

SEMINARIUM - WIOSNA 2014

„Dźwięk i głos” (16 -18 maj 2014 Antoniów)

Wiosenne seminarium 2014 roku i nowe miejsce. Tym razem Antoniów za Jelenią Górą – czyli piękna przestrzeń, bardzo dobre warunki zakwaterowania, doskonała sala do wspólnej pracy seminaryjnej oraz pyszne jedzenie serwowane przez p. Bogdana. Sporo nowych osób z całej Polski. Przyciągnęła ich tematyka spotkania: „Dźwięk i głos”. Pomimo pewnych perturbacji organizacyjnych wynikłych na chwilę przed samym seminarium, wydarzenie należy zaliczyć do bardzo udanych a to przede wszystkim dzięki prowadzącym i ich zajęciom. W ostatniej chwili, ze względu na niemożność dojechania na zajęcia jednej z osób, nastąpiła zmiana w zespole prowadzącym spotkanie.

Naszymi przewodnikami po świecie dźwięku i głosu byli: Anna Zubrzycki, Elżbieta Bienias i Leszek Kulmatycki.

Po inauguracyjnej piątkowej kolacji pierwsze wspólne spotkanie w nastrojowej sali Białego Domu. Okazja do zapoznania się, rozmowy o oczekiwaniach a następnie prelekcja Eli Bienias zatytułowana: *Dźwięk jako źródło informacji i nośnik energii*.



Poranki - sobotni i niedzielny - to przestrzeń Leszka dla innych z *suryanamaskar* oraz *pranayamą*.

W sobotę uczestnicy pracowali w dwóch alternatywnych podgrupach.

Gdy jedna, prowadzona przez Leszka Kulmatyckiego, śpiewała, próbowała zrozumieć przesłanie a nade wszystko doświadczyć wybranego kirtanu podczas *Pracy z podstawami*

jogi dźwięku na przykładzie kirtanu Hanuman Chalisa, druga uczestniczyła w zajęciach prowadzonych przez Annę Zubrzycki a zatytułowanych: *Yoga obecności i radości głosu i ekspresji ciała*.

Wybrany przez Leszka kirtan był sanskryckim zapisem legendy o *Hanumanie*. Praca nad kirtanem ewaluowała od wsłuchania się w sanskryckie słowa, wibracje, poprzez



kolejno zapoznanie się z poetyckim tłumaczeniem Renaty Niemierowskiej, stopniowe włączanie się w śpiew, doświadczanie siebie poprzez kirtan aż do dzielenia się refleksjami, rozmowy.

W tym czasie druga z podgrup uczestniczyła w zaproponowanych przez Annę, ćwiczeniach i działaniach ruchowych, rytmicznych. Stopniowo z udziałem dźwięku, także własnego głosu, uczestnicy przygotowywali się do wspólnego śpiewu, który ukoronował całe zajęcia Anny Zubrzycki w niedzielne przedpołudnie, gdy kontynuacja z udziałem już pełnej grupy.

Po zamiennych zajęciach sobotnich Anny i Leszka wszyscy mieli okazję głęboko zrelaksować się podczas koncertu mis i gongów w wykonaniu Elżbiety Bienias.



Zarówno Ela jak i Anna w sobotni wieczór zaprezentowały filmy wokół pracy z dźwiękiem lub dotyczące istoty oraz ważności dźwięku. Mieliśmy okazję obejrzeć jeden ze spektakli teatru Pieśń Kozła, jaki zaproponowała Anna: *Rytuały lamentacyjne* oraz obejrzeć filmy dokumentalne wybrane przez Elę - inspirujące do refleksji nad sposobami odbioru dźwięków, innymi aniżeli tylko poprzez słuch czy do próby odczytania komunikacji dźwiękowej natury wokół nas. Zaprezentowane przez Elę materiały pochodziły m.in. z konferencji TED (Technology, Entertainment and Design): *5 ways to listening better* oraz *Sound health in 8 steps* Juliana Treasure, Evelyn Glennie - *how to truly listen* i *The voice of the natural* (Bernie Krause world).

Wytrwali uczestnicy, zainspirowani sobotnimi zajęciami, głodni „jeszcze”, zaaranżowali dodatkową późnowieczorną, nieoficjalną część zjazdu czyli spontaniczne „session” z udziałem głosu, dźwięków bębnow oraz innych, przedziwnych czasem, instrumentów. Dzień skończył się po północy.

Niedziela była głównie pod znakiem pracy z Anną, tym razem w pełnej grupie. Można powiedzieć, że wszyscy wyjeżdżali ze śpiewem (ludowym) na ustach... Wcześniej opowiadając o swoim doświadczeniu, emocjach, refleksjach podczas trzydniowego seminarium. Dla większości, a może i wszystkich, był to zupełnie niezwykły czas i tylko żal, że tak krótko.



A deszczowa pogoda zupełnie nie przeszkadzała. Dźwięk kropli deszczu to też muzyka....