



W STRONĘ WŁASNEGO GŁOSU
CZYLI O REŻYSERII TOTALNEJ
TEATRU 3616

DRODZE DO WŁASNEGO MONODRAMU

MARCIN MASZTALERZ

WWW.TEATR3616.PL



Wstęp: Teatr jako przestrzeń obecności.

W epoce, w której sztuka coraz częściej ulega komercjalizacji i powierzchownemu efekciarstwu, powstaje w Warszawie miejsce o wyjątkowej, niemal duchowej vibracji - Teatr 36i6, Laboratorium obecności, prawdy i Reżyserii Totalnej. Założony przez Marcina Masztalerza, aktora, reżysera i pedagoga o bogatym doświadczeniu scenicznym. Teatr ten nie jest jedynie kolejną sceną na mapie polskiego teatru niezależnego jest przestrzenią, w której granice między życiem a sztuką, między wewnętrznym światem twórcy, a jego scenicznym wyrazem, zostają zacierane w imię autentyczności i głębokiej, osobistej przemiany. Metoda Masztalerza, określana jako Reżyseria Holistyczna lub Reżyseria Totalna, stanowi autorskie, somatyczno-teatralne podejście, które inspirowane jest do podjęcia jednego z najodważniejszych wyzwań artystycznych - stworzenia własnego w pełni autorskiego monodramu scenicznego.

Niniejszy esej ma na celu przybliżenie motywującego wydźwięku tej metody, jej filozoficznych korzeni oraz praktycznych narzędzi, które skłaniają artystów-amatorów i poszukiwaczy prawdy do wypowiedzenia własnego, niepowtarzalnego głosu scenicznego.

I. Korzenie metody: między Grotowskim, a Czechowem

Każda rewolucyjna metoda teatralna ma swoich duchowych przodków, reżyseria Totalna Marcina Masztalerza, choć autorska i oryginalna, nie powstała w próżni, w jej głębokiej strukturze wyczuwalne są echa wielkich reformatorów teatru XX wieku, przede wszystkim Jerzego Grotowskiego oraz Michaiła Czechowa, dwóch artystów, którzy na trwałe zmienili nasze rozumienie relacji między aktorem, a jego wewnętrznym światem.

Jerzy Grotowski, twórca Teatru Laboratorium, głosił konieczność „poor theatre”, ubogiego teatru, w którym aktor staje się sercem spektaklu, a wszelkie elementy techniczne służą jedynie jako wsparcie dla jego wewnętrznego procesu. Grotowski poszukiwał w aktorze człowieka totalnego, zdolnego do całkowitej ofiary scenicznej, do odsłonięcia najgłębszych warstw swojej psychiki. Jego metoda pracy z ciałem, oddechem i głosem jako narzędziami duchowej przemiany znajduje niezwykle odzwierciedlenie w Reżyserii Holistycznej Masztalerza. Podobnie jak u Grotowskiego, tak i w Teatrze 3616 aktor nie „odgrywa” roli – on staje się, przekracza granice własnego ego, by dotrzeć do źródła, do stanu czystej obecności, który Masztalerz określa mianem „Ja Jestem”. Z kolei Michaił Czechow, uczeń Stanisławskiego, a zarazem jego subtelny krytyk, rozwinął metodę opartą na wyobraźni psychofizycznej, koncentracji, odczuciu całości i atmosferze scenicznej. Czechow uczył, że aktor powinien pracować nie tylko nad emocjami, ale nad całym swoim bytem – ciałem, duchem, wyobraźnią. Jego techniki, takie jak „poczucie całości” czy praca z „centrami psychofizycznymi”, przenikają do praktyki Masztalerza, który w swoim e-booku „Kreuję więc jestem czyli mój pierwszy monodram” prowadzi uczestników przez kolejne etapy budowania autentycznej scenicznej obecności – od pracy z ciałem i oddechem, przez emocje, aż po głęboką, transformacyjną ekspresję. Masztalerz, podobnie jak jego mistrzowie, odrzuca teatr iluzji na rzecz teatru prawdy, gdzie nie szuka on efektywności – szuka prawdziwości i właśnie ta prawdziwość, ta niezachwiana wierność własnemu wewnętrznemu głosowi, staje się najpotężniejszym motorem napędowym dla każdego, kto staje przed wyzwaniem stworzenia monodramu.

II. Filozofia Reżyserii Totalnej: teatr jako medycyna i droga do „Ja Jestem”

Reżyseria Totalna, nazywana również Reżyserią Holistyczną, to nie tyle technika reżyserska, co filozofia życiowa przełożona na język teatru, jej fundamentalne założenie brzmi: prawdziwa sztuka rodzi się z przestrzeni serca, z miejsca głębokiej autentyczności, a nie z naśladowania czy wcielania się w zewnętrzne wzorce. Masztalerz, twórca tej metody, mówi wprost: aktor nie powinien „grać”, on powinien być, oddychać sobą, pozwolić wewnętrznemu ruchowi stać się źródłem pracy artystycznej.

Ta filozofia znajduje pełne uzewnętrznienie w strukturze e-booka „Kreuję więc jestem czyli mój pierwszy monodram”, który stanowi przewodnik po trzynastu sesjach twórczych. Każda sesja to kolejny krok w stronę odkrycia własnego głosu, własnej prawdy, własnej scenicznej tożsamości. Autor nie narzuca gotowych schematów, on towarzyszy, delikatnie prowadzi, otwiera przestrzeń, w której uczestnik może spotkać się z samym sobą, ze swoim „wewnętrznym bohaterem”, ze swoim „zamrożonym”, a tym samym czekającym na odmrożenie, dzieckiem-artystą.

Jednym z najbardziej poruszających aspektów Reżyserii Totalnej jest jej medyczny, terapeutyczny wymiar. Masztalerz mówi o „sztuce-medycynie”, o doświadczeniach katharsis’tycznych, w których teatr łączy słowo z żywym ruchem, malarską twórczością i muzyką, angażując wszystkie zmysły widza i twórcy zarazem. Monodram staje się w tej perspektywie nie tylko aktem artystycznym, ale aktem uzdrawiania siebie samego i, poprzez autentyczność przekazu, również odbiorcy, to teatr, który nie chce bawić, nie chce rozśmieszać ani wzruszać na zamówienie – chce natomiast dotknąć, przemienić, obudzić.

Kluczowym pojęciem w tej filozofii jest właśnie „Ja Jestem” – stan pełnej obecności, w którym granice między wykonawcą, a wykonywanym, między aktorem, a rolą, zostają zawieszone, to stan medytacyjny, mindfulness przeniesiony na scenę, w którym twórca przestaje być wyodrębnionym podmiotem, a staje się kanałem, przez który przepływa coś większego – prawda, piękno, uniwersalne doświadczenie ludzkie.

III. „Kreuję więc jestem” - mapa wewnętrznej podróży

E-book Marcina Masztalerza „Kreuję więc jestem czyli mój pierwszy monodram” nie jest podręcznikiem aktorstwa w tradycyjnym sensie, a mapa wewnętrznej podróży, przewodnik po labiryncie własnej duszy, którego celem jest nie tyle nauczenie się fachu, co odkrycie siebie poprzez fach. Struktura trzynastu sesji twórczych odzwierciedla holistyczny charakter metody, każda sesja penetruje kolejny wymiar ludzkiej ekspresji, budując stopniowo pełny, autentyczny obraz sceniczny.

Pierwsze sesje poświęcone są pracy z ciałem, oddechem i głosem - fundamentom, na których wznosi się każda dalsza konstrukcja. Masztalerz, wychodząc z tradycji Grotowskiego i Czechowa, wie, że ciało aktora to nie tylko narzędzie, ale świątynia, w której zamieszkuje duch. Praca z oddechem, z centrowaniem, z uwalnianiem napięć fizycznych prowadzi do otwarcia na emocje, na wspomnienia, na prawdę.

Kolejne sesje zagłębiają się w sferę emocjonalną gdzie pojawia się jeden z najbardziej charakterystycznych elementów metody Masztalerza - praca z „zamrożonymi emocjami”, z uczuciami, które z różnych powodów zostały w danym człowieku zablokowane, stłumione, zapomniane. Reżyseria Totalna nie boi się bólu, nie ucieka przed cieniem, wręcz przeciwnie - zaprasza do konfrontacji, do odważnego spojrzenia w głąb siebie, do odmrożenia tego, co zamrożone, by mogło przepłynąć przez ciało, przybrać słowo, stać się sztuką.

Dalsze etapy prowadzą ku budowaniu scenicznej obecności, ku formie, która nie jest nałożona z zewnątrz, ale wyłania się organicznie z wewnętrznego procesu. Masztalerz uczy, że monodram to nie monolog, nie solowe popisowywanie się - to spotkanie. Spotkanie twórcy z samym sobą, a przez to z widzem, który przestaje być biernym konsumentem, a staje się współtwórcą, uczestnikiem wspólnego pola obecności.

Szczególnie warte podkreślenia jest to, że e-book adresowany jest nie tylko do profesjonalnych aktorów. Masztalerz otwiera swoją metodę dla wrażliwców, osób po kryzysie, poszukiwaczy duchowych - dla wszystkich tych, którzy czują w sobie potrzebę wypowiedzenia się, ale nie wiedzą, jak znaleźć własny głos i ekspresję, to demokratyzacja teatru, jego przywrócenie pierwotnej funkcji - bycia przestrzenią rytuału, transformacji, wspólnoty.

IV. Monodram jako akt odwagi i autentyczności

Stworzenie monodramu to jedno z najbardziej ekspozycyjnych wyzwań, jakie może podjąć człowiek. Na scenie nie ma partnera, który podtrzyma, nie ma zespołu, w którym można się schować. Jest tylko ja - moje ciało, mój głos, moja prawda, moja nagość. Reżyseria Totalna nie tylko nie boi się tej nagości - ona ją celebruje, uznając za warunek sine qua non autentycznej sztuki - próg, bez którego nie otworzy się żaden kolejny akt..

W metodzie Masztalerza monodram staje się aktem twórczej odwagi - odwagi, by spojrzeć w siebie, by nazwać to, co nienazwane, by pokazać to, co ukryte, ale jest to również akt wrażliwości - zdolności do dotknięcia własnego bólu, radości, strachu, nadziei i przekucia ich w uniwersalny język sztuki. Masztalerz nie szuka perfekcji technicznej - szuka prawdziwości, tej nieuchwytnej jakości, która sprawia, że widz przestaje oglądać spektakl, a zaczyna przeżywać spotkanie.

Warto zwrócić uwagę na sposób, w jaki Teatr 3616 realizuje swoje monodramy. Spektakle takie jak „Żywoć Mój Kolorowy” Doroty Walichiewicz czy „Jagodno” Edyty Nestorowicz nie są produktami fabrycznymi, są owocem długiego, intymnego procesu pracy z reżyserem, który pełni rolę nie tyle dyrygenta, co mentora, przewodnika, towarzysza podróży. Masztalerz nie narzuca wizji, on uwydatnia wizję, która już drzemie w twórcy, pomaga jej nadać formę, głos, sceniczne ciało.



V. Zacieranie granic: widz jako współtwórca

Jednym z najbardziej nowatorskich aspektów Reżyserii Totalnej jest celowe rozmywanie granic między sceną, a widownią. W tradycyjnym teatrze widz pozostaje po drugiej stronie czarnej ściany - bezpieczny, anonimowy, bierny. W Teatrze 36i6 ta ściana zostaje zburzona. Widz wkracza w przestrzeń wspólnego doświadczenia, staje się uczestnikiem rytuału, współtwórcą znaczenia.

Masztalerz mówi, że teatr „oddycha z widzem” - to piękna metafora współzależności, wzajemnego wpływu, współtworzenia energii scenicznej. Aktor w Reżyserii Totalnej nie gra dla widza - on gra z widzem, w obecności widza, w polu wspólnej obecności, co zmienia fundamentalnie charakter relacji artystycznej - z hierarchicznej (ja tworzę, ty odbierasz) na relacyjną, partnerską, wspólnotową.

Ta cecha łączy Teatr 36i6 z tradycją teatru antycznego, w którym spektakl był aktem wspólnotowym, rytuałem zbiorowym, a nie rozrywką dla wybranych. Masztalerz, świadomie, przywraca teatrowi jego pierwotną, duchową funkcję bycia miejscem spotkania, transformacji, wspólnego poszukiwania prawdy.



Dziennik

VI. Motywacja do stworzenia własnego monodramu: powrót do siebie

Po co zatem, w świecie pełnym rozproszeń, w epoce cyfrowej płytyczny i powierzchowności, podjąć trud stworzenia własnego monodramu? Reżyseria Totalna daje na to pytanie odpowiedź, która jest zarazem prosta i głęboka: po to, by wrócić do siebie.

W epoce, w której tożsamość staje się produktem konsumpcyjnym, w której social media każą nam odgrywać role, w których sami nie do końca wierzymy, monodram w Reżyserii Holistycznej jest aktem buntu – buntu przeciw iluzji, przeciw naśladowaniu, przeciw życiu na pokaz. Jest powrotem do źródła, do pierwotnej, dziecięcej kreatywności, do czasu, gdy nie wstydziliśmy się być sobą.

Masztalerz, w swoim e-booku i w praktyce pedagogicznej, adresuje swoją metodę do „wrażliwców, osób po kryzysie, poszukiwaczy duchowych” – do tych, którzy czują, że utracili kontakt z własnym głosem, że żyją w cudzych narracjach, że potrzebują przestrzeni, by ponownie usłyszeć siebie. Monodram staje się w tej perspektywie narzędziem emancypacji – wyzwolenia z cudzych oczekiwań, odzyskania własnej historii, własnej prawdy, własnego prawa do bycia widzialnym, słyszalnym, obecnym.

Motywacja ta jednak nie jest jedynie osobista i egotyczna, Reżyseria Totalna uczy, że najgłębsza prawda osobista jest zarazem najbardziej uniwersalna. Gdy twórca odsłania swoją autentyczność, dotyka czegoś, co wspólne jest wszystkim ludziom – strachu przed odrzuceniem, pragnienia akceptacji, radości odkrycia, bólu straty, nadziei odrodzenia. Właśnie dlatego monodram, stworzony w duchu Reżyserii Holistycznej, ma moc poruszania – nie manipulowaniem emocjami, ale prawdziwością.

VII. Podsumowanie: teatr jako droga

Teatr 36i6 i Reżyseria Totalna Marcina Masztalerza to propozycja, która wykracza daleko poza ramy tradycyjnego rozumienia teatru. To droga - droga do siebie, do prawdy, do autentyczności, do „Ja Jestem”, jest to zaproszenie do odwagi twórczej, do porzucenia masek, do stworzenia sztuki, która nie będzie jedynie odbiciem życia, ale jego głębszym wyrazem. E-book „Kreuję więc jestem czyli mój pierwszy monodram” to mapa tej drogi - praktyczna, a zarazem głęboko duchowa, narzędzie dla tych, którzy czują w sobie potrzebę wypowiedzenia się, ale nie wiedzą, od czego zacząć, to przewodnik dla tych, którzy pragną, by ich osobisty głos był nie tylko słyszalny, ale przede wszystkim prawdziwy. W świecie, który coraz bardziej potrzebuje autentyczności, wrażliwości i głębi, Teatr 36i6 i jego metoda stają się nie tylko artystycznym eksperymentem, ale potrzebą cywilizacyjną. Bo przecież teatr, w swej najgłębszej istocie, zawsze był o człowieku - o jego prawdzie, jego kruchości, jego nieśmiertelnej potrzebie bycia rozumianym. Reżyseria Totalna przypomina nam o tej prawdzie. I zaprasza - każdego z nas - byśmy odnaleźli własny głos, własną historię, własne „Ja Jestem”.

„Kreuję więc jestem” - te słowa, będące parafrazą Kartezjańskiego „cogito ergo sum”, nabierają w kontekście metody Masztalerza nowego, głębszego znaczenia - życie nie rodzi się wyłącznie z myśli, lecz z doświadczenia, nie myślę więc jestem - tworzę więc jestem, ponieważ to w akcie twórczym, w akcie odważnego wypowiedzenia własnej prawdy, odnajdujemy siebie. I właśnie to jest najpiękniejsza, najbardziej motywująca obietnica Teatru 36i6.

Bibliografia i źródła:

- Masztalerz, M. Kreuję więc jestem czyli mój pierwszy monodram (e-book)
- Strona internetowa Teatru 36i6: teatr36i6.pl
<https://teatr36i6.pl>
- Masztalerz, M. Personalia - blog autorski
- Grotowski, J. Ku teatrowi ubogiemu
- Czechow, M. O technice aktorskiej
- Biogram Marcina Masztalerza

