

Sztuka mówienia

Cel i program.

Celem warsztatów jest przyswojenie sobie umiejętności samodzielnej pracy nad głosem. Staram się Państwu w możliwie najprostszy sposób przedstawić, jak pracować głosem i pomóc wdrożyć odpowiednie ćwiczenia tak, by stały się składnikiem codziennej higieny, ale również twórczego rozwoju odkrywanych możliwości. W jaki sposób poprzez systematyczne ćwiczenie, proces autoedukacji człowieka dorosłego, uczynić stałym i oczywistym elementem składowym utrzymania głosu w odpowiedniej kondycji i zapewnienia mu właściwych jakości i brzmień.

Pracujemy nad tym, by dwa podstawowe procesy to jest emisję głosu i jego „obróbkę” - dykcję, przenieść na poziom świadomości w takim stopniu, by stać się badaczem, odkrywcą i wreszcie twórcą. Bo niezwykle istotna jest również perspektywa artystyczna. Niejednokrotnie na zajęciach będziemy doświadczyć przeżyć estetycznych. Prawdziwego obcowania ze sztuką mimo skromnego warsztatu i przestrzeni, w której pracujemy.

Jeśli nie udaje się nam ćwiczeń traktować, jako niezbędnego składnika utrzymywania naszego mówienia w dyspozycji, tak samo jak instrumentalista codziennymi ćwiczeniami utrzymuje w dyspozycji biegłość gry na instrumencie, nie możemy oczekiwać poprawy.

Perspektywa artystyczna pomaga zrozumieć sens pracy nad utrzymaniem biegłości. Poza tym doświadczamy przeżyć estetycznych, będących wartością samą w sobie.

Staramy się również o to, by ćwiczenia nie stanowiły problemu czasowego, by nie trzeba było na nie poświęcać wielu specjalnie na ten cel przeznaczonych minut, lecz wyluskujemy z codziennych zajęć chwile, które można przeznaczyć na ćwiczenia. Każdy jest w stanie samodzielnie znaleźć dla siebie minuty, w których może „bezkolizyjnie” ćwiczyć.

Ile czasu należy ćwiczyć?

Tyle ile możemy na to przeznaczyć. Ważne jest, by ćwiczyć codziennie. Wynika to z rytmu uczenia się. Potrzeba około miesiąca systematycznych ćwiczeń, by uzyskać biegłość, czy też automatyzm. To jest prawidłowość niejako „fizjologiczna”, jeśli chodzi o ćwiczenia manualne. Dlatego zwykle umawiam się przynajmniej na pięć spotkań w tygodniowych odstępach. Jeśli uczestnik warsztatów ćwiczy, po miesiącu ma efekty, postrzega zmiany.

Jeśli nie możemy przeznaczyć na ten cel czasu z racji obowiązków zawodowych i powinności rodzinnych, to niestety nie będzie efektu. Tylko ćwiczenie pomaga rozwijać umiejętności. Żaden instrumentalista nie wyjdzie na scenę bez ćwiczeń. Jehudi Menuhin mawiał, iż jeśli jeden dzień nie ćwiczę zauważam ja sam, jeśli dwa dni zauważają to słuchacze.

Proponuję wyluskiwanie spośród codziennych zajęć czasu na ćwiczenia. Ćwiczenie przy okazji innych codziennych czynności takich jak jazda samochodem, codzienne czynności higienicznych, ale także wykorzystanie zabaw z dziećmi, spotkań towarzyskich czy różnej natury relacji rodzinnych.

Po takim „remanencie” może się okazać, iż dysponujemy wystarczającą ilością czasu. Rzecz w tym by go nie marnować, a program naszych zajęć wzbogacać o różne ćwiczenia.

Być przy tym badaczem, obserwatorem, odkrywcą a także artystą. Człowiek dorosły uczy się sam, jako suweren. Dziecko spontanicznie naśladuje, człowiek dorosły eksperymentuje, bada. Naśladuje siebie i otaczający świat z wyboru. Sam decyduje, co chce naśladować. To, co chce naśladować po postrzeżeniu przyswaja i indywidualizuje. Przetwarza na swój użytek i zaczyna ćwiczyć. Od niego zależy jak daleko zajdzie na tej drodze.

Powodzenia

Janusz Grzesz

Teatr Jednego Rapsoda