-Obada 2009: 97–129).

W proponowanym ujęciu Ja cielesne jest zarówno instancją integrującą doświadczenia związane z cielesnością, jak i samymi reprezentacjami [...]. Obszarem podlegającym opracowaniu przez Ja cielesne jest sfera wrażeń cielesnych. Ich organizacja jest możliwa dzięki funkcjom Ja cielesnego, nabywanym i rozwijanym w trakcie rozwoju. Należy do nich zaliczyć: doznawanie bodźców płynących zarówno z wnętrza ciała (tzw. interocepcja), jak i będących wynikiem pobudzenia eksteroreceptorów [...]; ich integrację; początkowo w postaci schematów sensomotorycznych [...], które później zostają dopełnione o reprezentację słowną stanu cielesnego [...] oraz wiedzę na temat przyczyn i sposobów radzenia sobie z nimi (Sakson-Obada 2009: 99).

Dla analizy treningu butō szczególnie ważne są sposób doznawania bodźców (interocepcja, eksterocepcja), jak również tworzenie schematów sensomotorycznych. Model rozwoju Ja cielesnego przedstawię w dalszej części pracy, zwracając szczególną uwagę na istotne dla analizy procesu treningowego w butō aspekty procesu rozwojowego.



rozdział piąty

Proces treningowy

Elementami procesu treningowego butō są trening wytrzymałości i uważności (faza intro), których celem jest osiągnięcie stanu ciała butō, nazywanego obecnością totalną, oraz improwizacja (fazy podążania i wcielania), której istotą jest transformacja. Podmiotem i przedmiotem tegoż procesu jest performer (tancerz) rozumiany jako byt cielesno-umysłowy.

Trening butō można porównać do terapii z użyciem hipnozy. Hipnoza polega na doprowadzeniu poddawanej jej osoby do zmiany psychofizycznego funkcjonowania organizmu związanego z (1) aktualizacją stanów z przeszłości i ujawnieniem ukrytych treści lub (2) z sugerowaniem jej pewnych nowych zachowań i treści. Hipnoterapeuta ingeruje w ten sposób w funkcjonowanie autonomicznego układu nerwowego, wywołując pożądane stany psychofizyczne (np. aktywizując stan towarzyszący doświadczeniu traumy – por. Sakson-Obada 2009: 81). Stan autohipnozy wywołuje sam tancerz, wykorzystując w tym celu szereg technik fizycznych i psychofizycznych. Ruch performerera jest odzwierciedleniem pojawienia się zmiany sposobu postrzegania rzeczywistości, zmiany sposobu funkcjonowania w niej lub pojawienia się nowych obrazów.

Intro

Tancerz butō na pierwszym etapie procesu twórczego dąży do zmiany funkcjonowania organizmu.

Tancerze prowadzący warsztaty mają różne sposoby doprowadzania ciała do rozluźnienia i gotowości. Na przykład Mikami Kayo – masaż, automasaż, Daisuke – pompki, zmęczenie, Atsushi – *Noguchi Taiso*. [...] Elementy wspólne to prowadzenie uczestników przez obrazy i różne stany, ale

rozgrzewki wyglądają inaczej. Ma to prowadzić do tego samego: gotowości, obecności, rozluźnienia ciała i przygotowania go do pracy z obrazami, płynnością ruchu czy napięciami. Cel jest ten sam, centrum to samo. Wykorzystuje się po prostu różne narzędzia (WTA, Kamińska).

W fazie intro¹ treningu butō pojawia się trening wytrzymałościowy, którego celem jest doprowadzenie organizmu do stanu skrajnego wyczerpania, do kryzysu, oraz/lub trening uważności, zwykle w formie tzw. *zero walk* lub innych praktyk koncentracyjnych. Praktyki wykorzystywane przez polskich tancerzy butō obejmują praktyki tradycyjne, takie jak *zazen*, medytacja w ruchu, hatha, ashtanga i kundalini joga, *kum nye*, *tai chi chuan*, *aikishintaiso*, aikido, taniec afrykański, oraz metody/techniki współczesne, często bazujące na tradycyjnych, np. *Noguchi Taiso*, trening ISTA, techniki tańca współczesnego, improwizacja w kontakcie, *Body Mind Centering*, Medytacja Labiryntu.

Trening wytrzymałości

Pierwszym celem praktyki treningowej jest badanie własnej wytrzymałości. Trening zwykle rozpoczyna klasyczna rozgrzewka, której zadaniem jest fizyczne przygotowanie ciała, poprawienie kondycji i koordynacji, wzrost przepływu energii. Towarzyszą jej ćwiczenia, które służą uruchomieniu, przygotowaniu poszczególnych części ciała, rozciąganiu mięśni i ścięgien. Ważne są również umiejętność rozluźniania mięśni, znajomość własnego ciała pod kątem elastyczności, siły, równowagi. Pojawia się praca z grawitacją, której istotą jest faktyczne jej odczucie oraz wypracowanie umiejętności wykorzystywania tej siły. Właściwemu badaniu granic własnej wytrzymałości służy np. długotrwałe podskakiwanie w miejscu, upadanie i wstawanie, bieg długodystansowy; wariantem tej praktyki jest dochodzenie do progu zmęczenia, a nawet przekraczanie go. Celem jest doprowadzenie organizmu do stanu psychofizycznego kryzysu.

W trakcie treningu wytrzymałości organizm osoby ćwiczącej zmienia swój sposób funkcjonowania na poziomie fizycznym, biologicznym, neurobiologicznym i biochemicznym. By odpowiedzieć na pytanie, jak organizm

¹ Nie używam terminu „rozgrzewka”, choć zwykle tak się nazywa pierwszą fazę treningu, ponieważ słowo to implikuje stosowanie dynamicznych ćwiczeń, służących właśnie „rozgrzaniu” organizmu.

reaguje na stan wyczerpania, należy sobie uświadomić, jakie fazy przechodzi poddany długofalowemu wysiłkowi.

W początkowej fazie zauważalne jest

[...] pewne opóźnienie w adaptacji funkcji fizjologicznych do wymagań wykonywanego wysiłku. Zużycie tlenu w tym okresie nie nadąża za całkowitym zapotrzebowaniem tlenowym i podobnie opóźnione jest wydalanie dwutlenku węgla. Prowadzi to w ostatecznym efekcie do wystąpienia szeregu zaburzeń, które są charakterystyczne dla tzw. martwego punktu. [...] W okresie tym występuje szereg objawów o charakterze subiektywnym, jak: pogorszenie ogólnego samopoczucia, uczucie silnego zmęczenia, niekiedy odczuwanie bólu mięśniowego, obniżenie zdolności spostrzegania zjawisk zewnętrznych, pragnienie przerywania pracy itd., oraz obiektywne objawy pogorszenia wydolności fizycznej, tj.: obniżona zdolność do pracy, pogorszenie efektywności oddychania, tzn. spłycenie i przyspieszenie rytmu oddechowego, pogorszenie wykorzystywania tlenu z powietrza wdechowego oraz bardzo intensywne wydalanie dwutlenku węgla (Mieszkowski b.r.).

Jednak w przypadku kontynuowania wysiłku następuje „mobilizacja mechanizmów adaptacyjnych, zwiększenie wydolności i ustąpienie wymienionych zaburzeń” (Mieszkowski b.r.). Faza ta nazywana jest „drugim oddechem”.

Drugi oddech zapoczątkowuje okres stabilizacji funkcjonalnej (*steady state*), którą charakteryzuje równowaga między zapotrzebowaniem a zużyciem tlenu, między biochemicznymi procesami rozpadu z jednej strony i syntezy z drugiej, wreszcie między produkcją dwutlenku węgla a jego wydalaniem. Ta równowaga funkcjonalna [...] jest wyrazem przystosowania się ustroju do danego wysiłku fizycznego (Mieszkowski b.r.).

W wyniku intensywnej aktywności fizycznej organizm produkuje i wydziela do krwi określone substancje chemiczne.

Specyficzne substancje, których stężenie lub aktywność zmienia się w trakcie wysiłku fizycznego, określamy mianem markerów wysiłkowych, a dla podkreślenia, że nie są to wskaźniki fizjologiczne, fizyczne lub inne, nazywamy je markerami biochemicznymi. Do tej niewątpliwie dużej grupy wskaźników zaliczamy wybrane enzymy, hormony, elektrolity oraz niektóre białka zaliczane do białek ostrej fazy (Sobiech 2000).

Przy tym poziomie zmęczenia pojawia się tzw. euforia biegacza.

Jest to stan euforyczny występujący w trakcie długotrwałego wysiłku fizycznego. Charakteryzuje się zwiększoną odpornością na ból i zmęczenie oraz [...] rozplywającym się po całym ciele uczuciem szczęścia i radości. To właśnie dzięki niemu, po 40–60 minutach biegu, [...] nasz umysł się rozjaśnia, przestajemy czuć piekący ból w mięśniach i znajdujemy w sobie ukryte pokłady energii, pozwalające nam na kontynuację treningu (Czajkowski 2011).

Obecnie funkcjonują trzy główne teorie próbujące wyjaśnić etiologię tego zjawiska. Najstarsza tłumaczy je wydzielaniem endorfin, endogennych opioidów reagujących z receptorami opioidowymi w naszym mózgu². Niezwykły stan pojawia się po upływie trzech kwadransów/godziny, gdy oddychanie jest wciąż utrudnione, a mięśnie zużywają zmagazynowany w nich glikogen. Niedotlenienie wywołuje stres organizmu, w którego wyniku może się pojawić silne wydzielanie endorfin. Badacze z Nottingham Trent University w 2001 roku podważyli tę teorię, twierdząc, że za stan euforii odpowiedzialna jest inna substancja: fenyloetyloamina, blisko spokrewniona z amfetaminą. Natomiast według najnowszej teorii stworzonej przez badaczy z Georgia Instytut of Technology w Atlancie oraz Uniwersytetu Kalifornijskiego (w 2004 roku) funkcję tę spełniają kannabinoidy, a dokładnie: anandamid³. „Naukowcy doszli do wniosku, że ból mięśni i długotrwały stres fizyczny prowadzi do aktywacji układu endokannabinoidowego, który wywołuje u sportowców odurzenie i tym samym stan euforii. Aktywację tego układu można osiągnąć również poprzez masaż” (Czajkowski 2011).

Bez względu na to, czy tylko jedna z tych teorii jest słuszna, czy też w rzeczywistości euforię powodują różne substancje, osoby intensywnie ćwiczące raportują stan uniesienia, używając takich określeń, jak: zdecydowana poprawa samopoczucia, zwiększenie wytrzymałości i odporności organizmu na ból, przejęcie przez umysł kontroli nad ciałem.

Doprowadzenie ciała lub/i psychiki do skrajnego wyczerpania poprzez rygorystyczny trening psychofizyczny jest jedną ze stosowanych przez tancerzy butō technik umożliwiających osiągnięcie stanu totalnej obecności⁴. W stanie

² Inne powody wydzielania się endorfin to: stan zagrożenia, niedotlenienia, ale również głęboka medytacja, akupunktura, seks czy czekolada.

³ Substancja ta występuje również w czekoladzie.

⁴ O której więcej powiem w dalszej części rozdziału.

fizycznego wyczerpania i/lub psychicznej rezygnacji performer przestaje działać z pozycji ego (przestaje świadomie i racjonalnie przetwarzać dane) i pozbywa się swojej codziennej tożsamości. Jak mówi Nario Gōda, krytyk butō: „Jedynie odrzucając ciało i przekraczając cierpienie, można stworzyć prawdziwy taniec... butō zaczyna się od pozbycia się własnego ja” (Klein 1988: 34). Dopiero wtedy jest się zdolnym uczestniczyć w procesie ciągłej wewnętrznej metamorfozy.

Trening uważności

Drugim celem treningu jest pogłębienie uważności. Tancerze butō wykorzystują w tym celu nie tylko elementy różnych przedstawionych wcześniej⁵ psychosomatycznych dyscyplin, ale również jedną z tzw. technik butō: *zero walk* (krok zerowy, krok neutralny), zwany również *hokōtai*⁶ (chodzącym ciałem).

Głównym elementem treningu uważności, o jakim wspominają wszyscy artyści, jest praca z oddechem, a inaczej: odblokowywanie przepływu energii poprzez pracę z przeponą, z centrum, z *belly power*, czyli tzw. punktem *hara*. Dzięki pracy z oddechem, a następnie uwrażliwianiu sensorycznemu (czyli zwiększaniu świadomości ekstero- i proprioceptywnej) oraz praktykom medytacyjnym i kontemplacyjnym następuje przemodelowanie percepcji. Ten proces bywa nazywany w butō wymazywaniem lub opróżnianiem ciała.

Specyficzną techniką butō pojawiającą się podczas treningu uważności jest wspomniany *zero walk* (por. aneks *Terminy*). Tancerz przyjmuje pozycję zerową, zwaną również pozycją neutralną lub autobalansem⁷. W stanie całkowitego rozluźnienia napina nieznacznie jedynie mięśnie lekko ugiętych nóg, podwija kość ogonową, obniża nieco środek ciężkości (okolice miednicy). Jego ręce opadają swobodnie wzdłuż tułowia, są miękkie i rozluźnione. Stopy dotykają podłogi całą powierzchnią (można też sobie wyobrazić, że stoi się na piłce). Równocześnie wprowadza specyficzny sposób patrzenia: percepcję niezogniskowaną, zwaną również spojrzeniem rozproszonym. Patrzy prosto przed siebie, na niczym nie skupiając wzroku. By to osiągnąć, może wykonać

⁵ Wcześniej, czyli w rozdziale 3., w podrozdziałach poświęconych poszczególnym artystom.

⁶ Zapis angielski terminu: *hokohtai*, por. Fraleigh, Nakamura 2006: 107–108, 151.

⁷ Opis na podstawie wskazówek udzielanych podczas warsztatów m.in. przez: Sumako Koseki, Kayo Mikami, Sylwię Hanff, Krzysztofa Jerzaka.

następujące ćwiczenie: wyciąga przed sobą dłonie, zaciska pięści, wystawia palce wskazujące do góry, następnie, utrzymując ten gest, powoli rozsuwa dłonie w przeciwnych kierunkach. Cały czas patrzy na obydwa kciuki, aż znajdą się na skraju pola widzenia. Opuszcza ręce.

W efekcie tej procedury pojawia się specyficzny stan umysłu, w którym tancerz jako byt psychofizyczny intensywnie doświadcza całokształtu przepływającego świata, nie koncentrując się na żadnym obiekcie. Osiągnąwszy ten stan, zaczyna powoli się przemieszczać, chodzić. Stopy rozluźnione (nie zadziera palców) suną po podłodze małymi krokami. Podobny sposób poruszania funkcjonuje w japońskim teatrze *nō* (gdzie jest związany z odmienną percepcją rzeczywistości aktora w masce), a co więcej, pozycja *kamae* (obniżony środek ciężkości, ciało lekko pochylone w przód) i krok *suriashi* (posuwisty ruch bez odrywania stóp od podłoża) występowały już w tańcu *mai*, rytualnej tradycji *kagura*.

Dzięki pracy z pozycją zero tancerzowi *butō* łatwiej się stać „pustym naczyniem”. Natsu Nakajima ujmuje to następująco: „W *butō* porusza się i tańczy «coś», a nie «ktoś». [...] Nie będę tańczyć ja – to moje ciało będzie się poruszać i tańczyć. Moje ciało będzie poruszane” (Nakajima 1998: 49).

Aleksandra Capiga-Łochowicz relacjonuje, że podczas jej treningu z Moritą Ittem marionetka była najczęściej pojawiającą się figurą. Rhizome Lee przedstawia dokładnie tę samą ideę/praktykę pod nazwą *kugutsu body* (Rhizome Lee 2010). Tancerz ma pozwolić, by jego ciało było poruszane⁸. Ten sam cel mają techniki wykorzystywane w różnych tradycjach duchowych: wirowanie (derwisze), trzęsienie się (*shakers*) czy bardzo powolne chodzenie (*kinhin* w buddyzmie zen). Sondra Horton Fraleigh nazywa osiągnany dzięki takim praktykom stan „receptywną nieświadomością” (Mond-Kozłowska 2010: 80). Przywołuje zarówno medytacyjne doświadczenia zen, jak i chrześcijańską technikę ascetyczną *kenosis*. To ostatnie pojęcie oznacza ogołocenie, „uwolnienie się od wszystkich wewnętrznych przeszkód, odgradzających człowieka od jego prawdziwej natury, za pomocą rozmaitych technik ascetycznych” (Mond-Kozłowska 2010: 80).

⁸ Zbliżony sposób myślenia o aktorze jako pustym naczyniu można znaleźć w tradycji europejskiej, w pismach Heinricha von Kleista i Gordona Craiga. W koncepcji Kleista aktora miałyby zastąpić Marionetka, będąca odbiciem idei nieskończoności i niewyraźności istnienia, rozdarta pomiędzy dwoma figurami – kukły i bóstwa. Craig w eseju *Aktor i nad-marioneta* rozwinął wizję Kleista: zamiast zastępować performer (aktora, tancerza) marionetką, chciał jego samego przemienić w Nadmarionetę.

„Chodzenie” w butō można śmiało nazwać medytacją w ruchu. Czym się różni zwykły codzienny stan niedziałania od stanu uważności zyskiwanego dzięki praktykom medytacyjnym (np. medytacja uważności, medytacja otwartej obecności, kontemplacja)? „Eksperymenty, podczas których obserwuje się mózg w chwili, gdy dokonuje on samoobserwacji – łączące techniki neuroobrazowania z treningiem uważności, aby umożliwić badanie różnych rodzajów świadomości – rzucają zupełnie nowe światło na dotychczas niedoceniane moce ludzkiego umysłu” (Boleyn-Fitzgerald 2010: 177). Naukowcy z Uniwersytetu w Toronto (Kanada) i uczelni Emory w stanie Georgia (Stany Zjednoczone) badali z użyciem skanera fMRI (metoda neuroobrazowania za pomocą funkcjonalnego rezonansu magnetycznego) dwa modele funkcjonowania świadomości: świadomość narracyjną i świadomość doświadczeniową (zmysłową)⁹. Pierwszy rodzaj związany jest z rozszerzonym poczuciem autoreferencyjności (przeszłość, terażniejszość, wyobrażenia, plany, oceny, wartościowanie, odnośnienie do samego siebie) i z aktywnością obszarów tzw. sieci nieobecności (sieci odpoczynku, „ciemnej sieci”), czyli „układów neuronalnych uaktywniających się wtedy, gdy nasze myśli błądzą bez celu, i zastygających w bezruchu, gdy skupiamy uwagę na czynnościach o określonym, terażniejszym celu” (Boleyn-Fitzgerald 2010: 179). Z kolei świadomość doświadczeniowa obejmuje „mechanizmy koncentrujące się na chwili obecnej, które mogą stanowić fundamentalne, wykształcane we wczesnych etapach rozwoju aspekty doświadczania samego siebie i które prawdopodobnie wyewoluowały już u wcześniej istniejących gatunków” (Farb, Anderson, Segal, za: Boleyn-Fitzgerald 2010: 179). To ten, związany z aktywacją innych rejonów mózgu, rodzaj świadomości pozwala człowiekowi być faktycznie tu-i-teraz. Podczas wspomnianych eksperymentów okazało się, że trening uważności wyraźnie rozwija zdolność świadomego wyboru operowania z poziomu wybranego modelu funkcjonowania samoświadomości: świadomości narracyjnej bądź zmysłowej.

Obecność totalna

Efektem obu rodzajów praktyk treningowych etapu intro jest zmiana funkcjonowania organizmu na wielu poziomach (neurofizjologicznym, hormonalnym, jak również percepcyjnym, afektywnym, emocjonalnym, energetycznym

⁹ Opis doświadczenia w: Boleyn-Fitzgerald 2010: 178–181.

i motorycznym). W butō osiągnany stan określa się mianem obecności totalnej¹⁰, czyli ciała butō (*butō-tai*¹¹). Obecność totalna to specyficzny stan umysłu, stanowiący podstawowy cel treningu butō i punkt wyjścia do dalszej psychosomatycznej eksploracji. Jego istotą jest niecodzienna świadomość osadzenia w rzeczywistości oraz właśnie intensywne poczucie obecności. Nie istnieje jednak żadna standardowa metoda, za pomocą której można ten stan osiągnąć – tancerze wykorzystują szerokie spektrum praktyk i technik opisanych w rozdziałach poświęconych treningom wytrzymałości i uważności.

Jak polscy butocy definiują stan obecności totalnej? Cechami wspólnymi ich doświadczeń są z pewnością niecodzienny tryb odbioru wrażeń płynących z ciała i z otoczenia, zmiana sposobu odczuwania bodźców oraz zmieniony sposób przetwarzania informacji (myślenia, decydowania etc.). Efektem praktyk służących zmianie percepcji siebie i rzeczywistości są wektorowo różne stany ciała-umysłu (np. wyciszenie – pobudzenie). W wypowiedziach artystów pojawia się całe spektrum terminów zapożyczonych z wielu pól dyscyplinarnych (psychologia, psychoanaliza, religioznawstwo, antropologia kulturowa i inne). Butocy opisują swoje doświadczenie obecności totalnej, używając wielu różnych określeń. A oto najważniejsze z nich:

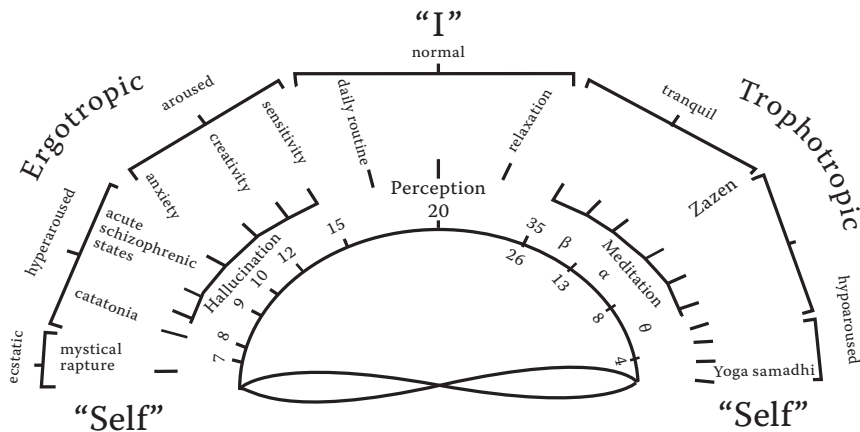
1. świadomość poszerzona, hiperświadomość, ekstaza,
2. przepływ, doświadczenie szczytowe,
3. świadomość przestrzeni, świadomość ciała, bycie tu-i-teraz, czujność, gotowość, otwartość, wrażliwość,
4. ugruntowanie, koncentracja,
5. pasywna percepcja, rozproszone skupienie, dyspersja uwagi,
6. doświadczenie kontemplacyjne, stan zero, stan neutralny, ciało-umysł wymazane, puste, ciało pustym naczyniem, zawieszenie refleksji, kontroli, podejmowania decyzji, kalkulacji, zawieszenie indywidualnej, osobowej tożsamości, powrót do stanu noworodka, świadomość nieróżnicująca,
7. trans¹².

¹⁰ Obecność totalna – ten termin, który wydaje mi się nadzwyczaj trafny, również w kontekście moich własnych doświadczeń z medytacją *zazen* oraz treningiem butō, zapożyłyłam z wypowiedzi Sylwii Hanff i Tomasza Bazana.

¹¹ *Butoh-tai* to zapis terminu w angielskiej transkrypcji stosowany np. przez Toshiharu Kasaia.

¹² Najważniejsze z powyższych kategorii (przepływ, doświadczenie szczytowe, doświadczenie kontemplacyjne, stan zero, trans) zostały omówione w aneksie *Terminy*.

Poglądowym narzędziem może być stworzona przez Rolanda Fischera „kartografia stanów ekstatycznych i mistycznych” (Fischer 1971: 2)¹³. Badacz powiązał dwa rodzaje pobudzeń autonomicznego układu nerwowego (AUN) z określonymi stanami ciała-umysłu, a następnie przedstawił „spektrum stanów ekstatycznych i mistycznych” w formie graficznej.



Schemat 1. Kartografia stanów ekstatycznych i mistycznych Rolanda Fischera

Źródło: <http://wisebrain.org/papers/MapofMedEcstaticStates.pdf> [23.04.2012]

Na zamieszczonej powyżej mapie Fischera stany relacjonowane przez polskich butoków obejmują całe spektrum: (1), (2) i (3) z pewnością znajdą się w jej lewej części, (4), (5) i (6) – w prawej, natomiast trans (7) należy umieścić równocześnie na obu połowach mapy, ponieważ polega on na synchronizacji obu typów pobudzeń. Powyższy zabieg pozwoli być może zrozumieć (choć bardziej trafnym określeniem byłoby „poczuć” lub „wyobrazić sobie”), jakiego rodzaju stan ciała-umysłu próbują opisać artyści.

Aktywacja systemu ergotropicznego (czyli wzbudzenie układu współczulnego, inaczej: sympatycznego AUN), kontrolowanego przez lewą półkulę mózgową, wiąże się z takimi symptomami, jak pobudzenie przepływu energii,

¹³ Wersja polskojęzyczna zamieszczonego poniżej schematu dostępna w: Schechner 2006: 227. Choć od powstania „kartografii Fischera” upłynęło czterdzieści lat, jako narzędzie poglądowe jest ona nadal użyteczna.

przyspieszenie tętna, wzrost ciśnienia krwi, pocenie się, rozszerzenie źrenic, desynchronizacja fal mózgowych, duże napięcie mięśni, wyrzut cukru do krwi, wydzielanie do krwi pobudzających hormonów, np. epinefryny, kortyzolu. Pobudzenie układu sympatycznego służy mobilizacji organizmu, której celem jest podjęcie działania wymagającego dużego wysiłku („gotowość do walki/ucieczki”).

Natomiast aktywacja kontrolowanego przez prawą półkulę mózgową systemu trofotropicznego (wzbudzenie układu przywspółczulnego, inaczej: parasympatycznego AUN) pojawia się w sytuacji konfrontacji z wszechogarniającym zagrożeniem, któremu nie można się przeciwstawić. Powoduje ona stan „zamrożenia i rezygnacji”, któremu towarzyszy „wyrzut endogennych opioidów, działających znieczulająco, oraz takie zmiany, jak: zwolnienie akcji serca, spadek ciśnienia, utrata napięcia mięśniowego oraz wzbudzenie stanu obojętności i rezygnacji nazywanego u ludzi stanem dysocjacji” (Sakson-Obada 2009: 78–79). Pojawia się rozprężenie, zwolnienie tempa, obniżenie ciśnienia krwi, zmniejszenie pocenia, zwężenie źrenic, zmniejszenie napięcia mięśni, synchronizacja fal mózgowych, wydzielanie insuliny, estrogeny, androgeny (por. Schechner 2006: 226)¹⁴.

Mówiąc w skrócie: aktywacja układu sympatycznego AUN prowadzi do stanów pobudzenia i ekstazy, czasami połączonych z halucynacjami, natomiast efektem aktywacji układu parasympatycznego są relaksacja, wyciszenie i głęboka medytacja.

Stan transu wiąże się ze zmianą wrażliwości na bodźce i zmianą sposobu postrzegania zarówno otaczającej rzeczywistości, jak i siebie samego. Trans w tradycyjnym rytuale i we współczesnych działaniach (*rave party*, współczesny performans artystyczny) ma wspólne podłoże neurobiologiczne. Richard Schechner przytacza dwa doświadczenia naukowe, których celem było zbadanie zjawiska transu. W pierwszym z nich za pomocą EEG (elektroencefalogramu) mierzono fale mózgowe alfa, beta i theta, w drugim badano zmiany w składzie chemicznym krwi: koncentrację substancji neuroaktywnych. Zarejestrowano pobudzenie obwodów neuronowych ośrodkowego układu nerwowego: wzrost koncentracji noradrenaliny wpływającej na stan pobudzenia oraz α -endorfinę, opioida pełniącego funkcje przeciwbólową i euforyzującą (por. Kawai i in., za: Schechner 2006: 225).

¹⁴ Szczegółowy opis tego procesu w: Schechner 2006: 223–226.

Wynika z tego, że podczas transu następuje równoczesna aktywacja układu sympatycznego i parasympatycznego AUN. Po fazie oscylacji działanie układów się zestrza. W fazie zestrojenia pojawia się specyficzny stan umysłu. Może on zostać wyrażony jedynie w sposób nieliniarny. Jak podsumowuje Fischer, autor *Kartografii stanów ekstazy i medytacyjnych* (1971), doświadczenie jedności jest wynikiem integracji struktur korowych i podkorowych, a intensywność doznania można przekazać jedynie za pośrednictwem metafory.

Pierwszym rodzajem niezwykłych doświadczeń relacjonowanych przez tancerzy butō są te związane z uważnością, otwarciem się, „poszerzeniem” percepcji czy świadomości, prowadzące do stanów pobudzenia, uniesienia, ekstazy (lewa strona schematu). Drugą grupę doświadczeń stanowią te określane jako relaksacja, wyciszenie, koncentracja, skupienie, stan medytacyjny, które prowadzą do stopniowego zaniku codziennej tożsamości i których efektem jest ciało wymazane, puste (prawa strona schematu).

Podążanie

Na tym etapie tancerz eksploruje bodźce płynące z wnętrza i spoza ciała. Jedną z cech stanu określonego mianem obecności totalnej jest wyjątkowa wrażliwość sensoryczna obejmująca ekstero- i interocepcję. Dzięki niej do świadomości docierają impulsy, które w „codziennym szumie” zostałyby zredukowane jako nieistotne, jak również doznania nietypowe, a nawet przerażające. Mogą także powracać odczucia niegdyś towarzyszące wypartym lub zapomnianym wydarzeniom, czyli wszelki materiał gromadzony w pamięci ciała, związany z wydarzeniami na drodze rozwoju jednostki (ontogeneza) oraz gatunku (filogeneza).

Zwykle trening uważności płynnie przechodzi w fazę podążania (którą zewnętrzny obserwator może już określić mianem improwizacji tanecznej). Stan uważności zostaje wykorzystany do eksploracji psychosomatycznej: badania różnych możliwych stanów ciała-umysłu, eksperymentowania z procesem percepcyjnym, np. poprzez uruchamianie rzadko używanych receptorów (uwrażliwianie sensoryczne), badanie możliwości ciała oraz różnych jakości ruchu (rezonans, rozprzestrzenianie, pustka). Wiąże się z oddaniem głosu intuicji, wyobraźni, wykorzystywaniem materiału wewnętrznego, otwarciem się na to, co niespodziewane. Szczególnie ważnym elementem etapu podążania

jest uruchomienie pamięci ciała (pamięci komórkowej, proceduralnej), co przybliżyć w osobnym podrozdziale.

Jednak najważniejszym aspektem tej fazy praktyki jest podążanie zarówno za bodźcami pochodzącymi z receptorów zmysłowych, jak i za wszelkimi spontanicznie pojawiającymi się stanami, odczuciami i obrazami. Podążanie opiera się na równoczesności doznawania i reagowania (jedność sensomotoryczna). To ona sprawia, że ruch odzwierciedla wszystkie poruszenia percepcyjne, czyli pojawia się równocześnie z doznaniem/wrażeniem/poruszeniem wewnętrznym. Właśnie dzięki obecności totalnej pomiędzy doznawanie a reagowanie nie wkradają się refleksja (czyli próba intelektualnej kontroli ruchu ciała) i towarzyszący jej ugruntowany społecznie mechanizm, każący nam cenzurować określone sposoby poruszania się.

Reakcja ruchowa ma być spontaniczna (pozarefleksyjna, niewolicjonalna), nienawykowa, organiczna. Wiąże się z przekraczaniem kodu ciała (nawykowych sposobów cielesnego funkcjonowania), przełamaniem automatyzmów cielesnych, wyjściem poza schemat ruchowy, poszerzaniem ruchu o to, co nietypowe, czego zwykle unikamy, podążaniem za przepływem energii (ruch jest przejawem tego przepływu). Ruch rozpoczyna się z różnych poziomów ciała (np. kości, tkanek, komórek). Akceptowny jest ruch mimowolny (ideomotoryczny). Poprzez ruch można wchodzić w relację z innymi ciałami, obiektami – pojawiają się przepływ i rezonans.

Pamięć ciała

Kategoria pamięci ciała bardzo często pojawia się w wypowiedziach tancerzy. Jest pojmowana dwojako: po pierwsze, jako zdolność do automatycznego odtwarzania sekwencji ruchowych, a po drugie, jako zapis (nie tylko ruchu) na poziomie, do którego nasza pamięć refleksyjna (deklaratywna) nie ma dostępu. W przypadku tańca butō, w którym nie choreografuje się sekwencji ruchowych, mamy do czynienia z tym drugim sposobem rozumienia terminu. Tancerze mówią o uruchamianiu treści zapisanych w ciele.

Zagadnienie pamięci ciała omawia wspomniana już badaczka Olga Sakson-Obada. Choć w swojej pracy analizuje neurofizjologiczny schemat funkcjonowania organizmu w przypadku zaburzeń wywołanych wcześniejszym urazem (traumą), ze względu na zbieżność funkcjonowania organizmu w sytuacji zaburzeń posttraumatycznych i doznań związanych ze „stanami

mistycznymi i ekstatycznymi” (por. podrozdział 5.1.3. *Obecność totalna*; Fischer 1971) (np. szczególny typ pobudzenia układu autonomicznego, niezdolność do interpretacji doznań na poziomie poznawczym) przytaczam w celach poglądowych główne punkty jej analizy (por. Sakson-Obada 2009: 69–77).

Badaczka skupia się na somatosensorycznym aspekcie zjawiska traumy. W tym kontekście przytacza teorię poziomów wspomnień Bruce’a Perry’ego: „postuluje istnienie czterech rodzajów pamięci, które są kodowane w różnych strukturach mózgu” (Sakson-Obada 2009: 82). Są to pamięć stanu, pamięć motoryczna, pamięć emocji i pamięć poznawcza; poszczególne rodzaje pamięci mogą zostać uruchomione, gdy człowiek zostanie poddany określonym bodźcom (por. Sakson-Obada 2009: 82–83).

Mózg ludzki zbudowany jest hierarchicznie, można wyróżnić struktury względnie proste, działające bez udziału świadomości (pień mózgu, śródmózgowie), bardziej złożone (układ limbiczny: hipokamp, ciało migdałowate) i złożone, związane ze świadomym myśleniem (kora mózgowa). „W ramach każdej struktury jest możliwa pamięć doświadczenia w postaci neuronalnego wzorca aktywności” (Sakson-Obada 2009: 82). Każdy poziom charakteryzuje zatem specyficzny rodzaj pamięci i na każdym z nich analiza danych – od struktur niższego rzędu po te bardziej złożone – przebiega inaczej i wzbudza odmienne reakcje organizmu. Perry wyróżnia cztery rodzaje pamięci. Pamięć stanu jest zlokalizowana w pniu mózgu, „koduje ciśnienie tętnicze, rytm serca czy częstość oddechów w momencie sytuacji traumatycznej” (Sakson-Obada 2009: 84). Pamięć motoryczno-przedsiolkowa, ulokowana w śródmózgowiu, zawiera informacje związane z położeniem ciała. Pamięć emocjonalna, ulokowana w systemie limbicznym, koduje stan emocjonalny. Natomiast pamięć poznawcza związana z korą mózgu zajmuje się zapisem doświadczenia w postaci słów oraz buduje powiązania zapamiętanych wrażeń w wiązki wspomnieniowe. Treść zapisana w każdym z typów pamięci może się aktywować pod wpływem bodźca skojarzonego z silnym przeżyciem, dającym podstawy powstania takiego zapisu (tzw. pamięć związana z określonym stanem, *state-specific* lub *state-bound memory*) (por. Kasai 2009a).

Jednak najbardziej złożona pamięć poznawcza nie zawsze aktywizuje się w takiej sytuacji, a w efekcie do świadomości mogą docierać informacje na temat reakcji pnia mózgu, śródmózgowia i systemu limbicznego niepowiązane

w spójną i czytelną całość. Różne metody somatoterapeutyczne poprzez aktywację poszczególnych pamięci pozwalają dotrzeć do wspomnień, które nie mogą być przywołane w wyniku aktywności kory mózgowej (prób świadomego przywołania wspomnień).

Dostęp do treści pamięci w kontekście odtwarzania wydarzenia traumatycznego badał Bessel van der Kolk. „Początkowe odtwarzanie doświadczenia [...] ma charakter izolowanych stanów obejmujących wybraną modalność (wzrokową, słuchową, węchową, dotykową lub afektywną), których intensyfikacja powodowała rozszerzenie wspomnienia o pozostałe modalności” (Sakson-Obada 2009: 85).

Wykorzystując specyficzny stan organizmu (np. w stanie hipnozy – por. Sakson-Obada 2009: 81 – lub transu), można odtworzyć zapisane w pamięci proceduralnej doświadczenie, które jednocześnie nie zostało zapisane bądź zostało zapisane w formie zniekształconej w pamięci deklaratywnej (por. Sakson-Obada 2009: 81). Zostają „przypomniane” specyficzne doznania somatosensoryczne, sposób funkcjonowania narządów zmysłów (np. zniesienie lub podwyższenie progów doznań) czy też określone stany emocjonalne. Możliwy staje się powrót do stanów świadomości, które są

[...] bezpośrednio związane z fizjologicznymi stanami ciała umysłu, takimi jak sen, długotrwałe pozbawienie snu, głodowanie, brak tlenu, narkoza, stan odurzenia alkoholowego, środkami psychotropowymi lub różne stany wywołane tańcem, treningiem duchowym, deprivacją sensoryczną (Charles Tart, za: Kasai 2009a: 26).

Możliwe staje się też odtworzenie doświadczeń z okresu przedwerbalnego, związanych z różnymi specyficznymi stanami świadomości: z okresu prenatalnego, okołoporodowego, niemowlęctwa (wspominana przez butoków świadomość nierozróżniająca, świadomość noworodka).

Zmiany somatosensoryczne

Wzbudzanie wspomnień zapisanych w pamięci ciała może prowadzić do niecodziennych, a nawet przerażających lub budzących wstręt (o tym w kolejnym podrozdziale) doświadczeń somatycznych. Sakson-Obada określa zmiany w doświadczaniu własnego ciała w sytuacji „odtworzenia stanu organizmu w momencie doświadczania traumy” (Sakson-Obada 2009: 78)

mianem dysocjacji somatomorficznej (por. Sakson-Obada 2009: 69–77) (w przypadku intensywnego treningu butō – odtwarzania stanu organizmu w momencie jakiegokolwiek znaczącego i intensywnie doświadczanego wydarzenia z przeszłości).

U podłoża niezwykłych doświadczeń somatycznych leżą „zmiany towarzyszące pobudzeniu układu sympatycznego i parasympatycznego”¹⁵. W przeciwieństwie do zwierząt człowiek nie wykształcił mechanizmu chroniącego go przed nieustającym pobudzeniem, które nie mija, gdy wygasa bodziec pobudzający. Nierozładowane pobudzenie autonomiczne „zaczyna działać jako czynnik wzbudzający obwody neuronów, konstytuujące pamięć stanu w momencie doświadczania traumy [być może również intensywnego wydarzenia z przeszłości – M.Z.]”. Niekontrolowany cykl wzbudzenie (reakcja układu sympatycznego) – rezygnacja (reakcja układu parasympatycznego) „prowadzi do zaburzeń w obrębie poszczególnych funkcji cielesnych”. Ta neurofizjologiczna teoria wyjaśnia zaburzenia towarzyszące stanom świadomości zmienionym w wyniku pojedynczego, a nie ciągłego bodźca – zaburzenia w zakresie odczuwania bólu (zmienione progi odczuwania bólu), zaburzenia widzenia, słuchu, percepcji doznań płynących z ciała (zaburzenia somatosensoryczne). W psychologii mówi się o „włączeniu» zmienionego stanu świadomości [...] zawieszającego zdolność do reprezentowania własnych doświadczeń w postaci symbolicznej (językowej)”. Pojawia się fragmentaryczne odtwarzanie wspomnień, które mogą przybierać postać „dziwacznych, izolowanych doznań somatosensorycznych czy silnych emocji”. Można mieć wrażenie „bycia nawiedzonym” czy „opętanym” niezrozumiałymi doświadczeniami. Wspomnienia są najczęściej uruchamiane przez bodźce odpowiadające pierwotnej sytuacji traumatycznej (tu: jakiegokolwiek znaczącej sytuacji z przeszłości, związanej z silnymi i niezwykłymi doznaniem). Może się pojawić stan chronicznego pobudzenia, który wiąże się z nadpobudliwością systemu parasympatycznego autonomicznego układu nerwowego. W efekcie odczuwanie siły bodźców jest nieproporcjonalnie wyolbrzymione. Występują skrajne, wszechogarniające stany afektywne (emocje), takie jak wściekłość, agresja, wstyd, przerażenie, smutek, niepokój, dysforia (smutek zabarwiony niepokojem), połączone z biernością i poczuciem wszechogarniającej pustki: emocjonalnym wycofaniem. Takie odrętwienie wiąże się

¹⁵ Opis doznań w całym akapicie na podstawie: Sakson-Obada 2009: 78–87.

z obniżoną wrażliwością na ból (analgезją) czy anhedonią (niezdolnością do odczuwania przyjemności). Zmienia się również postrzeganie własnej osoby: pojawia się poczucie depersonalizacji, derealizacji (odrealnienia), braku wewnętrznej spójności oraz występują somatyzacje (chorobowe symptomy cielesne niemające medycznego uzasadnienia, takie jak zmiany w polu widzenia, ból, niedowłady). Tym odczuciom towarzyszyć może również aleksytymia – trudność z werbalizacją odczuć, wynikająca z niezdolności do symbolizowania odczuć.

W przypadku pracy z traumą ten niedostępny w normalnym stanie świadomości rodzaj doświadczeń można aktywować w stanie hipnozy (aby go „przepracować”). Ponieważ moim zdaniem trening butō przypomina autohipnozę, również w jego wyniku możliwa jest aktywacja pamięci związanej z określonym stanem ciała-umysłu (*state-bound memory*). Zmiany somatosensoryczne pojawiające się w wyniku odtworzenia intensywnego doświadczenia z przeszłości tancerze butō mogą potraktować jako materiał wyjściowy do dalszej kreacji. Już na etapie performansu scenicznego będzie on tworzyć tkankę tańca.

Treści abiektralne

Taniec butō jest kojarzony ze specyficzną estetyką czy poetyką. Składają się na nią brzydota ruchu (chodzenie na ugiętych, powykręcanych nogach, pełzanie), szpetota i chorobliwy wygląd ciała (łuszczący się makijaż z mąki ryżowej lub np. gipsu, grymasy twarzy), ogólne wrażenie zniszczenia i destrukcji (stare, potargane ubrania). Istnieje kilka sposobów wyjaśniania źródeł tej estetyki¹⁶, ja natomiast chciałabym ją wywieść z przesłanek organicznych, których źródłem jest specyficzny sposób pracy z doznaniem będącym elementem treningu butō. Być może to właśnie badanie i wykorzystywanie pamięci ciała oraz docieranie do wypartych (a więc niepożądanych) doświadczeń i treści przyczynia się do preferowania takiej, a nie innej estetyki scenicznej. Jedynie ona pozwala w pełni odzwierciedlić ukrytą „zawartość” naszej (nie)pamięci.

¹⁶ Na przykład jest ona próbą odwzorowania zmęczonych ciał mieszkańców zacofanych i biednych wiejskich rejonów Japonii, skąd pochodził Tatsumi Hijikata, albo nawet ma związek z tragedią mieszkańców Hiroszimy i stanowi próbę przedstawienia ciał poddanych wpływowi promieniowania radioaktywnego (tu np. wypowiedzi Akiry Kasaia).

By wyjaśnić, jakiego rodzaju treści mogą zostać uwolnione, posłużę się teoriami, które powstały na gruncie psychologii rozwojowej i psychoanalizy.

„W koncepcji psychoanalitycznej ciało odgrywa kluczową rolę w procesie wyłaniania się podmiotu. Podmiot jest w ciele i jest ciałem równocześnie, jednak jest to ciało oczyszczone, zorganizowane, wręcz uspołecznione” (Bakke 2000: 20). Człowiek na kolejnych etapach rozwoju opracowuje i poddaje procesowi uspołecznienia i inkulturacji swoje doznania cielesne¹⁷. W okresie niemowlęctwa (zwłaszcza przez pierwsze siedem tygodni życia) szczególnie silnie są doświadczane doznania płynące z wnętrza ciała, dopiero później następuje uwrażliwienie jego powierzchni (skóry). W tym okresie Ja cielesne uzyskuje swoje pierwsze, niespójne reprezentacje, niedostępne później świadomej pamięci. W okresie pierwszych dwóch lat dziecko ustanawia poczucie granic własnego ciała, czyli „Ja skórne”, związane z powołaniem „wewnętrznej – umysłowej przestrzeni, w której doznania mogą być przetwarzane w bezpieczny i zrozumiały sposób”, oraz buduje „realność własnych stanów wewnętrznych”. W trzeciej fazie rozwoju, której początek można wyznaczyć około piętnastego–osiemnastego miesiąca życia, dziecko tworzy „spójną i zintegrowaną z ja psychologiczną reprezentację własnego ciała, leżącą u podłoża funkcji refleksyjnej samoświadomości”. Uczynienie doznania przedmiotem własnej refleksji (tzw. funkcja refleksyjna) jest podłożem dla interpretacji i symbolizacji doznań i emocji. Następuje to w tzw. fazie lustra.

Właśnie w tej fazie rozwoju podmiotowości ustala się relacja między podmiotem i jego otoczeniem, gdyż nie stanowią już one chaotycznej, nierozróżnialnej całości. Odtąd buduje się w podmiocie wyobrazeniowa anatomia. [...] Wyobrazeniowy kształt ciała powstaje wyłącznie w zgodzie z tym [kulturowym – M.Z.] kontekstem, co Lacan nazywa porządkiem wyobrazeniowym i symbolicznym. Biologiczne ciało jest więc zawsze zapośredniczone poprzez sfery obu porządków (Bakke 2000: 22).

Przed fazą lustra człowiek istnieje jako niezróżnicowany wewnętrznie i niemający wyraźnych granic, rozmywający się na krawędziach „nieskoordynowany agregat, cykl części, rejonów, organów, odczuć, potrzeb i impulsów” (Grosz 1994: 33, za: Bakke 2000: 36), ciało we fragmentach, pozbawione

¹⁷ Tu i w całym akapicie: por. Sakson-Obada 2009: 38–42.

ego. Jest bliżej tzw. realnego – tego, co jeszcze nie zostało zapośredniczone przez kulturę.

Realne to naturalna (wrodzona) sfera obfitości i pełni, co Lacan nazywa „brakiem braku”. Nie jest ono w żaden sposób ograniczone, nie ma podziałów ani wyróżników, jest continuum „surowych materiałów”, bowiem podziały i granice oraz antynomie powstają dopiero później. [Ta sfera jest – M.Z.] tym, co całkowicie zakryte, ale jest (Bakke 2000: 36).

Monika Bakke pisze też, że realnego

[...] nie można doświadczyć bezpośrednio – takim, jakie jest – a tylko poprzez strategie porządku wyobrażeniowego i symbolicznego. Realne bowiem jest tym, czego nie można zasymilować, czego nie można przedstawić; jest to sfera psychotyczna, stadium zupełnego rozpadu, braku tożsamości, zaś powroty do niej są ciągłym zagrożeniem dla każdego podmiotu (Bakke 2000: 38).

Tu należy dodać, że badaczka ma na myśli sytuację „powrotów” nagłych i niekontrolowanych.

Budowa koherentnej podmiotowości wymaga przede wszystkim stworzenia i zachowania klarownego obrazu granic własnego ciała. W procesie konfrontacji z własną cielesnością wyodrębnia się strefa abiektu (*abject*) – tego, co obrzydliwe, nieczyste, wstrętne, związane z „materialnością i niekontrolowaną fizjologią” (Bakke 2000: 25) ciała. Abiekt należy do sfery semiotycznej (to, co cielesne, namacalne, jeszcze niepodmiotowe), przeddyskursywnej, zakorzenionej w procesach nieświadomych, natomiast „oczyszczony” kulturowo podmiot lokuje się docelowo w sferze symbolicznej (to, co językowe, rozumowe). Julia Kristeva wyróżnia trzy typy abiekcji: oralną (w stosunku do pokarmu), analną (do ekskrementów) oraz genitalną (do różnicy płciowej) (por. Bakke 2000: 25–26).

Abiektalne za pomocą różnych mechanizmów jest utrzymywane z daleka od społecznie sprawnego podmiotu; jedynie poprzez „szaleństwo, świętość i poezję” (Bakke 2000: 27) następuje konfrontacja semiotycznego z symbolicznym. „Literatura, poezja i sztuka *abject* sublimuje, czyni go akceptowalnym, czyli oswaja i pozwala być tuż obok” (Bakke 2000: 27). Ponieważ abiekt i abiekcja (*abjection*, obrzydzenie i wstręt do tego, co obrzydliwe) są niepożądane dla podmiotowości, interesują twórców awangardowych. Sztuka obrzydzenia, wstrętu

(*object art*) jest przedmiotem analizy przeprowadzonej przez Hala Fostera w książce *Powrót realnego. Awangarda u schyłku XX wieku* (2010). Strategie performatywne obejmują (1) identyfikację z abiektem oraz (2) „takie przedstawienie bycia abiektem, aby sprowokować jego odrzucenie” (Foster 2010: 186). W sztuce abiektałość pojawia się w postaci infantyilizacji (świadomość nierozróżniająca, nieoceniająca, wszystko akceptująca), niewinnej perwersji, erotyzmu analnego, fascynacji mimikrą, psychastenią (por. Foster 2010: 189–197); to „przekroczenie granic ciała, spojrzenie pożerające podmiot, podmiot, który stał się przestrzenią, stan czystego podobieństwa” (Foster 2010: 194).

Tancerze *butō* pragną zarówno zanurzyć się w realnym, jak i dotknąć abiektałnego. To właśnie ta sfera, sfera rozpadu i zaniku podmiotowości, ich fascynuje. Choć struktura treningu, wyznaczając ramy, pozwala eksperymentować z percepcją, przynajmniej na początku niezbędne jest przewodnictwo doświadczonego *butōki*, bo

Dezintegracja cielesnego obrazu grozi [...] podmiotowi powrotem do sfery sprzed porządku wyobraźniowego, czyli do archaicznego ciała w częściach, nieskoordynowanego i nietożsamego ze sobą. W przypadku powrotu w pole porządku realnego pojawiają się psychotyczne fantazje o rozpadzie i byciu kontrolowanym przez świat zewnętrzny, świat przedmiotowy (Bakke 2000: 23–24).

Podczas treningu, korzystając z różnych technik zmieniających stan ciała i umysłu, tancerz *butō* próbuje powrócić do stanu przedwerbalnego. Jednocześnie z doznaniem płynącym z ciała i reaguje bezpośrednio (nierefleksyjnie) na bodźce. Nie kreuje wyobrażeń i nie analizuje treści na poziomie symbolicznym (intelektualnym, językowym). Można powiedzieć, że cofa się do nieróżnicującej świadomości niemowlęcia: do stanu agregatu, gdy nie ma jeszcze różnic, gdy nie zdążył się pojawić abiekt, a wszystko po prostu „jest”. Tę strategię „powrotu do stanu embriona” często stosował Kazuo Ōna. Dlatego towarzyszyć on będzie uczniom spadkobierców Ōno, np. Atsuschiego Takenouchiego. Natomiast Tatsumiego Hijikatę szczególnie fascynowała sfera abiektu, moment liminalny, gdy organizm staje się podmiotem, wchodząc w sferę oddziaływania kultury, gdy pojawiają się pierwsze rozróżnienia: *Ja vs nie-Ja*. Interesowały go te elementy stawania się człowiekiem społecznym, które tabuizowała kultura, fragmenty *Ja* ulegające abiektałizacji. Stąd być może wywodzi się abiektałna estetyka *Ankoku butō*.

Ponieważ większość polskich tancerzy poznawała butō u różnych nauczycieli, w ich praktyce przeplatają się elementy filozofii dotyczącej praktyki butō pochodzące poprzez uczniów (spadkobierców) zarówno od Hijikaty, jak i od Ōna.

Wcielanie

Na tym etapie tancerz wykorzystuje różne obrazy mentalne, by za ich pośrednictwem wzbudzić ruch. Serie takich wyobrażeń proponowane tancerzom przez Tatsumiego Hijikatę noszą nazwę *butō-fu*, czyli notacji butō. Obrazy mentalne są komunikowane (i notowane) za pomocą słów – katalizatorów metamorfozy. Wyobrażenia pojawiające się z zewnątrz mogą również mieć formę inspirującej materii, obiektu lub sytuacji, w której tancerz kiedyś był lub mógłby się znaleźć. A równocześnie inspiracja do powstania wyobrażeń może płynąć z ciała performerera – obrazy i tematy „wydobywane z niego” (w procesach opisanych w poprzednim podrozdziale) oraz specyficzne stany umysłu budzą sieć skojarzeń, czyli są zaczynem kolejnych wyobrażeń. Ciało traktowane jest jako puste naczynie lub skorupa i operacyjnie oddzielone od umysłu. Przyjmuje adekwatną do danego obrazu mentalnego formę. Wszystkie rodzaje wyobrażeń są opracowywane ideokinetycznie: wcielane i ucieleśniane w ruchu/działaniu w niepowtarzalny dla każdego performerera sposób. Przemiany tych obrazów indukują ruch postrzegany i definiowany przez obserwatora jako taniec.

Polscy tancerze butō pracują z wieloma typami obrazów mentalnych. Mogą to być konkretne i metaforyczne obrazy pochodzące z *butō-fu* Hijikaty albo samodzielnie skonstruowane wyobrażenia, dopasowane do procesu cielesno-umysłowego. Rolę wcielanego obiektu mentalnego może odgrywać określona sytuacja, temat (np. określony stan świadomości), przedmiot/obiekt, który tancerz ucieleśnia (z którym się jednoczy, którym „się staje”), lub jakakolwiek materia organiczna i nieorganiczna „osadzana” w ciele. Dodatkowo źródłem obrazów mentalnych może być samo ciało: figury, układy ciała oraz obrazy wydobyte z pamięci ciała.

Butō-fu i omoi

Po 1972 roku Hijikata opracował technikę komunikowania obrazów za pomocą słów. Wbrew potocznej opinii mowa (użycie słów) jest bardzo ważnym elementem *Ankoku butō*. Była to najbardziej charakterystyczna technika pracy z ciałem-umysłem zaproponowana przez Hijikatę.

Ciało schwyte przez słowa, ubrane w nie, zaczynało funkcjonować jako jeden ze znaków *butō* (*butō-fū*), nazywanych również przez Hijikata wyobrażeniami, którymi posługiwał się w pracy z tancerzami, tworząc choreografię. [...] W rezultacie [tancerz – M.Z.] mógł stać się wszystkim, od kamienia po gradową chmurę, mógł ucieleśnić wszechświat. [...] Tancerz nie miał naśladować rzeczy, lecz winien się nią stawać. Wcielenie było zaś możliwe jedynie wtedy, gdy ciało zostało odarte z indywidualności, z osobowości [...] tancerz stawał się świadomy swej fizyczności, uczył się używać własnego ciała jak narzędzia. Poprzez ciągłe powtarzanie ćwiczeń potrafił fizycznie i psychicznie panować nad własnym ciałem (Capiga 2009: 53).

Tak opisuje tę metodę Aleksandra Capiga-Łochowicz, bazując również na artykułach Hijikaty nie tłumaczonych na język angielski.

„Hijikata pisał taniec” – mówi Yōko Ashikawa (za: Hoffman, Holborn 1987: 9). Wspomina, że każdego dnia przez dziesięć lat ich pracy towarzyszyły uderzanie w bębenek i strumień słów. Język japoński, którym Hijikata się posługiwał, jest wręcz stworzony do takiej formuły pracy, bo przysłowki to często onomatopeje. „Bez słów nie mogliśmy tańczyć” (Capiga 2009: 53); „dla Hijikaty ciało było metaforą słów, a słowa metaforą ciała” (Kurihara 2000: 15). W wykładzie *Wind Daruma* opublikowanym w 1985 roku mówił: „Podglądałem gesty [...]. Następnie umieszczałem je wszystkie we wnętrzu mego ciała” (Hijikata 1985: 75, za: Capiga 2009: 86). Ciało było zmuszane w ten sposób do ciągłych przekształceń.

Idea wcielania obrazów mentalnych nie była w Japonii za czasów Hijikaty niczym nowym. W języku japońskim funkcjonuje termin *omoi*, który „oznacza myśl, koncept, wyobrażenie, intencję etc. Trudno podać precyzyjną definicję tego słowa, ale generalnie dotyczy ono wszystkiego tego, co celowo lub przypadkiem pojawia się w naszych głowach” (Kasai 2009b: notka *Choreographing a Butoh dance piece*).

Toshiharu Kasai w cytowanym powyżej artykule wspomina warsztat *butō* z Semimaru, tancerzem grupy *butō Sankai Juku*. W jego trakcie opowiadał on historię zbudowaną z serii *omoi*, która stanowiła podłoże dla nietypowych ruchów tancerzy. Proces wcielania różnorodnych *omoi* pojawia się zarówno w teatrze *nō*, jak i w praktyce koanowej charakterystycznej dla niektórych szkół buddyzmu zen.

W *nō* wcielenie stanowi sceniczny rudymet boskiego opętania (*kamikagari*) (por. Żeromska 2010a: 37–38) i jest pamiątką tańca na cześć objawienia się „pod postacią starca *okina*, bóstwa Kasugi Daimyōjina, który zatańczył przy

sośnie [...] rosnącej na terenie świątyni” (Żeromska 2010a: 231), co uznano za symboliczne zstąpienie teatru nō w świat człowieka. Zamiast bóstw do wnętrza ciała aktora nō zostają przeniesione „wizerunki osób, zwierzęce kończyny, fragmenty wodospadów, spirale pni, drganie gałązki, konar uniesiony przez rzekę” (Rodowicz 2009: 9), czyli różnorodne przejawy świata. Jadwiga M. Rodowicz nazywa to „starożytną umiejętnością wcielania rzeszy żywych istot, które są przenoszone z prehistorii pamięci rodzaju ludzkiego do wnętrza ciała aktora” (Rodowicz 2009: 9). Ożywa pamięć filogenetyczna, metaforycznie nazywana „przestrzenią zamieszkaną przez przodków”.

Rodowicz zatytułowała swoją pracę dotyczącą teatru nō *Boski dwumian. Przenikanie rzeczywistości w teatrze nō*. Odwołuje się w niej do antycznej wizji świata, według której człowiek i otaczający go świat tworzą harmonijną, stale komunikującą się jednię. Centralnym zagadnieniem czyni „niepodzielny i żywy dwumian – jeden świat, w którym żywi obcują ze zmarłymi” (Rodowicz 2009: 10), gdzie granice między człowiekiem a otaczającą go rzeczywistością są niewyraźne, a on sam

[...] jawi się nie jako jednostka, ale jako strumień, wiązka, akord, w którego centrum znajduje się pulsujące serce [...]. Każde jego uczucie, każda część ciała i fragment jego życia bierze wzór z kształtów już gdzieś powołanych i utrwalonych: z roślin, zwierząt, gór, skał, wodospadów (Rodowicz 2009: 11).

Rodowicz mówi o nieustannej oscylacji pomiędzy dwoma światami, wymagającej od widza percepcji dwupłaszczyznowej. Milczenie protagonisty *shite* w kulminacyjnym momencie akcji dramatu nō pozwala przejawić się drugiej rzeczywistości, do której zwykle nie mamy dostępu. Motokiyo Zeami odnosi się do tego procesu, twierdząc wręcz, że „w działaniu aktora najważniejsza jest ukryta pomiędzy domenami śpiewu i ruchu chwila zawieszenia (*senu hima*)” (za: Rodowicz 2009: 172). W cieniu tego tajemniczego milczenia pojawiają się zmysłowe wizerunki, formy, które zostają dosłownie ucieleśnione przez aktora – przejawia się świat przywołany wcześniejszym działaniem.

Komunikacji między tymi dwoma płaszczyznami rzeczywistości w teatrze nō strzegą tzw. przedmioty dwumianowane. To dzięki nim i poprzez nie wytwarza się trzecia przestrzeń: przestrzeń komunikacji, w której aktor jest wehikułem pomiędzy przestrzenią codzienną a tajemną. Dzięki archaicznej umiejętności ukazywania poprzez własne ciało ukrytej przestrzeni performer

może się poruszać w polu dwóch równoległych, rezonujących ze sobą rzeczywistości. Człowiek składa się zarówno z tego, czym **jest**, jak i z tego, czym **może być**. Po przekroczeniu progu pomiędzy dwoma rzeczywistościami może wkroczyć w przestrzeń graniczną, liminalną, może się stać „żyjącymi zwłokami” (*dead body standing*), jak określał Hijikata jedną z kluczowych dla *Ankoku butō* figur. W *butō* rolę przedmiotu dwumianowanego pełni ciało tancerza, które „staje się tekstem, zapisem ludzkiego doświadczenia odkrywanych przez ruch” (Jerzak 2009). Tancerz *butō* wykorzystuje obrazy mentalne, by obudzić pamięć uspiętego ciała. „Pamięć ma charakter ikoniczny; budzi ją przemierzanie przestrzeni szlakiem wizerunków ewokowanych słowem [...] pamięć karmi się wizerunkiem zaklętym w słowie” (Rodowicz 2009: 126).

Omoi są również wykorzystywane przez mistrzów szkoły *rinzai* buddyzmu zen w praktyce koanowej¹⁸. Można w niej wyszczególnić praktyki analogiczne do tych pojawiających się w treningu *butō*. Obecność totalną adept zen uzyskuje poprzez konkretne techniki: przyjęcie odpowiedniej pozycji (siedzenie w *zazen*) i tzw. oddychanie brzuszne (skierowanie oddechu do punktu *hara* mieszczącego się na wysokości około dwóch do czterech palców poniżej pępka). W praktyce *shikantazy* stosowanej w szkole zen *soto*, znalazłszy się w tym specyficznym stanie umysłu, podąża za tym, co się pojawia w wyniku skupienia medytacyjnego.

Natomiast w szkole *rinzai* powtarza czy inaczej: „wprowadza do ciała” zalecony przez nauczyciela (*sensei*) koan (por. aneks *Terminy*) (pytanie-zagadkę). Celem praktyki jest utożsamianie z koanem (stanie się koanem) oraz transformacja. Praktykę tę można nazwać wcielaniem koanu. Jedynie „osadzając” koan w ciele-umyśle, praktykujący jest w stanie faktycznie go doświadczyć. W efekcie utożsamia się z koanem, staje się z nim jednym. Proces ten nie wymaga rozumienia, ale właśnie doświadczenia. W praktyce koanowej zwraca się uwagę na fakt, że umysł, a tym samym człowiek, może się przejawiać w dowolny sposób: zawiera w sobie absolutnie wszystkie możliwości. Człowiek jest tym samym nośnikiem czy też inaczej: zbiornikiem wszystkich potencjalnie

¹⁸ Wszystkie informacje oraz doświadczenia związane z praktyką koanową uzyskałam od Małgorzaty Braunek, Rosi szkoły Zen Kanzeon, Sanga Białej Śliwy w Polsce podczas Mów Dharmy oraz prywatnych spotkań (*daisan, dokusan*), jak również w toku własnej praktyki w tej szkole trwającej od stycznia 2005 roku do dzisiaj.

możliwych zmysłowych przejawów. Umiejętność wcielania/ucieleśniania koanu wiąże się bezpośrednio ze świadomością tego, jak funkcjonuje ludzki umysł. Rzeczywistość (czyli wszystkie formy: zarówno to, co uważamy za podmiot, jak i to, co uważamy za przedmiot) to przejawiający się umysł (WMB). Zamiast koanu tancerz *butō* osadza w ciele-umyśle dowolny obraz mentalny.

Ideokineza

Technika „wcielania obrazów mentalnych” nie tylko nie jest oryginalnym pomysłem Hijikaty, ale także nie stanowi wyróżnika kultury japońskiej – była stosowana w wielu kulturach od tysięcy lat¹⁹.

W XX wieku praktyka ta została nazwana ideokinetyką. Można ją zdefiniować jako świadome dokonywanie zmian na poziomie fizyczno-biologicznym za pomocą obrazów mentalnych. Oczywiście termin „obraz mentalny” odnosi się nie tylko do wyobrażeń wzrokowych, ale również do pochodnych innych modalności zmysłowych. Obrazy mentalne można podzielić na bezpośrednie (dosłowne, np. ruch ramienia w stawie) i pośrednie (metaforyczne, np. wyobrażenie orła otwierającego skrzydła do lotu). Obrazy bezpośrednie są wykorzystywane przede wszystkim w sensomotorycznych treningach sportowców lub rehabilitacji narządów ruchu. Natomiast obrazy pośrednie – również w powyższych kontekstach – mogą być wykorzystywane przez tancerzy, performerów jako element improwizacji, zarówno warsztatowej, jak i scenicznej. Można również zastosować podział na obrazy abstrakcyjne i konkretne (por. Hawkins 1995). Obrazy konkretne dotyczą konkretnych działań, np. rozdzielanie sklejonnych dłoni, natomiast obrazy abstrakcyjne są związane z tym, co nienamacalne: emocjami, wyobrażeniami przyciągającej nas siły etc. To z obrazów pośrednich, zarówno konkretnych, jak i abstrakcyjnych, zbudowane są *butō-fu* Hijikaty.

Ideokinezyjologia, czyli nauka o możliwości wykorzystania obrazów mentalnych (*images*) do poprawy wzorca funkcjonowania mięśni (*muscle patterns*) (por. Bernard 2006), rozwinęła się w XX wieku za sprawą Mabel E. Todd, Barbary Clark i Lulu Sweigard. Sweigard, cytując Todd, stwierdza, że „koncentracja na obrazie związanym z ruchem prowadzi do reakcji neuromięśniowych niezbędnych do wykonania określonych ruchów z jak najmniejszym

¹⁹ Krótka historia dyscypliny w: Franklin 2007: 23–33.

wysiłkiem” (Sweigard, za: Franklin 2007: 52). Definiuje ideokinezę jako „wielokrotne wyobrażanie sobie sekwencji ruchów bez zamierzonego wysiłku fizycznego” (Sweigard 1978: 187). W tym przypadku obraz docelowo nie ma być automatycznie odzwierciedlony poprzez ruch ciała.

Od lat siedemdziesiątych XX wieku przeprowadzono wiele badań, które pozwoliły zbudować podłoże teoretyczne funkcjonowania zjawiska ideokinezy. Przeglądowy artykuł dotyczący umysłowej symulacji z wykorzystaniem wyobraźni motorycznej (*motor imagery*) opublikowała Bibianna Bałaj z Katedry Psychologii Eksperymentalnej Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego. Według jej relacji już w 1885 roku Salomon Striker stwierdził, że „symulacja działania angażuje zasoby przetwarzania, które są także odpowiedzialne za samo wykonanie zadania” (Bałaj 2007: 231). Współczesne badania neurobiologiczne potwierdziły jego intuicję. Czas wykonywania symulowanego i rzeczywistego ruchu jest podobny, „reakcje wegetatywne powiązane z wysiłkiem fizycznym zmieniają się w taki sam sposób” (Decety, za: Bałaj 2007: 231), a także aktywują się podobne obszary mózgowie. Mózgowa symulacja może powstać automatycznie (oglądanie kogoś) lub być wywołana świadomie (wyobrażanie sobie, jak byśmy się czuli w danej sytuacji). A zatem wyobraźnia pełni też funkcję adaptacyjną: wyobrażeniowy trening motoryczny wywołuje podobne zmiany funkcjonalne mózgu, a „badania wskazują również na skuteczność treningu wyobrażeniowego w doskonaleniu umiejętności ruchowych” (Bałaj 2007: 245).

Ale jak to działa? Mózg łączy z ciałem (czyli m.in. z mięśniami) działające w dwóch kierunkach drogi neuronalne. Neurony dzielą się na sensoryczne (czuciowe), motoryczne (ruchowe) i międzyneuronowe (pośredniczące; służą komunikacji pomiędzy tymi wcześniejszymi). Komórki sensoryczne zbierają informacje na temat bodźców zmysłowych, przekazują je do mózgu oraz dostarczają bodźców do odruchów, natomiast komórki motoryczne przekazują informacje z mózgu odpowiednim mięśniom, powodując ich skurcz: „energia elektrochemiczna wyładowuje się wzdłuż aksonu – przedłużenia komórki nerwowej” (Franklin 2007: 53). Do tworzenia wizualnych obrazów mentalnych organizm używa dróg neuronalnych związanych z procesem widzenia, jednak w tym przypadku proces ma przeciwny wektor: bodziec powstaje w wyższym ośrodku, skąd trafia do kory optycznej, gdzie zostaje rozpoznany (Franklin 2007: 56). Nasze ciało poprzez ruch nieświadomie odzwierciedla stworzone w umyśle żywe obrazy. Jednak by stworzyć w umyśle

wyraźne i pełne obrazy mentalne, niezbędny jest trening sensoryczny, uwrażliwianie zmysłowe.

Jeszcze przed pojawieniem się w świadomości decyzji o wykonaniu ruchu mózg jest zaangażowany w przygotowanie motorycznych procesów (tworzy rodzaj ich mapy). Aktywizuje sieć tzw. neuronów reprezentujących działanie, które wysyłają informację o konieczności przygotowania reakcji motorycznej (mięśniowej). Ten proces określa się mianem wzbudzania potencjału motorycznego. Oczywiście nie zawsze jego konsekwencją jest ruch. Mózg zwykle wysyła odpowiedni komunikat, sprawiając, że ruch nie „wycieka” poza wyobraźnię. By powstrzymać aktywność mięśniową, kora mózgu aktywuje wyspecjalizowane aminokwasy. Jednak „sygnał hamujący aktywność ruchową podczas wyobrażania może zostać wybiórczo zablokowany” (Bałaj 2007: 231).

W przypadku pracy z obrazem mentalnym mającej na celu inicjację ruchu, czyli takiej, którą wykorzystuje się w butō, interesuje nas ruch, który „wyciekł”. Już w XIX wieku analizowano wpływ powstających w umyśle obrazów i zamierzeń na nieświadome inicjowanie ruchu i innych reakcji organizmu. Termin „reakcja ideomotoryczna” (*ideomotor response*) został po raz pierwszy zastosowany przez Williama Benjamina Carpentera w 1840 roku. Oznacza on właśnie nieświadome wykonywanie mikroruchów i ruchów pod wpływem wyobrażeń. Natomiast reakcja ideodynamiczna (*ideodynamic response*) odnosi się do wszelkich, niekoniecznie motorycznych reakcji organizmu – może to być wydzielanie płynów (np. śliny na myśl o cytrynie). Obraz pojawiający się w umyśle wywołuje szereg reakcji, które mają swoje odzwierciedlenie w procesach cielesnych (m.in. motorycznych).

Według Jeanne Achterberg (Achterberg, za: Franklin 2007: 55), amerykańskiej badaczki zajmującej się studiami nad ciałem-umysłem (*bodymind studies*), obydwie półkule mózgowe inicjują ruch naszego ciała. Lewa półkula mózgowa steruje wykonaniem zamierzonych czynności: „nasze ciało będzie temu posłuszne zgodnie z istniejącym neuromięśniowym wzorcem koordynacji” (Franklin 2007: 55). Ale również prawa półkula kojarzona z umiejętnością tworzenia wyobrażeń wpływa na aktywność cielesną, „wysyłając obrazy mentalne do konkretnych mięśni; przykładem może być dłoń otwierająca się jak kwiat [...] Każda myśl, każde uczucie prowadzi do aktywności bio- i elektrochemicznej, dotyczy to każdej pojedynczej komórki” (Franklin 2007: 55).

Wcielanie czy też ucieleśnianie wyobrażeń bazuje na omówionych powyżej, niekoniecznie eksplikowanych przez tancerzy butō, ale obecnych

w ich praktyce, zasadach. Podczas improwizacji wykorzystują oni potencjał reakcji ideomotorycznych i ideodynamicznych organizmu: „różne przeżycia psychiczne i myślenie abstrakcyjne wywierają wpływ na aktywność motoryczną, a więc na skurcze i napięcia mięśni szkieletowych oraz postawę ciała” (Mond-Kozłowska 2010: 76). Wykorzystując obrazy mentalne (bezpośrednie, pośrednie, abstrakcyjne i konkretne), tancerz butō inicjuje ruch ciała. Świadomie i celowo tworzy wyobrażenia lub koncentruje się na tych odnalezionych w świecie zewnętrznym albo w pamięci ciała. Może korzystać z notacji obrazów mentalnych tworzonych przez Hijikatę, nazwanych *buto-fu*. Jego ruch i kompozycja ciała są odzwierciedleniem obrazu. Obraz mentalny, również ten zapośredniczony przez słowo, jest w tańcu butō podstawowym narzędziem transformacji.



rozdział szósty
Transformacja
tancerza
i widza

Podsumowując: tancerz butō rezygnuje z wszelkich estetycznych/semiotycznych kodów formalnych. Ważny jest sam akt transformacji [por. Fraleigh 2010; rozdział 2.4. *Butō jako proces alchemiczny (Sondra Horton Fraleigh)*]: tancerz **staje się** tym, co z punktu widzenia obserwatora przedstawia. „Pustka” pojawiająca się w wyniku odrzucenia własnej tożsamości zostaje wypełniona konkretnymi wyobrażeniami. Świat zewnętrzny zostaje za pomocą obrazów wprowadzony do wnętrza opróżnionego ciała i wraz z nim się przekształca. W praktyce treningowej transformacja stanowi cel procesu wewnętrznego performerera.

Kluczowym doświadczeniem jest doświadczenie obecności totalnej, które należy do kategorii tzw. zmienionych stanów świadomości. Jest ono projektowane na widza i cieleśnie przez niego odbierane. Na etapie rozgrzewki tancerze butō stosują różne techniki umożliwiające im osiągnięcie tego stanu. Może to być trening wytrzymałościowy, którego celem jest doprowadzenie organizmu do stanu skrajnego wyczerpania, kryzysu, lub trening uważności, zwykle w formie tzw. *zero walk*. Efektem obu rodzajów praktyk jest zmiana jakości funkcjonowania organizmu na wielu poziomach (neurofizjologicznym, hormonalnym, a co za tym idzie – percepcyjnym, emocjonalnym i energetycznym). Następnie na etapie podążania tancerze uwrażliwiają się sensorycznie i eksplorują materiał gromadzony w pamięci ciała, związany z wydarzeniami na drodze rozwoju jednostki (ontogeneza) i gatunku (filogeneza). Wcielanie polega na wykorzystaniu obrazów mentalnych, by wzbudzić ruch. Tancerze butō wypełniają ruchem „skorupę ciała”. Wykorzystują *butō-fu* (zapisy butō)

Tatsumiego Hijikaty, ale również obrazy powstające na bazie treści „zapisanych” w ciele. Obrazy mentalne (wyobrażenia) są opracowywane ideokinetycznie: wcielane i ucieleśniane w ruchu/działaniu/tańcu.

Esencją butō jest więc opisany powyżej proces transformacji. Bezustanne przekształcenia psychofizyczne stanowiły rdzeń praktyki butō już w klasycznym *Ankoku butō*. Hijikata „dążył do uchwycenia życia bezpostaciowego, odpornego na wtlaczanie w sztywny schemat” (Capiga 2009: 55). Dążył do „wymazania” przez tancerzy codziennej, ludzkiej, uspołecznionej formy.

Jego podstawowym założeniem było to, że ożywiający ciało duch przekształca się w inne formy bytu, pozostawiając pustą skorupę ciała, która reaguje na bodźce zewnętrzne [...]. Ponieważ butō jest indywidualną formą wyrazu, nieposiadającą uniwersalnej postaci, ważne jest, by każdy tancerz butō odnalazł rzeczywistość, w jakiej ciało żyje w danej chwili – odkrył własną formę istnienia (Tachiki 1999: 33).

To samo dążenie jest obecne w praktyce polskich performerów butō.

Z transformansem (performansem przemiany) mamy do czynienia w wielu performansach kulturowych. W butō transformacja wiąże się z zastosowaniem szeregu technik omówionych w poprzednich rozdziałach. Choć nie sposób wyznaczyć ogólnej, uniwersalnej czy zestandaryzowanej metody butō, na pewno możemy wskazać określone techniki, które w najlepszy sposób pomagają realizować cele na kolejnych etapach praktyki transformacyjnej.

Performatywność treningu

Erika Fischer-Lichte czyni przedmiotem swoich dociekań performans rozumiany jako współdzielony akt, w którym performerami są zarówno uczestnicy określani w klasycznej estetyce mianem „twórców” (wykonawcy: aktorzy, tancerze), jak i ci, których nazywa się „odbiorcami” (widzowie). Wykonawcy i widzowie zwrotnie modyfikują swoje działania (interakcja poznawcza i wzajemna stymulacja). Cechą charakterystyczną performatywności jest ciągły, zwrotny proces interakcji pomiędzy uczestnikami – autopojetyczna pętla feedbacku, którą

[...] uruchamiają i napędzają nie tylko możliwe do zaobserwowania, a więc widzialne i słyszalne działania i zachowania aktorów i widzów, ale także

krążące między nimi energie. Nie są one wcale czystą hipostazą [...]. Można je odbierać w szczególny sposób, to znaczy za pośrednictwem własnego ciała (Fischer-Lichte 2008b: 95).

Performerzy są w tym procesie przede wszystkim fenomenalnie obecni – niczego poza sobą i rzeczywistością tu-i-teraz nie reprezentują, materialność ciał, ich „namacalność” dominuje nad znakowością.

Ich fenomenalne ciało wydziela specjalny rodzaj promieniowania, cieleśnie odbierany przez innych uczestników/widzów. W wielu przypadkach strumień energii zdaje się z nich wprost emanować i ogarnia widzów, wyraźnie podnosząc ich poziom energetyczny. Dzięki temu wykonawcę można postrzegać jako szczególnie intensywnie obecnego tu-i-teraz. Jednocześnie widz, odbierając taki strumień energii, w szczególny sposób i szczególnie intensywnie doświadcza własnej obecności. [...] [Wykonawcy – M.Z.] dzięki specjalnym technikom i praktykom podporządkowują sobie przestrzeń i na swoją cielesną obecność kierują całą uwagę widzów (Fischer-Lichte 2008a: 67).

Ciało fenomenalne charakteryzuje szczególny rodzaj obecności „tu-i-teraz”, jest natarczywie obecne, autoteliczne, nieintencjonalne, nie jest nośnikiem żadnych znaczeń. Podczas przedstawienia

Fenomenalne ciało każdego uczestnika z właściwymi sobie fizjologicznymi, afektywnymi, energetycznymi i motorycznymi stanami oddziałuje bezpośrednio na fenomenalne ciała pozostałych, wywołując w nich specyficzne stany fizjologiczne, afektywne, energetyczne i motoryczne (Fischer-Lichte 2008a: 67).

Natomiast ciało semiotyczne jako nośnik znaczenia odsyła do tego, co znajduje się poza nim, do tego, na co ciało jedynie „wskazuje”.

Performans sceniczny (przedstawienie) powstaje w wyniku przenikania się ciała semiotycznego z ciałem fenomenalnym. Mamy tu do czynienia z cielesnym procesem,

[...] dzięki któremu fenomenalne ciało może się nieustannie tworzyć jako coś specyficznego i zarazem wytwarzać swoje specyficzne znaczenia. Aktor w specjalny sposób wystawia na pokaz swoje ciało fenomenalne, które zwykle bywa doświadczane jako fakt jego obecności i równocześnie jako dramatyczna postać (Fischer-Lichte 2008a: 67).

Kto jednak doświadcza „specyficznej” obecności ciała fenomenalnego w performansie prywatnym, jakim jest trening butō? Podczas treningu tancerz pracujący z ciałem-umysłem jest równocześnie podmiotem i przedmiotem swojego aktu. Jest działającym i obserwatorem, sam siebie sobie „wystawia na pokaz”. Jest, jak to określał Jerzy Grotowski, „ptakiem-dziobiącym i ptakiem-patrzącym”.

Pijani istnieniem w czasie, zajęci dziobaniem, zapominamy dać życie tej części siebie, która patrzy. [...] Czuć się patrzonym przez tę inną część siebie (tę, która jest jakby poza czasem), daje inny wymiar [...], nie jest to w nas ani spojrzenie innych, ani osądzanie; ono jest jak nieporuszone wejście: milcząca obecność, jak słońce oświetla wszystkie rzeczy, i to wszystko. Proces każdego z nas może się spełnić tylko w kontekście tej nieporuszonej obecności (Grotowski 1990: 216).

Na przykład w japońskim teatrze nō i kyōgen istnieje bardzo podobna aktorska technika patrzenia, tzw. spojrzenie oderwane (*riken-no ken*) (Żeromska 2010a: 329), spojrzenie z zewnątrz. By je osiągnąć, aktor musi być równocześnie zaangażowany i oderwany. Yoshi Oida (aktor kyōgen) opowiada, że zgodnie z zaleceniem swojego nauczyciela próbował uzyskać spojrzenie z zewnątrz, będąc pewnym, że punkt obserwacyjny należy umieścić gdzieś na widowni. Ale po latach stwierdził, że położony jest on z tyłu, za nim. „Obserwuję samego siebie w grze jakby spoza mojej głowy. Okura [nauczyciel – M.Z.] na to zaśmiał się i odrzekł: – Tak. Twoje prawdziwe ja obserwuje cię z tyłu” (Oida, Marshall 1992: 40, za: Rodowicz 2009: 187).

W butō dzieje się tak nie tylko podczas performansu scenicznego. Również podczas treningu ciało i umysł zostają operacyjnie rozdzielone. Świadomość tancerza butō przebywa równocześnie w ciele – badając np. zapis w jego cielesnej pamięci lub utożsamiając się z kolejnymi wyobrażeniami (postaciami, obiektami, zjawiskami) – i poza ciałem, skąd obserwuje powyższe procesy.

Jeśli nie ma mnie tutaj – w porządku, ale zawsze musi być tak, że patrzę na siebie z góry, obserwuję. Wielokrotnie we frazach Hijikaty powraca oko patrzące z góry, oczy patrzące z boku. Po to, by tę świadomość jakoś rozproszyć. To nie jest brak świadomości, ale zupełnie inna świadomość (WTA, Pastuszek).

A zatem można powiedzieć, że to sam tancerz doświadcza specyficznej obecności swojego własnego ciała fenomenalnego.

Według Fischer-Lichte ciało i umysł są funkcjonalnie nierozłączne. „Umysł można zobaczyć tylko jako wcielony w konkretne ciało. W przedstawieniu nie sposób myśleć o człowieku jako istocie złożonej z ciała i umysłu, trzeba postrzegać go jako ucieleśnioną świadomość, jako *embodied mind*” (Fischer-Lichte 2008a: 67).

Dychotomię ciała i umysłu znosi obecność, a widzowi fenomenalne ciało performerera ujawnia się jako wcielony umysł. Ciało fenomenalne stanowi więc funkcjonalną jedność cielesno-umysłową. Autorka odwołuje się tutaj do radykalnej koncepcji obecności proponowanej przez Hansa-Thiesa Lehmana:

Obecność należy rozumieć jako proces świadomości, i to taki, który posiada cielesny wyraz i jest cielesnie odczuwany przez widza. Twierdzę jednak, że obecność to zjawisko, którego nie da się ująć w binarnych kategoriach ciało/ duch albo ciało/umysł. Ono podważa czy wręcz znosi tę dychotomię. Kiedy aktor [performer, tancerz – M.Z.] wytwarza własne ciało jako energetyczne i w ten sposób eksponuje własną obecność, wtedy objawia się jako wcielony umysł, to znaczy jako istota, w której ciało i umysł/świadomość nie dadzą się żadną miarą od siebie oddzielić, gdyż oba te elementy stanowią od samego początku integralną całość. [...] fenomenalne ciało aktora wydaje się wcielonym umysłem (Fischer-Lichte 2008b: 160).

Podczas performansu mamy do czynienia z cielesnym procesem, „dzięki któremu fenomenalne ciało może się nieustannie tworzyć jako coś specyficznego i zarazem wytwarzać swoje specyficzne znaczenia” (Fischer-Lichte 2008a: 67). Ale czy również podczas performansu prywatnego (treningu) tancerz wytwarza „specyficzne” znaczenia? A jeśli tak, to jak to się odbywa?

Tancerz *butō* przejmując na etapie treningu rolę „widza”. Podczas performansu prywatnego dociera do treści zapisanych w pamięci ciała. Uruchamia je poprzez cielesne odtworzenie/powtórzenie. Ale czym jest to cielesne odtworzenie treści? Artysta nie ma dostępu do pełnego „tekstu” stanowiącego prawzór aktualnych poruszeń (często nie dociera do złożonej korowej pamięci poznawczej). Dlatego z pewnością nie mamy do czynienia z „inscenizacją”, w której ciało pełniłoby rolę sceny, ale właśnie z performansem, z performatywnym wytwarzaniem znaczeń. Niezwykłe stany ciała i umysłu będące efektem uruchomienia zapomnianych i wypartych treści jawią się artyście przede wszystkim jako konkretne doznania, a równocześnie obrastają we

wszelkie późniejsze (niż „wspominane” doświadczenie) konteksty i są źródłem szeregu „asocjacji, wyobrażeń, myśli, wspomnień i uczuć” (Fischer-Lichte 2008b: 226), w żadnym więc razie nie można tego procesu traktować jako prostego liniowego odtwarzania.

Natomiast w przypadku ucieleśniania obrazów mentalnych mamy do czynienia z procesem o przeciwnym wektorze. Pewne tworzone mentalnie, założone treści (wyobrażenia, obrazy, *omoi*) zostają osadzone w ciele artysty. Następuje ich desemantyzacja: artysta nie próbuje rozumieć ani interpretować tychże obrazów, ale traktuje je „jako coś prawdziwego [...] Rzeczy oznaczają to, czym są, albo też to, jako co się pojawiają. Postrzegać coś jako coś to postrzegać coś jako znaczące. W akcie autoreferencji materialność, znaczony i znaczący stają się jednym i tym samym” (Fischer-Lichte 2008b: 227). Obraz mentalny „skrzydło orła” staje się skrzydłem orła, przekształcając ramię tancerza w skrzydło, a jego samego – w orła (choć równie ucieleśniony może zostać martwy ptak ze złamanym skrzydłem czy nawet pegaz).

Podsumowując: praktyki pozyskiwania treści z pamięci ciała oraz ucieleśniania obrazów przynależą do porządku obecności. W klasycznym porządku reprezentacji percepcja jest nakierowana na pewien założony cel. Natomiast w ramach porządku obecności oscylująca percepcja kieruje uwagę widza na zmianę, to na fenomenalną współobecność performujących, to na jego własne nieprzewidywalne ciągi asocjacyjne. „Proces percepcji przebiega w tym sensie całkowicie jako proces emergencji” (Fischer-Lichte 2008b: 241), znaczenia pojawiają się i fluktuują. Podobnie dzieje się podczas treningu butō na etapach podążania i wcielania: w przypadku podążania różne odczucia somatyczne (poziom ciała fenomenalnego) budzą szereg asocjacji (poziom ciała semiotycznego), rodzących dalsze odczucia, a w przypadku wcielania pewne obrazy (znaczenia) budzą pewne określone odczucia, będące z kolei źródłem dalszych asocjacji.

Oscylacja pomiędzy porządkiem fenomenalnym a semiotycznym (asocjacje) otwiera widza zarówno na doświadczanie empatii neurobiologicznej, jak i na prywatny kontekst recepcji. Oscylacja, według Fischer-Lichte, wywołuje u widza doświadczenie liminalne: stan bycia pomiędzy, niestabilności, zawieszenie wszelkich „ram” (reguł norm, porządków); wprowadza go w sytuację kryzysu.

Doświadczenie takiego kryzysu jako doświadczenie destabilizacji sposobu odbierania siebie, innych i świata często idzie w parze z silnymi doznaniem

i uczuciami, ze zmianą stanu fizjologicznego, energetycznego, afektywnego i motorycznego. [...] Stanu liminalności doświadcza się w pierwszej kolejności i przede wszystkim jako transformacji cielesnej (Fischer-Lichte 2008a: 700).

Współdoświadczenie

Doświadczenie transformacji pojawia się w butō na obu etapach procesu twórczego: podczas praktyki treningowej (performans prywatny) oraz w praktyce scenicznej (performans publiczny). W praktyce treningowej transformacja jest celem procesu wewnętrznego performerera. Natomiast w praktyce scenicznej celem staje się symultaniczność doświadczenia przemiany u tancerza i widza. Performerzy stają przed kolejnym zadaniem: jak uruchomić proces transformacyjny widza. W tym celu stosują specyficzne strategie obecności scenicznej. Poprzez działania cielesne ujawniają wobec widzów swój – mający miejsce tu-i-teraz – proces przemiany wewnętrznej, wzbudzając empatię na poziomie biologicznym.

Ruch tancerza butō w założeniu nie podlega czynnikom wolicjonalnym: ciało nie tańczy, ale „jest tańczone” (Nakajima 1998: 49). Dlatego choreografia butō nie może bazować na sekwencjach ruchowych. Reżyserując spektakl, tancerz może wykorzystywać materiał będący pochodną eksperymentów na etapie opisanego treningu. Jednak, jak twierdzą niektórzy tancerze butō, w trakcie każdego performansu ma miejsce proces przemiany: nie markuje się go. Choć można spotkać kategoryzacje tańca butō jako teatru tańca, stosowane w nim strategie wydają się bliższe sztuce performansu i body artowi niż mimetycznemu przedstawianiu innej rzeczywistości. W przypadku butō na plan pierwszy wysuwa się obecność ciała fenomenalnego. Warstwa semiotyczna jest tworzona przez odbiorcę, na podstawie własnych asocjacji. Butoka, owszem, funkcjonuje równocześnie w dwóch światach, ale nie jest to przestrzeń ciała fenomenalnego (aktora) i semiotycznego (postaci). Tancerz jest równocześnie performerem podlegającym procesowi ciągłej deidentyfikacji i obserwatorem samego siebie.

Także widz w procesie odbioru spektaklu musi porzucić codzienne nawyki poznawcze i zrezygnować z chęci jednoznacznej interpretacji znaczenia działań scenicznych. Ponieważ mózg stara się nie dopuścić do percepcyjnego chaosu, za wszelką cenę dąży do rozpoznania znajomych kształtów. Większość asocjacji jest więc nawykowych, wyuczonych. Przyłgnięcie umysłu do

określonego wyobrażenia i budowanie na tej podstawie interpretacji wydarzeń scenicznych są w butō zwodnicze, ponieważ artysta tworzy spektakl butō z tkanki własnych doświadczeń, subiektywnych reprezentacji rzeczywistości i nierefleksyjnie podejmowanych działań cielesnych. Widz zatem buduje własną subiektywną narrację dotyczącą doświadczeń artysty. Dlatego interpretacja i krytyka spektaklu butō mogą obejmować jedynie treść stworzoną przez widza (a nie tancerza, reżysera, choreografa).

Najbardziej pożądanym modelem odbioru jest nieoceniające, nieintelektualizujące przyjmowanie. W tańcu butō, podobnie jak w sztuce performansu, pojawia się charakterystyczny typ relacji z widzem – cielesne współuczestnictwo, odbiór zamienia się we współdoświadczenie (por. Bester 2009: 83). Butō, tak jak body art, skłania widza do doświadczenia cielesności tancerza. Bezpośrednia konfrontacja z jego ciałem ma miejsce na poziomie przedrefleksyjnym, neurofizjologicznym. Tancerz i publiczność, wzajemnie na siebie wpływając, wspólnie uczestniczą w procesie transformacji, jednak stany i treści pojawiające się w jego trakcie mogą być całkowicie odmienne – widz, podobnie jak tancerz, ma własny, niepowtarzalny „zapis w ciele”. Doświadczenia różnych odbiorców są wzajemnie nieprzystawalne, co wynika z nieświadomego aktywowania zupełnie innych treści.

Empatia neurobiologiczna

Punktem wyjścia interakcji jest ciało, wraz z jego procesami biologicznymi, fizjologicznymi i systemem neuronów lustrzanych umożliwiających cielesną empatię. Zmiany zachodzące w naszym ciele (także podczas odbioru wrażeń w trakcie performansu) są rejestrowane poprzez proprioceptory i interoceptory. To one informują nas o zmianach stanu naszego ciała-umysłu na poziomie fizycznym (napięcie mięśni, sposób ułożenia ciała) i fizjologicznym (zmiana rytmu serca, pocenie się, wydzielanie śliny). Trzy typy zmysłów,

[...] eksteroceptywne (odnoszące się do bodźców pochodzących spoza ciała i odczuwanych na powierzchni skóry), proprioceptywne (powstałe w obrębie ciała i związane z umiejscowieniem części ciała względem innych jego części oraz orientacją ciała w przestrzeni) oraz trzewne, lub inaczej: interoceptywne (pochodzące z wewnętrznych organów ciała i zwykle związane z bólem) (Shusterman 2010: 20),

dostarczają widzowi bodźców. Te z kolei wywołują reakcje emocjonalne oraz dalsze reakcje somatyczne (np. zmiana temperatury, nadmierne wydzielanie śliny). Odbiór staje się wspomnianym współdoświadczeniem: przedrefleksyjnym, cielesnym przebywaniem tu-i-teraz z performerem, bazującym na neurobiologicznej empatii.

Czym jest taka empatia? Gdy działamy, w naszym mózgu następuje aktywacja neuronów w pewnych określonych rejonach. Te same neurony aktywizują się (w obu przypadkach pojawia się podobna reakcja elektrofizjologiczna organizmu – Przybysz 2008: 68), gdy obserwujemy określone działania, a nawet wtedy, gdy je sobie wyobrażamy. Odpowiedzialny za ten proces jest – jak głosi koncepcja „zapropozowana w latach dziewięćdziesiątych XX wieku przez grupę włoskich neurobiologów (Giacomo Rizzolatti, Vittorio Gallese, Luciano Fadiga, Leonardo Fogassi) z ośrodka w Parmie” (Przybysz 2008: 68) – system neuronów lustrzanych. Neurony te są „komórkami o podwójnym działaniu: motoryczno-percepcyjnym” (Przybysz 2008: 68). Od lat dziewięćdziesiątych naukowcy z różnych ośrodków badawczych przeprowadzili wiele eksperymentów z użyciem takich metod, jak badania elektrofizjologiczne (EEG, MEG, TMS) oraz neuroobrazowanie (PET i fMRI) (por. Rizzolatti, Fabbri 2008). Pokazały one, że dzięki funkcjonowaniu neuronów lustrzanych możemy nie tylko imitować czyjeś działanie, ale również rozumieć czyjeś intencje i współodczuwać.

„Tania Singer z University College w Londynie wykazała, że niektóre pola w mózgu wykazują aktywność zarówno podczas doświadczenia bólu, jak i obserwowania, jak ten ból jest komuś zadawany” (Przybysz 2008: 69). Obserwując człowieka, który czegoś intensywnie doświadcza, „dokonujemy nieświadomej symulacji czynności, jaką wykonuje drugi organizm” (Przybysz 2008: 70), w opisanym przypadku nasz mózg symuluje odczuwanie bólu.

Teoria symulacyjna wyjaśnia, jak to się dzieje, że widz odczuwa (a nie tylko rozumie) stan psychofizyczny performerera butō. Co więcej, aktywacja określonych obszarów mózgowych, a co za tym idzie – zmiany biochemiczne w organizmie mogą wywołać analogiczną reakcję somatyczną, np. podwyższenie temperatury ciała czy wydzielanie płynów¹. Vilayanur S. Ramachandran uważa, że w ten sposób neurony lustrzane „rozpuszczają” barierę pomiędzy nami i innymi. Nazywa je „neuronami empatii” lub „neuronami Dalajlami”

¹ Wcześniej, w kontekście dociekań ideokinetycznych, zjawisko to określałam mianem reakcji ideodynamicznej.

(por. Ramachandran 2006). Jak twierdzą Ramachandran i William Hirstein, „artysta to «nieświadomy neurobiolog», a dzieło sztuki to «superbodziec», pobudzający określone moduły funkcjonalne w mózgu widza” (za: Markiewicz, Przybysz 2007: 114).

Empatia neurobiologiczna jest najważniejszym procesem, który tancerz butō usiłuje „zaszczepić” w ciele-umyśle widza. Tym samym możemy ją uznać za klucz do zrozumienia scenicznego procesu butō.

Podsumowanie i wnioski

Taniec butō powstał w Japonii w drugiej połowie XX wieku. Mimo że jego twórca Tatsumi Hijikata chciał, by „japońskość ciała” tancerza stanowiła warunek *sine qua non* tańca butō, od lat osiemdziesiątych zeszłego stulecia gatunek ten rozpoczął triumfalny pochód przez sceny całego świata, aktualizując się również w ciałach nie-japońskich. „Choć taniec butō narodził się w Japonii [w roku 1959], zaistniał w wielu krajach, wraz z potencjałem znoszenia barier i zwalczania dyskryminacji” (*Akira Kasai Five-Day Butoh Workshop...* 2005) – twierdzi Akira Kasai, japoński tancerz i choreograf butō o światowej sławie, tym samym wskazując na transkulturowy potencjał, który uwidacznia się zarówno w uniwersalności psychosomatycznego treningu, jak i w podatności gatunku na wszelkie hybrydyzacje.

W niniejszej książce próbowałam opisać fenomen polskiego butō oraz skonstruować model treningu stosowanego przez polskich tancerzy, mając na uwadze zarówno proces uniwersalizacji i globalizacji tego pierwotnie japońskiego gatunku tańca, jak i polski kontekst kulturowy lat dziewięćdziesiątych, dekady poprzedzającej pojawienie się butō: radykalne przemiany w sztuce oraz nowe trendy kulturowe. Na intensywny rozwój sztuki butō w Polsce na początku XXI stulecia wpłynęło kilka czynników. Po pierwsze, w latach dziewięćdziesiątych XX wieku pojawił się czerpiący z doświadczeń body artu nurt sztuki krytycznej, oswajając szerszą publiczność z radykalnym działaniem, którego przedmiotem i podmiotem jest żywe (i nagie!) ciało performerera. Po drugie, artyści zyskali dostęp do międzynarodowych laboratoriów tańca współczesnego, a w rezultacie zapoczątkowało to rozwój jego bardziej eksperymentalnego nurtu. I po trzecie, ogromną popularnością zaczęły się cieszyć dalekowschodnie metody pracy z ciałem i umysłem (*bodymind disciplines*).

Przedmiotem swoich badań uczyniłam (1) stosowane przez polskich buto-ków formy pracy z ciałem, ciałem-umysłem, integrowane podczas treningu z (2) technikami charakterystycznymi dla butō. Praktyki treningowe rodzimych tancerzy butō obejmują metody i techniki o bardzo różnej proveniencji. Wśród nich należy wyszczególnić, po pierwsze, metody i techniki zgłębiane głównie pod kątem realizacji scenicznej, nauczane w ramach takich dziedzin sztuk performatywnych (*performing arts*), jak taniec klasyczny, taniec współczesny, teatr tańca, teatr fizyczny, teatr rytualny, taniec pozaeuropejski, etniczny, improwizacja taneczna, improwizacja w kontakcie, gimnastyka artystyczna, mim ciała, techniki wokalne. Drugim i, jak się okazuje, niezwykle istotnym źródłem technik i metod są tzw. dyscypliny obejmujące pracę z ciałem-umysłem (*mind-body* lub *bodymind disciplines*): hatha joga, kundalini joga, ashtanga joga, wschodnie sztuki walki (aikido, *aikishintaiso*, chińskie style *Lang* i *Vietnam Dao*), tai chi, capoeira, jak również metody opracowane w XX wieku w świecie zachodnim (*Body Mind Centering*, ideokineza, techniki relaksacyjne) i w Japonii (*Noguchi Taiso*). Poszukiwania polskich artystów tworzących butō obejmowały również metody terapii poprzez ciało i ruch: choreoterapię, *Dance Movement Therapy*, Psychoterapię Socjo- i Somatoanalityczną oraz umiejętności i doświadczenie zdobyte podczas studiów w Akademii Sztuk Pięknych i indywidualnych praktyk u artystów działających w ramach sztuk wizualnych (plastycznych).

Polscy tancerze butō wykorzystują praktyki uznane przez siebie za szczególnie ważne dla rozwoju artystycznego w sposób twórczy. Integrują je z technikami butō, które poznali zarówno w praktyce, podczas warsztatów z wieloma japońskimi twórcami, jak i czytając pisma teoretyczne, głównie wypowiedzi twórcy *Ankoku butō*, Hijikaty, i jego następców. Wśród japońskich tancerzy, którzy podczas prowadzonych przez siebie warsztatów kształtowali obraz cielesno-umysłowych praktyk butō, należy wymienić takich artystów, jak: Atsuschi Takenouchi, Daisuke Yoshimoto, Morita Itto i Mika Takeushi, Denise Fujiwara, Yumiko Yoshioka, Ko Murobushi, Min Tanaka, Kan Katsura, Minako Seki, Seisaku, Yuri Nagaoka, Yoshito Ōno, Yoko Muronoi, Carlotta Ikeda, Tadashi Endo, Yuko Kawamoto. Polscy tancerze poznawali butō również na warsztatach zachodnich tancerzy butō, takich jak Joan Laage (USA), Susana Åkerlund (Szwecja), Marie-Gabrielle Rotie (Wielka Brytania), Imre Thormann (Niemcy)¹.

¹ Szczegółowe informacje w aneksie *Biogramy osób wymienionych w tekście*.

W efekcie twórczej syntezy dokonywanej przez artystów możemy mówić o zintegrowanym treningu *butō*: elementy różnych metod pracy z ciałem zostają osadzone na rusztowaniu, jakie stanowi trening *butō*. Jego podstawowym celem jest transformacja cielesno-umysłowa, dokonywana poprzez modyfikację stanów fizjologicznych, afektywnych, motorycznych i energetycznych. Ta wielopłaszczyznowa przemiana zostaje „zaszczepiona” widzom dzięki intensywnej, bezpośredniej cielesnej współobecności. Techniki wykorzystywane w zintegrowanym treningu *butō* są narzędziem służącym przemianie i jej katalizatorem.

Najpierw zrekonstruowałam niejawny (ukryty w działaniu) sposób definiowania ciała, Ja cielesnego i w końcu ciała-umysłu, ponieważ kluczem do analizy procesów oraz procedur pojawiających się w treningu *butō* jest rozumienie ciała i umysłu jako całości. Następnie prześledziłam kolejne etapy tworzące procesualną strukturę performansu prywatnego *butō*. Wyróżniłam trzy główne etapy treningu: *intro*, *podążanie* i *wcielanie*. W pierwszym z nich (*intro*) wyszczególniłam trening wytrzymałościowy (w jego efekcie zmienia się chemiczna gospodarka organizmu, powodując tzw. euforię biegacza) oraz trening uważności (związany z kontemplacyjnością i receptywnością rozwijanymi w najbardziej charakterystycznym dla treningu *butō* ćwiczeniu: *zero walk*). Efektem obu rodzajów treningu ma być ciało *butō* (*butō-tai*), inaczej: stan obecności totalnej. By przybliżyć szerokie spektrum zmienionych stanów funkcjonowania, które artyści kojarzą z *butō-tai*, wykorzystałam „kartografię stanów ekstazy i medytacyjnych” Rolanda Fischera (1971). W fazie drugiej (*podążanie*) tancerz eksploruje bodźce płynące z wnętrza ciała i z zewnątrz, m.in. własne pobudzenia sensoryczne oraz materiał zgromadzony w pamięci ciała. Tę ostatnią kategorię wyjaśniłam, odwołując się do koncepcji neurofizjologicznych. Tancerz *podąża* za własnymi doznaniem, a jego ruch pojawia się spontanicznie. Rdzeń fazy trzeciej (*wcielanie*) stanowią reakcje ideokinetyczne i ideodynamiczne. Praca z ciałem reagującym na wyobrażenie była obecna nie tylko w myśli i praktyce japońskiej (kategoria *omoi* pojawiająca się w teatrze *nō* i praktyce koanowej buddyzmu zen), ale również w praktyce europejskich ideokinezyjologów XX wieku. Zatem metoda pracy z obrazami zapośredniczona przez tzw. *butō-fu* Hijikaty wydaje się uniwersalna.

Tak skonstruowany trening pozwala tancerzom dokonać aktu autotransformacji na wszystkich poziomach: fizycznym, biologicznym, psychicznym.

Butocy modyfikują funkcjonowanie własnego układu nerwowego (wydaje się, że również autonomicznego), wpływają na sferę afektu, wyobrażeń, na motorykę swojego organizmu. Ale transformacja obejmuje również poziom relacyjny, komunikacyjny. Na etapie praktyki scenicznej naczelnym zadaniem staje się symultaniczność przeżycia przemiany wszystkich uczestników wydarzenia: wzbudzenie procesu transformacyjnego widza. W tym celu tancerze stosują specyficzne strategie. Poprzez działania cielesne ujawniają przed widzami swój – mający miejsce tu-i-teraz – proces przemiany wewnętrznej, wzbudzają w widzu empatię neurobiologiczną. Zjawisko to wyjaśniłam, korzystając z dokonań kognitywistyki społecznej, w ramach której rozwija się teorię funkcjonowania neuronów lustrzanych. Proces przemiany zostaje „zaszczepiony” w ciele widza poprzez wzbudzenie empatii, możliwej dzięki intensywnej współobecności performerów i widzów.

Badany przeze mnie trening odgrywa fundamentalną rolę w tematykowaniu spektakli oraz wpływa na estetykę realizacji scenicznej. Sztuka butō wymaga odrębnej estetycznej i krytycznej analizy, dla której punkt wyjścia mogą stanowić zamieszczone w tej rozprawie rozważania.

Współcześnie niezwykle trudno wyznaczyć granice pomiędzy teatrem (w dużej części postdramatycznym, czerpiącym z doświadczeń sztuki performansu), tańcem artystycznym (to zarówno udratyzowany teatr tańca, jak i minimalistyczny eksperyment, bliższy działaniom performerów i happenerów niż teatrowi tańca) a różnorodną i wielopostaciową sztuką performansu. Dlatego swoje dociekania snułam wokół fundamentalnej i uniwersalnej kategorii obecności cielesnej, która w sztuce XXI wieku aktualizuje się w działaniach teatralnych, tanecznych i performerskich.

Aneks 1.

Terminy

Aikido. *Ai* to harmonia, równowaga, *ki* – duch, energia, a *dō* – droga, metoda, sposób, nauczanie. Japońska sztuka walki skodyfikowana przez senseia Moriheia Ueshibę na przełomie XIX i XX wieku. Twórca aikido oparł swój system na kilku tradycyjnych japońskich sztukach walki. Aikido kładzie nacisk na moralny i psychologiczny wymiar działań oraz na odpowiedzialność za zdrowie i życie drugiego człowieka w całym procesie treningu i walki. Termin „aikido” został po raz pierwszy użyty w 1944 roku. W Polsce pierwsza sekcja aikido powstała w 1976 roku. Umiejętność wykorzystania swojego *ki* jest kluczową kwestią w opanowaniu technik aikido. *Ki* jest często tłumaczone jako „siła oddechu”, „moc”, „energia”, a czasem nawet „dusza”. Wycucie czasu, poczucie odpowiedniego dystansu oraz koncentracja (spokój) umysłu i ciała są tu szczególnie istotne. Większość nauczycieli umiejscawia *ki* w *hara* (por. **centrum**). Ze względu na to oraz na częste odnoszenie *ki* do sfery duchowej aikido jest niekiedy określane mianem „zen ruchu”.

Aikishintaiso. *Ai* – harmonia, *ki* – energia, *shin* – umysł, *tai* – ciało, *so* – praktyka, a więc termin ten można przetłumaczyć jako „gimnastykę ciała dla poprawy jego funkcjonowania”. Stanowi integralną część aikido. Praktyka ta wywodzi się od legendarnego już nauczyciela Koichiego Toheiego. Podkreślał on jej znaczenie i aplikował podstawowy zestaw ćwiczeń w czasie treningu. Choć *aikishintaiso* jest bazą, która towarzyszy uprawianiu sztuk walki, gimnastykę tę można traktować jako samodzielną naukę i praktykę zdrowotną. Regularna praktyka ożywia ciało, zwalczając fizyczne blokady i wyzwalać nowe możliwości.

Archetyp. Carl Gustaw Jung w swoich pracach odwołuje się do pojęcia nieświadomości zbiorowej (kolektywnej). Główną jej składową są archetypy – nośnik wspólnych ludzkości wyobrażeń. Te praobrazy przejawiają się w kulturze w formie symboli. Poprzez symbole, których bogactwo odnajdujemy w sztuce, marzeniach sennych i fantazjach, człowiek zyskuje dostęp do wiedzy o archetypach. Proces indywidualacji,

kluczowy dla osiągnięcia pełni rozwoju, zakłada konfrontację z poszczególnymi archetypami.

Autobalans, pozycja zero, pozycja neutralna. W butō stanowi punkt wyjściowy do poruszeń ciała, np. w praktyce *zero walk*. Ciało jest w naturalny sposób rozluźnione, a równocześnie ugruntowane.

Body Mind Centering (BMC). Metoda edukacji somatycznej stworzona przez Bonnie Bainbridge Cohen. BMC prowadzi do zrozumienia tego, jak umysł wyraża się poprzez ciało w ruchu. Celem tej praktyki jest „odkrywanie relacji między najmniejszymi i największymi ruchami ciała – harmonizowanie ruchu wewnątrzkomórkowego z ruchem całego ciała w przestrzeni. Ten proces składa się z rozpoznawania, nazywania, różnicowania i integrowania różnych tkanek w ciele, odkrywania różnych jakości i elementów, które składają się na ruch, oraz tego, jak te wszystkie elementy rozwijały się w trakcie procesu rozwojowego i jaką rolę aktualnie odgrywają w wyrażaniu się umysłu” (Cohen 2009). Jedną z podstawowych technik stosowanych w BMC jest ruch rozwojowy, w którym m.in. wykorzystuje się ruchy pierwotne. Najważniejsza jest świadomość kolejnych warstw ciała: począwszy od komórek, szkieletu, więzadeł, mięśni, narządów i gruczołów wewnętrznych, na układzie nerwowym, powięzi, płynach, skórze i powiązaniach pomiędzy tymi systemami skończywszy. Dzięki tej metodzie rozwija się uważność i świadomość prowadzenia ruchu z poszczególnych poziomów.

Butoh Kaden. Książka oraz materiał audiowizualny (na DVD-ROM) wydany w roku 1988 przez Yukia Waguriego, tancerza z grupy stworzonej i prowadzonej przez Tatsumiego Hijikate; prezentacja metody *Ankoku butō* stworzonej przez Hijikate, ciągów wyobrażeń przedstawianych w klasycznych *butō-fu*.

Butō-fu. *Fu* znaczy po japońsku „kronika” lub „historia”. *Butō-fu* to zapis sporządzony przez choreografa lub tancerza butō wykorzystywany podczas budowania ruchu w spektaklu butō. Klasyczne *butō-fu* zostały stworzone przez Tatsumiego Hijikate i są do dziś wykorzystywane przez niektórych kontynuatorów jego tradycji.

Centrum. Może być w przybliżony sposób zdefiniowane jako środek ciężkości ciała, znajdujący się w niższej części tułowia, około pięciu centymetrów poniżej i w głąb w stosunku do pępka. Znaczenie „osadzenia w centrum”, „ruchu wyprowadzonego z centrum” jest podkreślane przez twórców i adeptów wielu dyscyplin i metod; pojawia się np. w tańcu afrykańskim, w różnych japońskich dyscyplinach (w których określane jest mianem punktu *hara*) czy też większości *Mind-Body Disciplines*.

Dodekafonia. *Dodeka* – dwanaście, *phône* – dźwięk (gr.); dwunastodźwiękowa, atonalna technika komponowania utworów muzycznych, w której brak centrum

tonalnego dzięki równouprawnieniu wszystkich dwunastu dźwięków oktawy, ułożonych w dowolnie obraną serię.

Doświadczenie kontemplacyjne. Doświadczenie będące pochodną praktyki zbliżonej do medytacji. Toshihiko Izutsu w artykule zatytułowanym *Metafizyczne tło teorii nō. Analiza „Dziewięciu etapów” Zeamięgo* (2001) wyróżnia kolejne etapy kształtowania się pola kontemplacji. Na pierwszym obserwujący podmiot porzuca codzienną percepcję charakteryzującą się skupieniem poznawczym na wybranym przedmiocie, poszerza pole obserwacji, dostrzegając nieskończoną wielość przedmiotów, wraz ze wszystkimi wzajemnymi zależnościami i asocjacjami (dyspersja uwagi). Akt poznawczy przekształca się w świadomość obecności. Na drugim etapie te dwa elementy – pole oraz świadomość pola – stają się od siebie nieodróżnialne, trwają we wspólnej harmonii. Na trzecim etapie świadomość kontemplacji zostaje całkowicie wchłonięta przez pole, znika. Pole jest świetliste, a nieistniejąca świadomość przejawia się w formie negatywnej – jako czarny punkt pośrodku pola. Na czwartym, ostatnim etapie znika nawet pole, wszystkie formy toną w całkowitej ciemności, która paradoksalnie przekształca się w bezkresne oślepiające światło. Tę doświadczaną nicość autor uznaje za prawdziwą rzeczywistość.

Doświadczenie szczytowe (*peak experience*). Specyficzny typ doświadczenia opisany przez amerykańskiego psychologa, głównego przedstawiciela nurtów psychologii humanistycznej Abrahama Masłowa w pracy *W stronę psychologii istnienia* (1986). Stany wyjątkowej jasności, pełni, które często odmieniają dalsze funkcjonowanie doświadczającego. Najważniejsze cechy doświadczenia szczytowego to: poczucie wyjątkowości sytuacji, jej pełnia, niezależność od ludzkich motywacji, percepcja nieoceniająca, bogactwo wrażeń, bezinteresowność, przekroczenie świata własnego ego, nieosadzenie w czasie i przestrzeni, poczucie, że wszystko dzieje się w najbardziej doskonały sposób, receptywność, pomieszanie zdziwienia, grozy, pokory i oszołomienia, percepcja wszystkich aspektów obiektu równocześnie, funkcjonowanie poza światem języka, jedność tego, co w codziennym stanie świadomości wydaje się spolaryzowane, percepcja nieklasyfikująca. Taki rodzaj postrzegania świata wiąże się również z odmienionym postrzeganiem samego siebie. Osoba w doświadczeniach szczytowych w swoim odczuciu: czuje się bardziej zintegrowana, stapia się ze światem, wykracza poza siebie, przekracza swoją osobowość, staje się „rzeką bez tamy”, ma poczucie wdzięku, łatwości, radości, uniesienia, wyzwala się od kontroli, zahamowań, lęków, jest nieskrępowana, wylewna, spontaniczna, odruchowa, impulsywna, twórcza, obecna tu-i-teraz, wykracza poza sferę pragnień, do niczego nie dąży, ma czyste intencje, jej ekspresja przyjmuje formę poetycką.

Edukacja somatyczna. Sposób pracy z ciałem-umysłem bazujący na refleksji, że ciało i umysł, czy też ciało i psychika, funkcjonują jako nierozdzielna całość (tu: psychosomatyka); jej reprezentantami są np. Wilhelm Reich (teoria pancerza charakterologicznego), jego spadkobiercy Alexander Lowen i John Pierrakos (bioenergetyczna metoda terapii ciała, terapii poprzez ciało, somatoterapii). Najpopularniejsze metody, które można określić mianem edukacji somatycznej (psychosomatycznej) to: technika Alexandra, podstawy Bartenieff, *Body Mind Centering*, metoda Feldenkraisa, edukacja somatyczna Hanny, ideokineza, *Sensory Awareness*, psychofizyczna integracja Tragera, eurytmia, *releasing* Skinnera.

Flow, por. **Przepływ**.

Gaga. Język ruchu Ohada Naharina, twórcy i choreografa izraelskiej Batsheva Dance Company. Gaga powstała ponad dwadzieścia lat temu bezpośrednio po poważnej kontuzji pleców Naharina, który postanowił, wychodząc od samoobserwacji, wyostrzyć świadomość swego ciała w ruchu. Relacje z dokonanych odkryć skryształizowały się w język ruchu i metodę. Obecnie jedna z popularniejszych metod improwizacji tanecznej.

Harmolodyka. Stworzona przez muzyka jazzowego Ornette'a Colemana. Dwa nadrzędne założenia to: (1) każdy z instrumentów ma swój charakterystyczny „głos”, w związku z czym powinien czerpać z najbardziej naturalnej dla niego skali dźwięków, niezależnie od konwencjonalnie przyjętych tonacji, (2) pomiędzy instrumentami panuje rodzaj demokracji przełamującej schematy i podziały.

Hokōtai, por. **Zero walk**.

Improwizacja taneczna. Performans taneczny o strukturze otwartej tworzony w czasie rzeczywistym, nieoparty na wcześniej stworzonej choreografii. Istnieją różne metody improwizacji, do których należą np. gaga, improwizacja w kontakcie, ruch autentyczny.

Improwizacja w kontakcie (CI, *contact improvisation*). Specyficzna technika służąca pogłębieniu umiejętności improwizacji w grupie. Jej twórcą jest amerykański tancerz i choreograf Steve Paxton (1972). W improwizacji w kontakcie zwraca się uwagę zarówno na fizyczne komponenty ruchu, jak i na stan umysłu, całkowitą obecność, umożliwiającą twórcze reagowanie na wszystko, co się dzieje w danej chwili. Jest to symbioza zachodnich doświadczeń taneczno-ruchowych (taniec nowoczesny, gimnastyka) ze wschodnim podejściem do pracy z żywym układem, jakim jest ciało/umysł (wschodnie sztuki walki). CI zawiera podnoszenie, upadki, ruchy akrobatyczne, wymaga podstawowych technik i umiejętności, kontaktu z ciałem (własnym i partnera),

współpracy z partnerem, siły, gibkości i umiejętności pozostawania w ciągłym stanie czujności. W ramach CI funkcjonuje formuła „małego tańca”: pozornego bezruchu, w trakcie którego w rzeczywistości ciało wykonuje niewielkie ruchy. W małym tańcu, podobnie jak w butō, można pracować z obrazami (ideokineza), przy czym typowe wyobrażenia związane są z anatomią, biologią i fizjologią organizmu (szkielet, powiększające się płuca, przepływająca energia).

Indywiduacja, por. Archetyp.

Intuitywność. Działanie zgodne z intuicją, pozarefleksyjne. Dzięki intuitywności można dotrzeć do ukrytych przed świadomością treści.

Joga. Jeden z sześciu ortodoksyjnych (wedyjskich) systemów filozofii indyjskiej i zbiór dyscyplin duchowych. Jej celem jest wyzwolenie za pomocą odpowiednich praktyk (trening ciała, przestrzeganie zasad etycznych, skupienie, medytacja i asceza). Joga zajmuje się związkami między ciałem i umysłem. W świecie zachodnim przyjmowana potocznie za zestaw ćwiczeń fizycznych i umysłowych, uprawianych głównie dla zdrowia (tu: zwłaszcza hatha joga). Najbardziej rozpowszechniona na Zachodzie jest hatha joga. Jej twórcą jest Bellur Krishnamachar Sundararaja Iyengar. Słowo *hatha* znaczy „siła”. Bazuje głównie na pozycjach ciała zwanych asanami, sześciu procesach oczyszczających *krija* oraz na kontroli oddechu (*pranajama*). Inną znaną jej formą jest tradycyjna forma hatha jogi, ashtanga joga, system ćwiczeń oparty na vinjasie, czyli sekwencyjnym ruchu zsynchronizowanym z oddechem. Ashtanga znaczy „osiem”, czyli osiem członów jogi (*jama, njama, pranajama, asana, pratjahara, dharana, dhjana, samadhi*). Natomiast kundalini joga jest intensywną praktyką pracy z energią, która pozwala doświadczyć ciała jako energetycznej całości. To tantryczna metoda jogi, polegająca na umiejętnym pobudzaniu ognistej w swej naturze siły życia drzemiącej u podstawy kręgosłupa (właśnie kundalini). Gdy moc kundalini zostaje obudzona, wstępuje spiralnie poprzez czakry, wzdłuż pionowej linii ciała po wewnętrznej stronie kręgosłupa ku górze, aż osiągnie swoją wyższą siedzibę w „czakrze o tysiącu płatkach” ponad głową. Służy ostatecznemu wyzwoleniu.

Koan. Problem lub pytanie oparte na paradoksie, stosowane w buddyzmie zen. Poszukiwanie i znalezienie odpowiedzi na to pytanie mają umożliwić medytującemu osiągnięcie oświecenia. Dosłownie koan znaczy „publiczny zapis”, pierwotnie to słowo oznaczało w języku chińskim (*gongan*) „precedens prawny”. Koany składają się z fragmentów sutr i kazań, pytań uczniów i odpowiedzi ich mistrzów albo stanowią po prostu pojedyncze paradoksalne pytanie. Koany wskazują na ostateczną prawdę, jednak nie mogą być rozwiązane na gruncie logiki, lecz jedynie poprzez osiągnięcie

głębszego poziomu urzeczywistnienia, zjednoczenie się z „jego duchem”. Praca nad koanem jest jedną z podstawowych technik zen szkoły *rinzai*.

Metoda. Skodyfikowany zespół technik służący osiągnięciu określonego celu. W przypadku *butō* nie istnieje uniwersalna metoda, choć w praktyce *butō* powtarzają się pewne specyficzne techniki.

Mim ciała (*corporeal mime*). Mim ciała o dramatycznym zabarwieniu jest rodzajem teatru fizycznego. Reformatorem i pionierem tej sztuki jest Etienne Decroux, który w latach 1930–1991 tworzył nową technikę, która bazuje na całkowitej koordynacji oddechu, energii i ruchu, a nie na zewnętrznym odzwierciedlaniu.

Mind-Body Disciplines. Praktyki psychofizyczne, angażujące ciało i umysł. Reakcja na bodziec jest równocześnie cielesna i mentalna, zatem każde działanie jest aktem cielesno-mentalnym. Praktykom towarzyszy widoczny lub ukryty proces wewnętrzny (por. **Edukacja somatyczna**).

Mover. Termin określający osobę poruszającą się na scenie. Obejmuje szerokie spektrum artystycznego ruchu scenicznego.

Mugennō. *Nō* snu, inaczej *nō* fantastyczne; dramat, w którym głównym bohaterem jest zjawia, duch, dusza, bóstwo. Kategoria ta została wprowadzona dopiero w XX wieku przez teoretyka Sanariego Kentarō.

Neuroestetyka. Dyscyplina kognitywna, której celem jest naukowe wyjaśnienie zjawisk składających się na percepcję i poznanie dzieła sztuki. Przedsięwzięcie interdyscyplinarne, w którym uczestniczą przedstawiciele różnych tradycyjnych dyscyplin badawczych, takich jak psychologia, fizjologia czy neurobiologia. Neuroestetyka poszukuje neurobiologicznych podstaw przeżyć estetycznych, gdyż według jej reprezentantów uprawianie i odbiór sztuki są warunkowane przez aktywność odpowiedzialnych za percepcję struktur mózgu. Pionierzy tej dyscypliny to Semir Zeki i Vilayanur S. Ramachandran. Według nich artyści posiadają ukrytą wiedzę na temat zasad neurofizjologii percepcji i emocji, z której zazwyczaj nieświadomie korzystają podczas tworzenia dzieł sztuki.

Neurofenomenologia. Badania mające wyjaśnić problem świadomości, umysłu i doświadczenia na płaszczyźnie pragmatycznej. Łączy neuronauki (perspektywa trzecioosobowa) z fenomenologią (perspektywa pierwszoosobowa), kładąc nacisk na zjawisko ucieleśnienia ludzkiego umysłu. Pole badań neurofenomenologii jest wspólne z takimi dyscyplinami jak neuropsychologia, biopsychologia i studia fenomenologiczne w psychologii. Określenie to powstało w 1992 roku, za sprawą Charlesa D. Laughlina, Johna McManusa i Eugene’a G. d’Aquilego. Termin został

sprecyzowany przez neuronaukowca Francisca Varełę w połowie lat dziewięćdziesiątych.

Noguchi Taiso. Stworzony przez Mihiza Noguchiego w drugiej połowie XX wieku w Japonii system ćwiczeń cielesnych, bazujący m.in. na chińskiej metodzie pracy z meridianami. Podstawowym założeniem *Noguchi Taiso* jest idea „nieświadomego podmiotu”. Aktywność cielesną charakteryzują płynność ruchu i komfort mięśniowo-szkieletowy. Ciało doświadcza się jako bryły płynnie poddającej się sile grawitacji. Ma ono dosłownie stać się czymś, co obrazowo można określić jako worek wypełniony swobodnie pływającymi kośćmi, mięśniami i tkankami. Ogólnemu rozluźnieniu towarzyszą drobne napięcia w niektórych częściach ciała. Indukowany w ten sposób przepływ energii prowadzi do optymalnej elastyczności ciała. Noguchi prowadził zajęcia w tym samym okresie co Tatsumi Hijikata swoją pracę studyjną w Azbestos Studio w Tokio. Obecnie metoda *Noguchi Taiso* jest stosowana przez wielu tancerzy butō. Pomaga im się poruszać w najbardziej ekonomiczny sposób, przez wykorzystywanie siły grawitacji. Podstawowe ćwiczenia poprawiają cielesną percepcję, a pogłębiona dzięki nim umiejętność postrzegania procesów własnego ciała-umysłu pozwala dostrzec, co faktycznie dzieje się z innym ciałem-umysłem.

Performans. Zdaniem Richarda Schechnera każde działanie „okazane”, czyli podkreślone, wskazane, zaznaczone. Istotą performansu scenicznego są akcja i interakcja z publicznością prowadzące do uruchomienia autopojetycznej pętli feedbacku (jak twierdzi Erika Fischer-Lichte). Termin ten popularnie używany jest w odniesieniu do szczególnego rodzaju wydarzeń artystycznych, które bardziej poprawnie należy nazywać sztuką performansu. Sztuka performansu to specyficzny rodzaj aktywności artystycznej, który zyskał popularność w latach sześćdziesiątych XX wieku. Obejmuje zjawiska artystyczne, mające źródło w eksperymentach prowadzonych w ramach sztuk zarówno performatywnych, jak i wizualnych.

Performer. Osoba biorąca udział w performansie. Performerem może być tancerz, aktor, ale również widz czy „przypadkowy przechodzień”.

Phowa. Tybetańska, wadźrajanistyczna praktyka przenoszenia świadomości, związana z bardo śmierci (pośmiertnym stanem świadomości, krainą, do której po śmierci trafia nasza świadomość).

Pozycja zero, por. Autobalans.

Practitioner. Osoba coś praktykująca, praktyk, adept, posługująca się zbiorem technik lub określoną metodą. To określenie, podobnie zresztą jak bardzo użyteczny

termin „mover”, czyli ten, który się porusza, rzadko pojawia się w polskiej praktyce językowej.

Preekspresywność. Stan preekspresywny dotyczy nie tylko zjawisk chronologicznie poprzedzających ekspresję, ale również tych, które ontologicznie poprzedzają performowanie (ekspresję), czasowo z nią współlistniejąc. Dyscypliną badawczą, w której ramach powstał ten termin, jest antropologia teatru. Przedmiotem tej stworzonej przez Eugenia Barbę interkulturowej formuły badawczej są tradycje performatywne. Praktyczne badanie technik stosowanych przez performerów (mające miejsce w ramach spotkań International School of Theatre Anthropology – ISTA) pozwala odkryć stojące za nimi uniwersalne zasady. Zgodnie z tą wykładnią ważnym, choć często pomijanym aspektem sztuki performerera jest właśnie jego sposób przejawiania się na poziomie preekspresywnym. Odbiór obecności performerera na poziomie preekspresywnym określa się mianem preinterpretacji.

Przepływ (*flow*). Zjawisko to badał i opisał m.in. w książce *Przepływ. Psychologia optymalnego doświadczenia* (1997) amerykański psycholog węgierskiego pochodzenia Mihaly Csikszentmihalyi. Definiuje to doświadczenie jako doznanie absorbujące, stanowiące samo w sobie źródło satysfakcji oraz przekraczające stan nudy i niepokoju. Przypomina nieco doświadczenie szczytowe, ponieważ wiąże się z zatraceniem w działaniu, zanikiem świadomości czegokolwiek, poza samym działaniem. W stanie przepływu można mieć świadomość swoich działań, ale już nie tej świadomości. Istotą tego doświadczenia jest roztopienie się granicy pomiędzy Ja a spełnianą czynnością – w spektrum tego doświadczenia mieści się również skrajna samoświadomość.

Qualia (l. poj. *quale*). Odczuwalne lub zjawiskowe jakości związane z doświadczeniami zmysłowymi, np. słyszeniem dźwięków, odczuwaniem bólu, odbieraniem barw. Qualia są własnościami doświadczeń zmysłowych. Poznawalne, jakościowe cechy tego, co dane, które mogą się powtarzać w różnych doświadczeniach i dlatego są pewnym rodzajem uniwersaliów. Quale jest bezpośrednio oglądane, jest dane i nie może być uznane za błędne, ponieważ jest czysto subiektywne.

Rezonans. Pojęcie często stosowane przez tancerzy i teoretyków butō (np. Rhizome Lee, Yumiko Yoshioka, Toshiharu Kasai), odnoszące się do kształtowania się relacji pomiędzy obiektami. Tancerz rezonuje z wewnętrznymi poruszeniami oraz, na dalszych etapach praktyki, z innymi obiektami (poszczególne części ciała we wzajemnej relacji, przedmioty, zwierzęta etc.). Ciało poprzez ruch i wzajemny rezonans elastycznie dopasowuje się do zmieniającego się otoczenia. Esencją praktyki butō jest ciągły rezonans (zwrotna pętla interakcji) pomiędzy ciałami i obiektami. Kayō

Mikami, relacjonując techniki stosowane w *Ankoku butō*, określa analogiczny proces mianem „relacji”.

Ruch autentyczny. Metoda, którą zapoczątkowała i rozwinęła Mary Whitehouse, tancerka oraz jedna z pionierek terapii tańcem i ruchem. Autentyczny ruch pochodzi z wewnętrznych odczuć i nie wiąże się ze stosowaniem określonej techniki tanecznej. Poruszanie się ma być swobodne, wolne od spekulacji umysłu, racjonalnych decyzji i woli. Rodzaj improwizacji tanecznej stosowanej również w celach terapeutycznych.

Spektakl. Forma performatywna o zamkniętej, powtarzalnej, reprodukowalnej strukturze (improwizację charakteryzuje formuła otwarta). W przypadku tańca spektakl może być zarówno reżyserowany (tworzenie ogólnej struktury i przebiegu spektaklu), jak i choreografowany (komponowanie formy działań scenicznych).

Suriashi, por. *Zero walk*.

Sztuki walki. Sposoby walki wręcz, czasami z użyciem broni białej. Podstawą nauki wszelkich sztuk walki jest trening, który zazwyczaj uczy umiejętności samokontroli wybuchów agresji, samoobrony, poprawia wydolność organizmu oraz redukuje poziom strachu. W założeniu priorytetem w sztukach walki jest rozwój osobowościowo-duchowy. Termin „sztuki walki” został po raz pierwszy przetłumaczony na język zachodni w 1920 roku, w japońsko-angielskim słowniku Takenobu, z japońskiego *bu gei* lub *bu jutsu*. Definicja została przetłumaczona bezpośrednio z chińskiego określenia *wu szu* – dosłownie: sztuka walki oznaczająca wszystkie sposoby chińskich walk.

Tanec afrykański. Taniec ten ma znaczenie praktyczne. Bazuje na triadzie rytm – muzyka – taniec. Z Afryki wywodzą się afrokaraimskie i afrobrazylijskie kultury opętania. Ważnym elementem filozofii tańca afrykańskiego jest odniesienie się do doświadczenia płodu, który żyje w świecie stałych wewnętrznych dźwięków synkopowych, słuchając bicia swojego serca oraz serca matki. Ciało jest w stałym procesie interakcji ze środowiskiem, otoczenie jest poznawane poprzez wewnętrzne stany organizmu, a ciało ze światem tworzą naczynie połączone („cielesne formy uwagi” – por. Csórdas 1993).

Tanec ekspresjonistyczny (wyrazisty, ekspresyjny, *Ausdrücktanz*). Rozwinął się w latach 1910–1930, odrzucał estetykę i technikę baletową na rzecz wyrażania emocji. Bliskie mu były idee ekspresjonizmu. Jego twórcy nie stworzyli jednego, skodyfikowanego języka ruchu, większość artystów dążyła do opracowania własnego stylu, metody. Głównymi przedstawicielami tego kierunku byli Mary Wigman (twórczyni tańca wyrazistego), Kurt Joss i Harald Kreutzberg.

Taniec *postmodern*. Intensywnie rozwijał się na przestrzeni lat sześćdziesiątych i siedemdziesiątych XX wieku, głównie w Stanach Zjednoczonych. Powstał w reakcji na ograniczenia kompozycyjne i estetyczne tańca *modern*. Najważniejszą cechą dystynktywną jest odejście od techniki tanecznej na rzecz codziennych sposobów poruszania się. Postulowano, że każdy ruch jest tańcem, a wszyscy – tancerzami. Główni twórcy zaliczani do tego nurtu to Merce Cunningham, Robert Ellis Dunn, Simone Forti, Anna Halprin, członkowie Judson Dance Theater.

Taniec współczesny. Taniec, który pojawił się na początku XX wieku, oparty na idei tańca klasycznego (baletu), pozbawiony jednak jego sztywnych zasad. Obejmuje wszelkie formy nieklasycznego tańca artystycznego na Zachodzie (np. taniec *modern*, teatr tańca). Choć kreując w nim ruch, można korzystać z dowolnych technik, większość tancerzy współczesnych ma za sobą edukację baletową. Wykorzystywane są ciężar ciała, grawitacja, oddech, swingi etc. Pierwszą technikę tańca *modern* (współczesnego) stworzyła Martha Graham. Badała ruch ciała, bazując na wiedzy z zakresu fizjologii ciała uzyskanej w fachowej bibliotece ojca – lekarza neurologa. W latach 1928–1938 powstał opracowany przez nią system techniki tańca. Punktem wyjścia techniki Graham jest poznanie przez tancerza możliwości ruchowych własnego ciała i wynikająca stąd pełna świadomość i kontrola pracy mięśni i stawów w czasie każdego ruchu, przy czym praca ta musi się odbywać w granicach naturalnego ich funkcjonowania. Za podstawę tańca Graham przyjęła *effort* (wysiłek) i ciągłe współdziałanie dwóch przeciwstawnych czynników: kurczenie (*contraction*) i wydłużanie (*release*). Ważne są w tej technice następujące zasady: ciągłość ruchu, zasada upadku (*fall*) i odzyskania równowagi (*recovery*), zasada wznoszenia i opadania, zasada narastania i zmniejszania dynamiki. Podstawą ruchu w tańcu *modern* jest naturalna dynamika ciała. Tancerz *modern* porusza się w pozycji leżącej, kłęczącej, siedzącej i stojącej.

Teatr fizyczny. Kwestionuje przydatność konwencjonalnych teatralnych i tanecznych figur i kodów ruchowych, wychodzi od naturalnego dla człowieka sposobu poruszania się, opracowując technikę na podstawie cielesnych uwarunkowań. W ten sposób każdorazowo tworzy się nowy język fizycznej wypowiedzi. Bazuje na improwizacji i eksploracji możliwości, jakie oferuje ciało; jego istotnym elementem jest organiczna psychosomatyczna jedność człowieka.

Technika. Procedura działania służąca osiągnięciu konkretnego celu. Te same techniki mogą występować w różnych metodach. Za pomocą odmiennych technik można realizować ten sam cel.

Trans. Richard Schechner w pracy *Performatyka. Wstęp* (2006) wyszczególnia transy hipnotyczne, psychotyczne, epileptyczne, halucynacyjne, opętańcze, ekstatyczne

i szamańskie. Zjawisko opętania transowego jest obecne w performansach rytualnych wielu tradycji kulturowych na całym świecie. Trans rytualny na gruncie japońskim przedstawia Estera Żeromska w pracy *Japoński teatr klasyczny. Korzenie i metamorfozy* (2010) – taniec boskiego opętania *kamigakari*, wykonywany przez *miko-mai*, zbiorowa ekstaza podczas *onbashira-matsuri*, święta pnia, *odori-nenbutsu*, taneczna modlitwa polegająca na bezustannym powtarzaniu pewnych sekwencji ruchowych, modlitw, dźwięków, podczas której osiąga się ekstazę.

Transformans, performans przemiany. Performans, którego celem jest transformacja wewnętrzna performera. Rolę publiczności może odgrywać sam performer dokonujący aktu transformacji. Transformans stanowi rdzeń treningu *butō*.

Zero walk. Podstawowa technika pojawiająca się w *butō*. Przemieszczanie się z obniżonym centrum, na lekko ugiętych kolanach, wiąże się z powolnym ruchem, tzw. rozproszonym spojrzeniem oraz medytacyjnym wyciszeniem umysłu. Jego źródło należy szukać w wywodzącym się z rytuału japońskim teatrze *nō* (krok *suriashi*, posuwisty ruch bez odrywania stóp od podłoża, który występował już w tańcu *mai*, elemencie rytualnej tradycji *kagura*). Nieco zbliżona praktyka w zen, medytacja w ruchu, nosi nazwę *kinhin*.

Aneks 2.

Biogramy osób wymienionych w tekście

Åkerlund Susana/SU-EN (ur. 1966 w Szwecji). W latach 1986–1994 przebywała w Japonii, gdzie przez pięć lat uczyła się tańca butō u Tomoe Shizunego, dyrektora artystycznego grupy Hakutobo butoh ha, założonej przez Tatsumiego Hijikate. Należała również do siostrzanej grupy Gnome, w której nauczycielką i choreografką była uczennica Hijikaty, Yōko Ashikawa. Dodatkowo zgłębiała rozmaite japońskie metody pracy z ciałem i sztuki walki (certyfikat tancerki Jiuta-mai). Głównym zagadnieniem poruszonym w jej pracy artystycznej jest odczłowieczające się ciało ludzkie, wchłaniające formy i jakości świata materii. W swojej twórczości inspirowała się również sztuką konceptualną i sztuką performansu, a sednem jej działań są cielesność człowieka ery współczesnej wobec natury oraz poszukiwania „ciała nordyckiego”, analogii „ciała japońskiego” Hijikaty. Artystka w 1997 roku założyła w Haglundzie na północ od Uppsali szkołę butō, w której mają miejsce warsztaty, poszukiwania artystyczne i gdzie realizuje kolejne projekty (www.suenbutohcompany.net).

Amagatsu Ushio (ur. 1949 w Yokosuce, prefektura Kanagawa, Japonia). Choreograf i tancerz, dyrektor artystyczny założonej w 1975 roku grupy Sankai Juku, z którą od 1982 roku rezyduje w Paryżu, słynącej z tańca w pozycji odwróconej (zwisanie na linach). Był również współzałożycielem kolektywu Dairakudakan (1972). Od 1997 roku pracuje też jako reżyser operowy (Sankai Juku: www.sankaijuku.com, Dairakudakan: www.dairakudakan.com).

Artaud Antonin (1896–1948). Teoretyk i praktyk teatru. W latach dwudziestych związany był z francuskimi nadrealistami. Zerwał z grupą, uznawszy, że postulaty surrealizmu, zamiast głosić, należy wprowadzać w życie. Bezpośrednią inspiracją jego wizji teatru były występy teatru z Bali (1931) i podróż do ludu Tarahumara (Meksyk, 1936). Swoją wizję nakreślił głównie w kilku poetyckich artykułach, manifestach oraz listach, wydanych we Francji w 1938 roku pod wspólnym tytułem *Teatr i jego sobowtór*. Postulował w nich przywrócenie sztukom widowiskowym pierwotnej,

transformatywnej mocy. Pozycja ta została wydana w 1965 roku w Japonii. Artaud był niespełnionym praktykiem. Choroba psychiczna – schizofrenia – odebrała mu moc sprawczą, stając na drodze do scenicznej realizacji wizji i doprowadzając do degradacji psychofizycznej i śmierci w przytułku dla obłąkanych. Jego idea teatru była prekursorska dla rozwoju zarówno sztuki performansu, jak i teatru fizycznego.

Ashikawa Yōko. Protégowana Tatsumiego Hijikaty, jego główna tancerka przez dwadzieścia lat, od połowy lat sześćdziesiątych. Spadkobierczyni metody *Ankoku butō*. Po śmierci Hijikaty przekazywała kolejnym pokoleniom tancerzy opracowaną przez niego technikę *butō-fu*. W latach osiemdziesiątych była dyrektorem artystyczną grupy Gnome.

Bartenieff Irmgard (1900–1981). Niemiecka tancerka, choreografka, terapeutka, uczennica Rudolfa von Labana. Tak zwane podstawy Bartenieff są serią prostych ćwiczeń mających na celu rozwinięcie świadomości i połączeń w ciele oraz poprawienie koordynacji i sprawności.

Endo Tadashi (ur. 1947). Tancerz, choreograf, dyrektor Butoh-Center MAMU oraz Butoh-Festivals MAMU w Göttingen w Niemczech. W 1989 roku spotkał Kazua Ōna, którego twórczość wpłynęła na kierunek jego artystycznych poszukiwań. W repertuarze Enda pojawiają się teatr nō, teatr kabuki i taniec butō, jak również różne formy teatru zachodniego. Interesuje go wyrażanie poprzez ciało napięć pomiędzy przeciwieństwami, ciało przekształcające się w cyklach życiowych; próbuje ucieleśnić japońską kategorię *ma* (pustka, przestrzeń pomiędzy) (www.butoh-ma.de).

Fujiwara Denise (ur. 1954 w Toronto). Choreografka, tancerka, aktorka i nauczycielka. W dzieciństwie zajmowała się współczesną gimnastyką artystyczną. Studiowała taniec na York University, współzałożycielka T.I.D.E. (Toronto Independent Dance Enterprise). Drogę artystyczną rozpoczęła w końcu lat siedemdziesiątych od twórczości solowej. W 1994 roku Natsu Nakajima stworzyła dla niej choreografię do solowego spektaklu *Sumida River*. Fujiwara w swojej twórczości zajmuje się zagadnieniem ludzkiej natury, funkcjonowaniem ciała przedwerbalnego. Obecnie liderka zespołu Fujiwara Dance Inventions. Dyrektorem artystycznym CanAsian Dance Festival (od 1997 roku). Pracuje również w teatrze, telewizji i filmie (www.fujiwaradance.com).

Ikeda Carlotta (ur. jako Sanaé Ikeda w Fukui, Japonia). Tańczyła od dziecka, choć dopiero w wieku dziesiętnastu lat zaczęła formalnie uczyć się klasycznych technik tańca (w Tokio). Później przyjęła pseudonim artystyczny Carlotta Ikeda, w hołdzie dziesiętnastowiecznej romantycznej tancerce Carlotcie Grissi. Zafascynowała się tańcem butō, oglądając wywrotowe, gwałtowne, „dziwaczne” performanse Tatsumiego

Hijikaty. Wraz z Ko Murobushim założyła grupę Ariadone, której spektakl z 1978 roku był pierwszym spektaklem butō pokazanym w Europie. W swoich spektaklach tańczących łączy radykalną, kojarzącą się z praktykami sadomasochistycznymi estetykę z subtelnymi, ulotnymi obrazami; kluczowym zagadnieniem staje się u niej zdolność organizmu do bezustannej, natychmiastowej metamorfozy (www.ariadone.fr).

Ishihara Rui Takayuki (ur. 1976 w Kioto). Obecnie mieszka w Warszawie. Zdobywał doświadczenie jako aktor i twórca sztuk wizualnych. Do tańca zainspirowali go Min Tanaka i Kazuo Ōno (butō), Megumi Nakamura (balet klasyczny i współczesny), Simone Forti (postmodernizm) oraz wielu innych twórców badających w ramach różnych dyscyplin artystycznych związek ruchu i ciała.

Iwata Miho (ur. 1962 w Ichinomiya-shi, Japonia). Studiowała architekturę na Uniwersytecie w Kioto oraz filologię polską na Uniwersytecie Jagiellońskim w Krakowie. Od 1986 roku mieszka w Krakowie. W 1991 roku spotkała tancerza butō Daisuke Yoshimota, później poznała twórczość Kazua Ōna i Mina Tanaki. Artystyczną działalność jako tancerka butō rozpoczęła w 1994 roku. Iwata przygotowuje wszystkie elementy swoich spektakli: od choreografii po scenografię. Członkini grup Otwarta Pracownia oraz Improvising Artists {i.a} współpracuje z wieloma artystami.

Kachi Seisaku. Uczeń Tatsumiego Hijikaty i Yōko Ashikawy, członek grupy Hakuto bo butoh ha.

Katsura Kan (ur. w Tokio). Twórca *Zen Butoh*. Należy do pierwszej generacji japońskich artystów zajmujących się tą sztuką teatralną. W latach 1979–1981 pracował z Byakkoshū. Realizuje ideę globalnego butō, ale zawsze zwraca uwagę na jego klasyczne elementy. Występuje solo oraz współpracuje z innymi artystami jako choreograf. Utworzył własny międzynarodowy zespół Katsura Kan & Saltimbanques. Przez dwadzieścia osiem lat pracował, jak sam określa, z „mniejszościowymi tancerzami” na całym świecie, w odległych zakątkach Afryki, Europy i Azji Południowo-Wschodniej. Otrzymywał stypendia Funduszu Japońskiego na badania i występy m.in. w Indonezji, Tajlandii, Singapurze, na Hawajach (www.katsurakan.com).

Kasai Akira (ur. 1943). Początkowo poznawał taniec klasyczny i współczesny, ale w 1963 roku, gdy spotkał Kazua Ōna i Tatsumiego Hijikate, zafascynował się tańcem butō. W 1979 roku przestał tańczyć, by studiować w Niemczech eurytmię i antropozofię. Sześć lat później powrócił do Japonii, gdzie wypracował indywidualny styl tańca i został dyrektorem artystycznym grupy Tenshikan (www.akirakasai.com).

Kasai Toshiharu/Morita Itto (ur. 1952). Poznał butō za pośrednictwem Semimaru (z Sankai Juku) w 1988 roku i przybrał pseudonim sceniczny Morita Itto. Począt-

kowo występował z grupą Kobuzoku Arutai, by w roku 1996 założyć w Sapporo wraz z Miką Takeuchi grupę GooSay Ten. Interesuje go butō jako metoda integracji ciała-umysłu i duchowego uzdrawiania. Dyrektor Sapporo Dance Movement Institute i certyfikowany terapeuta tańcem. Profesor psychologii klinicznej na Sapporo Gakuin University, gdzie zajmuje się psychologią somatyczną (psychosomatyką) oraz zagadnieniem desocjalizacji ciała (www.ne.jp/asahi/butoh/itto/ittomorita/index.htm).

Kaseki Yuko (ur. w Tokio). Tańca butō uczyła się u Anzu Furukawy w latach 1990–1993, w kolejnych latach była członkinią jego grupy Dance Butter Tokyo. W 1995 roku wraz z tancerzem i producentem Markiem Atesem założyła w Berlinie zespół cokaseki. Współpracuje z wieloma artystami i podróżuje ze spektaklami i warsztatami po Europie, Japonii, Kanadzie, Meksyku i Stanach Zjednoczonych. W swoich realizacjach scenicznych wykorzystuje zarówno taniec butō, jak i techniki zachodniego tańca współczesnego oraz sztuki performansu. Jej sztuka jest porównywana do wizji sennych (cargocollective.com/yukocokaseki).

Kawamoto Yuko. Urodziła się w latach siedemdziesiątych. Dyrektor artystyczna tokijskiej grupy Shinonome Butoh (1999). Poznawała butō i występowała z Yukiem Wagurim, uczniem Tatsumiego Hijikaty. W pracy artystycznej eksploruje wewnętrzny proces transformacji bazujący na wyobrażeniach. Grupa Shinonome tworzy nowy typ butō, odchodząc od mrocznej estetyki kojarzonej z *Ankoku butō* (www.shinonomebutoh.com).

Laage Joan (ur. 1948 w Wisconsin). Amerykańska tancerka, choreografka i pedagoga. Tańca butō uczyła się od Kazua Ōna i Yōko Ashikawy, z której grupą Gnome występowała. Uczestniczyła również w warsztatach Mina Tanaki, Sankai Juku, Akiry Kasaia, Harupin Ha, Masakiego Iwany, SU-EN. W 1989 roku stworzyła w Taipei swoją pierwszą choreografię grupową. W 1991 roku założyła grupę Dappin Butoh. Gościła w Polsce z warsztatami i spektaklami w latach 1996, 2000, a w 2004 roku przeprowadziła się do Krakowa, gdzie prowadziła zajęcia z choreografii scenicznej i kompozycji tańca w Artystycznej Alternatywie. W 1995 roku zaczęła występować pod scenicznym pseudonimem Kogut. Laage zajmuje się również naukowo tańcem butō, obroniła dysertację zatytułowaną *Embodying the Spirit: The Significance of the Body in the Contemporary Japanese Dance Movement of Butoh* (1993). Posiada certyfikat Analizy Ruchu Labana i Podstaw Bartenieff. Po raz pierwszy zetknęła się z butō w 1982 roku (seattlebutoh-laage.com).

Laban Rudolf von (1879–1958). Węgierski tancerz, choreograf i teoretyk tańca. Analiza Labana jest językiem, strukturą służącą do opisanego, analizowania i zrozumienia ruchu opartego na czterech aspektach: kształt, siła, przestrzeń, ciało.

Maro Akaji (ur. 1943 w Sakurai, Nara, Japonia). Założyciel i artystyczny dyrektor legendarnej grupy tanecznej butō Dairakudakan (od 1972 roku), która rozbudowała formułę butō, wprowadzając elementy widowiskowe. Maro był ważnym artystą japońskiego teatralnego podziemia (*Angura*). Obecnie znany nie tylko jako tancerz, ale również jako dyrektor artystyczny i aktor (www.dairakudakan.com).

Mishima Yukio (1925–1970). Japoński pisarz, zajmujący się w swojej twórczości rozdzwiekiem pomiędzy tradycją japońską a światem współczesnym. Jego twórczość oraz działalność społeczno-polityczna inspirowały m.in. Tatsumiego Hijikatę.

Morita Itto, por. **Kasai Toshiharu**.

Murobushi Ko (ur. 1947 w Tokio). Butō zaczął się uczyć w 1968 roku od Tatsumiego Hijikaty, by później wraz z nim występować. Na krótko został Yamabushim, mnichem z gór, ale potem powrócił na scenę. Współzałożyciel Dairakudakan. W 1974 roku stworzył magazyn dotyczący butō („Hageshii Kisetu”), a tego samego roku wraz z Carlottą Ikedą założył żeńską grupę butō, Ariadone, w której został choreografem, a następnie kolejną, Sebi. W 1978 roku zawarł z grupą Ariadone na scenach europejskich z pierwszym pokazywanym tam spektaklem butō. Jego styl wyrasta z intensywnych fizycznych poszukiwań (www.ko-murobushi.com, www.komurobushi.com).

Muronoi Yoko (ur. w Jokohamie). Tańca butō uczyła się u Akiry Kasaia, studiując na uniwersytecie Waseda w Tokio. W latach 1982–1984 współpracowała z zespołem Nobuo Harady Seiryu kai, od 1985 roku występuje solo. Tancerka, muzyk, artystka wideo (www.tokyo-seiryukai.jp).

Nagaoka Yuri (ur. w Tokio). Uczyła się tańca klasycznego, w wieku dwunastu lat dołączyła do Hiraoka Shiga Dance Company, by poznać nowoczesny balet. Jako nastolatka poznała butō, a od 1997 roku występuje i prowadzi warsztaty w Ameryce, Europie i Azji. Pojawiła się w filmie *Shureitachi (Cynobrowe dusze)* Masakiego Iwany. Od 2005 roku, wraz ze swoim nauczycielem butō Seisaku Kachim, występuje i prowadzi warsztaty jako Butoh Company Dance Medium (yurinagaokabutoh.blog.shinobi.jp).

Nakajima Natsu (ur. 1943 na Sachalinie). W latach pięćdziesiątych uczyła się w Masa Tsuchiya Classical Dance Academy i Masami Kuni Dance Academy, a w 1962 roku zaczęła naukę w Kazuo Ohno Dance Institute. W latach sześćdziesiątych tańczyła w spektaklach reżyserowanych i choreografowanych przez Tatsumiego Hijikatę. W 1969 roku założyła w Tokio grupę Mutekisha. Występowała na całym świecie i otrzymywała wiele nagród (www.geocities.jp/mutekisha/index1-e.html).

Ōno Yoshito (ur. 1938 w Tokio). W 1959 roku wziął udział z Tatsumim Hijikatą w pierwszym spektaklu butō, *Kinjiki*. Występował w grupie Ankoku Butoh. W 1969 roku po raz pierwszy dał solowy występ, po czym opuścił scenę. W 1985 roku powrócił w spektaklu wraz ze swoim ojcem, Kazuem Ōnem. Od 1986 roku reżyserował jego spektakle. Prowadzi Kazuo Ohno Dance Studio (www.kazuohnodancestudio.com/english/yoshito).

Rotie Marie-Gabrielle (ur. 1967 w Pembrokeshire, Wielka Brytania). Studiowała sztuki piękne i taniec. Butō uczyła się od 1992 roku u wielu artystów, zarówno w Japonii (realizując projekt badawczy), jak i w Europie. Wśród jej nauczycieli należy wymienić: Akiko Motofuji, Ko Murobushiego, Masakiego Iwanę, Kazua i Yoshita Ōnów, Carlottę Ikedę i Kim Itoh. Współpracowała z wieloma artystami butō, w tym Ko Murobushim i Atsushim Takenouchim. Od 2000 roku stworzyła wiele spektakli, pokazywanych w całej Europie. Specjalizuje się również w projektowaniu kostiumów (www.rotieproductions.com).

Seki Minako (ur. 1945 w Nagasaki). Należy do trzeciej generacji tancerzy butō. Od 1985 roku tańczyła w tokijskiej grupie Dance Love Machine, z którą w 1986 przybyła do Europy. Zamieszkała w Berlinie i w 1987 roku została współzałożycielką (wraz z Yumiko Yoshioką) i liderką japońsko-niemieckiej grupy Tatoeba. Interesuje ją poetyka senna. Od 1996 roku pracuje sama, poszukując różnorodnych możliwych fuzji artystycznych (www.minakoseki.com).

SU-EN, por. Åkerlund Susana.

Takenouchi Atsushi (ur. 1962 w Matsuzace, Japonia). Tańczyć butō zaczął w 1980 roku na Hokkaido, w Hoppo Butoh-ha, jednym z najważniejszych zespołów butō; w 1984 roku pracował z zespołem nad *Takazashiki*, spektaklem w choreografii twórcy butō, Tatsumiego Hijikaty. Tańczył również z Kazuem i Yoshitem Ōnami. Obecnie pracuje według własnego stylu *Jinen Butoh*. Stworzył szereg prac solowych, które wiążą się z tematem natury, ziemi, zamierzchłych czasów, czasu, przestrzeni i okoliczności. Od 1996 do 1999 roku występował w Japonii, od 1999 z programem *Jinen Butoh* zatytułowanym *Słońce i Księżyc* podróżował po Europie i Azji, prowadząc warsztaty i spektakle. Od 2002 roku, kiedy otrzymał stypendium rządu japońskiego, rezyduje w Europie, współpracując z aktorami i tancerzami z Francji, Włoch i innych krajów; prowadzi warsztaty dla profesjonalnych performerów, amatorów, dzieci i rodziców, osób niepełnosprawnych oraz pracujących z nimi instruktorów; wielokrotnie przygotowywał spektakle z uczestnikami warsztatów. Kilkakrotnie gościł w Polsce na zaproszenie ośrodków kultury z różnych miast (Warszawa, Poznań, Szczecin, Wrocław, Lublin, Olsztyn) (www.jinen-butoh.com).

Takeushi Mika (ur. 1966). Tancerka, certyfikowana terapeutka tańcem, w 2002 roku założyła w Sapporo Instytut Butō. Występuje w GooSay Ten wraz z Moritą Ittem (www.ne.jp/asahi/butoh/itto/mika/mika-e.htm).

Tanaka Min (ur. 1945 w Tokio). Od początku lat siedemdziesiątych mieszka na odalonej od miasta farmie Body Weather, gdzie prowadzi intensywne warsztaty pracy z ciałem i tańca butō oraz organizuje doroczny letni festiwal Dance Hakushu. Wraz z zespołem tańczył w teatrach, muzeach, na ulicach, polach, w lasach, ogrodach, na pustyni, w rzece, a nawet w oceanie. Współpracował z wieloma artystami na całym świecie. Jego główną inspirację stanowi *Anokoku butō* Tatsumiego Hijikaty, któremu w swojej działalności nadał swoisty kształt. Hasłem przewodnim jego pracy artystycznej jest poszukiwanie źródeł tańca. Jego działania artystyczne można określić jako taniec *site-specific* (www.min-tanaka.com).

Thormann Imre (ur. 1966 w Brnie, Szwajcaria). Praktykował wiele sztuk walki (aikido, kung fu, tai chi i taekwondo), w 1990 roku otrzymał certyfikat nauczyciela techniki Alexandra. Mieszkał w Tokio, gdzie uczył się butō od Kazua Ōna i Michiza Noguchiego (twórcy własnej metody treningowej). Od 1993 roku pokazuje solowe spektakle butō. W 2002 roku założył w Tokio szkołę butō o nazwie Bodygarage. Po trzynastu latach powrócił do Europy i osiadł na stałe w Berlinie, gdzie obecnie żyje, tańczy oraz uczy butō i *Noguchi Taiso* (www.bodytaster.com).

Waguri Yukio (ur. 1952 w Tokio). W 1972 roku został głównym tancerzem grupy Ankoku Butoh prowadzonej przez Tatsumiego Hijikate. Do dziś występuje i prowadzi warsztaty w Japonii i za granicą. Opublikował w 1988 roku zestaw, książkę i DVD-ROM, zatytułowany *Butoh Kaden*, który zawiera prezentacje kluczowych dla Hijikaty *butō-fu*. Obecnie dyrektor artystyczny Kohzensha Butoh Company (www.otsukimi.net/koz).

Yoshimoto Daisuke (ur. 1941). Ukończył kierunek sztuki na Wydziale Teatru na Uniwersytecie Nippon w 1967 roku. Zaczął tańczyć butō w wieku czterdziestu lat. Współpracował m.in. z Kazuem Ōnem, Hisayem Iwakim, Yukihiem Sakaim. Wielokrotnie gościł w Polsce w latach dziewięćdziesiątych, przedstawiając cykl spektakli traktujących o śmierci. W 1997 roku wrocławski Ośrodek Badań Twórczości Jerzego Grotowskiego i Poszukiwań Teatralno-Kulturowych (obecny Instytut im. Jerzego Grotowskiego) był pomysłodawcą i realizatorem festiwalu tańca butō, którego programowym konsultantem był właśnie Yoshimoto (www.butoh-ultraego.com).

Yoshioka Yumiko (ur. 1953). Należała do pierwszego składu grupy Ariadone. Wraz z Minako Seki założyła w Berlinie grupę Tatoeba: Theatre Danse Grotesque, a na-

ANEKS 2. BIOGRAMY OSÓB WYMIENIONYCH W TEKŚCIE

stępnie wraz z artystą wizualnym Joachimem Mangerem swoją obecną grupę Ten Pen Chii Art Labor (1994). Tworzy pionierskie instalacje łączące taniec (performans) butō ze sztukami wizualnymi (technologią) (www.ten-pen-chii.de).

Aneks 3.

Spektakle polskich tancerzy butō

Aneks obejmuje autorskie spektakle artystów.

Paweł Dudziński

www.facebook.com/pawel.dudzinski3

Justyna Jan-Krukowska

www.justbody.eu

justbodylab.wordpress.com

Body and Object. Key discoveries in the process of work with body and object, 2014, wykład performatywny, X International Conference of Indian Society for Theatre Research – Interdisciplinary Negotiations in Performing Arts: Indo Global Praxis, Departament of Culture and Media Studies, Central University of Rajasthan, India.

Totem, 2014, Festiwal Pięciu Żywiołów, Zatoka Sztuki, Sopot.

Ciernie-wianki/Bijoux of Thorns, 2013, Bulwary Sztuki, Kraków.

Płomień, 2012, instalacja, Wrocław, Rynek, Sztuka i Prawa Człowieka.

Wizaż, 2010, w ramach festiwalu „Kobiety butoh”, Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Wrocław.

Psyche Passante, 2006, Palais De Congres, Paryż.

Toaletka damska/La Coiffeuse, 2006, Centre Tethys, Jébsheim.

War Games, 2004, Gumowa Róża, Wrocław.

Intymność, 2004, Festiwal Poezji, Brzeg.

Anima Mundi, 2000, Festival Emballage, HdK Berlin.

Toaletka damska, 2000, Galeria Entropia, Wrocław.

Akademia, 1999, East Meets West, Friedenfestival, Zurich.

The City, 1997, Tanz Und Theater Werkstatt, Ludwigsburg.

Cztery żywioły, 1995, Fundacja Oławy i Nysy Kłodzkiej, Wrocław.

Ojczyzna, 1995, BWA Awangarda, Wrocław.

Troska, 1994, Fundacja Universitas, Wrocław.

Płomień, 1993, Ośrodek Badań Twórczości Jerzego Grotowskiego i Poszukiwań Teatralno-Kulturowych, Wrocław.

Tristan i Izolda, Wojna w Zatoce albo Tristan i Izolda, 1991, Fundacja Universitas, Wrocław.

Fryderyk Haendel i żywe szablony, 1990, Festiwal Staromestske Dworky, Praga.

Postać. Poszukiwania malarskie, 1989, Vernisage. Galeria Entropia, Wrocław.

Sylwia Hanff

www.limenbutoh.net

Księga piasku, 2013, Festiwal Czarna Offca, koncepcja, reżyseria, taniec: Sylwia Hanff, muzyka live: Marta Piotrowska, Anna Szyszka, kostiumy i scenografia: Sylwia Hanff, Anna Szyszka.

Lunatic, 2011, Sztuka Ulicy, koncepcja: Sylwia Hanff, taniec: Sylwia Hanff, Irena Lipińska, Katarzyna Żejmo, Krzysztof Jerzak, Rui Ishihara.

Arya, 2011, Lublin, Międzynarodowy Festiwal Konfrontacje Teatralne, koncepcja, reżyseria, opracowanie muzyczne, kostiumy, taniec: Sylwia Hanff, solo, video-art: Gamid Ibadullajev do muzyki Indii Czajkowskiej.

Mudra, 2010, Lublin, Maat Festival, solo performance, muzyka na żywo: India Czajkowska.

Incubus-Succubus, 2009, Theatre Dichotomia & Special Guests, Wrocław, Festiwal Piosenki Aktorskiej, choreografia, ruch sceniczny i solo: Sylwia Hanff.

La Chair, 2009, Kawkowo, improwizacja butō, solo.

8 pustyń (Dromenon), 2009, Wrocław, Mandala Performance Festival, solo butō, koncepcja, reżyseria, opracowanie muzyczne, kostium, światła, taniec: Sylwia Hanff, realizacja światel: Grant Henessy.

Ukiyo-e/Przepływający świat, 2008, Warszawa, Rynek, XIV Międzynarodowy Festiwal Sztuki Ulicy, plener, reżyseria, choreografia, opracowanie muzyki, design: Sylwia Hanff, taniec: Sylwia Hanff, Justyna Jasłowska, Katarzyna Orowiecka, Iwona Wojnicka, Tomasz Bazan.

Ukiyo-Teika, 2008, Wrocław, Mandala Performance Festival, Galeria Miejska, koncepcja, reżyseria i opracowanie muzyczne: Sylwia Hanff, instalacja plastyczna: Tomasz Bazan i Sylwia Hanff, taniec butō: Sylwia Hanff i Tomasz Bazan.

Ćma/Dobranoc Lilith, 2007, improwizacje, Warszawa.

Limbus – złośliwie tajemniczy świat, Karawana Europa, 2007, Mordy, Łosice, organizator festiwalu: Mazowieckie Centrum Kultury, plenerowy spektakl butō, reżyseria i opracowanie muzyczne: Sylwia Hanff, taniec: Tomasz Bazan, Beata Ciecierska-Zajdel, Sylwia Hanff, Baszka von Hanff, Justyna Jasłowska (gościnnie).

Apoptosis, 2006, Warszawa, Festiwal Czarna Offca, scenariusz i reżyseria: Sylwia Hanff, wykonanie: Sylwia Hanff, Beata Ciecierska-Zajdel, Iwona Wojnicka, Elżbieta Piasecka (mezzosopran); wersja duo (2007/2008): Sylwia Hanff i Tomasz Bazan.

Trzy Gracje, 2006, Klub Le Madame (plener), Pod Mostem, improwizacja, wykonanie: Sylwia Hanff, Iwona Wojnicka, Beata Ciecierska-Zajdel, muzyka: Amok. Positiv.

Puste miejsce albo sny oceanu, 2005, Warszawa, Festiwal Czarna Offca, Klub M25, reżyseria, choreografia, scenografia, maska, opracowanie muzyczne: Sylwia Hanff, wykonanie: Sylwia Hanff, Tomasz Bazan (2008), pierwotnie z Beatą Ciecierską-Zajdel, Festiwal Sztuka Ulicy 2006 – trio Sylwia Hanff z Iwoną Wojnicką i Tomaszem Bazanem.

Niedoistnienie, 2004, Klub Le Madame, taniec butō, solo.

Śpiew odłączonego, 2004, improwizacja, solo.

Lunatix, czerwiec 2004, koncepcja: Sylwia Hanff, wykonanie: Atsushi Takenouchi, Sylwia Hanff, muzyka i video-art: Robert Jędrzejewski.

Czarna Wenus, 2003, Kino Muranów, solo.

Shironuri, 2003, Klub Le Madame, solo.

Każda rzecz ma swoją wieczorną twarz, 2003, Festiwal Polemiki, Warszawa, solo.

Budda.City, 2003, Warszawa, improwizacja butō: Sylwia Hanff, muzyka i wizualizacje: Amok.Positiv.

Wieczorna twarz, 2002, Warszawa.

Akt, 2002, Warszawa, wykonanie: Sylwia Hanff, Beata Ciecierska.

Krzysztof Jerzak

www.myspace.com/kokoro.kris

Straw-butoh, 2009, Warszawa, solowa improwizacja plenerowa.

Aite, 2008, Teatr na Woli w Warszawie, choreografia i taniec: Krzysztof Jerzak; taniec: grupa Do-Teatr (Barbara Songin, Piotr Nowakowski, Emilia Śniegoska i Agnieszka Mendel).

Poza wariata (później *Poza*), 2005, solo w ramach Butoh Barter (BuBa).

Petersen – odkrywanie gestu (później jako *Szczery?*), 2002, choreografia: Krzysztof Jerzak, wykonanie: Krzysztof Jerzak, Janusz Turkowski.

Teatr Amareya

www.teatramareya.pl

VHS nr 33 – WCZASY 1983, 2014, Ośrodek Wczasowy „Drogowiec”, Wyspa Sobieszewska, Gdańsk, w ramach Streetwaves 2014, działanie: Katarzyna Pastuszek, Joanna Duda, muzyka: Joanna Duda.

Mushi no hokō, 2014, Festiwal Kultury Azjatyckiej „Made in Azja”, XII Bałtycki Festiwal Nauki, Kampus Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk, koncept: Katarzyna Pastuszek, Joanna Duda, Aleksandra Śliwińska, wykonanie: Katarzyna

- Pastuszak, Joanna Duda, Aleksandra Śliwińska, Agnieszka Kamińska, muzyka: Joanna Duda, video: Joanna Duda.
- FRAGILE*, 2014, International Festival „Sound Around Kaliningrad” BBNCCA (Baltic Branch of National Centre for Contemporary Arts), Kaliningrad (Rosja), koncept: Teatr Amareya, Dorota Androsz (Teatr Wybrzeże), Joanna Duda, redakcja tekstów: Dorota Androsz (Teatr Wybrzeże), Katarzyna Pastuszak, wykonanie: Katarzyna Pastuszak (Teatr Amareya), Dorota Androsz, Agnieszka Kamińska (Teatr Amareya), Aleksandra Śliwińska (Teatr Amareya), Joanna Duda, scenografia i kostiumy: Teatr Amareya, Dorota Androsz (Teatr Wybrzeże), Joanna Duda, muzyka na żywo: Joanna Duda.
- FETISH.WTF*, 2013, Klub Żak, Gdańsk, reżyseria: Dorota Androsz, koncept, wykonanie, teksty: Dorota Androsz, Agnieszka Kamińska, Katarzyna Pastuszak, Aleksandra Śliwińska, muzyka: Joanna Duda, montaż video: Mateusz Skrzypiec, kamera video: Joanna Duda.
- with-in. WEWNAŹTRZ*, 2013, Klub Winda – GAK, koncept, wykonanie: Agnieszka Kamińska.
- 2, 2013, Klub Żak, Gdańsk, koncept, wykonanie, video: Katarzyna Pastuszak, muzyka na żywo: Joanna Duda, montaż video: Aleksander Zieleń, konsultacje: Agnieszka Kamińska, Aleksandra Śliwińska.
- Ophelia_3*, 2013, Redplexus Festival, Préavis de Désordre Urbain, Marsylia, koncept: Dorota Androsz, Anna Kalwajtys, Katarzyna Pastuszak, wykonanie: Dorota Androsz, Anna Kalwajtys, Katarzyna Pastuszak, Agnieszka Kamińska, Joanna Duda, muzyka: Joanna Duda, Agnieszka Kamińska, teksty: Heiner Müller „Hamletmaschine”, Dorota Androsz.
- 33_33_33 (performative walk)*, 2013, koncept, wykonanie: Katarzyna Pastuszak, dokumentacja: Jakub Gliniecki.
- Nomadka*, 2012, Klub Żak, Gdańsk, koncept, reżyseria: Katarzyna Pastuszak, ruch: Katarzyna Pastuszak, Dorota Androsz, konsultacje: Dorota Androsz, Aleksandra Śliwińska, Agnieszka Kamińska, Anna Kalwajtys, wykonanie: Louise Fontain, Dorota Androsz, Barbara Szamotulska, Katarzyna Pastuszak, Anna Kalwajtys, Aleksandra Śliwińska, Nel Melon, teksty: Barbara Szamotulska, Louise Fontain, Katarzyna Pastuszak, wideo: Katarzyna Pastuszak, Louise Fontain, muzyka: Krzysztof Topolski aka Arszyn.
- lilipspill*, 2012, w ramach festiwalu Pomada 2012, Warszawa, koncept: Teatr Amareya i Beata Sosnowska, rysunki: Beata Sosnowska, wizualizacje: Beata Sosnowska, ruch: Teatr Amareya, muzyka: Krzysztof Topolski aka Arszyn.
- Ślepa dama na salonach*, 2012, Gdański Festiwal Tańca, pomysł, choreografia, wykonanie: Aleksandra Śliwińska, muzyka: Agnieszka Kamińska, konsultacje:

- Katarzyna Julia Pastuszak, Agnieszka Kamińska, światła: Teatr Amareya, kostiumy: Sabina Czupryńska.
- Ofelia*, 2012, premiera w ramach XVI Festiwalu Szekspirowskiego, Teatr w Oknie, Gdańsk, koncept i wykonanie: Katarzyna Pastuszak, Anna Kalwajtys, muzyka na żywo: Krzysztof Topolski aka Arszyn, teksty: Heiner Müller „Hamletmaschine” (fragment), Dorota Androsz, video: Maciej Salamon.
- Pusty dom*, 2011, Gdańsk, pomysł i reżyseria: Agnieszka Kamińska, choreografia i wykonanie: Katarzyna Pastuszak, Agnieszka Kamińska, konsultacje: Katarzyna Pastuszak, Aleksandra Śliwińska, teksty: Katarzyna Pastuszak.
- Nokturny*, 2010, Gdańsk, pomysł, choreografia, reżyseria: Katarzyna Pastuszak, wykonanie: Agnieszka Kamińska, Katarzyna Pastuszak, Aleksandra Śliwińska, Henryk Glaza, spektakl połączony z projekcją filmu *Ciało otwarte*, scenariusz i reżyseria: Barbara Świąder, występują: Agnieszka Kamińska, Katarzyna Julia Pastuszak, Aleksandra Śliwińska.
- Inskrypcje*, 2010, Gdańska Galeria Miejska.
- Ocaleni. Na skraju nieba*, 2010, Gdański Festiwal Tańca, Klub Żak, pomysł, choreografia, wykonanie: Agnieszka Kamińska, konsultacje: Aleksandra Śliwińska, Katarzyna Pastuszak, reżyseria światel: Grzegorz Ruta, Agnieszka Kamińska, muzyka, teksty: Agnieszka Kamińska, mix: Adrian Wraclawek, kostiumy: Julia Porańska, zdjęcia: Aleksandra Jeleńska, teksty: Agnieszka Kamińska „The Mother”, Mieczysław Abramowicz „Każdy przyniósł, co miał najlepszego”.
- Faceless*, 2009, Gdańsk, pomysł i wykonanie: Katarzyna Pastuszak, konsultacje reżyserskie: Agnieszka Kamińska, muzyka: kolaż, kostiumy: Grażyna Tomaszewska, Katarzyna Pastuszak, fragmenty tekstów: Antonin Artaud „Heliogabal, czyli anarchista ukoronowany”, Albert Camus „Kaligula”.
- Tribute to J.S. (W holdzie J.S.)*, 2008, Gdańsk, choreografia i wykonanie: Agnieszka Kamińska, światła i konsultacje: Katarzyna Pastuszak.
- Exit – Transgresyjny Tryptodram Feminalny*, 2008, X Spotkania Trójmiejskich Teatrów Niezależnych, Klub Winda – Gdański Archipelag Kultury, Gdańsk, choreografia i wykonanie: Agnieszka Kamińska, Katarzyna Julia Pastuszak, Aleksandra Śliwińska, kostiumy: Teatr Amareya, muzyka: Matmos, Lizz Wright, Guesch Patti.
- Anatomical Theatre Project: Viewer as Voyer – The Body Beyond* oraz *Teatr anatomiczny – misterium życia i śmierci*, projekt 2006–2007, Uppsala, Museum Gustavianum, Szwecja; kościół św. Jana, Gdańsk, choreografia i wykonanie: Agnieszka Kamińska, Joan Laage, Katarzyna Julia Pastuszak, Aleksandra Śliwińska, kostiumy: Teatr Amareya, Joan Laage, muzyka: Tomek Chołoniewski.
- Haiku na trzy ciała*, 2005, Klub Sfinks, Sopot, choreografia: Teatr Amareya, występują: Agnieszka Kamińska, Katarzyna Julia Pastuszak, Aleksandra Śliwińska,

muzyka: Guesch Patti, fragment ścieżki dźwiękowej teatralnej wersji *Sho o Suteyo, Machi e Deyō. A High-Teen Symphony*, reż. Terayama Shuji, 1970, Skystation – SWAX-62.

Tłumaczenie kobiety – dialog na 3 krzesła, 2005.

Xenos, 2005, festiwal Gdańska Korporacja Tańca, choreografia i wykonanie: Agnieszka Kamińska, Katarzyna Julia Pastuszek, Aleksandra Śliwińska, kostiumy: Sabina Czupryńska, muzyka: Piotr Pawlak, mix: Ryjoi Ikeda, Laurie Andersen, Portishead, Gustavo Santaolalla, Anthon Webern, Agnieszka Kamińska.

Sen Ikara, 2004, choreografia i wykonanie: Agnieszka Kamińska, Katarzyna Julia Pastuszek, Aleksandra Śliwińska, kostiumy: Teatr Amareya.

Odcienie aksamitu, 2002, Gdańsk, koncepcja i wykonanie: Aleksandra Śliwińska i Alicja Kurek.

Anioł w królestwie, 2001, Gdańsk, koncepcja i wykonanie: Agnieszka Kamińska i Aleksandra Śliwińska.

Skazani, 1997, choreografia, taniec: Aleksandra Śliwińska.

Tomasz Bazan (Teatr Maat Projekt)

teatrmaat.pl

Days for Dancing, 2013, koncepcja: Tomasz Bazan, wykonanie: Tomasz Bazan, Widz.

Whatever, 2013, Centrum Kultury Zamek, Poznań, reżyseria: Tomasz Bazan, design: Patrycja Płanik, choreografia/taniec: Tomasz Bazan, Anita Wach, Anna Steller, Jan Borecki, muzyka: Jan Duszyński; realizacja, współpraca: Maciej Połynko.

Station de Corps, 2012, reżyseria, choreografia, taniec: Tomasz Bazan z udziałem Patrycji Płanik i Pawła Korbusa, video: Paweł Korbus, Maciej Połynko, muzyka: Joanna Duda, kostiumy: Patrycja Płanik, realizacja spektaklu: Maciej Połynko, konsultacje choreograficzne: Tania Androwska, współpraca: Karolina Wesołowska.

I Ifigenia, 2012, na podstawie *Ifigenii* Eurypidesa, Teatr Nowy im. Kazimierza Dejmka w Łodzi, reżyseria, choreografia, światło: Tomasz Bazan, dramaturgia: Szczepan Orłowski, muzyka i opracowanie muzyczne: Marcin Janus, realizacja video, kostiumy, kamera live: Patrycja Płanik, kostiumy: Aleksandra Adamczuk, Małgorzata Krasuń, koncepcja przestrzeni: Martin Shwitzsh, Patrycja Płanik, realizacja światła, projekcje: Maciej Połynko, obsada: Mirosława Olbińska, Sławomir Sulej, Piotr Trojan, Tomasz Bazan, produkcja: Teatr Nowy Łódź, Teatr Maat Projekt CK Lublin.

Orlando, 2012, reżyseria i choreografia: Tomasz Bazan, dramaturgia: Szczepan Orłowski, scenografia: Małgorzata Szczęśniak, muzyka: Paweł Mykietyn, Justyna Wasilewska, kostiumy, grafika, video: Patrycja Płanik, współpraca: Monika Kotecka,

- realizacja spektaklu: Maciej Połynko, wykonanie scenografii, współpraca: Nordyk, Czarno Biały, współpraca przy produkcji: Karol Rębisz, asystent reżysera: Alicja Radkowska, obsada: Jacek Poniedziałek, Tomasz Bazan, Natalia Kalita, Piotr Trojan.
- Święto wiosny*, 2011, Międzynarodowy Festiwal Konfrontacje Teatralne, Lublin, na podstawie *Czekając na Godota* Samuela Becketta, reżyseria i choreografia, taniec: Mikołaj Mikołajczyk, Tomasz Bazan, muzyka: Igor Stravinsky, przy fortepianie: Anna Kozub, Arnold Dąbrowski.
- Hermeneia/Powrót*, 2011, Teatr Nowy Praga Warszawa, reżyseria, choreografia, dramaturgia: Tomasz Bazan, obsada: Piotr Trojan, Anita Wach, Natalia Kalita, Justyna Wasilewska.
- Indukcje*, 2010, Festiwal Ciało/Umysł, Teatr Imka, Warszawa, reżyseria, choreografia, taniec: Tomasz Bazan, z udziałem Jacka Poniedziałka, koncepcja przestrzeni: Tomasz Bazan, Martin Shwitzsh, muzyka: Tomasz Krezymon, video: Monika Kotecka, grafika: Patrycja Płanik, realizacja światła, dźwięku, video: Maciek Połynko.
- Wake Up*, 2010, Teatr Centralny, Lublin, koncept, reżyseria, dramaturgia, scenografia, reżyseria światła: Tomasz Bazan, choreografia i wykonanie: Tomasz Bazan, Justyna Jasłowska, Kinga Boruń, Katarzyna Mróz, Romuald Krężel, Piotr Trojan, muzyka: Arvo Part, Łukasz Januszewski, realizacja światła: Maciej Połynko.
- Huscia*, 2010, Wibracje Taneczne, Wrocław, reżyseria, choreografia, taniec: Tomasz Bazan, koncepcja przestrzeni/muzyki: Tomasz Bazan, Martin Shwitzsh, video: Monika Kotecka, konsultacje choreograficzne: Honzu Takamoru, Tania Androwska, Martin Shwitzsh.
- Idiota albo trans*, 2009, Międzynarodowy Festiwal Konfrontacje Teatralne, Lublin, reżyseria, choreografia, koncepcja: Tomasz Bazan, wykonanie: Tomasz Bazan i Romuald Krężel, przestrzeń wizualna: Kilku.com – Aleksander Janas, muzyka: Steven Reich, opracowanie dźwięku: Kilku.com – Aleksander Janas, Tomasz Bazan, konsultacje artystyczne: Richard Dennis, Tania Androwska, Janusz Opryński.
- In Innocente*, 2009 (*work in progress*), Lubelski Teatr Centralny, reżyseria, choreografia, koncepcja: Tomasz Bazan, wykonanie: Justyna Jasłowska, Kinga Boruń.
- My (requiem)*, 2008, Międzynarodowe Spotkania Teatrów Tańca, Lublin, reżyseria, choreografia, koncepcja przestrzeni: Tomasz Bazan, wykonanie: Tomasz Bazan, Barbara Bujakowska, Justyna Jasłowska, Kinga Boruń.
- Lang*, 2008, Studio Słodownia+3, Stary Browar, Poznań, reżyseria, choreografia, wybór muzyki, wykonanie: Tomasz Bazan, realizacja i reżyseria światła: Bruno Pocherone, Tomasz Bazan.
- Taniec znaku – improwizacja butō*, w ramach neTTheatre, teatr internetowy, 2.03.2008, siedziba Stowarzyszenia Teatralnego Choreo, Srebrna Góra, reżyseria: Paweł Passini, taniec butō: Tomasz Bazan.

Jiu, 2007, reżyseria i choreografia: Tomasz Bazan, taniec: Justyna Jasłowska, Kinga Boruń, Tomasz Bazan.

Krótkie smakowanie życia, 2007, Chatka Żaka, Lublin, reżyseria, scenografia, choreografia i wybór muzyki: Tomasz Bazan, postacie *shite* i *waka*: Sylwia Hanff, Tomasz Bazan (taniec butō), Postacie Czterech Wielkich Ballerin: Agnieszka Groniek, Katarzyna Mróz, Żaneta Bełcikowska, Kinga Boruń, Justyna Jasłowska.

Teika, sztuka w trzech aktach, 2006, Centrum Kultury, Lublin, reżyseria: Tomasz Bazan, wykonanie: Łukasz Maziarczyk (Cesarz), Shoji Okadateika (Teika I), Tomasz Bazan (Teika II), Remigiusz Tomecki (Teika III), Emilia Bil (Shokushi Nashinno), Agnieszka Groniek (Kobieta Wcielenie I), Agata Will (Kobieta Wcielenie II) oraz Anna Nowak, Edyta Radzionków, Ewelina Ferenc, Agnieszka Frankiel, Diana Jonkisz, Sandra Węgrzyn, Tomasz Lebik i inni.

Aleksandra Capiga-Łochowicz

improvizacje butō, brak tytułów, numerowane (od 2007).

TO-EN

www.toenbutoh.com

Ukryte wśród liści, 2013, SP 22, Gdańsk, choreografia: TO-EN, kostiumy: oluhi, scenografia: Joanna Dąbrowska, muzyka: Krzysztof Pajka, taniec: uczestniczki warsztatów „Senior tańczy butoh – Panie w wieku 60+”.

Hikarimuji, 2013, NOT QUITE, Szwecja, autor instalacji: Fredrik Wretman (Szwecja), taniec: TO-EN, kostium: Maldoror.

Disturbances, 2013, BWA, Zielona Góra, koncept i wykonanie: TO-EN, audiosfera: Timo Viialainen (Finlandia), kostium: TO-EN.

Żar, 2011, Teatr Wybrzeże, Scena Malarnia, Gdańsk, koncept, choreografia, taniec: TO-EN, światło: Chrisander Brun (Norwegia), scenografia: Chrisander Brun, TO-EN, dźwięk: Tautvydas Bajarkevičius (Litwa), Krzysztof Pajka, kostium: oluhi.

Smugi, 2011, Galeria Pionova w Gdańsku, taniec: TO-EN, dźwięk: Marcin Malinowski, kostium: TO-EN.

Melanż, 2010, Muzeum Narodowe w Gdańsku, koncept, choreografia, taniec: TO-EN, zdjęcia, opracowanie multimedialne: Paweł Maciak, dźwięk: Tautvydas Bajarkevičius (Litwa), kostium: oluhi.

Przemiany, 2009, Galeria Manhattan, Łódź, taniec: TO-EN, dźwięk: Arszyń, kostium: oluhi.

Jaskrawość, 2009, Gdańsk-Oliwa, plenerowy festiwal w Dolinie Zgniłych Mostów.

WHITE-biały, 2009, Sztokholm, spektakl dyplomowy.

Irena Lipińska

www.irenalipinska.com

Melting Pot Made in Wrocław; Laboratorium Improwizacji (w ramach Esk Wrocław 2016), Lab. 2, 2014, Filharmonia Wrocławska, uczestnicy: Ashia Grzesik, Gorm Askjær, Laurens Van Bouwelen, Julius Gabriel, Zbigniew Kozera, Piotr Damasiewicz, Irena Lipińska (taniec), Michał Uzar, Tomasz Musiał.

!GROT!, 2014, Teatr Polski we Wrocławiu, reżyseria, działanie: Irena Lipińska, koncepcja: Irena Lipińska, Magdalena Zamorska, multimedia: Paweł Janicki, dramaturgia: Magdalena Zamorska, reżyseria światła: Wojciech Maniewski, dźwięk: Dominik Wojtas, muzyka: We Draw A, animacje: Paweł Pych, video: Patryk Kizny.

Rebirth, 2014, film artystyczny, koncepcja i reżyseria: Patryk Kizny, choreografia: Irena Lipińska.

Dwa na jeden (performans w ramach projektu *33 dni życia*), 2012, Lublin.

LU2077, 2012, Muzeum Współczesne Wrocław, koncepcja i wykonanie: Irena Lipińska, muzyka: Peve Lety.

Kompilacje, 2011, Festiwal Cyrkulacje, Klub Puzzle, Wrocław, koncept i działanie: Irena Lipińska, muzyka: Indigo Tree (Peve Lety, Michał Kupicz).

DNACE, 2011, w ramach rezydencji Solo Projekt 2011, Stary Browar Nowy Taniec, Poznań, choreografia, reżyseria, wykonanie: Irena Lipińska, konsultacje artystyczne: Luca Giacomo Schulte, Ornella Balestra, muzyka: Indigo Tree (Peve Lety, Michał Kupicz), realizacja: Łukasz Kędzierski, produkcja: Art Stations Foundation.

line, 2010, Kraków, choreografia, taniec: Irena Lipińska, muzyka: Slug Duo, Indigo Tree.

hydrohypno, 2010, Dni Japońskie, Łódź, choreografia, taniec: Irena Lipińska, muzyka: Indigo Tree.

Bibliografia

- Akira Kasai *Five-Day Butoh Workshop at PSU, July 26–30*, 2005, <https://www.pdx.edu/syndication/akira-kasai-five-day-butoh-workshop-psu-july-26-30> [10.07.2014].
- Achterberg Jeanne, 1985, *Imagery in Healing*, Shambala Publications, Boston, USA.
- Artaud Antonin, 1978, *Teatr i jego sobowtór*, przeł. Jan Błoński, Wydawnictwa Artystyczne i Filmowe, Warszawa.
- , 1988, *Skończyć z sądem bożym*, przeł. Bogdan Banasiak, „Pismo Literacko-Artystyczne”, nr 10, s. 80–98.
- Aslan Odette, 1978, *Aktor XX wieku*, przeł. Maria Olga Bieńka, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa.
- Aslan Odette, Picon-Vallin Beatrice, Amagatsu Ushio, 2002, *Butō(s)*, CNRS Editions, Paris.
- Bachtin Michaił, 2005, *Ludowe formy świąt karnawałowych*, w: Leszek Kolankiewicz (red.), *Antropologia widowisk*, Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa, s. 373–384.
- Bakke Monika, 2000, *Ciało otwarte. Filozoficzne reinterpretacje kulturowych wizji cielesności*, Wydawnictwo Naukowe Instytutu Filozofii Uniwersytetu Adama Mickiewicza, Poznań.
- Bałaj Bibianna, 2007, *Umysłowa symulacja z wykorzystaniem wyobraźni motorycznej. Przegląd teorii i badań*, w: Piotr Francuz (red.), *Obrazy w umyśle. Studia nad percepcją i wyobraźnią*, Wydawnictwo Naukowe „Scholar”, Warszawa, s. 231–248.
- Banes Sally, 1992, *Is It All Postmodern?*, „The Drama Review”, nr 36, s. 59–62.
- Barba Eugenio, 2001, *Ziemia popiołu i diamentów. Moje terminowanie w Polsce*, przeł. Monika Gurgul, Ośrodek Badań Twórczości Jerzego Grotowskiego i Poszukiwań Teatralno-Kulturowych, Wrocław.
- Barba Eugenio, Nicola Savarese, 2005, *Sekretna sztuka aktora. Słownik antropologii teatru*, przeł. Jarosław Fret i inni, Ośrodek Badań Twórczości Jerzego Grotowskiego i Poszukiwań Teatralno-Kulturowych, Wrocław.

- Barbe Frances, 2002, *The Way of Butoh and Contemporary Choreography: Reflective writing on choreographic research*, <http://www.kent.ac.uk/arts/research/pdfs/TheWayofButohandContemporaryChoreographybyFrancesBarbe2002.pdf> [21.06.2011].
- Barrek Małgorzata, 2009, *Butō i problem cielesności*, praca magisterska napisana pod kierunkiem dr. hab. Mirosława Kocura w Instytucie Kulturoznawstwa Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Berestecka Anna, 2009, *Butoh – nagie ciało w przestrzeni sceny*, „Autoportret”, nr 19, s. 26–29.
- Bergmark Johannes, 1991, *Butoh. Revolt of the Flesh in Japan and a Surrealist Way to Move*, „Mannen på gatan”, nr 1, <http://www.surrealistgruppen.org/bergmark/butoh.html> [12.07.2014].
- Bernard André, 2006, *An Introduction to Ideokinesis*, w: André Bernard, Wolfgang Steinmüller, Ursula Stricker, *Ideokinesis: A Creative Approach to Human Movement and Body Alignment*, North Atlantic Books, Berkeley, s. 3–6.
- Bester Katarzyna, 2009, *Konstrukcja i dekonstrukcja widza w teatrze interkulturowym*, w: Agata Dąbek, Joanna Jaworska-Pietura (red.), *Publiczność (z)wymyślana*, Kraków, s. 73–86.
- , 2010a, *Butō – od nazwy do istoty*, w: Dariusz Kosiński (red.), *Lektury dramatyczności*, Księgarnia Akademicka, Kraków, s. 299–328.
- , 2010b, *Elegia o Hijikacie*, „Teatr”, nr 12, s. 72–73.
- Boleyn-Fitzgerald Miriam, 2010, *Obrazy naszego umysłu. Co mówią o nas najnowsze odkrycia neurobiologii*, przeł. Zofia Szachanowska-Olesiejuk, Sonia Draga, Katowice.
- Braid James, 1855, *The Physiology of Fascination, and the Critics Criticised*, John Murray, Manchester.
- Bremer Józef, 2001, *Problem umysł-ciało. Wprowadzenie*, WAM, Kraków.
- Bunt ciała, czyli słowo o butō*, <http://www.mmkrakow.pl/7180/2009/11/2/bunt-ciala-czyli-slowo-o-butō?category=sport> [20.01.2010].
- Burt Ramsay, 2013, *Niżyński, modernizm i problem przedstawiania nienormatywnych typów męskości*, przeł. Katarzyna Pastuszek, w: Jadwiga Majewska (red.), *Świadomość ruchu. Teksty o tańcu współczesnym*, Ha!art, Kraków, s. 353–374.
- Bykow Fiodor, 1988, *Lao Tsy i traktat Tao Te King*, w: Marian Dziewisz (red.), *Taoizm*, Biblioteka Pisma Literacko-Artystycznego, Kraków, s. 27–38.
- Capiga Aleksandra, 2009, *Bunt ciała. Butoh Hijikaty*, Muzeum Sztuki i Techniki Japońskiej Manggha, Kraków.
- Capiga-Łochowicz Aleksandra, 2011, *Taniec butoh jako droga do integracji ciała i umysłu*, „Kultura Enter”, nr 35, [bln].

- Carlson Marvin, 2007, *Performans*, przeł. Edyta Kubikowska, PWN, Warszawa.
- Chanczewska Emilia, 2004, *Integracja w terapii tańcem. Kwiaty na chodniku*, http://www.pzgszczecin.internetdsl.pl/prasb_01.html [21.06.2014].
- Ciało-znak*, 2003, „Alma Mater. Miesięcznik Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie”, nr 51, <http://www3.uj.edu.pl/alma/alma/51/01/13.html> [24.09.2009].
- Coelho Abel, 2008a, *A Compilation of Butoh Exercises*, University of Honolulu, Department of Theatre and Dance, Honolulu.
- , 2008b, *Ankoku Butō and Altered States of Consciousness*, <http://www.docstoc.com/docs/48073529/Butoh-and-Trance-ruinedmap-dance-company-shuddering> [19.06.2014].
- Cohen Bonnie Bainbridge, 2009, *Body Mind Centering*, przeł. Jacek Paszkowski, <http://www.pracazcieniem.pl/index.php?pg=BMC> [5.10.2009].
- Cohen Selma Jeanne (red.), 2004, *International Encyclopedia of Dance*, przeł. Iwona Wojnicka, Oxford University Press, New York–Oxford, hasło *Butō*, <http://butohdance.blogspot.com/2008/04/but-in-international-encyclopedia-of.html> [6.04.2008].
- Cotterell Arthur, 1993, *Słownik mitów świata*, przeł. Waldemar Ceran i inni, Wydawnictwo Łódzkie, Łódź.
- Craig Gordon, 1964, *O sztuce teatru*, przeł. Maria Skibniewska, Warszawa.
- Csikszentmihalyi Mihaly, 1997, *Przepływ. Psychologia optymalnego doświadczenia*, przeł. Magdalena Wajda, Studio Emka, Warszawa.
- Csikszentmihalyi Mihaly, Csikszentmihalyi Isabella, 1999, *Adventure and the Flow Experience*, w: John C. Miles, Simon Priest, *Adventure Programming*, Venture Publishing, Pennsylvania, s. 153–158.
- Csórdas Thomas J., 1993, *Somatic Modes of Attention*, „Cultural Anthropology”, nr 8(2), s. 135–156.
- Czajkowska Joanna, 2009, zapis fragmentów spotkania z Joanną Czajkowską, prowadzenie Anna Królica, 15.01.2009, klubokawiarnia Mała Litera, Łódź, spisał i zred. Witold Mrozek, <http://www.nowytaniec.pl/?p=827> [9.10.2009].
- Czajkowski Albert, 2011, *Uwaga! Bieganie uzależnia! Czyli czym jest euforia biegacza*, <http://nektarnik.pl/2011/01/uwaga-bieganie-uzaleznia-czyli-czym-jest-euforia-biegacza> [26.09.2011].
- Damasio Antonio, 1994, *Descartes' Error. Emotion, Reason, and the Human Brain*, New York.
- , 2000, *The Feeling of What Happens. Body and Emotion in the Making of Consciousness*, London; [pol.] *Tajemnica świadomości*, przeł. Maciej Karpiński, Rebis, Poznań.
- Deflem Mathieu, 2002, *Rytuał, antystruktura i religia, czyli Victora Turnera procesualna analiza symboli*, „Konteksty”, nr 56(1/2), s. 188–199.

- Dewey John, 1975, *Sztuka jako doświadczenie*, przeł. Andrzej Potocki, Ossolineum, Wrocław–Poznań–Warszawa.
- , 1981–1990, *The Later Works: 1925–1953*, t. 1–15, Southern Illinois University Press, Carbondale.
- Duch Włodzisław, 2007, *Neuroestetyka i ewolucyjne podstawy przeżyć estetycznych*, <http://www.fizyka.umk.pl/publications/kmk/07-Neuroestetyka.pdf> [19.06.2014].
- Dudziński Paweł, 2004, *Rytuał intuitywny. Metoda artystyczna Teatru Performer*, Stowarzyszenie Teatr Performer Instytut Sztuki Nowej, Zamość.
- , 2006, *Rytuał intuitywny a sztuki performatywne*, w: Magdalena Gołaczyńska, Ireneusz Guszpit (red.), *Teatr – przestrzeń – ciało – dialog. Poszukiwania we współczesnym teatrze*, Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław, s. 177–189.
- , 2008, *O malowaniu dla Guinnessa i Teatrze Performer*, wywiad przeprowadzony przez Teresę Madej, 15.05.2008, <http://www.zamosconline.pl/text.php?id=2118&rodz=kul> [20.06.2011].
- Eguchi Osamu, 1988, *My View of Hoppō Buto-ha*, w: Klein Susan Blakely, *Ankoku Butō: The Premodern and Postmodern Influences on the Dance of Utter Darkness*, Cornell University East Asia Series, New York, s. 89–91.
- Eliade Mircea, 1994, *Szamanizm i archaiczne techniki ekstazy*, przeł. Krzysztof Kocjan, PWN, Warszawa.
- Featherstone Mike, 2008, *Ciało w kulturze konsumpcyjnej*, w: Małgorzata Szpakowska (red.), *Antropologia ciała. Zagadnienia i wybór tekstów*, Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa, s. 109–117.
- Ferber Rafael, 2008, *Podstawowe pojęcia filozoficzne 2. Człowiek, świadomość, ciało i dusza, wolność woli, śmierć*, przeł. Leszek Kusak, Adam Węgrzecki, WAM, Kraków.
- Foster Hal, 2010, *Powrót realnego. Awangarda u schyłku XX wieku*, przeł. Mateusz Borowski, Małgorzata Sugiera, Universitas, Kraków.
- Fischer Roland, 1971, *A Cartography of the Ecstatic and Meditative States*, „Science”, nr 174, s. 897–904, <http://wisebrain.org/papers/MapofMedEcstaticStates.pdf> [24.03.2012].
- Fischer-Lichte Erika, 2008a, *Czym jest przedstawienie w kulturze performansów? Próba definicji*, „Didaskalia”, nr 88, s. 65–71.
- , 2008b, *Estetyka performatywności*, przeł. Mateusz Borowski, Małgorzata Sugiera, Księgarnia Akademicka, Kraków.
- Fraleigh Sondra Horton, 1996, *Dance and Lived Body*, University of Pittsburgh Press, Pittsburgh.
- , 2004, *Tańcząc w stronę mroku. Butō, Zen i Japonia*, przeł. Wiesna Mond-Kozłowska, Universitas, Kraków.

- , 2010, *Butoh. Metamorphic Dance and Global Alchemy*, University of Illinois Press, Urbana, Chicago, and Springfield.
- Fraleigh Sondra, Nakamura Tamah, 2006, *Hijikata Tatsumi and Ohno Kazuo*, Routledge, Oxon.
- Francuz Piotr (red.), 2007, *Obrazy w umyśle. Studia nad percepcją i wyobraźnią*, Wydawnictwo Naukowe „Scholar”, Warszawa.
- Franklin Eric, 2007, *Świadomość ciała. Wykorzystanie obrazów mentalnych w pedagogice ruchu*, przeł. Zbigniew Zembaty, Kined, Warszawa.
- Fret Jarosław, 2000, *Teatr fizyczny Lloyda Newsona*, w: Ewa Guderian-Czaplińska, Grzegorz Ziółkowski (red.), *Teatr: ciało i cień. Materiały z sympozjum młodych teatrologów, Poznań 1999*, Uniwersytet Adama Mickiewicza, Poznań, s. 131–138.
- Gallese Vittorio, 2003, *The Roots of Empathy: The Shared Manifold Hypothesis and the Neural Basis of Intersubjectivity*, „Psychopathology”, nr 36, s. 171–180.
- Góda Nario, 1988, *On Ankoku Butō*, w: Klein Susan Blakely, *Ankoku Butō: The Premodern and Postmodern Influences on the Dance of Utter Darkness*, Cornell University East Asia Series, New York, s. 79–88.
- Gołaszewska Maria, 1985, *Zarys estetyki*, PWN, Warszawa.
- Grabowska Jadwiga, Szymajda Joanna, 2009, *Raport o tańcu współczesnym w Polsce w latach 1989–2009*, http://www.kongreskultury.pl/library/File/RaportTaniec/taniec_raport_w.pelna%281%29.pdf [10.06.2009].
- Grosz Elizabeth, 1994, *Volatile Bodies*, Sydney.
- Grotowski Jerzy, 1961, *Możliwość teatru*, materiały warsztatowe Teatru 13 Rzędów, Opole, [bln].
- , 1990, *Performer*, w: Jerzy Grotowski, *Teksty z lat 1965–1969*, Wiedza o Kulturze, Wrocław, s. 214–218.
- , 2007a, *Ku teatrowi ubogiemu*, Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Wrocław.
- , 2007b, *Techniki aktorskie*, z Jerzym Grotowskim rozmawia Denis Bablet, w: Jerzy Grotowski, *Ku teatrowi ubogiemu*, Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Wrocław, s. 197–207.
- Hanff Sylwia, 2009, *Wywiad z Sylwią Hanff, tancerką butoh*, <http://www.suwalki.info/articles2.php?id=135> [19.06.2014].
- , [b.r.], *Aktor obdarty ze skóry*, HTL, http://limenbutoh.net/index.php?option=com_content&task=blogsection&id=11&Itemid=36 [12.03.2011].
- Hannerz Ulf, 2006, *Powiązania transnarodowe. Kultura, ludzie, miejsca*, przeł. Katarzyna Franek, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków.
- Harpham Geoffrey Galt, 1982, *On the Grotesque: Strategies of Contradiction in Art and Literature*, Princeton University Press, New York.
- Hawkins Alma, 1991, *Moving from within*, A Capella Books, Pennington, New Jersey.

- Hijikata Tatsumi, 2000a, *Fragments of Glass*, rozmowa z Suzuki Tadashi, „The Drama Review”, nr 44(1) (wiosna), s. 62–70.
- , 2000b, *From Being Jealous of a Dog's Vein*, „The Drama Review”, nr 44(1) (wiosna), s. 56–59.
- , 2000c, *Inner Material/Material*, „The Drama Review”, nr 44(1) (wiosna), s. 36–42.
- , 2000d, *Plucking Off the Darkness of the Flesh*, wywiad: Shibusawa Tatsuhiko, „The Drama Review”, nr 44(1) (wiosna), s. 49–55.
- , 2000e, *To Prison*, „The Drama Review”, nr 44(1) (wiosna), s. 43–48.
- , 2000f, *Wind Daruma*, „The Drama Review”, nr 44(1) (wiosna), s. 71–79.
- , 2013, *Materiały wewnętrzne. Materiały*, przeł. Beata Kowalczyk, w: Jadwiga Majewska (red.), *Świadomość ruchu. Teksty o tańcu współczesnym*, Ha!art, Kraków, s. 41–52.
- Hoczyk Julia, 2004a, *Butoh to życie (notatki uczestnika pracy z Daisuke Yosimoto)*, „Scena”, nr 6(37), s. 26–27.
- , 2004b, *W kręgu butoh*, recenzja książki Sondry Fraleigh *Tańcząc w stronę mroku. Butō, Zen i Japonia* (Universitas, Kraków 2004), „Scena”, nr 6(37), s. 36.
- , 2007, *Teatr nō a taniec butō. Elementy teatru i tańca w obu formach*, w: Adrianna Kabza-Biernacka i inni (red.), *Teatr nō. Tradycja i dialog*, IKP UW – Studenckie Koło Kulturoznawcze, Warszawa, s. 41–61.
- , 2009a, *Japoński taniec butō. Historia i charakterystyka gatunku*, praca magisterska napisana pod kierunkiem prof. dr. hab. Leszka Kolankiewicza, Akademia Teatralna im. Aleksandra Zelwerowicza w Warszawie.
- , 2009b, *O cielesności w japońskim tańcu butō*, NowyTaniec.PL, http://www.nowy-taniec.pl/czytelnia/Julia_Hoczyk_O_cielesnosci.pdf [4.01.2010].
- , 2009c, *Zarys monografii. Pierwszy krok w kierunku wypełnienia luki*, recenzja książki Aleksandry Capigi *Bunt ciała. Butoh Hijikaty* (Muzeum Manggha, Kraków 2009), http://www.e-teatr.pl/pl/artykuly/84964.html?josso_assertion_id=8A4D-86F5280E9164 [1.07.2014].
- , 2010a, *Butō – japoński taniec współczesny*, w: Halina Pacwa (red.), *Japoński październik*, Muzeum Pałac w Wilanowie, Warszawa, s. 33–34.
- , 2010b, *Butoh, czyli o duchowym życiu ciała*, „Teatr”, nr 12, s. 60–63.
- , 2010c, *Przemieniając ciało. O twórczości Daisuke Yoshimoto*, Teatr Wielki – Opera Narodowa, Warszawa.
- , 2013a, *Tancerz butō jako performer, ciało jako spektakl. Kilka uwag o obecności tancerza i percepcji ciała w butō*, w: Ewa Bal, Wanda Świątkowska (red.), *Performans, performatywność, performer. Próby definicji i analizy krytyczne*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków, s. 315–326.
- , 2013b, *Wytańczyć niewystawialne*, w: Jadwiga Majewska (red.), *My, taniec. Antologia polskiej krytyki tańca po 1989 roku*, Centrum Sztuki Mościce, Tarnów,

- s. 127–133, http://kultura.lublin.eu/wiadomosci,1,1236,Wyta%C5%84czy%C4%87_niewys%C5%82awialne.html?locale=pl_PL [1.07.2014].
- Hoffman Ethan, Holborn Mark, 1987, *Butoh: Dance of the Dark Soul*, Aperture Foundation, New York.
- Humphrey Doris, 2013, *Co choreograf powinien sprawdzić*, przeł. Katarzyna Pastuszak, w: Jadwiga Majewska (red.), *Świadomość ruchu. Teksty o tańcu współczesnym*, Ha!art, Kraków, s. 19–31.
- Ichikawa Miyabi, 1988, *A Preface to Butō [Butō Josetsu]*, w: Klein Susan Blakely, *Ankoku Butō: The Premodern and Postmodern Influences on the Dance of Utter Darkness*, Cornell University East Asia Series, New York, s. 69–71.
- Ishihara Rui, 2010, *Duchy tańczące butoh*, „Teatr”, nr 12, s. 70–71.
- Iwabuchi Keisuke, 1988, *The Paradigm of Butō*, w: Klein Susan Blakely, *Ankoku Butō: The Premodern and Postmodern Influences on the Dance of Utter Darkness*, Cornell University East Asia Series, New York, s. 73–77.
- Izutsu Toshihiko, 2001, *Metafizyczne tło teorii nō. Analiza „Dziewięciu etapów” Zeamięgo*, w: Krystyna Wilkoszewska (red.), *Estetyka japońska. Antologia*, Universitas, Kraków, s. 71–88.
- Jabłońska Małgorzata, 2008, *Dramaturgia ciała. Zarys projektu badawczego na przykładzie analizy praktyk cielesnych OPT Gardzienice*, „Konteksty. Polska Sztuka Ludowa”, nr 1(280), s. 129–135.
- , 2009, *Ciała ikon. O recepcji dialektycznego związku cielesności i wizualności w spektaklach Ośrodka Praktyk Teatralnych „Gardzienice”*, w: Agata Dąbek, Joanna Jaworska-Pietura (red.), *Publiczność (z)wymyślana. Relacje widz-scena we współczesnej praktyce dramatopisarskiej i inscenizacyjnej*, Księgarnia Akademicka, Kraków, s. 155–174.
- Jameson Federic, 1988, *Postmodernizm albo kulturowa logika późnego kapitalizmu*, „Pismo Literacko-Artystyczne”, nr 4, s. 64–95.
- Jan-Krukowska Justyna, 2009, *Dzieło jako narzędzie pracy nad sobą*, tekst wygłoszony podczas konferencji „Carpe Diem. Arteterapia w edukacji i rozwoju człowieka” zorganizowanej przez Instytut Kształcenia Ustawicznego Nauczycieli i Studiów Edukacyjnych Dolnośląskiej Szkoły Wyższej we Wrocławiu, 14–15.01.2009 (dzięki uprzejmości autorki).
- , [b.r.], *Body Weather*, HJK, <http://www.justbody.eu/butoh.html> [24.06.2010].
- , [b.r.], *Ciało i obiekt. Kluczowe odkrycia w procesie pracy z ciałem i przedmiotem*, HJK, http://www.justbody.eu/cialo_i_obiekt.html [24.06.2010].
- , [b.r.], *Jaskrawość/Intensity*, druk ulotny spektaklu *Jaskrawość/Intensity* To-En Butoh Company (dzięki uprzejmości artystki).
- , [b.r.], *Kobiece Rytuały. Rytuał. Uzdrawianie. Wspólnota*, HJK, http://www.justbody.eu/kobiece_rytuały.html [24.06.2010].

- , [b.r.], *Toaletka damska*, HJK, http://www.justbody.eu/performens_toaletka_damska.html [4.07.2014].
- Janicka Ewa, 2012, *Transkulturowy charakter japońskiego tańca butō*, niepublikowana praca doktorska napisana pod kierunkiem dr. hab. Juliusza Tyski w Zakładzie Performatyki Uniwersytetu Adama Mickiewicza w Poznaniu, <https://repozytorium.amu.edu.pl/jspui/bitstream/10593/3511/1/E.Janicka%20PHD.pdf> [15.06.2014].
- Janik Jerzy A., 2011, *Zjawiska (fakty) emergentne*, „PAUza Akademicka. Tygodnik Polskiej Akademii Umiejętności”, nr 111, s. 3.
- Janikowski Grzegorz, 2008, *Tańcząc w stronę korzeni*, „Kultura Enter”, nr 2 (wrzesień), <http://kulturaenter.pl/tanczac-w-strone-korzeni/2008/12/> [19.06.2014].
- Jerzak Krzysztof, 2009, druk ulotny dotyczący warsztatu tańca butō, 21–22.11.2009.
- Jędrzejczak Łukasz, 2010, *O powstawaniu doznań mistycznych. Podejście neurokognitywne* (Studia z Teorii Poznania i Filozofii Języka, t. 4), Instytut Filozofii Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, Olsztyn.
- Karkou Vassiliki, Sanderson Patricia, 2005, *Arts Therapies: A Research-Based Map of the Field*, Elsevier Churchill Livingstone, Edinburgh.
- Kasai Toshiharu, 1999, *A Butoh Dance Method for Psychosomatic Exploration*, „Memoirs of the Hokkaido Institute of Technology”, nr 27, s. 309–316.
- , 2000, *A Note on Butō Body*. „Memoirs of the Hokkaido Institute of Technology”, nr 28, s. 353–360.
- , 2001, *Mind-Body Learning by Butoh Dance Method*, referat wygłoszony podczas 36th Annual Conference of American Dance Therapy Association, 11–14.10.2001, Sheraton Capital Center Hotel, Raleigh, North Carolina, USA, <http://www.ne.jp/asahi/butoh/itto/method/adta21.htm> [15.03.2011].
- , 2005, *The Arm-Standing Exercise for Psychosomatic Training*, „Bulletin of the Faculty of Humanities”, Sapporo Gakuin University, nr 77, s. 77–81.
- , 2009a, *New Understandings of Butoh Creation and Creative Autopoietic Butoh – From Subconscious Hidden Observer to Perturbation of Body-Mind System*, „Bulletin of the Faculty of Humanities”, Sapporo Gakuin University, nr 86, s. 21–36.
- , 2009b, *Notes on Butoh Dance*, <http://www.ne.jp/asahi/butoh/itto/method/kasait/k-note.htm> [15.03.2011].
- , 2009c, *Q and A: “My Butoh Practice and How I Integrate It into My Therapeutic Work”*, wykład w Central School for Speech and Drama University of London, 2.11.2009, http://toshi-kasai.info/london_central_speech-drama.pdf [12.11.2010].
- Kasai Toshiharu, Parsons Kate, 2003, *Perception in Butō Dance*, „Memoirs of the Hokkaido Institute of Technology”, nr 31, s. 257–264.
- Kawa Magdalena, Kawka Alicja, 2008, *Butoh jest jak wirus*, „Opornik”, nr 36(9), <http://hf.org.pl/ao/index.php?id=787> [29.09.2009].

- Kawai Norie i inni, 2001, *Catecholamines and Opioid Peptides Increase in Plasma in Humans during Possession Trances*, „Cognitive Neuroscience and Neuropsychology”, nr 16(12), s. 3419–3423.
- Kealinohomoku Joann, 2013, *Antropolog przygląda się baletowi jako formie tańca etnicznego*, przeł. Katarzyna Pastuszek, w: Jadwiga Majewska (red.), *Świadomość ruchu. Teksty o tańcu współczesnym*, Ha!art, Kraków, s. 511–534.
- Keene Donald, 2001, *Realizm i nierzeczywistość w teatrze japońskim*, w: Krystyna Wilkoszewska (red.), *Estetyka japońska. Antologia*, Universitas, Kraków, s. 89–108.
- Kirby Michael, 1975, *Post-Modern Dance*, „The Drama Review”, nr 19, s. 3–4.
- Klein Susan Blakely, 1988, *Ankoku Butō: The Premodern and Postmodern Influences on the Dance of Utter Darkness*, Cornell University East Asia Series, New York.
- , 2008, ICU Core Course Ramune to Anime (Fall 2008); *Ankoku Butoh (or Buto): Dance of Utter Darkness*, <https://eee.uci.edu/clients/sbklein/THEATER/07-ICU/EA120-10a-07-outline.htm> [17.03.2010].
- Kleist Heinrich von, 1970, *About Marionettes*, przeł. Michael Lebeck, Three Kings Press, New York–Mindelheim.
- Klimczyk Wojciech, 2010, *Wizjonerzy ciała. Panorama współczesnego teatru tańca*, Ha!art, Kraków.
- Kocur Mirosław, 2003, *Butoh, czyli teatr tańca*, tekst kuratorski wystawy „Butoh – królestwo poezji ciała”, fotografie Macieja Rusinka, Centrum Sztuki i Techniki Japońskiej Manggha, Kraków, maj 2003.
- Konturek Stanisław, 1998, *Neurofizjologia*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków.
- Kotański Wiesław, 1986, *Kojiki, czyli Księga dawnych wydarzeń*, t. 1–2, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa.
- , 1990, *Opowieści o pierwszych władcach Japonii*, Iskry, Warszawa.
- Kowalczyk Izabela, 2000, *Spory o sztukę lat 90.*, http://magazynsztuki.eu/old/archiwum/teksty_internet_arch_all/archiwum_teksty_online_11.htm [9.06.2014].
- , 2006, *Sztuka krytyczna – wybrane zagadnienia*, http://www.culture.pl/baza-sztuki-pelna-tresc/-/eo_event_asset_publisher/eAN5/content/sztuka-krytyczna-wybrane-zagadnienia [9.11.2011].
- Kozyra Agnieszka, 2004, *Filozofia zen*, PWN, Warszawa.
- Królica Anna, 2009, *Jak moglibyśmy zapamiętać Pinę Bausch?*, „Didaskalia”, nr 92/93 (sierpień–październik), s. 2–8.
- Kudliński Tadeusz, 2006, „*Dziady*” w *13 Rzędach*, w: Janusz Degler, Grzegorz Ziółkowski (red.), *Misterium zgrozy i urzeczenia. Przedstawienia Jerzego Grotowskiego i Teatru Laboratorium*, Wrocław, s. 139–140.

- Kurihara Nanako, 2000, *Hijikata Tatsumi. The Words of Butoh*, „The Drama Review”, nr 44 (wiosna), s. 12–28.
- Laage Joan, 1993, *Embodying the Spirit: The Significance of the Body in the Contemporary Japanese Dance Movement of Butoh*, Texas Woman's University, Danton, USA.
- Lewandowski Roman, 2008, *Miho Iwata. Niewidzialne miejsca*, http://www.baltic-gallery.art.pl/archiwum/miho_iwata [4.02.2014].
- Lowen Alexander, 1992, *Duchowość ciała*, przeł. Stefan Sikora, Jacek Santorski & Co., Warszawa.
- Łabędzka Izabella, 1999, *Obrzędowy teatr Dalekiego Wschodu*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Adama Mickiewicza, Poznań.
- Małecki Wojciech, 2009, *Somatoestetyka a normy ciała*, „Kultura Współczesna”, nr 1(59), s. 8–18.
- Markiewicz Piotr, Przybysz Piotr, 2007, *Neuroestetyczne aspekty komunikacji wizualnej i wyobraźni*, w: Piotr Francuz (red.), *Obrazy w umyśle. Studia nad percepcją i wyobraźnią*, Wydawnictwo Naukowe „Scholar”, Warszawa, s. 111–149.
- Maslow Abraham, 1986, *W stronę psychologii istnienia*, przeł. Irena Wyrzykowska, Pax, Warszawa.
- Mazurek Maciej, 1994, *Obrazy przepływającego świata*, „Dekada Literacka”, nr 9(92), <http://dekadaliteracka.pl/index.php?id=3200> [16.12.2009].
- McKenzie Jon, 2011, *Performuj albo... Od dyscypliny do performansu*, przeł. Tomasz Kubikowski, Universitas, Kraków.
- Melanowicz Mikołaj, 1994, *Literatura japońska*, t. 1: *Od VI do połowy XIX wieku*, Warszawa.
- Merleau-Ponty Maurice, 2001, *Fenomenologia percepcji*, przeł. Małgorzata Kowalska, Jacek Migasiński, Fundacja Aletheia, Warszawa.
- Mieszkowski Piotr, [b.r.], *Fizjologia a bieganie*, <http://www.eioba.pl/a/1k7p/fizjologia-a-bieganie> [19.06.2014].
- Mikami Kayo, 1997, *Tatsumi Hijikata. An Analysis of Ankoku Butoh Techniques*, niepublikowana rozprawa doktorska obroniona na Wydziale Nauk Humanistycznych Ochanomizu University, Tokio (dzięki uprzejmości autorki).
- , 2002, *Deconstruction of the Human Body from a Viewpoint of Tatsumi Hijikata's Ankoku Butoh*, <http://w01.tp1.jp/~a150397531/etude/deconst.html> [16.01.2010].
- Mond-Kozłowska Wiesna, 2003, *Ciało–znak / Teatr fizyczny*, „Alma Mater”, nr 51, <http://www3.uj.edu.pl/alma/alma/51/01/13.html> [5.10.2009].
- , 2010, *Przekraczanie sztuki w metafizycznym doświadczeniu tańca. Fenomenologia egzystencjalna w filozofii tańca Sondry Horton Fraleigh*, Ignatianum, Kraków.
- Nakajima Natsu, 1998, *Butoh – pomiędzy teatrem a tańcem*, przeł. Joanna Ostrowska, „Opcje”, nr 3(22) (wiosna), s. 48–51.

- Nancy Allison (red.), 1999, *The Illustrated Encyclopedia of Body-Mind Disciplines*, The Rosen Publishing Group, New York.
- Niemczycka Magdalena, 2005, *Butoh: wydzieranie ciemności z ciała*, praca magisterska pod kierunkiem dr. hab. Mirosława Kocura obroniona w Instytucie Kulturoznawstwa Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Oida Yoshi, Marshall Lorna, 1992, *An Actor Afloat*, Methuen, London.
- O'More Haven, 1994, za: *Program spektaklu Kazuo Ohno i Yoshito Ohno* Suiren (Nenufary), druk ulotny, Teatr Dramatyczny w Warszawie, 8.10.1994.
- Paduch Ewa, 2009, *Moda na antybalet*, <http://www.iwomian.pl/na-serio/ludzie/moda%3Bna%3Bantybalet,54,0,449334.html> [3.04.2010].
- Pastuszek Katarzyna Julia, 2001, *Odwaga by latać*, „Didaskalia”, nr 45, s. 78–81.
- , 2002, *W takt czasów*, „Didaskalia”, nr 51/52, s. 105–108.
- , 2005, *Inkantacja mitu*, „Didaskalia”, nr 64, s. 78–81.
- , 2007a, *Butō zbliżenia: Tatsumi Hijikata i jego butō*, skrypt wprowadzenia do wykładu dotyczącego butō podczas Doyōbi – Japońskiej Soboty, IF Inner Museum Spaces, Poznań, 24.02.2007, <http://creativa.amu.edu.pl/kultura/doyobi.html> [18.07.2014].
- , 2007b, *Butō-zbliżenia*, „Scena OFF-arta”, nr 4, s. 4–6.
- , 2007c, *Dziś trzeba krzyżeć*, zapis rozmowy z Barbarą Świąder-Puchowską, wywiad z Romanem Puchowskim, „Scena OFF-arta”, nr 1, s. 1–3.
- , 2007d, *Minako Seki o swoim tańcu*, przekład, „Scena OFF-arta”, nr 4, s. 5–8.
- , 2007e, *Uciec z przychodni*, recenzja ze spektaklu Teatru Akademia Ruchu *Przychodnia. Exit*, „Scena OFF-arta”, nr 3, s. 3–5.
- , 2010a, *Ankoku butō Hijikaty Tatsumiego teatr ciała-w-kryzysie*, rozprawa doktorska pisana pod kierunkiem prof. dr. hab. Michała Błażejewskiego, Uniwersytet Gdański, Wydział Filologiczny, Katedra Kulturoznawstwa, Gdańsk.
- , 2010b, *„Butoh” w spotkaniu z Zachodem*, „Teatr”, nr 12, s. 64–67.
- , 2012a, *Migotania ciała – kilka słów o nagości w polskim tańcu*, „Teatr”, nr 10, s. 44–47.
- , 2012b, *Moja droga butō*, w: Barbara Kubiak Ho-Chi (red.), *Japonia w Polsce*, Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa, s. 45–68.
- , 2014a, *Wokół spektaklu „Nomadka”*, „Wysokie Obcasy”, wydanie internetowe, http://www.wysokieobcasy.pl/wysokie-obcasy/1,98083,16297128,Wokol_spektaklu__NOMADKA_.html?piano_t=1 [18.07.2014].
- , 2014b, wywiad ze Steve'em Buchananiem do katalogu Gdańskiego Festiwalu Tańca 2014, Klub Żak, Gdańsk, s. 52–54.
- Pawlik Jacek Jan, 2008, *Źródła, symbolika i znaczenia tańca afrykańskiego*, „Konteksty. Polska Sztuka Ludowa”, nr 1(280), s. 32–39.

- Pędzich Zuzanna, 2009, *Psychoterapia Tańcem i Ruchem w Polsce i na świecie*, w: Zuzanna Pędzich (red), *Psychoterapia tańcem i ruchem. Teoria i praktyka w terapii grupowej*, Arteer, Warszawa, s. 11–34.
- Piotrowski Piotr, 1998, *Wytrącić z automatyzmu myślenia*, wywiad przeprowadzony przez Macieja Mazurka, „Znak”, nr 12, s. 146–160.
- , 1999, *Znaczenia modernizmu. W stronę historii sztuki polskiej po 1945 roku*, Rebis, Poznań.
- Polzer Elena, 2004, *Hijikata Tatsumi's from Being Jealous of a Dog's Vein*, praca magisterska, promotor: dr Klaus Kracht, Humboldt-Universität zu Berlin, Philosophische Fakultät III, Institut für Japanologie.
- Przemiany/Transformations*, [b.r.], druk ulotny spektaklu *Przemiany/Transformations* To-En Butoh Company.
- Przybysz Piotr, 2008, *Inni w naszych głowach*, „Charaktery”, nr 2 (luty), s. 66–71.
- Ramachandran Vilayanur S., 2006, *Mirror Neurons and the Brain in the Vat*, http://edge.org/3rd_culture/ramachandran06/ramachandran06_index.html [15.04.2011].
- Reich Wilhelm, 1996, *Funkcja orgazmu*, przeł. Natasza Szymańska, Jacek Santorski & Co., Warszawa.
- Rhizome Lee, 2010, *Behind the Mirror: A Butoh Manual for Students*, http://subbody.net/14pdf/BUTOH_MANUAL_FOR_STUDENTS.pdf [24.07.2011].
- Ritsema Jan, 2013, *Improwizacja jako performens*, przeł. Katarzyna Pastuszek, w: Jadwiga Majewska (red.), *Świadomość ruchu. Teksty o tańcu współczesnym*, Ha!art, Kraków, s. 279–296.
- Rizolatti Giacomo, Arbib Michael A., 1998, *Language within our grasp*, „Trends in Neurosciences”, nr 21(5), s. 188–194.
- Rizzolatti Giacomo, Fabbri Destro Maddalena, 2008, *Mirror neurons*, Scholarpedia, http://www.scholarpedia.org/article/Mirror_neurons [24.02.2011].
- Rodowicz Jadwiga, 2000, *Aktor doskonały. Traktaty Zeamięgo o sztuce Nō*, słowo/obraz terytoria, Gdańsk.
- , 2009, *Boski dwumian. Przenikanie rzeczywistości w teatrze nō*, Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Wrocław.
- Roquet Paul, 2003, *Towards the Bowels of the Earth. Butoh Writhing in Perspective*, praca magisterska obroniona na Pomona College pod kierunkiem prof. Lynne Miyake i prof. Laurie Cameron, <http://ibtheatre.wikispaces.com/file/view/TowardsTheBowelsOfTheEarth.pdf> [22.09.2011].
- Sakson-Obada Olga, 2009, *Pamięć ciała. Ja cielesne w relacji przywiązania i w traumie*, Difin, Warszawa.
- Santorski Jacek, 1993, *Jestem także ciałem*, w: Jacek Santorski (red.), *ABC psychologicznej pomocy* (Rezonans i Dialog, nr 8), Jacek Santorski & Co., Warszawa, s. 121–142.

- Schechner Richard, 2006, *Performatyka. Wstęp*, przeł. Tomasz Kubikowski, Ośrodek Badań Twórczości Jerzego Grotowskiego i Poszukiwań Teatralno-Kulturowych, Wrocław.
- Shingenori Nagatomo, 1992, *Attunement through the Body*, Albany.
- Shizuto Masunaga, 1987, *Zen Imagery Exercises: Meridian Exercises for Wholesome Living*, Japan Publications, Tokyo.
- , 1997, *Meridian Exercises: The Oriental Way to Health and Vitality*, Japan Publications (USA).
- Shusterman Richard, 2007, *Życie, sztuka i filozofia. Intymne wyznania Richarda Shustermana o filozofii, życiu, sztuce, ciele i duszy oraz wielu innych sprawach wysłuchane przez Adama Chmielewskiego*, w: Richard Shusterman, *O sztuce i życiu. Od poetyki hip-hopu do filozofii somatycznej*, wybór, oprac. i przeł. Wojciech Małecki, współpraca nauk. Adam Chmielewski, Atla 2, Wrocław, s. 11–29.
- , 2010, *Świadomość ciała. Dociekania z zakresu somaestetyki*, przeł. Wojciech Małecki, Sebastian Stankiewicz, Universitas, Kraków.
- Sier-Janik Barbara, 1995, *Historia tańca postmodern. Zarys problematyki – twórcy i techniki*, Centrum Edukacji Artystycznej, Warszawa.
- Słownik języka polskiego*, PWN, <http://sjp.pwn.pl> [21.02.2010].
- Słownik wybranych terminów z zakresu somatoterapii i psychoterapii ciała*, [b.r.], http://edukacja.eneteia.pl/index.php?view=article&catid=9%3Aslowniki&id=11%3Asownik-somatoterapii&option=com_content&Itemid=8 [18.02.2010].
- Smith Nancy Stark, 2006, *Plon. Historia Kontakt Improwizacji według Nancy Stark Smith*, międzynarodowy festiwal Kontakt Improwizacji we Freiburgu (Niemcy), „Contact Quarterly. The Place Issue”, nr 32(2) (lato/jesień), http://www.contactimprovisation.eu/index.php?option=com_content&task=view&id=38&lang=polski [21.06.2014].
- Sobiech Krzysztof, 2000, *Przydatność markerów biochemicznych w ocenie monitoringu wysiłku fizycznego*, <http://www.czytelniamedyczna.pl/1582,przydatnosc-markerow-biochemicznych-w-ocenie-monitoringu-wysilku-fizycznego.html> [26.09.2011].
- Sokołowska Joanna, 2008, *Inspiracje – improwizacje – intuicja. Sztuka performance Pawła Dudzińskiego*, O.pl. Polski Portal Kultury, <http://magazyn.o.pl/2008/inspiracje-improwizacje-intuicja-sztuka-performance-pawla-dudzinskiego> [15.06.2011].
- Staż w Teatrze ZAR*, [b.r.], http://www.grotowski-institute.art.pl/index.php?option=com_content&task=view&id=919 [22.02.2012].
- Stein Bonnie Sue, 1986, *Butoh: Twenty Years Ago We Were Crazy, Dirty, and Mad*, „The Drama Review”, nr 30(2) (lato), s. 107–126.
- Stein Bonnie Sue, 2013, *Butō. Dwadzieścia lat temu byliśmy szaleni, brudni i wściekli*, przeł. Katarzyna Pastuszek, w: Jadwiga Majewska (red.), *Świadomość ruchu. Teksty o tańcu współczesnym*, Ha!art, Kraków, s. 545–561.

- Steiner Marta, 2003, *Geneza teatru w świetle antropologii kulturowej*, Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław.
- Sweigard Lulu, 1978, *Human Movement Potential: Its Ideokinetic Facilitation*, Dodd, Mead, and Co., New York.
- Szpakowska Małgorzata (red.), 2008, *Antropologia ciała. Zagadnienia i wybór tekstów*, Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa.
- Tachiki Akiko, 1999, *Absolute Butoh (A report of "Ex...it! '99", a symposium and dance exchange project held in Schloss Brollin)*, „Ballett International/Tanz Aktuell”, nr 11, s. 32–33.
- Tanaka Min, 1986, *Min Tanaka. Farmer/Dancer or Dancer/Farmer. An Interview by Stein Bonnie Sue*, „The Drama Review”, nr 30(2), s. 142–151.
- Taniec lasu*, [b.r.], informacja o spektaklu Teatru Chorea, <http://www.chorea.com.pl/spektakle/taniec-lasu/> [21.06.2014].
- Tanizaki Junichirō, 2005, *Pochwała cienia*, przeł. Henryk Lipszyc, w: Krystyna Wilkoszewska (red.), *Estetyka japońska*, Universitas, Kraków.
- Tao Te King* (rozdz. 51), 1988, w: Marian Dziewisz (red.), *Taoizm*, Biblioteka Pisma Literacko-Artystycznego, Kraków.
- Taranienko Zbigniew, 1997, *Gardzienice. Praktyki teatralne Włodzimierza Staniewskiego*, Test, Lublin.
- Tart Charles, 1969, *Altered States of Consciousness*, Wiley, New York.
- Tsuno Kaitarō, 1978, *The Tradition of Modern Theatre*, „Canadian Theatre Review”, nr 20 (jesień), s. 9–18.
- Tubielewicz Jolanta, 1986, *Mitologia Japonii*, Wydawnictwa Artystyczne i Filmowe, Warszawa.
- , 1996, *Kultura Japonii. Słownik*, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa.
- Tung-chi Lin, 1988, *Umysłowość chińska: jej taoistyczne podłoże*, w: Marian Dziewisz (red.), *Taoizm*, Biblioteka Pisma Literacko-Artystycznego, Kraków, s. 9–15.
- Turner Victor, 2005, *Proces rytualny*, w: Leszek Kolankiewicz (red.), *Antropologia widowisk*, Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa, s. 121–138.
- Tyborowska Beata, 2009, *Modern dance*, http://dance.pl/Modern_dance,artykul,32.html [6.10.2009].
- Viala Jean, Masson-Sekine Nourit, 1988, *Butoh – Shades of Darkness*, Shufunotomo, Tokyo.
- Vyas Nisha, 2009, *The use of imagery and visualisation in contemporary dance*, <http://www.indefocus.com/articles/featured-articles/222-the-use-of-imagery-and-visualisation-in-contemporary-dance> [3.12.2010].
- Walkowiak Izabela, 2009, *Kostium w tańcu butō*, niepublikowana praca magisterska pod kierunkiem dr. hab. Mirosława Kocura obroniona w Instytucie Kulturoznawstwa Uniwersytetu Wrocławskiego.

- Wańtuch Anna, [b.r.], *Butoh i Judson Dance Theater jako przedstawiciele tańca post-modern*, <http://www.teatrncad.f.pl/pliki/obrazy/postmodern.pdf> [20.02.2011].
- Welsch Wolfgang, 2004, *Tożsamość w epoce globalizacji – perspektywa transkulturowa*, w: Krystyna Wilkoszewska (red.), *Estetyka transkulturowa*, Universitas, Kraków, s. 31–43.
- WHITE – biały, druk ulotny spektaklu WHITE – biały To-En Company (dzięki uprzejmości artystki).
- Wielechowska Katarzyna, 2004, *Indyjska teoria „rasa”: propozycja dla współczesnego teatru*, w: Krystyna Wilkoszewska (red.), *Estetyka transkulturowa*, Universitas, Kraków, s. 365–374.
- Wiener Dawid, 2001, *Koncepcja świadomości Antonio Damasio przedstawiona w książce The Feeling of what happens: body emotion in making of consciousness*, <http://www.kognitywistyka.net/artykuly/dw-ksuad.pdf> [7.02.2011].
- Wilk Sandra, 2011, *O ryżu, ziemi i walce człowieka*, <http://www.rp.pl/artukul/648104.html> [4.07.2014].
- Wojnicka Iwona, 2011, *Butoh DO 1200 kilometrów* (materiał dzięki uprzejmości autorki).
- Yamamoto Kiyokazu, 1978, *Kara's Vision: The World as Public Toilet*, „Canadian Theatre Review”, nr 20, s. 28–33.
- Yuasa Yasuo, 1987, *The Body. Toward an Eastern Mind-Body Theory*, red. i przeł. Nagatomo Shigenori, Thomas P. Kasulis, State University of New York Press, New York.
- , 1993, *The Body, Self-Cultivation, and Ki-Energy*, State University of New York Press, New York.
- Zamorska Magdalena, 2009, *Neozakorzenianie. Butō jako ponowoczesna strategia*, „Barbarzyńca. Pismo Antropologiczne”, nr 3–4(16–17), s. 84–90.
- , 2010a, *Butō: rubież kultury, pogranicza dyscyplin, transgresje ciał*, w: Andrzej Radomski, Radosław Bomba (red.), *Granice kultury*, tom pokonferencyjny (wersja elektroniczna), Wydawnictwo Portalu Wiedza i Edukacja, Lublin, s. 353–359.
- , 2010b, *Japoński taniec przemiany – „butoh” w Polsce*, „Teatr”, nr 12, s. 68–69.
- , 2010c, *Transkulturowość butō. Japonia, Welsch i pytania o tożsamość*, „Kultura – Historia – Globalizacja”, nr 6, <http://www.khg.uni.wroc.pl/?type=artykul&id=98> [4.12.2011].
- , 2011a, *Spektrum aktywności cielesnej – taniec, teatr czy ruch po prostu?*, „Nietak-t”, nr 5(1), s. 34–37.
- , 2011b, *Taniec Okrucieństwa. Butō jako realizacja projektu Antonina Artauda*, „Kultura Współczesna”, nr 3(69), s. 94–106.
- , 2012, *Polskie odłony butō*, *TaniecPolska.pl*, cz. 1: 29.06.2012, <http://www.taniecpolska.pl/tekst/144> [3.07.2012], cz. 2: 16.07.2012, <http://www.taniecpolska.pl/tekst/145> [18.07.2012].

- , 2013a, *Butō-fu – obraz w umyśle, obraz w ciele*, „Zeszyty Naukowe PWST im. Ludwika Solskiego w Krakowie”, nr 5, s. 19–24.
- , 2013b, *Niezwykłe doznania i gry (z) percepcją, czyli proces twórczy w butō*, „Kultura Współczesna”, nr 3(78), s. 232–247.
- , 2013c, *Performatywność procesu twórczego i jego neurobiologiczne podstawy*, w: Lilianna Bieszczad (red.), *Zwrot performatywny w estetyce*, Libron, Kraków, s. 271–284.
- Zarrilli Phillip, 2009, *Psychophysical Acting. An Intercultural Approach after Stanislavski*, Routledge, London–New York.
- Żbikowski Tadeusz, 1988, *Prawie wszystko o tao*, w: Marian Dziewisz (red.), *Taoizm*, Biblioteka Pisma Literacko-Artystycznego, Kraków.
- Żeromska Estera, 2003, *Maska na japońskiej scenie. Od pradziejów do powstania teatru nō*, Trio, Biblioteka Fundacji im. Takashimy, Warszawa.
- , 2010a, *Japoński teatr klasyczny. Korzenie i metamorfozy*, t. 1, Trio, Warszawa.
- , 2010b, *Japoński teatr klasyczny. Korzenie i metamorfozy*, t. 2, Trio, Warszawa.
- Żukowska Aneta, 2009, *Butō, czyli w poszukiwaniu naturalnego ruchu*, <http://www.edukacyjnykrakow.pl/?cget=artykul&from=298> [23.09.2010].

Wywiady

- Koseki Sumako, 2009, wypowiedź podczas warsztatu butō odbywającego się w ramach Work in Progress Arts Meeting, 28.02.–5.03.2009, Srebrna Góra, gm. Stoszowice, woj. dolnośląskie.
- WAC: wywiad z Aleksandrą Capigą-Łochowicz przeprowadzony przez autorkę, 12.07.2010, Kraków.
- WIL: wywiad z Ireną Lipińską przeprowadzony przez autorkę, 2.06.2010, Wrocław.
- WJK: wywiad z Justyną Jan-Krukowską przeprowadzony przez autorkę, 2.06.2010 oraz 10.03.2011, Wrocław.
- WKJ: wywiad z Krzysztofem Jerzakiem przeprowadzony przez autorkę, 21.11.2009, Wrocław.
- WMB: wywiad z Małgorzatą Braunek „Jiho” przeprowadzony przez autorkę rozprawy podczas sesji medytacyjnej (*sessin*), 10.2009, Kazimierz Dolny.
- WSH: wywiad z Sylwią Hanff (Sylwią Stępnia) przeprowadzony przez autorkę, 10.08.2010, Wolimierz.
- WTA: wywiad z tancerkami Teatru Amareya (Katarzyna Julia Pastuszek, Agnieszka Kamińska, Aleksandra Śliwińska) przeprowadzony przez autorkę, 5.08.2010, Gdańsk.
- WTB: wywiad z Tomaszem Bazanem przeprowadzony przez autorkę, 5.07. 2010, Lublin.

WTE: wywiad z To-En (Anną Brałkowską) przeprowadzony przez autorkę, 17.05.2010, Poznań.

Strony internetowe

- AA: Artystyczna Alternatywa. Art Studio, zakładka: *Kurs choreografii scenicznej*, <http://www.art.krakow.pl> [15.09.2010]; obecnie: Hurtownia Ruchu. Studio Tańca, zakładka: *Kurs choreografii scenicznej*, <http://hurtowniaruchu.pl> [4.07.2014].
- AAK: Akademia Aikido Kobayashi, <http://aikido-kolo.pl/aiki.html> [15.05.2011].
- AAT 10: Alternatywna Akademia Tańca 2010, <http://www.starybrowarnowytaniec.pl/aat2010> [21.06.2011].
- BIW: Blog Iwony Wojnickiej, <http://iwonakimu.blogspot.com> [4.05.2011].
- Bushido: <http://www.bushido24.pl/>, zakładka: *Style chińskie i wietnamskie* [21.06.2014].
- CI: Contact Improvisation, <http://www.contactimprovisation.eu> [21.06.2014].
- DMT: Instytut DMT. Polski Instytut Psychoterapii Tańcem i Ruchem, <http://www.instytutdmf.pl> [13.04.2011].
- HJK: Justyna Jan-Krukowska, JustBody, <http://www.justbody.eu> [21.06.2014].
- HTA: Teatr Amareya, <http://teatramareya.pl> [21.06.2014].
- HTL: Teatr Limen, <http://limenbutoh.net/index.php> [21.06.2014].
- HTMP: Teatr Maat Projekt, <http://www.teatrmaat.pl> [18.07.2009].
- KAAK: Krakowska Akademia Aikido Kobayashi Hirokazu, <http://www.aikido-kaak.pl> [3.12.2009].
- Kana: Stowarzyszenie Teatr Kana, <http://www.kana.art.pl> [28.11.2010].
- LeTHAL: <http://www.lethalco.com> [4.07.2014].
- Modliszka: Polskie Towarzystwo Kung Fu Modliszki, <http://www.tanglangmen.com>, zakładka: *Teoria i technika* [10.04.2010].
- Solo Projekt 2011: <http://www.starybrowarnowytaniec.pl/event/332> [15.03.2012].
- Stary Browar Nowy Taniec: <http://www.starybrowarnowytaniec.pl> [15.07.2011]; aktualna strona: <http://www.artstationsfoundation5050.com/live/taniec/aktualnosci/> [15.06.2014].
- SRBSH: Subbody Resonance Butoh School Himalaya, <http://www.subbody.net> [4.07.2014].
- SU-EN Butoh Method: <http://www.suenbutohcompany.net/>, zakładka: *Workshops* [30.05.2010].
- Vietvodao: <http://www.vietvodao.q4.pl/index.php?p=historia> [21.06.2014].

Summary

In the book *Present with the body. The technique of Polish butō dancers* I cover the practices of Polish butō dancers and I create a model of butō training. The analysis of available material led me to the conclusion that butō's substance is not the aesthetics of a dance act (improvisation, performance) but the specific training practices that are at its core.

In the first chapter of the book I present the current state of research in the field of butō: the history and development of the modern Japanese dance form and its critical analyses with particular consideration of the butō technique analysis. In my dissertation I used the few available works of butō technique researchers (Kayo Mikami, Lee Rhizome, Toshiharu Kasai, Sondra Horton Fraleigh) who use non-standard terminology and pay special attention to different aspects of the training process. I also underline the transcultural potential of the genre, which is visible both in the universality of its psychosomatic training and in its proneness to all types of hybridization.

The research process, which resulted in the creation of a training model, was divided into two steps. The pivots of the preliminary phase of the research were artistic biographies of Polish butō dancers with particular attention devoted to the psychophysical practices which involve bodymind practices and the so-called butō techniques. After analysing the source literature I carried out a series of interviews with the Polish artists, I took part in the genre acts as an expert observer and, finally, I participated in butō workshops with both Polish and Japanese dancers. I was mainly interested in the artists' explicit and tacit knowledge of butō. I inquired about butō's perception and definition and its different training practices. At the core of my research was the question of previous psychophysical practices which predestined artists to engage in

butō. In the second stage of the research (during the analysis of the gathered data) I created a general model of butō training sessions on the grounds of the individual trainings I observed. In the process of construction and analysis of the integrated training model I implemented an interdisciplinary approach. The knowledge employed includes the fields of cultural studies, cultural anthropology, psychology, philosophy as well as neurobiology and cognitive sciences.

The second chapter presents the training practices of the Polish dancers and performers who are involved in butō: Paweł Dudziński, Justyna Jan-Krukowska, Sylwia Hanff, Krzysztof Jerzak, The Amareya Theatre (Katarzyna Julia Pastuszek, Agnieszka Kamińska, Aleksandra Śliwińska), Tomasz Bazan (The Maat Project Theatre), Aleksandra Capiga-Łochowicz, TO-EN (Anna Brałkowska), Irena Lipińska and Katarzyna Żejmo, Iwona Wojnicka, Miho Iwata, Rui Takayuki Ishihara. I focused on the unique psychophysical discipline preferred by particular artists. The training practices of the Polish butō dancers include methods and techniques of different provenance. Among them are the methods and techniques explored mainly from the stage-adaptation point of view which function in different types of performing arts, mind-body disciplines as well as body and movement therapy. All these practices are used creatively by the Polish dancers and are integrated with the so-called butō techniques.

Through the analysis of detailed models I was able to create a general training model of butō of the Polish dancers. The technique of the Polish butō dancer includes techniques which aim at reaching the psychophysical state known by the Japanese theorists and practitioners as *butō-tai* (the butō body). Movement (dance) has its origin in the kinetic reaction to the stimuli coming from the surrounding environment, updates of the contents saved in the memory of the body or/and embodiment of the mentally created contents. The techniques which are used in the integrated butō training are a tool of self-change and its catalyst. I analysed the sequence of the stages which create the process and the structure of butō training. I observed three main steps: intro, following and embodiment. In the first one (intro) I singled out endurance training and mindfulness training which are both aimed at achieving the state of total presence (in other words the butō body, butō-tai). In the second stage (following) the dancer explores the stimuli coming from the inside of his or her body (among other things the data gathered in

the body's memory) and from the outside (for example sensory excitement of the body). The core of the third stage (embodiment) are the ideokinetic and ideodynamic reactions which constitute the primary method of work in butō: working with images (the tools are the so-called *butō-fū*, butō notations).

The dancer's and the viewer's transformation, which occurs as a result of the above-mentioned methods, is the essence of butō. The process of ceaseless transformation and the experience of transformation are both present in the butō training practice and the stage practice. This is why I finally present the possibility of applying the category of performativity, in the Erika Fischer-Lichte approach, and the phenomenon of neurobiological empathy which is at source of the simultaneity of transformation in all participants of an event (a play, stage improvisation, performance).

