

- στη σωματική έκφραση και την ενεργητική ακρόαση και επικοινωνία,
- στη θεατρική δράση και το θεατρικό ρόλο,
- στη χαλάρωση, την παρατηρητικότητα και το διαλογισμό,
- στη σύλληψη της έννοιας του χρόνου και της γλώσσας της σιωπής,
- στις αναπαραστάσεις και τις μεταμορφώσεις του σώματος,
- στην πίστη, τη μοναχικότητα, την αυτοπειθαρχία, τη θέληση, την υπομονή και την επιμονή,
- στη διαλεκτική κίνηση και σχέση, την αγαπητική διαθεσιμότητα και τη θυσία<sup>306</sup>.

Η πορεία προς τη μύηση του εμπυχωτή συναντά εμπόδια που αναστέλλουν την ετοιμότητά του για συνάντηση και αλλαγή. Ο ασκούμενος είναι ανάγκη να μην αρνείται τη σοφία του εαυτού του, αλλά να έχει εμπιστοσύνη στις διαθέσιμες δυνάμεις του. Με αυστηρότητα να αναζητά την ανθρώπινή του ολότητα, τη σωματική και ψυχοπνευματική του οντότητα. Να τροφοδοτεί τις ρίζες της δημιουργικής και υπερβατικής του ευφυΐας και να μη συλλαμβάνει τα πράγματα με την περιοριστική τυπική λογική και τη φυγόπονη πρακτική της συμβατικής καθημερινότητας, που τον διασπά και του στερεί τη δύναμη να αλλάζει.

Ο εμπυχωτής υπάρχει για να μπορεί να έχει γαλήνη<sup>307</sup> και να αγαπά, χωρίς να περιμένει να τον αγαπούν. Να διερευνά τα όρια της μοναχικότητάς

<sup>306</sup> Ο Buber «θεωρεί τον άνθρωπο ως διαλογική ύπαρξη η οποία ορίζεται από τη σχέση που έχει αναπτύξει με το Συ του περιβάλλοντος. [Σε αυτό] ο άνθρωπος σχετίζεται διαλογικά, είτε ως Εγώ με το Συ, είτε ως Εγώ με τα αντικείμενα («Αυτό»). Αλλά το Εγώ δεν νοείται χωρίς το Συ, ούτε το 'αυτό' χωρίς το 'άλλο'». (μνημ. Κοσμοπούλου, Α, 1995, σ. 423). Έτσι, κατά τον Buber, από τη σκοπιά της ετερότητας του άλλου «έν αρχή ήν ή σχέσις» και επομένως «γινόμαστε ο εαυτός μας μέσα από τη σχέση». (μνημ. Kirschenbaum, H. & Henderson, V. L., 1990, σ. 63). Πρόκειται για διαλογική σχέση που αναδεικνύει τη βίωση της κατάστασης και τη δημιουργία νοήματος τόσο από το εγώ όσο και από το εσύ. Spinelli, E., 2009, σσ. 158-159.

<sup>307</sup> Να νιώθει όπως ο Τελιέγκιν στο *Θείο Βάνια* του Τσέχωφ «είτε τριγυρνάω στα χωράφια, είτε κάνω βόλτες στον ισκιωμένο κήπο, είτε ακόμα κοιτάζω πάνω σε τούτο το τραπέζι, πάντα νιώθω μέσα μου μια απερίγραπτη εντυχία! Ο καιρός είναι τόσο μαγευτικός... Τα πουλάκια κελαηδούνε, όλοι μας ζούμε μέσα σε ειρήνη και ομόνοια - τι παραπάνω θέλουμε;» Τσέχωφ, Α., 1986, σ. 124.

Γεμάτος από αγάπη, έτοιμος να ζητήσει συγχώρεση, όπως ο Μάρκελος στους *Αδελφούς Καραμάζοβ*: «η ζωή είναι παράδεισος κι όλοι μας στον παράδεισο βρισκόμαστε, μόνο που δεν θέλουμε να το καταλάβουμε. Μα αν το καταλαβαίναμε, αύριο κιόλας θα

του, με το φως μιας ιδιότυπης καρτερίας, δίχως να φοβάται να μείνει μόνος. Να παραμένει αυτόνομος, χωρίς να προσπαθεί να γαντζωθεί από τους άλλους, μέσα από τη βαθιά πίστη που σβήνει το φόβο του αποχωρισμού και της μοναχικότητας. Να σιωπά. Να αντέχει τον πόνο, να διατηρεί τη μνήμη του, ακόμα κι όταν αυτός παύει να υπάρχει και να τον ξεπερνά με τη διαθεσιμότητα της αγάπης και τον αγώνα για δράση.

Να μην επιδιώκει την αναγνώριση, αλλά, αντίθετα, να μπορεί να φορτωθεί τη δυστυχία των άλλων. 'Δεν σας ξεχνώ', μπορεί να είναι η φράση που χαρακτηρίζει τον ψυχωμένο εμψυχωτή, έτοιμο να αντιμετωπίζει με το ανοιχτό αληθινό πρόσωπό του –και όχι με το κλειστοφοβικό 'εγώ'– την αδικία, τον πόνο, το φόβο, την κόπωση, την απώλεια ενέργειας, αλλά και τον αρνητισμό, την επιθετικότητα και την παθητικότητα. Σαν έτοιμος λοιπόν από καιρό, να επιλέγει τα δύσκολα, να προτιμά τα απόκρημνα βουνά του νου και της ψυχής από τις πεδιάδες τους. Να εμπνέει τον έρωτα στη ζωή και να οδηγεί με προσωπική ευθύνη και συνέπεια τους μαθητές του μέσα από τον ενθουσιασμό και τη μέθοδο. Να πορεύεται το δρόμο της σοφίας διερωτώμενος όχι μόνο για το τι αναζητά και ανακαλύπτει, αλλά κυρίως για το τι θα κάνει με ό,τι ανακαλύπτει. Διαλέγεται με τον εαυτό του, αφού πρώτα τον έχει αποδεχτεί, διατηρώντας συγχρόνως την ένταση μιας συνεχούς αμφιβολίας, που οδηγεί σε αυτο-αμφισβήτησή του ή και σε σύγκρουση συνειδητή ή ασυνείδητη.

Ο εμψυχωτής, λοιπόν, δεν 'κλείνεται', αλλά είναι ανοιχτός στο φυσικό και ανθρώπινο περιβάλλον, στο μικρόκοσμο και μακρόκοσμο. Μπορεί και διερευνά τη φύση του και τη θέση του στον κόσμο μέσα από τη γνώση, την αισθητική και την ηθική. Αναπτύσσεται και μαθαίνει. Είναι ικανός να παρατηρεί τόσο μια σταγόνα νερού όσο και τον έναστρο ουρανό, με τη συγκίνηση του παιδικού ονείρου και τον ορθό λόγο της επιστήμης. Αγωνιά για την καταστροφή του φυσικού περιβάλλοντος. Ελπίζει και αγωνίζεται για μια παγκόσμια αρμονία μέσα από τις αντιθέσεις. Ερευνά τις αλλαγές στους κοινωνικούς ρόλους των φύλων και μπορεί να αναπαριστά τις ποιότητες της ισότητας στις σχέσεις τους. Διευρύνει συνεχώς τα όρια του νου και της αγάπης, μέσα από διαρκή περισυλλογή για την απεξάρτησή του από το 'εγώ' και την ανακάλυψη του προσώπου του στο εμείς. Συλλαμβάνει την τελειότητα μέσα

---

γίνονταν ολάκερος ο κόσμος παράδεισος. [...] Πουλάκια του Θεού, χαρούμενα πουλάκια, συγχωρέστε με κι εσείς γιατί κι απέναντί σας είμαι αμαρτωλός. [...] όλη η δόξα του Θεού ήταν γύρω μου: τα πουλάκια, τα δέντρα, τα λιβάδια, οι ουρανοί.» Ντιστογιέφσκι, Φ., 1990, σσ. 206-207.

από τη συμπλήρωση του άλλου<sup>308</sup>. Μπορεί να απορεί και να ανακαλύπτει μέσα από τη ζωογόνο ματιά του πόνου τη ματαιότητα της ζωής και το θάνατο. Κατανοεί ότι όλα τα μεγάλα έργα έγιναν με αγάπη, δείγματα μνήμης, αδιάψευστοι μάρτυρες του εφήμερου και αιώνιου. Πιστεύει στην άλλη όψη της πραγματικότητας, ως δρόμο για τον αγώνα και την ανάσταση<sup>309</sup>.

Για να συμβεί πραγματική εμπύχωση –και αυτό μπορεί να γίνει με την ουσιαστική και συμμετοχική εμπλοκή στο εργαστήριο– πρέπει να αναδυθεί και να διαχυθεί θετική ενέργεια. Να αποκτηθεί η αίσθηση. Να γεννηθεί δηλαδή ένα πλεόνασμα αυθεντικής ευαισθησίας, που δημιουργεί τις προϋποθέσεις για ενεργοποίηση των σωματικών, ψυχικών και διανοητικών λειτουργιών, για ψυχική αποκάλυψη και φανέρωση.

Προς αυτήν την κατεύθυνση, θεμελιώδης είναι η ικανότητα του εμπυχωτή με εξαιρετική ευαισθησία να χρησιμοποιεί όλο το εύρος της ανθρωπίνης, φυσικής του έκφρασης<sup>310</sup>. Να παρατηρεί και να ανακαλύπτει διαρκώς το σώμα του, μεταμορφώνοντάς το σε άλλες μορφές ζωής (νερό, βράχο, δέντρο, ζώο κλπ.) και να προσλαμβάνει τη γύρω πραγματικότητα μέσα από αρχέγονους σωματικούς κώδικες συμπεριφοράς. Να είναι ευαίσθητος σε ό,τι δέχεται, σε ό,τι κλείνει μέσα του, σε ό,τι εκπέμπει. Να ζει με αυθόρμητο τρόπο διαρκώς, ως ένα ‘ζωντανό’ σώμα και όχι ως μια υπαρκτή αλλά απενεργοποιημένη φυσική παρουσία. Να βιώνει την εσωτερική του αρμονία, κράμα μιας συμπαντικής ύλης και ψυχοπνευματικής ουσίας.

<sup>308</sup> Η άποψη αυτή απηχεί τις θέσεις της φαινομενολογίας, του υπαρξισμού και περσοναλισμού στη σύγχρονη εποχή. Spinelli, E., 2009, σ. 190.

<sup>309</sup> Φέρνουμε στο νου την αγάπη του Α. Τσέχωφ για τους συνανθρώπους του και τη φύση, τη μεταφυσική του αγωνία για τη φθορά που επιφέρει ο χρόνος, τους στοχαστικούς μονολόγους των προσώπων που διαλέγονται με τον εαυτό τους στα έργα του. Προσεγγίζουμε την ουσία της δικής μας ύπαρξης μέσα από τους καημούς, τα αδιέξοδα, τους αποχωρισμούς και τα απραγματοποίητα όνειρα των προσώπων των έργων του κι ακόμα εμφορούμαστε από την αίσθηση του χρέους και της μακροθυμίας τους, της βαθιάς πίστης και του οράματός τους για μια μελλοντική ευτυχία. Καλλέργης, Λ., 1986, σσ. 11-25.

<sup>310</sup> Αναφερόμενος στον ηθοποιό, ο Π. Μπρουκ (1999, σσ. 368-369) επισημαίνει την αναγκαιότητα άσκησης του στη σωματική έκφραση (Μέγιερχολντ, Γκροτόφσκι), την ψυχολογική - συναισθηματική προσέγγιση του ρόλου (Στανισλάβσκι, Actors Studio) και την κριτικο-στοχαστική σκέψη (Μπρεχτ). Υπό αυτό το πρίσμα, οφείλει με τρόπο έντονο να προσεγγίζει τα συναισθήματα του ρόλου που υποδύεται, υπερβαίνοντας τα προσωπικά του συναισθήματα.

Ακόμα, να παρατηρεί κάθε μορφή ζωής γύρω του όπως αυτή υπάρχει, ανεξάρτητα από τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της (πέτρα, ζώο, ψάρι, δέντρο, σταγόνα νερού, κόκκος άμμου κλπ.). Η παρατηρητικότητα του του επιτρέπει να συλλαμβάνει τον κόσμο με την αίσθηση που του δημιουργούν τα φυσικά υλικά και δυνάμεις, τα αντικείμενα και οι ανθρώπινες λειτουργίες και δραστηριότητες. Πώς νιώθει, λοιπόν, μπρος σ' ένα βράχο, σ' ένα λουλούδι, στη βροχή και στον άνεμο, στο φως και το σκοτάδι, στον ήχο και τη σιωπή, αλλά και μπρος σ' ένα κόκκινο μπαλόνι, σε μια κορδέλα, σε ένα γυάλινο βόλο και τι είδους συναισθήματα του προκαλούν τα χαρακτηριστικά του (το σχήμα, η υφή, ο όγκος, οι αισθητηριακές ποιότητες κλπ); Ποια είναι η αίσθηση του στους ήχους και στην εκφορά των λέξεων;

Έτσι, αποκτά την 'τέχνη' να συλλαμβάνει την αίσθηση η οποία πηγάζει από την εσωτερική του σοφία, που την εκδηλώνει ως δύναμη ευαισθησίας. Με αυτήν μπορεί να μεταμορφώνεται και να φτάνει στον κόσμο των ιδεών και στο γνήσιο τρόπο ζωής. Έτσι, η αίσθηση μπορεί να μιλά μέσα του, να κινεί τη συγκίνηση και το λόγο του και να μεταβάλλεται σε πίστη και δράση<sup>311</sup>.

Για να εμψυχήσει στους μαθητές του την αίσθηση των αισθήσεων, πρέπει να μπορεί ο ίδιος να διεισδύει στη φύση του και να την ανακαλύπτει. Να ανθοφορεί μέσα του η κορυφαία αίσθηση, ο έρωτας για τη ζωή και τα υψηλά ιδανικά, δίχως άλλο σκοπό παρά μόνο για τη δική του ακμή, σε μια πορεία για ολιστική κατανόηση της φύσης του εαυτού του και όχι μόνο του ρόλου του (κοινωνικού, επαγγελματικού κλπ.). Σύμφυτος με τον αυθορμητισμό, ο έρωτας φανερώσει κάθε τι αληθινό και ανθρώπινο. Έτσι, όταν ο εμψυχωτής διαπνέεται από παιδαγωγικό έρωτα, φωτίζει το δρόμο των μαθητών για να ενεργούν σύμφωνα με την αληθινή φύση τους.

<sup>311</sup> Κατά τον Αρτώ, η αναζήτηση πρωτίστως της σοφίας έναντι της αισθητικής είναι ζητούμενο στη θεατρική τέχνη και στην εκφραστική αγωνία του ηθοποιού, που μέσα από τη σωματική παραληρηματική έξαρση συναντιέται με τις συγκρούσεις του. Πρόκειται για ριψοκίνδυνη διαδικασία, κατά την οποία ο ηθοποιός, μέσα από την άσκηση της αναπνοής του, ενεργεί με το σώμα του για τη διεύρυνση των ορίων του, για τη συνάντηση σώματος και πνεύματος. Η ανάδυση και αποκάλυψη του εαυτού για την απόκτηση της πληρότητάς του συμβαίνει μέσω της θυσίας του ατομικού και της διάχυσής του στον κόσμο του συλλογικού. Περέλη-Κοντογιάννη, Ρ., 1985, σσ. 122, 126, 129, 131.

Για την εθελούσια απώλεια του ατομικού βλ. Brecht, Β. "Das Badener Lehrstück vom Einverständnis" (Διδακτικό έργο του Μπάντεν-Μπάντεν για τη συναίνεση). Ντορτ, Μπ., 1975, σσ. 92-93.