

UWA- RAN- TANNA. KOMPLETY.



ĆWICZENIA
Z OBECNOŚCI

KWARANTANNA. KOMPLETY ĆWICZENIA Z OBECNOŚCI

Zbiór, który z przyjemnością oddajemy w Wasze ręce, powstał w niezaprzeczalnie wyrazistym kontekście. 13 marca 2020 artyści Ogniska Teatralnego Teatru Ochoty musieli zrezygnować z dotychczasowych bezpośrednich spotkań na scenie teatralnej. Ich procesy pedagogiczno-twórcze zostały zatrzymane przez związaną z epidemią koronawirusa ogólnopolską kwarantannę.

Słowo „kwarantanna” ma ciekawe pochodzenie. Po włosku „quaranta” oznacza „czterdzieści” – w XVII wieku statki dobijające do weneckiego brzegu podczas epidemii właśnie tyle dni musiały krążyć na wodach, zanim wpuszczano ich załogę do miasta.

Kwarantanna nie jest czasem całkowitego zatrzymania, tylko zmianą ruchu. Nie pędzimy ze światem jak zazwyczaj, tylko zajmujemy pozycję obserwatorów. Krążymy wokół rzeczywistości i zaczynamy poddawać ją refleksji,

eksperymentować z nią. Chcielibyśmy, żeby taka praktyka została z nami na stałe.

Inspirację do obserwacji zmienionego świata czerpiemy z prac znanych artystów i artystek. Pożyczamy od nich narzędzia, dołączamy się do ich zabawy z rzeczywistością.

„Komplety” to nie teoria, a zestaw praktycznych ćwiczeń inspirowanych sztuką. Możemy używać ich sami albo z większą grupą, bawiąc się, przetwarzając je, wykorzystując je jako inspirację do pogłębionej pracy. Ten zbiór jest otwarty – będziemy go rozwijać wspólnie z Wami. Dlatego też zostawiamy puste miejsce na nowe ćwiczenia.

Na końcu zamieszczamy dzieła – efekt pracy grup Ogniska Teatralnego na podstawie niektórych ćwiczeń ze zbioru. Niech staną się kolejną inspiracją do przyglądania się temu, co wokół nas. I tak bez końca.

INSTRUKCJA OBSŁUGI



Wybierzcie losowo dzień albo przeczytajcie je po kolei. Dajcie sobie czas i przestrzeń na wykonanie zadania. Wydłużcie proces, jeśli tego potrzebujecie. Wróćcie po czasie do zrealizowanych ćwiczeń. Dpisujcie nowe...

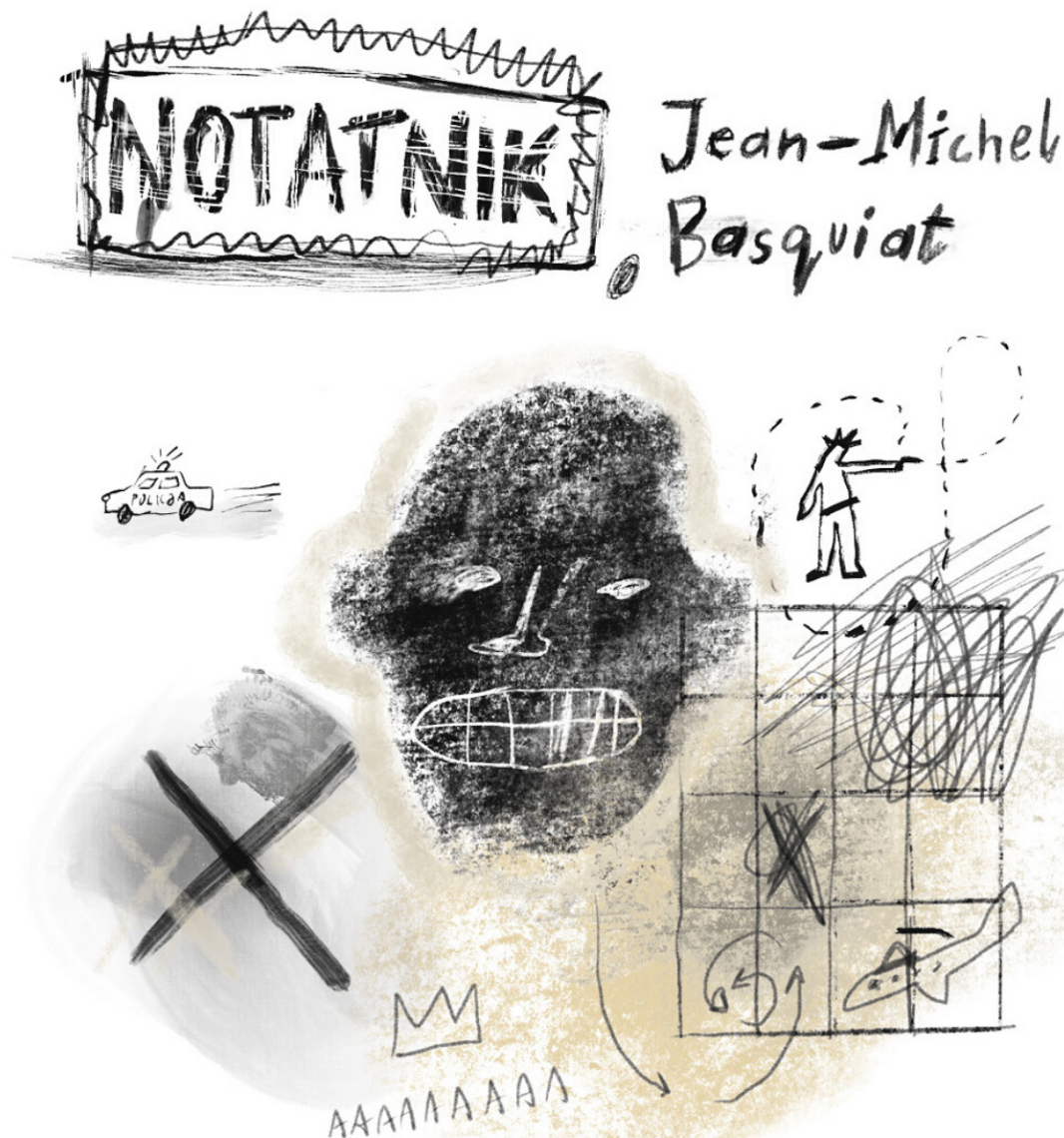
Kuratorzy: Michał Domański,
Sebastian Świąder
Autorzy i autorki: Michał Domański,
Joanna Junczyk, Karolina Kowalczyk,
Sebastian Świąder
Redakcja i korekta: Finka Heynemann
Rysunki: Karolina Witowska
Grafika i skład: Agencja na_ty
Wydawca: Teatr Ochoty, ul. Reja 9,
02-053 Warszawa

Warszawa, maj 2020 | Wydanie 1

Projekt realizowany w ramach Dnia Teatru Publicznego organizowanego przez Instytut Teatralny oraz towarzyszącej mu akcji #CZEKAMY.

Dofinansowano ze środków
Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego.





KWARANTANNA. KOMPLETY

ĆWICZENIA Z OBECNOŚCI

NOTATNIK. JEAN-MICHEL BASQUIAT

Aby wyruszyć w jakikolwiek rejs, trzeba uzbroić się w niezbędne narzędzia. Na przykład notatnik. Wiele artystek i artystów praktykuje prowadzenie dzienników, szkicowników, brudnopisów; często kielkują w nich przyszłe prace. Niekiedy taki notes staje się sztuką samą w sobie, która pozwala widzowi zajrzeć do wnętrza umysłu autorki lub autora.

Jean Michel Basquiat – jeden z prekursorów nowojorskiej sceny graffiti lat 80., niezwykle wrażliwy i wszechstronny artysta – słynął ze swoich twórczych notatników, które prowadził na różnych materiałach: pojedynczych

kartkach z kalendarza, zużytych zeszytach szkolnych, a nawet na śmieciach znalezionych na ulicy. Basquiat przyglądał się rzeczywistości, wybierał z niej fascynujące elementy i przelewał je na papier.

Jego notatki przypominają szalony remiks tego, co go zafascynowało. Wkomponowywał to w swoją sztukę: hasła, reklamy, szkice anatomiczne, a nawet rysunki próbujące przedstawić graficznie awangardowy jazz! Do dziś wiele z zeszytów Basquiata można obejrzeć w galeriach, są też regularnie wydawane w formie artystycznych książek.

ĆWICZENIE NA DZIŚ

Załóżcie własny notatnik na czas twórczej kwarantanny. Wybierzcie spontanicznie materiał. To może być nieużywany zeszyt od matematyki albo stary kalendarz kartkowy. Zdecydujcie się też na jedno narzędzie do notowania, na przykład leżącą w kącie kredkę.

Teraz przyjrzyjcie się Waszej rzeczywistości. Remiksujcie ją na bieżąco w notatniku. Każdego dnia wypełniajcie tylko jedną stronę, na której powinny znaleźć się takie komponenty:

- co najmniej jedno słowo
- co najmniej jeden szkic lub rysunek
- co najmniej jeden cytat, jedno zdanie lub hasło
- co najmniej jeden wklejony obiekt (wycinek z gazety, magazynu, znaleziony przedmiot)

Spróbujcie notować w ten sposób przez pięć dni. Jeśli się uda, kontynuujcie!

Jeśli chcecie się podzielić jakąś stroną Waszych notatników, udostępnijcie ją jako relację na Instagramie z hasztagiem #kwarantannakomplety i oznaczeniem naszego konta.

Zajrzyjcie, jeśli szukacie inspiracji

Więcej o Basquiacie:

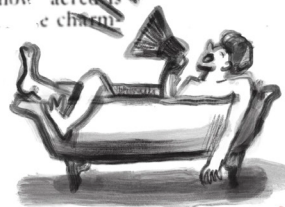


Kim był Basquiat i jak pracował:



Jak wyglądały notesy Basquiata:





KWARANTANNA. KOMPLETY

ĆWICZENIA Z OBECNOŚCI

MANIFEST. JULIAN ROSEFELDT

Ekspertów i ekspertek od pisania artystycznych manifestów szukać należy wśród twórców tzw. awangardy XX wieku – m.in. ruchów futurystycznych czy dada. Mając poczucie, że znajdują się w przełomowym momencie dziejowym, odrzucili oni wszystko, co przeszłe – tradycję, przyjęte kanony, przeświadczenie o wartości sztuki samej w sobie, przyzwyczajenia artystów i widzów. Nowy początek, wszystko od zera. Skutkiem tego znaleźli się przed ziejającą pustką i wielkimi pytaniami o przyszłość. Po co sztuka? Po co artyści? Po co widz? Po co my? Nawyk zadawania sobie tych pytań przeszedł aż do nowoczesnej sztuki, być może już nieodwracalnie.

Odgrzebmy te pozornie przestarzałe krzyki pradziadków, zdmuchnijmy z nich kurz i zanurzymy się przy ich akompaniamencie

ĆWICZENIE NA DZIŚ

Znajdźcie zdanie, wypowiedź z otaczającej Was rzeczywistości – z książki, gazety, plakatu, Facebooka. Sprawdźcie, jak zadziała ono jako fragment manifestu o sztuce. Może wystarczy dodać słowa „Jestem za sztuką, która...” lub „Narodzie!...” i tym podobne? Możecie je też ukształtować bardziej figlarnie i z namysłem.

Jeżeli macie ochotę i odwagę, znajdźcie podobne zdanie, ale w głębi swojego umysłu, niespisanie nigdzie w pobliżu – zdanie bliższe własnemu, intymnemu podejściu do sztuki. Nie ma potrzeby krzyczeć wielkimi słowami – jesteście sami w pokoju. Zastanówcie się po prostu i zostańcie chwilę z tym, co Ważne.

w naszą przedziwną codzienność. Ostatnie wydarzenia, tak jak te sprzed wieku, wydają się niebezpiecznie bliskie określenia „przełomowy moment dziejowy”. Czy to w takim razie najlepsza chwila, by szczerze zadać sobie pytanie – w jaką sztukę wierze? Jaka jest jej wartość?

Julian Rosefeldt – niemiecki reżyser i autor instalacji wideo – w swoim filmie z 2015 roku „Manifesto” użył formuły manifestu do ciekawej formalnej zabawy. Wykorzystał historyczne teksty manifestów i wplótł je w wypowiedzi aktorki znajdującej się w absurdalnych lub całkowicie prozaicznych sytuacjach życiowych – pogrzeb, lekcja w szkole, obiad rodzinny.

Jeśli chcecie się podzielić swoim zdaniem lub tekstem, udostępnijcie je jako relację na Instagramie z hasztagiem #kwarantannakomplety i oznaczeniem naszego konta.

Zajrzyjcie, jeśli szukacie inspiracji

Trochę
o awangardzie
XX wieku:



Więcej o filmie
„Manifesto”:



Film „Manifesto”
na platformie
streamingowej:



NIEZBĘDNIK

AKADEMIA RUCHU



KWARANTANNA. KOMPLETY

ĆWICZENIA Z OBECNOŚCI

NIEZBĘDNIK. AKADEMIA RUCHU

W trakcie naszej izolacyjnej podróży gromadzimy wokół siebie własną kolekcję obiektów. Niektóre przedmioty przestają być tak ważne, jak były przed kwarantanną, niektóre zyskują na wartości, jeszcze inne zmieniają swoje przeznaczenie. Redukujemy swoje narzędzia, w zasięgu ręki pojawiają się przedmioty, których w innych warunkach nigdy byśmy nie użyli...

Pod koniec lat 70. grupa twórcza Akademia Ruchu prezentuje akcję „Człowiek i jego rzeczy”. Przez cały dzień, na środku niewielkiego placu miejskiego, eksponują człowieka otoczonego przedmiotami codziennego użytku. Akcja powtarzana jest w różnych miastach w Europie;

za każdym razem wybierane obiekty tworzą katalog rzeczy niezbędnych dla mieszkańców danego miejsca.

Współcześnie powstaje wiele akcji inspirowanych zainicjowanym przez witrynę The Verge cyklem fotoesejów „What’s in your bag?” („Co masz w torbie?”). Za akcją stoi przekonanie, że przedmioty, którymi się otaczamy na co dzień, mówią bardzo wiele o tym, jakimi jesteśmy ludźmi, jak pracujemy, jak tworzymy. Dziś sprawdzimy, co mówią o nas przedmioty w naszych torbach.

ĆWICZENIE NA DZIŚ

Stwórzcie swój własny niezbędnik – kolekcję przedmiotów, bez których przetrwanie w kwarantannie przestaje być możliwe. Zgromadźcie w jednym miejscu wszystkie rzeczy, których używacie i bez których nie możecie się obejść. Rozłóżcie je w przestrzeni, nadajcie im kolejność, ważność. Zróbcie im zdjęcie. Potrzymajcie je w zasięgu przez 48 godzin. Po tym czasie sprawdźcie, co zmienić, co wyrzucić, co przełożyć... Zróbcie kolejne zdjęcie.

Jeśli chcecie się podzielić swoimi zdjęciami, udostępnijcie je jako relację na Instagramie

z hasztagiem #kwarantannakomplety i oznaczeniem naszego konta.

Zajrzyjcie, jeśli szukacie inspiracji

Performans „Człowiek i jego rzeczy” Akademii Ruchu, do zobaczenia w kolekcji MSN:



Akcja „What’s in your bag?” – The Verge:



INNI. Witkacy



KWARANTANNA. KOMPLETY

ĆWICZENIA Z OBECNOŚCI

INNI. WITKACY

Przeżywamy teraz nieprzerwane bycie-w-domu. Niektórzy są w tym sami, ale niektórzy dzielą swoją przestrzeń z Innymi. Wobec tego przeżywamy także intensywną konfrontację z Nimi, uwięzionymi razem z nami. Skoro i tak nie możemy od Nich uciec, przyjrzyjmy się tym, którzy obok nas żyją, mieszkają, czują. Z kim spędzacie kwarantannę? Kto jest tam razem z Wami? Gdzie przecinają się Wasze ścieżki?

Stanisław Ignacy Witkiewicz wzrastał w szczególnej atmosferze – w domu, który skupiał najwybitniejszych ludzi epoki, z ojcem, który wychowywał go według własnych teorii pedagogicznych. Jako dziecko i w młodości poddawał swoje najbliższe otoczenie wielu twórczym testom i interpretacjom.

Poza różnymi formami dramatu, epiki i liryki, Witkacy zostawił po sobie mnóstwo szkiców i portretów, setki rysunków na najdziwniejszych karteczkach i towarzyszące im surrealistyczne podpisy. Portretował swoich znajomych ze środowiska, w którym się obracał. Nieustannie dokumentował swoją wersję rzeczywistości, bawił się formą. Rysunki Witkacego to pewnego rodzaju laboratorium, w którym poddaje on najróżniejszym badaniom innych i samego siebie. Czasem złośliwie, często z poczuciem humoru. Nie wiadomo, czy to już twórczość, czy jeszcze wygłup. Być może jedno i drugie.

ĆWICZENIE NA DZIŚ

Wydźcie z pokoju, weźcie ze sobą zeszyt i ołówek, usiądźcie z Innymi, poobserwujcie Ich. Naszkicujcie, kogo widzicie. Jak domownicy odnajdują się w przestrzeni? Co się zmieniło wraz ze zmianą częstotliwości wychodzenia z domu? Narysujcie to, co przykuwa Waszą uwagę, jest dziwne, inne, ciekawe. Postuchajcie, co mówią rysowani – zapiszcie jakiś cytat, który wpadnie Wam w ucho, swój komentarz lub opis tego, co się dzieje.

Jeżeli chcecie się podzielić swoimi spostrzeżeniami, udostępnijcie je jako relację na Insta-

gramie z hasztagiem #kwarantannakomplety i oznaczeniem naszego konta.

Zajrzyjcie, jeśli szukacie inspiracji

Baza wiedzy o Witkacym:



WYJŚCIE ANDRIEJ TARKOWSKI

KWARANTANNA. KOMPLETY

ĆWICZENIA Z OBECNOŚCI

WYJŚCIE. ANDRIEJ TARKOWSKI

Po czterdziestu dniach izolacji pierwsi śmiałkowie wychodzą na zewnątrz. Zaopatrzeni w niezbędny ekwipunek – rękawiczki, maskę, przyłbicę, płyn do dezynfekcji – wyruszają w głąb świata rozciągającego się poza mieszkaniem. Jaki świat zastaną? Jakie niebezpieczeństwa na nich czekają?

Dziś każdy może się poczuć jak Red Shoehart, bohater powieści „Piknik na skraju drogi” Arkadija i Borysa Strugackich. Red jest stalkerem, jednym z przemytników zajmujących się przechowywaniem tajemniczej Zony w poszukiwaniu niezwykłych artefaktów. Stalkerzy wyruszają

w teren, który roi się od niebezpieczeństw. Zona to prawdopodobnie lądowisko obcej cywilizacji, a artefakty to wyrzucone przez nich odpadki. Znaleźiska są niczym pozostawione w trawie śmieci z pikniku na peryferiach galaktyki. Dla ludzi stają się jednak cudownymi obiektami, wartymi niebezpiecznej wyprawy. W „Stalkerze” Andrieja Tarkowskiego, filmowej interpretacji powieści braci Strugackich, wyprawa do Zony ma jeszcze jeden cel – poszukiwanie komnaty spełniającej najbardziej skrywane marzenia.

ĆWICZENIE NA DZIŚ

Podczas spaceru na zewnątrz spójrzcie wokół oczami stalkera. Świat zaczyna wyglądać inaczej, obco; przyjrzyjcie się więc kolorom i obrazom. To, co kiedyś wydawało się znajome, teraz może dziwić. Wybierzcie jeden kadr lub obiekt, który znajdziecie w swojej Zonie. Zróbcie zdjęcie. Jak nazwiecie swoje znalezisko? Do czego może służyć? Nadajcie mu nową nazwę katalogową. Z każdym wyjściem poszerzajcie swoją kolekcję znalezisk.

Jeśli chcecie się podzielić swoimi zdjęciami, udostępnijcie je jako relację na Instagramie

z hasztagiem #kwarantannakomplety i oznaczeniem naszego konta.

Zajrzyjcie, jeśli szukacie inspiracji

Film „Stalker” (na podstawie powieści „Piknik na skraju drogi”) Andrieja Tarkowskiego w udostępnionych zasobach wypożyczalni MOSFILM:



Trailer spektaklu „Stalker. Interpretacja” w reżyserii Antoniego Ferenciego:



JUTRO.

Forced Entertainment



KWARANTANNA. KOMPLETY

ĆWICZENIA Z OBECNOŚCI

JUTRO. FORCED ENTERTAINMENT

Czy możemy przewidywać przyszłość, jeśli nasze dzisiaj przypomina bardziej fantazję niż rzeczywistość?

Obecna chwila wydaje się być na tyle absurdalna, że każde przewidywanie lub planowanie przyszłości staje się powoli tylko opowieścią o naszych nadziejach, lękach pragnieniach i ambicjach – pewnego rodzaju eksperymentem, zabawą z rzeczywistością. I to nie tylko w pesymistycznym sensie. Trzy miesiące temu tego typu przyszłość była nie do pomyślenia. Może następne trzy miesiące przyniosą coś nie do pomyślenia pięknego?

ĆWICZENIE NA DZIŚ

Znajdźcie osobę do wspólnego ćwiczenia. Skorzystajcie z okna komunikatora, napiszcie do siebie maile albo porozmawiajcie na wideokonferencji. Opierając się początkowo na swoich przewidywaniach lub tylko emocjach, wymieniajcie się Waszymi wizjami przyszłości. Wasze wypowiedzi pewnie zaczną się tak samo: „A może w przyszłości...”. Z czasem Wasze wypowiedzi mogą być coraz bardziej oderwane od rzeczywistości.

Jeśli chcecie się podzielić swoimi ulubionymi wizjami, udostępnijcie je jako relację na Insta-

gramie z hasztagiem #kwarantannakomplety i oznaczeniem naszego konta. Ekspertami i ekspertkami od frywolnej (choć czasem pełnej troski) zabawy z rzeczywistością jest brytyjski zespół Forced Entertainment. W spektaklu „Tomorrow’s Parties” dwoje aktorów stojących na jarmarcznej scenie z drewnianych palet w otoczeniu lampek wygłasza ciąg wyobrażeń na temat przyszłości. „Może w przyszłości...”, „Albo...”. Ten ciągący się dwugłos to połączenie tego, co możliwe i prawdopodobne, z tym, co nie do pomyślenia; tego, co poważne, z absurdem i wygłupem.

gramie z hasztagiem #kwarantannakomplety i oznaczeniem naszego konta.

Zajrzyjcie, jeśli szukacie inspiracji

Tim Etchells, reżyser „Tomorrow’s Parties”, opowiada o powstawaniu spektaklu:

Trailer i szczegółowy opis „Tomorrow’s Parties”:



CISZA.



JOHN CAGE

KWARANTANNA. KOMPLETY

ĆWICZENIA Z OBECNOŚCI

CISZA. JOHN CAGE

Relacje live, lekcje online, wiadomości, Librus, Instagram, Messenger... Kiedy jesteśmy przymusowo w domu, próbujemy intensywnie nawiązać kontakt z zewnętrznym światem. Do dyspozycji mamy całe mnóstwo środków i kanałów. Każdy i każda z nas próbuje odnaleźć się w tej wyjątkowej symfonii. Jednak pozostając cały czas w wirtualnym kontakcie, nie pozwalamy sobie na brak, na CISZĘ. To dzięki niej możemy usłyszeć inny zestaw dźwięków, zagłuszany przez nadmiar informacji.

Mówi się, że John Cage — amerykański kompozytor muzyki współczesnej — odkrył dla muzyki ciszę. A było to tak: wyobraźcie sobie salę koncertową pełną widzów. Wszyscy czekają na koncert. Wreszcie przy fortepianie zasiada artysta i rozpoczyna utwór. Przez całe cztery minuty i trzydzieści trzy sekundy nie robi nic. Ani razu nie uderza w klawisze. Jedyne słyszalne dźwięki pochodzą z widowni: ktoś wzdycha, ktoś inny wierci się na krześle i się niecierpliwi, a jeszcze ktoś inny zagaduje sąsiada. Tylko tyle.

ĆWICZENIE NA DZIŚ

Spróbujcie przez co najmniej przez cztery minuty i trzydzieści trzy sekundy posiedzieć w ciszy i usłyszeć to, co dzieje się wokół. Wyłączcie na ten czas wszystkie źródła informacji: telefon, komputer, telewizor. Odetnijcie się od podobnych bodźców. Możecie otworzyć okno. Wsłuchajcie się w dźwięki, które dobiegają z pierwszego, drugiego, a potem trzeciego planu. Może usłyszycie coś, czego się nie spodziewaliście, co Was zaskoczy?

Jeśli chcecie się podzielić swoimi spostrzeżeniami, zapiszcie na kartce myśl, zdanie, słowo, któ-

re zostało z Wami po tym ćwiczeniu. Udostępnijcie je jako relację na Instagramie z hasztagiem #kwarantannakomplety i oznaczeniem naszego konta.

Zajrzyjcie, jeśli szukacie inspiracji

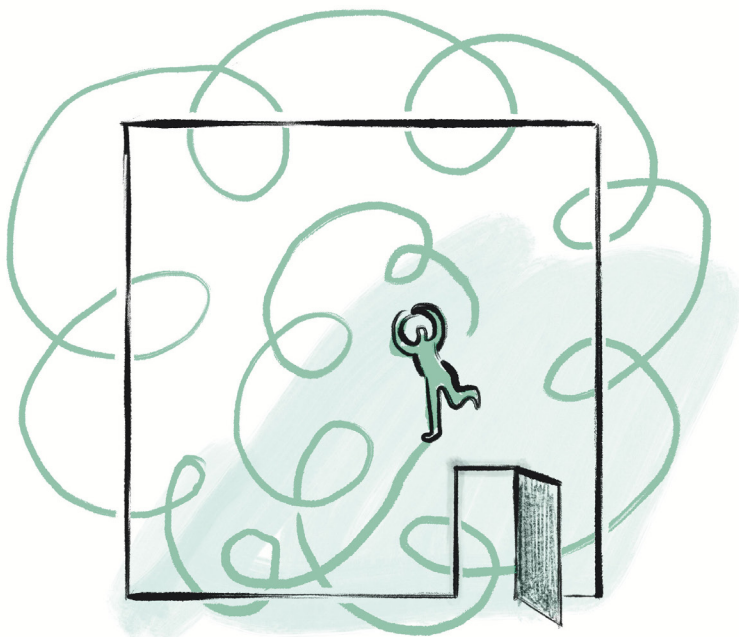
Więcej o Cage'u:

Wykonanie „4:33” przez samego Cage'a:



RZECZY I LUDZIE

Augusto Boal



KWARANTANNA. KOMPLETY

ĆWICZENIA Z OBECNOŚCI

RZECZY I LUDZIE. AUGUSTO BOAL

Każda sytuacja, w której się znajdujemy, jest — mniej lub bardziej widocznie — polem oddziaływania władzy. Ma ustaloną raz na zawsze lub ciągle redefiniowaną hierarchię, układ sił. Takimi przestrzeniami są w naturalny sposób szkoła, praca, miasto — ogólnie przestrzeń publiczna. Przejrzysty układ sił wprowadza w nasze życie pewien określony porządek, bywa źródłem poczucia wygody i bezpieczeństwa. Czasem jednak ta Wielka Gra o Władzę bywa także źródłem innych odczuć, na przykład bezsilności albo gniewu. Czy skoro nasza rzeczywistość ogranicza się do naszego własnego pokoju, wszelkie napięcia w kontekście władzy znikają?

Badanie zależności władzy, rozkładanie na czynniki pierwsze systemów ucisku i opresji oraz przywracanie głosu i siły tym, którzy już je utracili, to główne zadanie, jakie sobie postawił jeden z czołowych twórców teatru zaangażowanego społecznie — Augusto Boal. Swoją ideę zwaną Teatrem Uciśnionych zaczął realizować w zdewastowanej przez wojskowy reżim Brazylii. Dzisiaj jego narzędzia (Teatr Forum, Teatr Niewidzialny, Rainbow of Desire i inne) używane są na całym świecie w pracy z grupami wykluczonymi i krzywdzonymi społecznie.

ĆWICZENIE NA DZIŚ

Jako aktor_ka (osoba, która działa) i widz_ka (osoba, która się przygląda) zbadajcie zależność władzy pomiędzy Wami a przestrzenią, w której się znajdujecie. Czy macie kontrolę nad tym, co Was otacza? Jeśli niepełną — co Wam w niej przeszkadza lub co chce ją zagarnąć? Z której strony czujecie nacisk? I w końcu — co możecie zrobić, żeby się wyzwolić?

Znajdźcie w okolicy przedmiot, który będzie reprezentacją Was, i znajdźcie miejsce, ustawienie, układ w pokoju, w którym ten przedmiot (Wy) posiadacie władzę nad otaczającą go rzeczywistością.

Jeśli chcecie się podzielić swoim układem, udostępnijcie go jako relację na Instagramie z hasztagiem #kwarantannakomplety i oznaczeniem naszego konta.

Zajrzyjcie, jeśli szukacie inspiracji

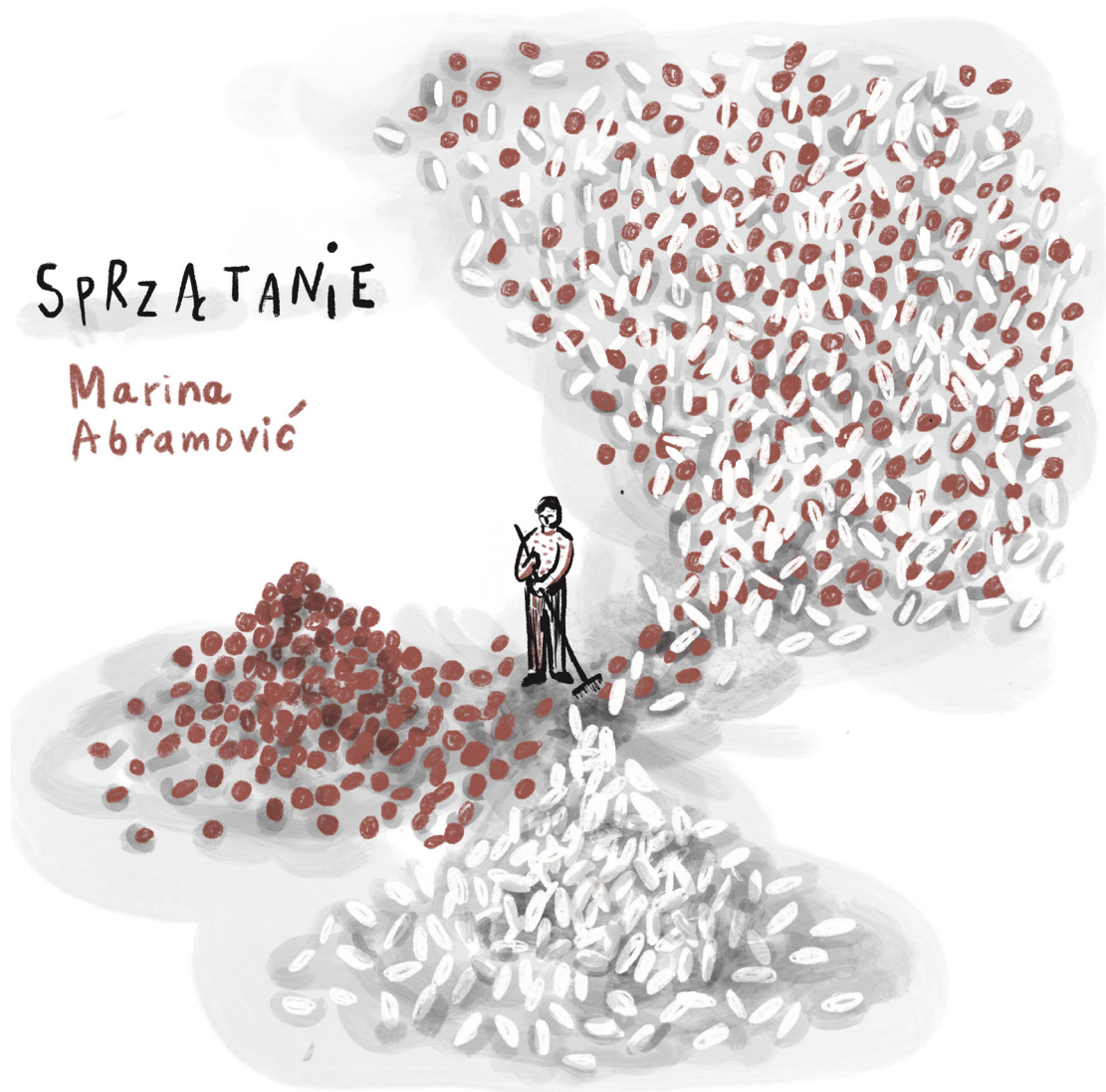
Więcej informacji o Boalu i jego metodach pracy:

Augusto Boal o Teatrze Uciśnionych:



SPRZĄTANIE

Marina
Abramović



KWARANTANNA. KOMPLETY

ĆWICZENIA Z OBECNOŚCI

SPRZĄTANIE. MARINA ABRAMOVIĆ

Przyjrzyjcie się, jak miejsce, w którym przebywamy, obrasta drobiazgami, zbędnymi przedmiotami, odpadkami. Po jakimś czasie nasze stanowisko pracy i całe życie pogrążają się w stopniowym chaosie. Chcemy zaproponować Wam doświadczenie sprzątania – rytuału, który pozwoli ukoić zmysły, oczyścić świat wokół... i być może także ten, który mamy w głowie.

Marina Abramović – jedna z najstojniejszych artystek sztuki performansu – zaprasza publiczność do cyklu warsztatów pt. „Cleaning the House” („Sprzątanie domu”). W trakcie tych warsztatów stosuje własną, oryginalną

metodę, którą stworzyła, obserwując rytuały i zwyczaje różnych kultur. Szuka czynności polepszających koncentrację i wystrzegających zmysły. Proponuje drobne zadania, które zmieniają perspektywę i pozwalają inaczej spojrzeć na rzeczywistość. Wiele z nich ma wręcz religijny lub medytacyjny charakter. Zbieranie do drewnianej misy wyłączonych telefonów, spacer po przestrzeni przeglądając się w lustrze, kąpiel nago w rzece, liczenie ziarenek ryżu... Wszystko po to, żeby doświadczyć płynącego czasu, poczuć przestrzeń i pustkę wokół, zobaczyć siebie tu i teraz.

ĆWICZENIE NA DZIŚ

Wyznaczcie sobie czas na skupione, proste sprzątanie przestrzeni, w której się znajdujecie. Podczas porządkowania bez pośpiechu policzcie dokładnie zbiór przedmiotów, które się znalazły w polu Waszego działania. Może są to książki na półce, owoce w misce, szklanki na suszarce?

Jeśli chcecie się podzielić swoim zbiorem, udostępnijcie go jako relację na Instagramie z hasztagiem #kwarantannakomplety i oznaczeniem naszego konta.

Zajrzyjcie, jeśli szukacie inspiracji

Ćwiczenie z liczeniem ryżu i soczewicy:



Relacja z warsztatów Mariny Abramović:





SPACER x Guy Debord

KWARANTANNA. KOMPLETY

ĆWICZENIA Z OBECNOŚCI

SPACER. GUY DEBORD

Wyrwijmy się na chwilę. Paryż. Co Wy na to? Musée d'Orsay. Może być? Zapraszamy Was na wirtualny spacer po tym jednym z najśłynniejszych muzeów na świecie. Muzeum mieści się w dawnej hali dworca kolejowego, tuż nad brzegiem Sekwany. Stała ekspozycja to ponad 4000 dzieł, głównie impresjonistów i postimpresjonistów. Renoir, van Gogh, Manet, Cézanne, Courbet, Degas...

Ten spacer będzie jednak wyjątkowy. Inspirując się ideami francuskiego artysty Guy Debord'a, zaprosimy Was na spacer emocjonalny. Debord razem z powołaną przez zaprzyjaźnioną grupę

artystów „Międzynarodówką Sytuacjonistyczną” proponował alternatywne doświadczanie przestrzeni miasta. Spacerująca osoba ma wpaść w dryf, zagubić się pośród budynków i podążać ścieżką, którą nie wyznaczają wytyczone wcześniej mapy czy wskazówki. To, co ma ją prowadzić, to emocje i zmysły. Dryfujący błakali się ulicami Paryża, szukając nowych doznań, odbierając rzeczywistość jako niekończący się spektakl. Po spacerze przelewali swoje doświadczenie na papier w formie niezwykłych, emocjonalnych map.

ĆWICZENIE NA DZIŚ

Przygotujcie sobie stanowisko z komputerem, tabletem lub smartfonem, kolorowe pisaki i czystą kartkę (lub swój notatnik z czasów kwarantanny). Wybierzcie się na wirtualny spacer po korytarzach i pomieszczeniach Muzeum d'Orsay. Spróbujcie trochę pobłądzić, pozagłądać w zaułki. Przy pomocy pisaków zapisujcie na kartce emocjonalną mapę spaceru. Dobierajcie kolory i kształty pod kątem wrażeń, które rejestrujecie. Uruchomcie wyobraźnię, notujcie lub szkicujcie na bieżąco doznania zmysłowe, które pojawiają się w czasie oglądania poszczególnych dzieł.

Gotowi? Wchodzimy tutaj:
<https://artsandculture.google.com/partner/musee-dorsay-paris>

Zróbcie zdjęcie swojej emocjonalnej mapie spaceru i udostępnijcie ją jako relację na Instagramie z hasztagiem #kwarantannakomplety i oznaczeniem naszego konta.

Zajrzyjcie, jeśli szukacie inspiracji

Więcej o historii powstania muzeum:



Więcej o metodzie dryfu i sytuacjonistach:



STOLIK



William Szekspir. Forced Entertainment

KWARANTANNA. KOMPLETY

ĆWICZENIA Z OBECNOŚCI

STOLIK. WILLIAM SZEKSPIR. FORCED ENTERTAINMENT

W 1606 roku podczas wielkiej epidemii w Londynie powstał „Król Lear”. Podobno William Szekspir wspiął się właśnie w tym czasie na wyżyny swojego talentu. Siedząc na izolacji w domu, napisał również „Makbeta” oraz „Antoniusza i Kleopatrę”. Nie będziemy Was namawiać do powtórzenia tego wyczynu podczas naszej twórczej wyprawy, spokojnie! Ale prawdą jest, że narzucone ograniczenia stają się czasem katalizatorem kreatywności i produktywności. Im mniej mamy bodźców z zewnątrz, tym większe obroty, na których pracuje nasza wyobraźnia.

Członkowie brytyjskiego kolektywu performatywnego Forced Entertainment są mistrzami

w wykorzystywaniu ograniczeń i minimalnych środków. W przedstawieniu „Complete Works: Table Top Shakespeare” sześcioro aktorów prezentuje skrócone wersje najśłynniejszych dramatów Szekspira, wykorzystując do tego zwykłe przedmioty rozstawiane na niewielkim, drewnianym blacie. Skondensowana treść i proste środki – wyjęte z szafy szpargały – sprawiają, że skupiamy się na samej historii i dajemy się jej porwać. Jest to też świetny sposób na przekonanie się, w jaki sposób działa opowieść, kiedy rozberzemy ją na czynniki pierwsze.

ĆWICZENIE NA DZIŚ

Zabawcie się w stolikową inscenizację ulubionej książki, komiksu, filmu lub serialu. Wybierzcie odpowiednie miejsce na „scenę”. Może to być stół w jadalni, stolik nocny albo blat w kuchni. Wybierzcie potem „aktorów i aktorki” – od trzech do dziesięciu przedmiotów, które znajdziecie w swoim domu. Spróbujcie dobrać przedmioty tak, aby reprezentowały najważniejsze cechy bohaterów i bohaterek. Za ich pomocą ustawcie jeden obraz, który będzie najlepiej opowiadał wybraną przez Was historię. Wypróbujcie różne ustawienia, zwróćcie uwagę na relacje między nimi. Rozłóżcie opowieść na czynniki pierwsze.

Jeśli chcecie się podzielić wykonaną sceną, udostępnijcie ją jako relację na Instagramie z hasztagiem #kwarantannakomplety i oznaczeniem naszego konta.

Zajrzyjcie, jeśli szukacie inspiracji

Dziela zebrane Szekspira na stole:

Więcej o Forced Entertainment:



KWARANTANNA. KOMPLETY

ĆWICZENIA Z OBECNOŚCI

AMBALAŻE. TADEUSZ KANTOR

W czasie twórczej kwarantanny możemy zaobserwować, jak kolejne wykonywane przez nas czynności przechodzą do rutyny. Ta rutyna widoczna jest wyraźnie w naszej przestrzeni. Brudne ubrania piętrzą się na krześle; talerze odkładamy na pokaźny stos do umycia; nieprzeczytane książki tworzą potężne wieże. Przedmioty mieszają się ze sobą. Jedne przykrywają drugie, tworząc nieintencjonalne ambalaże. Zatrzymajmy się na chwilę i przyjrzyjmy się im.

Tadeusz Kantor — reżyser, scenograf, malarz, twórca niezwykłego teatru i jeden z pionierów awangardy — w swojej twórczości podnosi do rangi dzieła zwyczajne przedmioty. Widać to szczególnie w jego ambalażach — obrazach stworzonych ze skrawków materiału, opakowań, śmieci, odpadków... Utrwała je, przechowywała w czasie. Obiekty nabierają podwójnej mocy: są równocześnie ważne i nieważne. Pełne patosu i śmieszności, ukrywają coś i odsłaniają jednocześnie.

ĆWICZENIE NA DZIŚ

Przyjrzyjcie się narastającym wokół warstwom przedmiotów: ubraniom na krześle, ręcznikom rzuconym na podłogę, kupce kartek na stole... Dajcie im wybrzmieć. Nacieszcie się ich widokiem. Spróbujcie rozpoznać i docenić kolejne warstwy. Jeśli właśnie skończyliście sprzątanie (np. z Mariną Abramović), możecie spowodować sami swój własny ambalaż, wprowadzając chaos do istniejącego porządku.

Jeśli chcecie podzielić się swoim ambalażem, udostępnijcie je jako relację na Instagramie

z hasztagiem #kwarantannakomplety i oznaczeniem naszego konta.

Zajrzyjcie, jeśli szukacie inspiracji

O ambalażach na stronie CRICOTEKI:

Więcej o Tadeuszu Kantorze:





KWARANTANNA. KOMPLETY

ĆWICZENIA Z OBECNOŚCI

BRAWA. OSKAR DAWICKI

27 marca obchodzimy Międzynarodowy Dzień Teatru. To uroczysta okazja do „wzmocnienia przyjaźni i więzi międzyludzkich”, jak mówi statut Międzynarodowego Instytutu Teatralnego, jednego z ciał inicjujących obchody tego święta. Tradycyjnie do teatrów na całym świecie rozsyłana jest odezwa jednego z czołowych twórców teatralnych. Następnie jest ona odczytywana przed spektaklami. Co się jednak dzieje, gdy święto to wypada w czasie zanurzonego w kwarantannie? Gdy olbrzymia część teatrów w Europie i na świecie jest zamknięta, na scenach nikogo nie ma, a po spektaklach nie rozlegają się brawa?

Oskar Dawicki — artysta multimedialny i performer — w jednej ze swoich akcji pod tytułem „Brawa” przy akompaniamencie nagranych oklasków kłania się i dziękuje za przybycie zgromadzonym widzom. Celebrytując sam tylko koniec zwyczajowego występu, jego ukłony i odtwarzane z nagrania oklaski stają się występem samym w sobie.

Słowo „brawo” pochodzi z języka włoskiego i oznacza tyle co „świetny”, ale także „śmiały” i „odważny”. Dziś z uznaniem kłaniamy się sobie wzajemnie. Artyści widzom, widzowie twórcom. Dziękujemy sobie i świętujemy dzielność i odwagę.

ĆWICZENIE NA DZIŚ

Odtwórzcie głośno dowolne nagranie gromkich oklasków. Zatrzymajcie się w miejscu, ukłońcie się kilkakrotnie. Odpowiedzcie brawami na brawa. Ukłońcie się sobie wzajemnie.

Jeśli chcecie, możecie nagrać swój występ. Udostępnijcie go jako relację na Instagramie z hasztagiem #kwarantannakomplety i oznaczeniem naszego konta.

Zajrzyjcie, jeśli szukacie inspiracji

Akcja „Brawa” Oskara Dawickiego:



Orędzie na Międzynarodowy Dzień Teatru:

