

Metodički priručnik za svjesno izražavanje filmom

FILMOKRET

Nekoliko stavaka o slikopisanju srcem

Toma Zidić

FILMOKRET

Nekoliko stavaka o slikopisanju srcem
Metodički priručnik za svjesno izražavanje filmom

Autor

Toma Zidić

Izdavač

Hrvatski audiovizualni centar
Filmska pismenost
2024.

Za izdavača

Christopher Peter Marcich

Urednica

Ingrid Padjen Đurić

Grafička obrada i prijelom

Antonio Britvar

Vizual

Vecteezy.com

ISBN 978-953-7747-40-4

CIP zapis je dostupan u računalnome katalogu
Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu
pod brojem 001250460.



Hrvatski
audiovizualni
centar
Croatian Audiovisual Centre





Sadržaj...

1. Uvod	6
2. Film kao sredstvo duhovnog rasta	10
Prva međuigra	16
3. Iscjeliteljski potencijal filmskog čina	18
4. Jezik srca	22
5. Disanje	24
6. Ritam	26
7. Tijelo i pokret	30
8. Filmska manifestacija	34
Druga međuigra	38
9. Prostor radionice	40
10. Primjer programa radionice (četverodnevni program)	42
11. Radioničke igre	46
Umjesto zaključka – Treća međuigra	52

Prva, Druga i Treća međuigra pjesničke su intervencije autora koje stihovima opisuju filmski pogled na svijet.

1. Uvod

Ovaj priručnik nije znanstveno-istraživački tekst niti pokazni primjer klasičnog, uobičajenog, edukativnog materijala za upotpunjavanje i usavršavanje znanja o filmu i filmskoj metodologiji.

Ovo je svojevrsni dnevnik iskustva rasta, razvoja i promjene misli i svijesti koju je filmski pogled na svijet prouzrokovao.

U tom smislu, ovdje nema opsežnih citata ili bibliografije niti je ovaj pregled uobličen jezikom koji bi se u ovakvom izdanju očekivao.

Pisan je iz srca, izravno – proživljeno i doživljeno s povjerenjem u jednu intuitivnu nit koja navigira kretanjem cijelog Svetmira i koja, ujedno, spava u nama.

Kad osjećamo bliže smo našem jedinom pravom domu jer tada budimo dijete u sebi. Kad god smo osjećali, zaista i istinski, tada smo bili preplavljeni nekim posebnim sjajem.

Ovo je knjiga o djeci u nama, o struji situacija i događaja, o snovima i željama, o potrazi i putovanju.

Pitanje filmske metodike, pismenosti i filma općenito pitanje je ljudske povezanosti i komunikacije.

Isto tako – pitanje je to i stanja. Kad govorimo o stanju mislimo na stanje svijesti, stanje osobnog razvoja, mentalno, psihičko i emocionalno stanje.

Zašto? Odnosno, kako? Odgovor leži u perspektivi.

U pohrani trenutaka i uspomena stoji nepregledna količina sličica, zapisa, video zapisa, slike, i isto toliko zvuka, tonova i melodija.

Primjerice, YouTube tvrdi da se svake minute uploada gotovo tri stotine novih sati materijala. U ovom trenutku, kad bi se netko odvažio pogledati sve video snimke u toj arhivi, za taj pothvat bilo bi potrebno šezdeset tisuća godina neprekidnog gledanja, bez trenutka stanke.

Šezdeset tisuća godina.

U posljednjih desetak godina naš svijet postao je zaslon, ekran, video zapis, klip, reel...

Naš svijet postao je našom sviješću – poslovno komuniciramo putem grupa, često smo na call-ovima, posao organiziramo u oblacima, podatke pohranjujemo na virtualne diskove. Nemamo odmaka i odmora.

S druge strane, „Film je angažman duše“ – rekao je Andrei Tarkovski.

Gledajući naš društveni prostor, danas, vidimo da se djeci smanjila pažnja, nervozniji smo, razdraženiji, puno više stresa proživljavamo, anksiozniji smo i skloniji depresivnim epizodama.

Naša prirodna pažnja ugrožena je podsvjesnim podslikama koje se implantiraju u našu podsvijest, gdje god se okrenemo. Titraji i brzi rezovi na ekranu postaju titrajima u našem mozgu.



fotografija: Toma Zidić

Slikovni zapis izgubio je svoj prvotni značaj i funkciju, koji dubinsku poruku i namjeru djela prenosi književnim figurama – kroz alegorije, metafore i sl. – i njima se približava toku duše.

Manipulacija video sadržajem niske razine frekvencije koji nosi praznu informaciju dovodi do toga da se takva informacija posprema u naš sistem i parazitira u nama. Zauzima prostor bez vrijednosti, bez smisla, bez emotivnog podražaja i angažmana, bez supstance.

Preplavljeni digitalizacijom svega – administracije, papirologije, trgovine, školstva, dovedeni smo u društvo koje nema izbora nego biti prikovano za ekran.

Iako ta stvarnost zvuči tako kako zvuči, i o njoj se trenutno malo ili pre malo priča – jer čemu mijenjati nešto u čemu svi sudjelujemo – trenutak je da se zapitamo kako i na koji način filmska pismenost može pomoći ili olakšati procesu koji se događa – možda više na jedan energetsko-psihološki način a manje tehnički način.

Vrijeme je da filmska pismenost i filmske radionice budu mjestom terapije, razumijevanja, empatije, izražavanja viših vrijednosti i stanja bića, prirode i svijeta.

Ovaj pregled, zato, ponešto je drugačiji i koncentriran je na neočekivane dijelove i aspekte kreacije filmske slike i možda će se nekom izbor poglavljia i sadržaj učiniti iznenađujućim.

No, sve više i više uviđamo međusobnu povezanost stanja svijesti, stanja tijela i stanja duha.

I ne samo to – trenutak je kad je za tim sve veća potreba. Kako bi naš život bio urednim i kako bi sadržaj koji gledamo bio čistim – kako bi uredili prostor u kojem živimo i kojeg svi dijelimo, pred nama je izazov da sve odgovornije, sve budnije proživljavamo svaki proces kreiranja i stvaranja.

Formacija filmskog prostora budućnosti polje je rasta, polje je veće društvene angažiranosti i odgovornosti koji dolazi kao rezultat očuvanja viših vrijednosti.

Film kao terapeutko sredstvo, film kao ljekoviti čin. Film kao čin komunikacije cijelog bića, na svim razinama.

S druge strane, igra i zaigranost. Prepoznavanje svijeta i duše. Igra duha, potraga i novootkriveni svijet.

Stvaralački čin sinergija je bića u svojoj cijelosti – uma, tijela, duha, osjetila i osjećaja – i svih naših kapaciteta. Radimo li s djecom na takav način i osvještavamo li te kapacitete od najranije dobi, nećemo samo podržati njihovu kreativnu volju i svijest već ćemo potaknuti rast kritičke misli u njih i omogućiti uvjete u kojima mogu postati ogovornim gledateljima koji analitički pristupaju audiovizualnom sadržaju.

Koncentracijom i fokusom na perspektivu srca, filmska metodika postaje iscjeliteljskim alatom, kamera ogledalom bića a proces stvaranja nadahnutom potragom za ljudskim kontaktom. Kreativni prostor, sve više i više, vapi za rekonfiguracijom i preispitivanjem mjerila, kriterija i odnosa.

Pitamo se možemo li se usmjeriti u nekompetitivne kreativno-stvaralačke prakse čija će glavna obilježja biti socijalni angažman i održivost?

Film i njegova metodika, u znanstvenom smislu, mlada su grana. Još 1950-ih, u osvit francuskog *Novog vala*, autori poput Truffauta, Rohmara, Godarda i Chabrola sastajali su se na tavanima i u opskurnim uvjetima raspravljali o poetici, estetici i kategorizaciji filmskog djela i pisali u prvim izdanjima famoznih *Filmskih sveski – Cahiers du Cinema*.

Time želimo reći da još mnogo toga ne znamo i mnogo toga još uvijek otkrivamo i isto toliko toga još imamo za otkriti.

Gustoća filmskog zapisa, reklame koje ispadaju sa svih strana – gledaj, gledaj, angažiraj se, gledaj.

A opet, ako se na trenutak vratimo na zaista angažiran filmski zapis – on ima sasvim druge kvalitete.

On nas budi i motivira na razmišljanje i komunikaciju. Takav filmski zapis surađuje s našim bićem, otvara nove perspektive i horizonte, prorađuje naše osjećaje, dovodi nas do dubokih spoznaja, postavlja ozbiljna pitanja i pronalazi neočekivane odgovore.

Pričanje priče staro je koliko i čovječanstvo, prepričavanje događaja prenosi se predačkim linijama kroz generacije i generacije. Talking stick ritual u kojem starješina šalje pričajući štap u plemenски krug okupljen oko vatre došao je od Sjevernoameričkih Indijanaca. Sve kulture njegovale su ritualno pripovijedanje kao svojevrsni

sinestetski spektakl – ispod vedrog noćnog neba, pod zvjezdama, uz toplinu i svjetlost vatre, ponekad uz kostim ili revizit. Plemenska pripovijedanja i slični rituali dijelom su dali formu i suvremenom kazalištu.

Najvažnije priče zapisivane su i bilježene na zidovima pećina, kao slike, isječci a ponekad i gotovo kao fotostrip, odnosno mali storyboard.

Što je film bez priče ili video sadržaj bez priče?

Pripovjedni aspekt filmskog narativa značenjska je odrednica audiovizualnog djela koja ga približava upisanom, naslijedenom kodu koje nam je urođeno. No, ključ povezivanja je priča.

Postanak, aktualnosti i okolnosti situacija i događaja, radnja, protok vremena.

Otkrivački proces s djecom, dolazimo do ključne spoznaje – priča dolazi iz nas, no, isto tako – priča je već u nama i čeka da bude ispričanom.

Zahvaljujući djeci koju susrećemo na filmskim radionicama sami rastemo i mijenjamo se, zbog njih počinjemo raditi na sebi. Čine nas boljim ljudima i uče o iskrenosti, pažnji, strpljenju i poštovanju.

Transformacijska moć tog procesa, u oba smjera, je toliko nevjerojatno velika da nas ponekad ostavlja bez riječi.

No, početak je često sasvim drugačiji. Tada, u manjku iskustva i nepoznavanju prilika, jednostavno posežemo za kopiranjem metoda usvojenih od mentora i učitelja. I u prvi mah to je odlično funkcioniralo, pokazivalo je određene rezultate.

Ipak, vrlo brzo, s pojavom prvih pametnih telefona i internetom na dlanu, dolazi do naglog zaokreta i promjene.

Ploča, kreda i pristup u kojem mi nešto predajemo i objašnjavamo o, primjerice, filmskim izražajnim sredstvima, više ne dopire do djece i ne funkcioniра.

Djeca su u mobitelu, djeca žele raditi nove Zvjezdane ratove na petodnevnoj radionici u prostoru osnovne škole.

Istovremeno, primjećuje se da razgovaramo s djecom koja podsvjesno, u potpunosti razumiju filmska izražajna sredstva, kadiraju svijet oko sebe, jer ga većim dijelom gledaju kroz ekran i kamеру. Oni ne poznaju frazeologiju, stručne termine i filmske izraze, no, tehnologija toliko utječe na njihovu svijest da mijenja njihove navike i odnos prema promatranom svijetu i perspektivi prvog lica u njemu. Ujedno, to se nepovoljno odražava na njihov interes i raspon pažnje i koncentracije koji je zabrinjavajuće nizak s tendencijom kontinuiranog opadanja.

Te prepreke zaobilazimo vraćajući se na početak.

Na priču i pripovijedanje i činjenicu da sve dolazi iz nas. U onom trenutku kad se u njihovom prostoru formira pripovjedni krug u kojem smo svi zajedno i kad radionica postane interaktivnom, tada dolazi do stvarne promjene.

Nužno je da smo zajedno i da iskustvo radionice bude zajedničko iskustvo.

Drugi važan trenutak je kad osvijestimo da tome što dolazi iz nas nije bitna estetika i kvaliteta. Sama činjenica da se otvorio prostor u kojem se slobodno može izražavati je dovoljna. To pokreće val novih promjena i formacija.

Odmaknemo li se od potrebe da usmjerimo radionicu na konačnost filmskog procesa i njegovu kvalitetu, stvorit će se prostor otvorene komunikacije u kojoj su sloboda i slobodno istraživanje jedine istine.

Svi imamo priču i Zvjezdani ratovi mogu se snimiti ako dijete zainteresiramo pitanjem: o čemu je zapravo taj film? Svedi ga na jedan do dva pojma ili osjećaja i izrazi to svojim riječima i stavi u svoju priču.

Najvažnije od svega, podsjećamo se se da je sve vrlo jednostavno i isto:

Govorimo o prostoru u kojem su suradnja, komunikacija i sloboda izražavanja osnova toga svijeta a iskustvo radionice samo po sebi važnije je od onog što radimo.

Djelo, mali film koji radimo samo je razlog zbog kojeg se sastajemo a sastajemo se da učimo, rastemo, tražimo način da budemo bolji i naučimo se nositi sa svijetom – i onim u nama i onom izvan nas.

Filmska radionica nije mjesto na kojem tražimo nove redateljske zvijezde već je mjesto na kojem djeca osvještavaju da smiju izražavati svoje ideje, da su te ideje svijetu potrebne, da nauče reflektirati i usavršavati sebe, da se nikad ne prestaju upoznavati. To je mjesto gdje u sinergiji grupe uče o sebi i istražuju se kako bi bar dio toga ponijeli dalje sa sobom u život.

Filmska radionica može biti iskustvom buđenja, transformacije i otvaranja srca.



2.

Film kao sredstvo duhovnog rasta

Jezgra filmske slike rasprostranjenost su svjetla, kontura i obrisa, razine prisutnosti sjene. Analogno tome, aspekti naše unutrašnjosti i duhovnog svijeta slično su pridruženi.

Vizualizacija je jedan od najučestalijih i najsnažnijih alata transformacije bića.

U povišenom odnosno uzvišenom stanju svijesti naša su osjetila otvorenija za primanje suptilnijih vibracija, podražaja i informacija koje inače ne vidimo, ne osjetimo ili ne čujemo.

Nelinearni pripovjedački filmski eksperimenti vrlo često su na tragu jezika subliminalnog.

Kao i u snovima u filmu je sve moguće, a jezik filmskog pripovijedanja približava se svojim svojstvima i karakteristikama jeziku snova.

Elipsa, tranzicija, odtamnjene, zatamnjene – kao da su preuzete iz naše podsvijesti.

Nasuprot tome, ili preciznije, ukorak s time poezija i pjesničke figure odgovaraju filmskoj slici i daju joj određenu neopipljivu, neuvhvatljivu energiju i udahnjuju život.

Stihovno izražavanje u kojem smo malim brojem slova kadri prevaliti prostore i vrijeme, dekonstruirati i rekonstruirati svjetove i sintagme pomaže svladavanju filmskog prostora.

Tok filmske radnje takvim tretmanom i oblikovanjem premošćuje ranije spomenute generacijsko i predačko nasljeđe pripovjedačke genetike.

Film nam omogućava da komuniciramo niz informacija istovremeno, na više razina – u tehničkom, metaforičkom, idejnem, oblikovnom i umjetničkom smislu.

Gledatelj koji prepozna takav sadržaj, počinje ga aktivno pratiti, razumijevati i otkrivati uzročno-posljedične veze; postaje probuđenim gledateljem.

Probuđeni gledatelj pozvan u interakciju, koji se dalje razbuđuje i prepozna u sebi pripovjedački potencijal i potrebu, i nalazi kameru kao svoje sredstvo pričanja priče, sada je angažiran filmski autor.

Podjednako kao što je šaman onaj koji otkriva skriveni svijet u ovom našem, gledajući bistrije, jasnije i dublje tako što se pročišćava, uzdiže svoje biće i svjesno radi na svojoj transformaciji, tako su probuđeni gledatelj i autor oni koji vide skriveni svijet u filmu.

To je svijet simbola i poruka koji se otkriva iza površinske filmske slike. Svijet u kojem svaki element filmske slike i kadra govori još malo više o radnji, likovima, svijetu i međuodnosima u njemu.

Poruke tog svijeta postaju nam jasnije kad počnemo primjećivati kompoziciju, raspored i denominaciju boja sa svojim pripadajućim simboličkim značenjem, scenografske i arhitektonske elemente i slično.



fotografija: Toma Zidić

ŠTO ME JE

OSJEĆAJ

ŠTO OSJECAM? ŠTO JE OSJEĆAŠ?

KAKO SE OSJECAM?

OSJEĆAJ PROSTORA/VREMENA



Dopusti li probuđen gledatelj i budući autor da ga okolina i ono što vidi mijenja, počinje se događati duboka unutarnja transformacija i putovanje na kojem se preispituju uvjerenja i pogled na stvarnost.

Gledamo li budnim očima dijelove stvarnosti ta će nas stvarnost mijenjati, nećemo biti imuni na nju i napisljeku angažirat čemo se oko nje i u njoj.

Susreti s protagonistima, svako novo snimanje, novi su ispit, novi rast, novi izazov.

Probuđen gledatelj, odnosno angažiran autor osvještava um, tijelo i duh te ih povezuje u jedan organizam u procesu snimanja.

Proces donošenja odluke nije kauzalan nego usklađeno i harmonično komunicira sa svim našim centrima.

Odluka o kadru postaje razgovor uma (želja), tijela (akcija, alat izvođenja želje) i srca (namjera).

Osvještena upotreba kamere i snimanja svijeta oko nas uspostavlja režim angažmana srca.

Ne lutamo i ne vrludamo kamerom, već vidimo, uočavamo, sekpcioniramo, analiziramo. Potom unosimo svoj odnos prema promatranom, izvodimo interpretaciju te svojim angažmanom tu interpretaciju viđenog prevodimo u tehnički jezik kadriranja, pokreta kamere, ili zapisivanja stanja kojem svjedočimo ili u kojem se nalazimo.

Raspoloženje u kojem se nalazimo također utječe na sve. Sve utječe na sve – i u potpunosti smo svjesni toga. Svaki korak, svaki čin osvještena je radnja i akcija. Primjer, to ne činimo kako bi isprogramirao sebe i svoje tijelo i stvorili naviku već budno gledamo tako da sam otvoreni za gledanje, otvoreni za promatranje i djelovanje. Osvještavamo radnje kako bi se intuitivno prepustili prostoru.

Početak svega je promatranje. Redatelj Bruno Gamulin, profesor filmske i TV režije znao je govoriti kako svaki dan režiramo jedan film kojeg nismo ni svjesni. Riječ je o „filmu“ koji snimamo svojim očima. Ako bolje pogledamo, naše oči ponašaju se kao kamera: švenkaju, voze se, preoštravaju, izoštravaju, treptajem rade zatamnjene ili nagli rez,...

Što smo budniji i prisutniji to je taj naš film jasniji, sudjelujemo u njemu angažirano i kreiramo ga. Ako nismo budni on kreira nas i potpuno smo nepovezani s njime.

Promatranjem prepoznajemo oblike, navike, forme, konstrukte i uzorke. Promatranjem svijet vidimo u sebi i sebe u svijetu, to jest - jasnije vidimo svijet.

Vodimo li računa o značenju naše filmske slike, ako snimamo koncentrirani na trenutak a ne na pamet i ako dozvolimo da smo vođeni izvana – da nismo bolji od naših protagonisti, glumaca i situacija već ako smo u komunikaciji i interakciji – naša svijest doživjet će svojevrsnu promjenu.

Rezultat tog putovanja je odbacivanje. Ako je film nešto što nas motivira u unutarnjoj potrazi, postajemo tragačima.

U toku osobnog pročišćenja i s novim pogledom na svijet, počinjemo primjećivati da se sve bolje osjećamo što manje toga imamo. Film prestaje biti grandioznim spektaklom s puno efekata i opreme.

Ne treba nam ništa, jer imamo sve. Imamo priču i možemo je ispričati na mnogo načina.

Ne trebamo ni efekt ni spektakl. To možemo nazvati neko vrstom umjetničke askeze u kojoj sve zaista nije nužno, nestaje i odlazi i ostaje tek ono što je dovoljno, ono suštinsko.

Kao i djeca, tako se i mi zanosimo efektima i silno bi htjeli ispričati jednu priču prema filmu koji smo već vidjeli.

Metodika koja je ovdje opisana izrasta je iz potpuno nove perspektive koju učimo u radu s djecom. Ta spoznaja mijenja i osobni odnos prema filmu, u potpunosti.

Pitamo se: kakav film želim snimiti?

U ovom trenutku želja je nešto vanjsko, nešto pod utjecajem svijeta – često je to što želim nešto što sam već video jer je to toliko dobro. Pritom, kao dobro prepoznajem isključivo nešto izvanjsko.

Kopiram jer to poznajem i prepoznajem, i upuštam se u fabrikaciju, preuzimam tuđe elemente jer svoje nemam. S druge strane je pitanje: kakav film *imam* snimiti?

U ovom trenutku započela je radionica. Proces je otvoren, sudionici su usklađeni.

Osvještavam da nešto imam. Pitam se što to imam, što je to suprotno od onog što želim. Ono što želim nije tu i negdje je u stvarima, mjestima i događajima koji nisu tu, koji su daleki.

Ono što imam neodvojivo je od mene, nikad me ne napušta. To me pitanje stavlja u kontakt sa samim sobom. I donosi nadu – pa ja već to nešto *imam*? Pa ja već to nešto *imam*!

Imam svoja jedinstvena iskustva i trenutke, mjesta i ljudе, događaje i pogled na svijet. To je nešto samo tvoje, samo moje.

U tom smislu, imam snimiti ono što poznajem od osjećaja, stanja, trenutaka i osjećaja koje sam osjetio i iskusio.

Autentičan i izvoran glas krije se iza tog pitanja.

Osluškujemo se, prelazimo prepreke straha. Ne odbacujemo strah, ne odbacujemo nepoznato.

Puštamo se i prepuštamo na svakom koraku.

Ne vezujemo se za film, za njegovu kvalitetu – on postaje alatom prepoznavanja, upoznavanja i spoznавanja sebe.

Iskustvo filmovanja u sebi prenosi se izvan nas.

Putovanje duše i stvaralački čin, u tom smislu, neodvojivi su pojmovi. Počinju djelovati u simbiozi. Razina prihvaćanja sebe recipročna je razini angažiranosti i prisutne pozornosti u stvaralačkom činu.

Paradoksalno, što više stvari primjećujemo i što nam je promatranje istančanje to nam manje stvari treba i smeta u kreativno-stvaralačkom procesu.

Spremni smo kreirati s onim što imamo i što nam je na raspolaganju. Prilagodljivi smo okolnostima oko nas. Fleksibilnost u nama postaje fleksibilnost u procesu.

Ne postoji konačnost i dovršenost, sve nam podjednako odgovara jer smo kadri naći kapacitet za prihvaćanje trenutka. Prihvaćanje sebe, prihvaćanje procesa i okolnosti. Sa svime mogu raditi. Ideja koju imam znam da je samo ideja – nisam vezan, ne inzistiram. Svjestan sam da jednu misao mogu izraziti na mnogo različitih načina.

Dopuštamo stvarima da se dogode same po sebi.

Film je sada duhovni angažman čitavog bića koje stvara slušanjem i promatranjem.



Prva međuigra



Prvo slovo, jedan kadar.

Prosula se gusta, morska trava i valovi skupa s njom.

*Pitam se što činim dok snimam, tko jesam dok snimam.
Snimam li ja snimano ili snima mene ono što je snimano?*

*Jesam li pozvan od svemira tu, ovdje, u to snimano, baš sada,
da to snimano snimi mene,
i da to snimano potkane nešto u meni i mene,
da se pitam i razmislim o svemu,
da se više ne spotaknem?*

Tko to, zapravo, snima?

3. Iscjeliteljski potencijal filmskog čina

Iscjeljenje, na duhovnoj, ne-fizičkoj razini, počinje u trenutku kad to sami odlučimo, kad smo na to spremni i kad stvorimo odgovarajuće preuvjetne da iscjeljenje započne.

Prije svega, osvještavamo dio nas koji trpi određen pritisak ili bol. To se događa kroz interakciju sa svijetom i okolinom u trenutku kad je bolan dio nas pritegnut, i izazvan određenim okidačem, odnosno određenom izazovnom situacijom u kojoj se aktivira traumatsko tkivo. Tijelo prepoznaće poznate okolnosti i bolnim signalima šalje poruku svijesti da je iskustvo u kojem se nalazimo i proživljavamo potencijalno bolno. Želi nas spriječiti u nastavku proživljavanja istog.

Kako bi pokrenuli proces iscjeljenja mi se suočavamo s boli, lokaliziramo je – nalazimo joj uzrok i otpuštamo je. Film, kao rijetko koje kompleksno i višeslojno djelovanje, uključuje komunikaciju s nizom različitih pojedinaca i dovodi nas pred različite ljude. Time smo stavljeni pred velike kušnje i ispite koji se događaju iznutra.

Kako bi neko iskustvo bilo iscjeljujuće potreban je i kontra-trigger, odnosno vanjski impuls neke informacije koja u nama uzrokuje trenutak samoanalize i preispitivanja. Tu je ključna naša odluka da želimo ići dalje, da nakon preispitivanja odlučujemo prihvatiti drugu stranu, ono što nam je pokazano kao uvid više svijesti i spoznaje kroz iskustvo koje proživljavamo.

Prepoznajemo impuls primljen izvana, dopuštamo mu da uđe u naše tijelo, otvaramo mu put do bolnog mesta, prorađujemo ga i dopuštamo da se započne proces

katalizacije. Putem prihvatanja, predaje i pomirenja otvaramo dovoljno prostora u našem tijelu da bolno tkivo zacijeli.

Stvarnost promatrana kamerom postaje stvarnost koju mi promatramo i živimo, pogotovo ako riječ o dokumentarnom filmu. Ta nas stvarnost budi i angažira i pokreće niz procesa u nama koji imaju blagotvoran potencijal za naše biće.

Dokumentarni film se u posljednjem desetljeću reprogramirao. Sve je više osobnih, autorskih ispovijesti, snimljenih u prvom licu kroz oči autora koji nas puštaju u svoj život.

U njihovim pričama sve više prepoznajemo sebe, u licu svijeta vidimo sebe, u sebi vidimo lice svijeta.

Dokumentarni film poprima terapeutsko-iscjeliteljska svojstva i ne samo za gledatelja, već i za autore kojima iskustvo snimanja postaje osobna epifanija, trenutak transformacije života i preispitivanja uspostavljenih vrijednosti.

U edukativnom smislu, trenutak u kojem na radionici krećemo od sebe i svog srca postaje prvom prilikom za otvorenu, iskrenu, svjesnu komunikaciju. Čin svjesne komunikacije prerasta u rad na sebi a to pak za posljedicu ima iscjeljujuće iskustvo. Kamera okrenuta prema nama, prema licu svijeta, postaje alatom ne samo igre već ozbiljnog poniranja u naš osobni život, stavove i navike.



fotografija: Caleb Oquendo / Pexels

Iscjeljujuće iskustvo za autora postaje iscjeljujuće iskustvo za gledatelje – odnosno za onaj dio publike koji istu situaciju, prilike i temu, poput autora, prepoznaće kao prostor za osobno preispitivanje. Tu se vraćamo na angažiranog i probuđenog gledatelja koji je u sadržaju prepoznao ljekoviti potencijal. Aktivno komunicira sa sadržajem i prima ga izravno u bolno tkivo.

U radu s djecom i mladima moguće je isti proces, u oba smjera.

Ovdje je važno istaknuti da je jedna od osnova metodičkog djelovanja s filmom i na filmu, poštivanje djece i mlađih kao odraslih.

Vrlo često mi svojom komunikacijom umanjujemo svijest, mogućnosti i kapacitet mlađih da komuniciraju, izražavaju ideje i pričaju o onom što ih tišti, raduje, rastuže ili muči.

Nije u njima problem. Oni žele pričati i imaju mnogo toga za reći na nevjerljivo neočekivan i zreo način. I djeca i mlađi svijet oko sebe vrlo dobro vide. Mnogi među njima nisu zavarani, samo im treba dati slobodu i priliku pričati o tome.

Zato, desetogodišnje dijete na radionici desetogodišnji je čovjek. Kad se tako postavimo i ne mijenjamo način komunikacije i kad smo zaista jednaki počinje se događati da se djeca ozbiljno primaju sebe i svog svijeta, nalaze priče koje su poticajne, pozivaju na razmišljanje i ostavljaju ljekoviti prostor za sobom.

Što je više ljekovitog prostora u filmu, film se time isto transformira.

Odjednom, pred sobom imamo medij terapije, ljekovitosti i iscijeljenja a ne medij manipulacije. Odjednom, vidi se jedna druga slika istog medija.

U tom smislu, iscijeliteljski potencijal filmskog čina je nevjerljivo velik s nedovoljno istraženim mogućnostima. Primjena u terapiji, u osobnom rastu i razvoju, u ozbiljnom psihološkom savjetovanju i analizi je vrlo moguća, pa i u nekim manje formalnim, „alternativnjim“ metodama.

Primjer jednog takvog djelovanja je kratkometražni film „Moje tijelo takvo kakvo je“ autorice Ave Klisović nastao na filmskoj radionici za djecu i mlađe koja se održala u ljetu 2022. u Šibeniku.

Polaznica radionice kroz proces pripreme ideje došla je do teme o odnosu prema tijelu. Sama je rekla da se teško nosi s prihvaćanjem svog tijela u pubertetu.

Okupila je oko sebe nekoliko vršnjaka i kolegica i kolega s radionice i zamolila ih je da otvoreno pričaju o svom tijelu i onom što ih muči.

Netko je pričao o ožiljcima, netko o dijelovima tijela koji im se ne sviđaju, o pretilosti i gojaznosti, o mršavosti.

Ideji je trebalo naći filmsku formu i odgovarajući jezik. Polaznica je odlučila „glasove“ staviti u prostor, kazališno-scenski black box.

Svaki protagonist dobio je crnu boju i njome je prekrivao dijelove tijela o kojima se govori u naraciji.

Film ostavlja iznimno dojam, govori o izuzetno intimnoj temi koja je za mnoge ljude bolna, osjetljiva i ozbiljno ih sputava.

Ovaj dokumentarni film je izведен eksperimentalno i gotovo performativno i na projekciji je izazvao duboke reakcije gledatelja.

Na kraju, film je pomogao autorici i protagonistima da više zavole vlastito tijelo, i njime su otpustili mnogo boli i pritiska jer su našli odgovarajuće mjesto da bol ne izbace već transformiraju.

Transformirali su bol u jezik viših vrijednosti i svoje iskustvo ostavili drugima. Izdignuli su se iznad sebe i nama ostavili otvoren prozor u bolje sebe.

Film možete pogledati na ovoj poveznici:

<https://vimeo.com/video/830292722>



fotografije: Toma Zidić



4. Jezik srca

Jezik srca povezan je s našom intuicijom i osjećajem da je sve uvijek dobrodošlo, da je sve u redu i da nam ništa ne nedostaje.

Budno srce, općenito, povezuje se s osjećajem unutarnjeg mira i spoznaje da on dolazi iznutra.

Budno srce već zna da sve ima i ne treba mu ništa jer je ispunjeno. Nutrinom ispunjeno srce sada je spremno dati jer se prazni svojom izvornom nutrinom. Tek sada srce može primiti na ispravan način – jer dajući nutrinu, prima nutrinu.

Srce daje da bi primilo.

Jezik srca jezik je osjećanja prirode i svega oko nas, jedan Viši jezik kojeg uvijek osjećamo i koji kao da nas vodi koracima i putem života.

Kontakt sa središtem našeg bića u srcu povezuje našu nutrinu s nutrinom drugih i nutrinom prirode.

Stvaralački čin koji izlazi iz srca nije fiksiran, postupno se omekanjuje, modelira poput gline. Ništa ne traži jer već sve ima i samo daje i predaje u tu loptu gline koja se valja.

U filmskom smislu, jezik srca je upotpunjajuće tkivo koje zgusnutu i koncentriranu pripremu djela opušta. Ohrabruje nas da eksperimentiramo, da se prepuštamo procesu istraživanja ideje.

Um koji govori želi fiksirati stvari i uhvatiti ih, pa tako i film i filmsku ideju. Srce se, s druge strane, u potpunosti predaje kad zna da ništa nije konačno i vjeruje da je zapisana ideja daleko od najbolje.

Ako zamislimo scenarij kao tlorisni prijedlog filma puno smo bliže filmskoj igri koja postaje potragom – zanima nas gdje idemo, kako ćemo tamo doći i što ćemo tamo naći?

Snimanja nose svoju problematiku u kojoj je važno da sve bude isprobano i posloženo, no i tada i u tom trenutku naše srce može biti pokazateljem i kompasom. Neovisno o vremenskim prilikama, neovisno o tome što se promjenilo u odnosu na obilazak lokacija, na tehničke preglede – promjeni sa srcem dočekujemo spremni, znajući da stvaramo sada a ne onda, prije.

Uvijek stvaramo sad.

Primijenimo li to na radionicu i filmski proces s djecom, onda možemo reći da nas jezik stavlja u priliku da u zajedništvu sukreibamo. Odnosno, da manje koncentrirani na ispunjavanje zadataka s papira pristupimo zajedničkom osjećanju i osjećaju grupe.

Velik je problem što uvijek želimo ispuniti nešto što smo od prije ponijeli sa sobom u sada jer time zatvaramo vrata onom što imamo u sada. Nerijetko gubimo predivnu osobu, kadar, situaciju, priliku za snimanje jer vidimo samo ono što osmisili negdje daleko od lokacije na kojoj zapravo snimamo.



Bez srca potpuno smo nepovezani sa stvarnošću, mjestima, mirisima, prizorima, sa svjetom i sjenom, bojama i kontrastima, ritmom i teksturom.

Umjesto da dotaknemo lokaciju, doći ćemo i listamo papir tražeći ono čega na njemu nema. A sve ono čega u prostoru mnogo i obilato ima, to nismo spremni primiti. Um je prepunio našu čašu i sad nismo spremni primiti ono izvana.

Zen Majstor jednom je učeniku rekao: – *Ti si kao ova šalica čaja, toliko pun ideja da ništa više u nju ne stane. Vrati mi se s praznom šalicom.*

Zabluda se dogodi kad svoju ideju vidimo kao konačni nacrt svega. Svijet je promjenjiv i ni jedan udah nije isti. Kad smo prazni, prazni smo i od svoje ideje. Ako nam zatreba, tu je.

No, stvaranje trenutka je poslanje srca tek u tom trenutku.

Razgovor sa sobom, sa svojim srcem početak je promjene u perspektivi.

Djecu na filmskoj radionici potičemo da budu u svom srcu, da budu djeca prije svega i da bude igru u sebi. Utoliko, filmska radionica nije mjesto fiksiranja već prvo i najvažnije, mjesto igre, mjesto stjecanja sigurnosti i upoznavanja svojih mogućnosti.

Neke od igri koje primjereno funkcionišu kao alat otvaranja srca možete pogledati u poglavljju RADIONIČKE IGRE.



5. Disanje

Disanje je prvo, prije svega.

Dah je naše postojanje i veza za životom i svemirom. Svjesni dah svjesna je odluka koja nas izdiže iznad automatske, respiratorne funkcije i pročišćava naše biće. Puni ga, umiruje ga, liječi ga.

Disanje kao kreativni pogon osvještava nas da se sve događa u izmjenama udaha i izdaha, kontrakcije i relaksacije.

Fizičko disanje vitalna je funkcija tijela koja ga održava na životu dok je nefizičko disanje vitalna funkcija bića koja ga oslobađa.

Disanje i stvaranje povezani su bilom svijesti. Stvaram s disanjem i stvaram disanjem.

Dišem kroz misao, odmičem misao. Dišem dublje, primam udah i novo što s njim dolazi.

Proces svjesnog disanja stvaralačkom procesu omogućava nevezivanje za njega. Tijelo nam nije u grču, propusniji smo za informacije koje dolaze izvana. U suprotnom, vidimo samo svoju informaciju, fabriciranu misao i ideju.

S disanjem prihvaćamo činjenicu da nismo sami u Svemиру, osvještavamo da opetovanim udahom i izdahom trajemo, kroz vrijeme, u njega dajemo trud i energiju, i to nam se i vraća.

Odbacujemo površne koncepte i s druge strane prihvaćamo jednostavnost. Dah nas uči da primimo i otpustimo.

Disanje srca, pak, proces je suradnje našeg emocionalnog i umnog, logičkog tijela. Disanje srca koje bdije nad našom ravnotežom usporava naše kretnje, umiruje. Stvara, ne razara.

Disanje srca stavlja nas u to stanje u kojem smo spremni predati se kreativnom procesu u potpunosti tako i na taj način da otpuštamo svu kontrolu.

Disanje stvaralačkog čina svjedočanstvo je predaje, prisutnosti, olakšanja i prihvaćanja.

Podalje od metafizičkog i duhovnog objašnjenja, disanje u edukaciji mladih koristan je alat za uspostavljanje mira u tijelu.

Mladi su sve češće dosta nervozni, treba im mnogo vremena da utihnu misli i tijelo, da staloženi mogu ući u neki kreativni proces. Nisu u kontaktu sa sobom.

Jednostavne dišne vježbe – koja može biti doslovno sjediti u tišini, gledati grupu i svjesno udisati i izdisati, bez fokusa na misao – daju prostor djeci da osjete tišinu. Da upoznaju svoju tišinu, svoj unutarnji svijet.

Kako bi mogli stvarati, stvaranje pokrećemo tišinom. Osluškivanjem nutarnjih valova.

Petminutna vježba, svakodnevno, tijekom radionice, snimanja i montaže, skida veliki teret s leđa grupe i dodatno osnažuje i ohrabruje kolektiv.

Djeca su tako u kontaktu sa sobom i s grupom na ispravan način i sada se mogu prepustiti procesu.



6. Ritam

Ritam, kao najstariji urođen alat koji se nasljeđuje generacijama. Ritam prirode, izmjene godišnjih doba, dana i noći. Ritam plemena i zajednice, ritam društva.

Ritam srca.

Ritmička odlika prapočelo je filma i ideje. Suglasje ritmičkog jezika i narativa uzročno posljedično je povezano.

Već u postavci priče i prvim odlukama nazire se kontura i obris ritmičke figure priče, svijeta priče i likova u tom svijetu.

Naime, ritam nije samo zvuk i glazba. On je i to, ali ne jedino to.

Ako je prvo bilo disanje, disanje se otjelotvoruje kroz ritam. U dah-izdah.

Ritam konstruira vrijeme. Nije svejedno traje li udah dugo ili kratko.

Vrijeme i ritam stvaraju volumen i opseg. Ritmičkom izmjenom određenih elemenata u određenom vremenskom intervalu dobivamo prostor, intenzitet te frekvenciju.

Frekvencija kao titraj, ali i kao zračenje. Frekvencija kao jasnoća polja ideje.

Dakle, sve veze ideje koja je još u oblaku i sada je nastojimo prizemljiti u ovu materiju i manifestirati, ovise o ritmu i ritmičkoj funkciji.

U filmskom izlaganju razlikujemo nekoliko različitih razina ritmova gdje svaki nosi sasvim drugo značenje, smisao i zadaću:

- **Unutrašnji ritam:**

Ritam likova, stanja, osjećaja i psihološkog profila; izlazi iz lika

- **Vanjski ritam:**

Ritam okolnosti, događaja, radnji i situacija; utječe na lika

- **Ritam prirode:**

Nad-ritam, Božanski ritam, ritam koji je neovisan o svemu ostalom

- **Ritam protoka vremena**

Nad-ritam, vrijeme koje protjeće neovisno o svim događajima i situacijama

- **Ritam srca**

Izvorni ritam, skriven, nije očit

- **Ritam boje**

Izmjena boja, paleta boja, upotreba boja u karakterizaciji, simboličko tretiranje boje

- **Ritam prostora i dimenzije**

geometrijski, arhitektonski ritam, ritam materijala, dubina, visina, širina, ritam osnovnih odnosa i pravaca u prirodi

- **Vizualni, kompozicijski ritam**

proizlazi iz geometrije prostora, ritam osnovnih odnosa i pravaca u filmskoj slici i kadru

IZLAZ



fotografija: Toma Židić

• Ritam svjetla i sjene

ritam izmjene udjela tamnog dijela i svijetlog dijela spektra, ritam tekture, ritam oblika, kontrast, prijelazno područje svjetla

• Ritam zvuka i glazbe

dinamika, ritam dinamičkog polja, frekvencija

• Ritam kamere

Pokret, okret, motivacija, izmjena izreza kadrova, dubina, žarišno polje

• Ritam montaže

Izmjena rezova, struktura montažnog pripovijedanja, brzina i tempo montaže

U toku izrade filma, pa i u radioničkom okruženju, ritam priče osvještavamo već na samom početku.

Naš promatran svijet diše određenim ritmom. Naš je zadatak utišati sebe i nastojati čuti prirodno bilo toga promatranoga svijeta.

Igrajući se filma mi se igramo ritma. A ritam se igra filmom. Priča priču ritam; film.

Primjer ritmičke vježbe koja se može raditi na radionici možete potražiti u poglavlju RADIONIČKE IGRE.



7.

Tijelo i pokret

Kad dah prodiše svjesnim udahom, u svom prirodnom ritmu, budi se tijelo.

Poput dah-a i disanja, tijelo je preplavljeno teretom automatskih i nesvjesnih ili nedovoljno osviještenih pokreta.

Mnogi su pokreti kao navike preuzeti iz okoline, dok su ostali rezultat podražaja traumatskog tkiva.

Naši pravi pokreti, naša tjelesnost svjestan su čin udaha čitavim tijelom.

Kad dišemo, često to činimo plitko i tek dovoljno da pluća i srce napunimo zrakom jer podsvijest veli od toga srce živi, tu nam treba zrak.

Cijelom našem tijelu trebaju dah i zrak. U dah čitavim tijelom provjetrava tijelo kao što to čini otvoren prozor na zagušljivom tavanu. Redovitim provjetravanjem tijela mi ga budimo u naše pravo, prvo stanje i dolazimo u kontakt s našim izvornim pokretima.

To su pokreti koji ne remete ravnotežu, koji nisu teški i koji nam ne bole tijelo. Tijelo i pokret u stvaranju su poput ruke, kista i palete u slikarstvu. Odlučan pokret i kretnja, potez iza kojeg stoji svijest, konekcija i namjera ostavlja na platnu trag koji zna gdje mu je mjesto u prostoru.

Dok stvaramo i proizvodimo impuls koji izlazi iz središta bića – tu mislimo na inspiraciju, kreativni zanos i informaciju koja nosi sjeme neke ideje – povezanost

s našim tjelesnim centrima olakšat će primitak te informacije dok će njen sadržaj biti jasnijim, čišćim i bistrijim.

Često zaboravljamo da cijelo naše biće sudjeluje u procesu stvaranja. Već tu vidimo naznaku suradnje – proces ideacije i inkubacije zamisli suradnički proces je su-stvaranja cijelog našeg tijela i svijesti.

Fizički pokret ujedno je i metafizički pokret – svaka zamisao i ideja imaju svoj pridruženi, vitalni pokret.

Reproducija tog pokreta, kojeg vidimo u eteru dok ideja plovi sviješću, u materiji olakšava sidrenje ideje i početak njene manifestacije.

Ideja je poput velikog plinskog balona s košarom koju mi želimo prizemljiti preciznim korištenjem plamenika, spoznajom o termici i prostoru koji nas okružuje te jasnom odlukom o pokretima i potezima koji su nužni da ideju spuste na odredište, sigurno i u jednom komadu. Koncentracija samo na jedan aspekt u formaciji ideje je kao da želimo hodati a ne upotrebljavamo noge.

Svjesnim pokretom tijela u mogućnosti smo ideji oslobođiti prostor u nama kako bi bila protočnija.

Blokadu možemo otkloniti i udaljiti suradnjom disanja i pokreta i ući u stanje fokusa i britkosti. Jednostavno, što se budnije krećemo i svjesnije upravljamo svojim tijelom to smo povezani sa sobom. Naše su misli jasnije i učinkovitije.

Odgovornim odnosom spram svih svojih središta mi smo otvoreni za potpuniji stvaralački proces, lakše



fotografija: Tirachard Kumtanom / Pexels

odgovaramo izazovima, prepreke prelazimo bez ili s mnogo manje napora.

Kazalište nas uči da glumcu ne pokazuješ i od njega ne tražиш ono što sam nisi spremam učiniti. Dakle, odgovornost prema tijelu i pokretu pokreće osviješten, odgovoran i zreo stvaralački čin.

S djecom u radu primjenom igre, pokretljivosti i fluidnosti razgibavamo svoje tijelo.

Razgibavanjem tijela razgibavamo ideje.

Zanimljivo, djeci je u izvođenju metodičkog pristupa to prirodno i nije strano. Zašto? Ako bolje pogledamo dječji svijet on je prilično aktivan.

A ako se posebno osvrnemo na to kako djeca stvaraju i kreiraju – to nikad nije pasivno. Crtanje je vrlo često izuzetno aktivna, prisutna aktivnost koja ima tendenciju proširiti se čitavim domom.

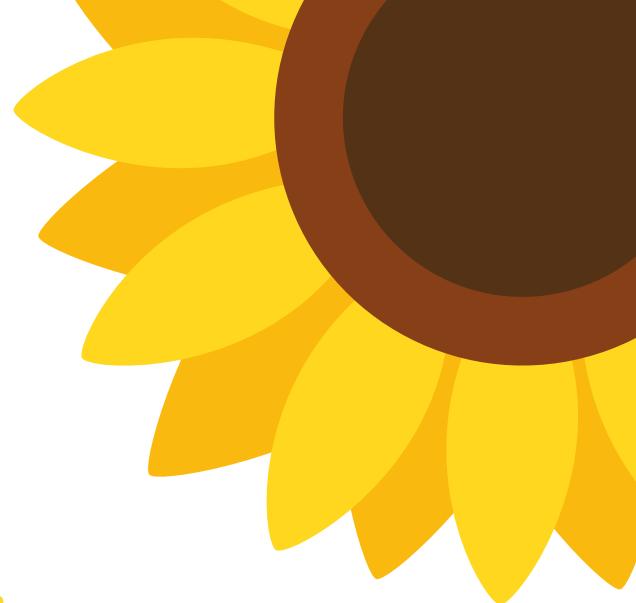
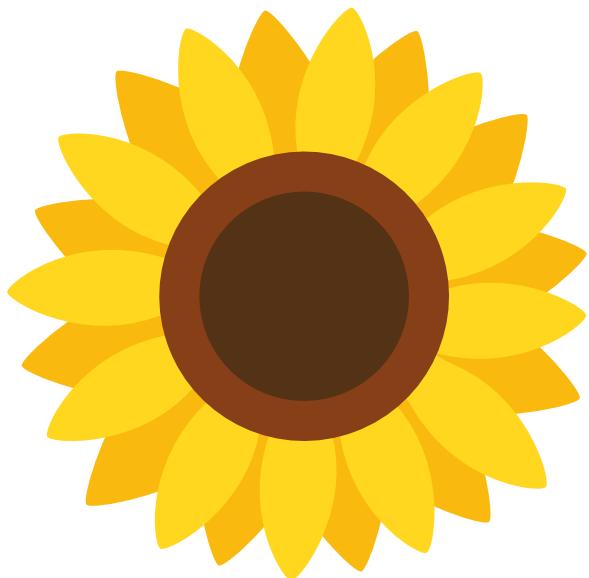
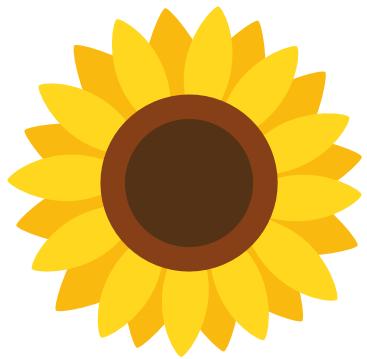
Dijete razgibava ideju. Kako bi bilo sposobno povlačiti jasne linije i pravce onog što vidi u oblaku svoje zamisli, dijete povlači velike linije i pravce u prostoru.

Dijete se otvara tjelesno, duhovno i potpuno je preplavljenog stanjem stvaranja.

To je, vrlo često, ono što si odrastao svijet oduzima. I upravo time okoštava svoju zamisao i čin pretvorbe ideje iz eteričnog u fizičko.

Kako bi prevladali iskušenja i oduprijeli se tromosti koja se s tijela širi na ideju, svakog dana radimo par jednostavnih i kratkih meditativnih vježbi.

Jedna takva vježba nalazi se u poglavlju RADIONIČKE IGRE.



8. Filmska manifestacija

Nakon što nam se disanjem probudilo tijelo i nakon što smo dopustili našem ritmu da se oslobođi kroz pokret, sada manifestiramo.

Filmska manifestacija je jako neobična i riječ je o prilično dugom i angažiranom procesu.

Naša budnost tu je pod velikim ispitom jer se filmski proces odvija u fazama koje se često ne smjenjuju onako kako bismo htjeli ili, preciznije, onoliko brzo koliko bismo htjeli.

Svaka faza zahtjeva mirovanje, pregled situacije, tišinu, odmak.

Pokret i disanje, zajedno u sinergiji, čine određenu formu – recimo, svojevrsno energetsko slovo kojim možemo ispisati svoju namjeru i tako započeti proces svjesne, budne manifestacije svoje ideje, svog filma.

U primjeni rada s djecom, mi zapravo njih cijelo vrijeme podsjećamo na to da oni mogu voditi proces i upravljati njime. Društvo je djecu naučilo da je njihovo mjesto u primanju vodstva.

I u mnogo slučajeva to je važno, no ovdje oni moraju znati i imati sigurnost da to mogu sami.

Pokazalo se, bez obzira na godine i nakon prvotnog straha od odgovornosti i zbumjenosti s novom ulogom, da su tu ulogu spremni preuzeti ako im se proces pokaže cijelovito, iiza „zavjese“, iskreno i otvorenim ne-patronizirajućim rječnikom.

Prihvaćaju i razumiju vezu osviještenog bića, osviještenog stanja, jasno im je značenje budnosti i imaju kapacitet odgovoriti zadatku s početka: nemoj snimati Zvjezdane ratove, već promotri i analiziraj što ti se zapravo sviđa u tom filmu? što osjećaš? taj osjećaj prenesi u svoj svijet, ispričaj svoju priču o istom osjećaju. i, na neki način, snimit ćeš svoje Zvjezdane ratove. imat ćeš svoje svjedočanstvo.

Cijeli ovaj proces i skup uzročno-posljedičnih veza, oni u tkivu filmskog djelovanja ili iskazanog interesa za filmsko djelovanje u potpunosti razumiju.

Stanje igre, koje ponavljam, njih dovodi u poznati svijet. I krozigranje filmom oni primjećuju da se događaju ozbiljni procesi.

Tada se oni još više motiviraju i involviraju.

Igra postaje namjera, namjera postaje djelovanje, djelovanje ima akciju i radnju, akcija svoje posljedice. I tako, malo pomalo, oni otvaraju svoje srce i počinju pokretati taj krug sami.

Nisu, kao mnogo puta do sada, zatečeni u nekom krugu, već vide da mu mogu doprinijeti, da neće pogriješiti – da su sigurni isprobavati i probavati, i da im nitko neće zamjeriti grešku.

Slobodni su.

Vježba manifestacije koja za njih prilagođena kako bi se povezala s filmom premošćuje još jedan svijet važan u cijelom ovom malom svemiru.



fotografija: Toma Zidić

fotografija: Toma Zidić



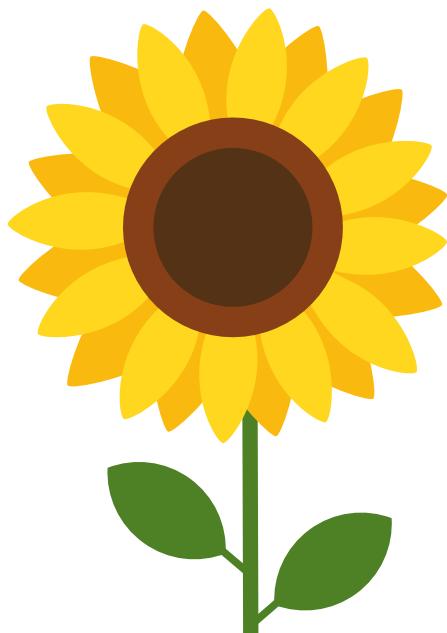
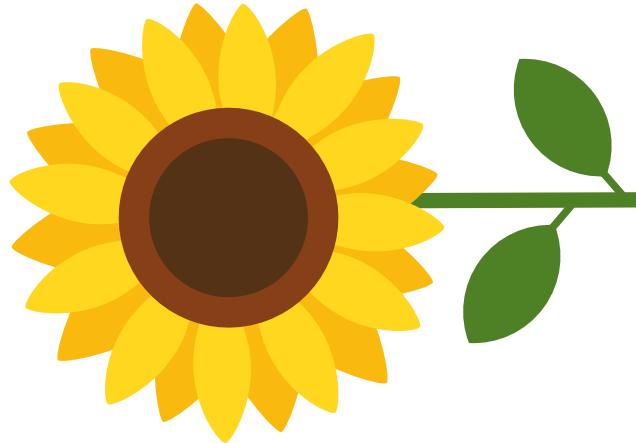
Usporedbom filma i snova dolazimo do jednog novog terena koji podsvijest povezuje sa sviješću i važan je u svom doprinosu stvaralačkom činu.

Iz njega izviru potencijali, skupovi informacija, naši arhetipi, naši simboli i jezik pridodan svakom od nas. Iako vrlo sličan, taj jezik kod svakog od nas malo se razlikuje – dovoljno da nas motivira da se angažiramo i uključimo – u sebe. U zaspali dio svijesti.

Jezik filma nevjerljivo podsjeća na jezik snova, u njemu je također sve moguće. Elementi pripovijedanja, manipulacija efektima, svjetlom, bojom i zvukom kao da su izravno preuzeti iz snova.

Zbog toga u toku razvoja ideje, poželjno je napraviti vježbu SANJAM FILM, SNIMAM SAN koja povezuje nekoliko važnih aktivnosti i upućuje na svjesno gledanje i slušanje.

Opis vježbe nalazi se u poglavlju RADIONIČKE IGRE.



Druga međuigra



*Kamera zapisuje svjetlo,
posprema svjetlo u vremenski okvir i prebacuje ga u uspomenu.
Svjedočanstvo trenutka, svjedočanstvo je svjetla.*

Trenutci svjetla i trajanja postaju ispričanom pričom.

*Dok nosimo to pospremljeno svjetlo,
odgovorni smo za njegov sjaj, istinitost i autentičnost.*

*Ono sjaji iz kamena i mora, ptice i stabla,
iz lica ljudi i nježnosti kretnje u polju.*

9.

Prostor radionice

U prostoru radionice koji je nošen ovim idejama i mislima autentičnost, autentičan jezik, sloboda trenutka i impulsa, improvizacija, sloboda stvaranja ključne su postavke.

Osjećanje kao izvor svih akcija i koraka – osjećanje dana, međusobno osjećanje.

U ovom pristupu mi nismo važni i ne zaposjedamo ga svojom kontrolom i potrebom da se izrazimo. Služimo djeci i tretiramo ih kao kanale kroz koje se spuštaju informacije.

To je prostor igre i istraživanja i prostor stalne promjene. Ovdje želimo biti pokretljivi i fleksibilni, spremni na to da se smjer trenutačno i u potpunosti mijenja.

Ne olakšavamo si tako što kreiramo zacrtan put i njime ograničavamo i sputavamo djecu.

Prostor je maksimalno otvoren i rastegnut i u njemu se u svakom času može dogoditi bilo što.

Ne odvajamo se od tijela, misli i osjećaja – zato se igramo i vježbamo tijelo, pišemo kroz igrajuće zadatke.

Stimuliramo sva naša bića i naglašavamo važnost kontakta sa svima za potpun i predan stvaralački proces.

- **KRUG:** simbol zaokruženosti, cjelovitosti, potpunosti. Početak koji dolazi u kraj, kraj koji se nastavlja u novi početak.

Pleme, obitelj.

Gdje god da se radionica održava, uvijek sjedimo u krugu, nikad u klasičnom učeničkom rasporedu. Mentor i djeca se ne razdvajaju. Jednaki, gledamo se, vidimo se, dijelimo isti prostor i u tom našem prostoru nema prepreka.

Krug je forma koja nas povezuje, kroz koju komuniciramo i koju dijelimo. To je siguran prostor i sigurno mjesto u kojem možemo izgovoriti sve, bez straha od kritike, osude, nerazumijevanja. To je prostor slušanja – kad netko nešto dijeli, ostali slušaju s pažnjom i poštovanjem.

- **MEKOĆA I NJEŽNOST** upotpunjavaju krug. Krug djeluje kroz njih. Sve se komunicira nježno i mekano i s razumijevanjem.

- **OBITELJ** i obiteljsko ozračje stvaramo empatijom i suradnjom. Isto tako, ne odvajamo se s „vi“ i „ti“. Svi smo na „ti“. Od početka tako smo bliži, manje formalni, lakše i brže se povezujemo.



OPIS	OSTALA
Zlatko Sagomac, Nek, Emi, Pihao Odu na sebe, Koromini	Suzana, crni prstak, reflektori Robuzil, cira bjeđa ugjenja
Koko light Area	

Handwritten notes and diagrams are visible on the paper:

- Top right: "Mogućnosti za razvoj i razvoj u vremenu" (Possibilities for development and development over time), "Kako postići ciljeve" (How to achieve goals), "Dokumentacija" (Documentation).
- Middle right: "Zadaci" (Tasks), "Kako postići ciljeve" (How to achieve goals), "Dokumentacija" (Documentation).
- Bottom right: "Ciljevi" (Goals), "Dokumentacija" (Documentation).
- Bottom left: "Kako postići ciljeve" (How to achieve goals), "Dokumentacija" (Documentation).
- Bottom center: "PROJE TJELO, TAKVO VIK" (Project Body, Such a Week), "DATUM" (Date), "LOKACIJA" (Location), "EKIPA" (Team).

fotografije: Toma Zidić

10.

Primjer programa radionice (četverodnevni program)

Dan 1

Ništa nije krivo jer ne postoji ispravno, sve je dobrodošlo!

Aktivnost započinje otvaranjem prvog zajedničkog kruga. Do tog trenutka još uvijek se nismo upoznali i ne znamo svoja međusobna imena.

IGRE OPUŠTANJA uključuju set kratkih vježbi za opuštanje, otvaranje i razbijanje treme.

Podjednako su uključeni i tijelo i glas. Otpušta se stres, stvara se ugodno ozračje bez pritiska a grupa se „probijanjem leda“ povezuje odmah na početku.

Nastavljamo s IGRAMA SRCA.

Potom sjedamo u krug, najbolje na tlo, pod pozornice, pod učionice, dvorane ili nekog drugog sličnog prostora i u ovom trenutku se upoznajemo..

Ako to uvjeti dopuštaju i ako je u blizini prostora u kojem se održava radionica neki lijep, dovoljno skrovit kutak u prirodi – primjerice park, perivoj, šuma ili livada na kojoj ima pokoje veće stablo ili grm – uvijek ćemo radije odabratи to mjesto kao mjesto održavanja dijela radionice na kojem se rade meditativne igre.

Želimo djecu podsjetiti na ulogu prirode u našem životu i koliko je važno biti povezan s njom. S druge strane, puno je ljepše da smo vani a ne u dvorani ili učionici, koliko god je moguće, dok nismo započeli sa snimanjem i montažom. Pogotovo ako je sunce i vani je svjež i ugodan zrak.

Nakon toga, najčešće slijedi SANJAM FILM, SNIMAM SAN.

Detaljniji opisi igara nalaze se u poglavlju RADIONIČKE IGRE.

Važno je naglasiti da redoslijed igri nije fiksan. Ni jedna radionica ne izvodi se po pomno razrađenom scenariju.

Djeci naglašavamo da je trenutak sad sve što imamo i da je on uvijek jedina referenca. U tom smislu i ova metoda tako funkcioniра.

Iznimno je važno biti fleksibilan, propustan, prilagodljiv i rastezljiv, koliko god je moguće više.

Otvorenost je u reciprocitetu – želimo li da su polaznici otvoreni, nužno je da mi prvi budemo otvoreni i da to otvoreno pokazujemo. Ono što želimo primiti prvo dajemo.

Fleksibilnost nas stavlja u sad – nismo u ideji i planu, što moramo napraviti, kad se to događa. Dopuštamo osjećati bilo grupe. Ni jedna grupa nije ista, pa zato ni jedna radionica nije ista.

Istovremeno, tako možemo i djelovati u trenutku. Dopuštamo si biti nadahnutima i inspiriranim trenutačnim tokom stvari i situacijom koji nas vodi u nepoznatom smjeru.

Isto tako, ovaj tip radionice je istraživački. Ne naglašava se samo filmska teorija, klasični metodički postupci i filmska izražajna sredstva.

U potpunosti smo uronjeni u zajedničko iskustvo i polje koje se otvara pred nama. Ne opterećujemo se pojmovima, izrazima i frazama već se odlučujemo za zajedničko proživljavanje iskustva stvaranja, kreiranja i snimanja filma.

Prvi dan nastavlja se razgovorom o filmu – što je film? što nam film znači? Potencijalni odgovori pažljivo se slušaju i razgranavaju u artikulirani razgovor.

Djeca navode tok, cijelo vrijeme, edukatori samo navigiraju, ne sugeriraju.

Nakon toga pristupa se PRVOM PISANJU. Prvo pisanje je individualno. Polaznici imaju potpunu slobodu, u bilo kojoj formi izraziti se na papiru. Ranije spomenutim pitanjima i razgovorom – o tome *kakav film želim snimiti / kakav film imam snimiti* – želimo ih podsjetiti na važnost osobnih iskustava. To su vrijednosti njihovog života i vrijedna su dijeljenja – sve što je autentično, izvorno, osobno i proživljeno osjećajnije se artikulira i s druge strane, od publike se prepoznaje i prima kao autentično.

U ograničenom vremenu, od otprilike između trideset do pedeset minuta svi se polaznici osobno izražavaju sa svojom idejom za film.

Igra RITAM JE SVE (više u poglavlju RADIONIČKE IGRE) slijedi kao podsjetnik o važnosti pripovjednog ritma. Ovo je senzorna i prostorna vježba koja počinje kao instrumentalna improvizacija.

Drugom vježbom pisanja dorađuju se napisane ideje koje se kratkim izlaganjem, bez čitanja i papira, dijele ostatku grupe. Polaznici pozorno slušaju i po izlaganju svake ideje zajednički komentiraju ono što su čuli.

Ovaj proces samostalan je za djecu, mentori su prisutni, no komunikacija ide iz grupe, iz djece.

Ovako osvještavaju kritičko razmišljanje i jasnu artikulaciju zamisli uz slušanje s razumijevanjem.

Ne ustručavaju se dati kritiku ali i primiti istu. Opet, vrijednost uvažavanja tuđih ideja iznimno je bitna za toleranciju i suradničke kapacitete i potencijale.

Po izlaganju djeca, ovisno o njihovom, formiraju grupe. Pozvani su dobro razmisliti o svemu što su čuli i odabratи želete li se pridružiti ideji za film koju su čuli ili će raditi svoju ideju.

Ukoliko je grupa manja (do četvoro ili petoro djece) moguće je raditi individualne filmove. Ako je veća poželjno da se grupiraju. Primjerice, osamnaestero djece u tri grupe po šest.

Odgovorni su da odstupe od svoje ideje ili da motiviraju druge za svoju ideju. Komunikacija se opet odvija samostalno između njih.

U većini slučajeva to se događa spontano i prirodno i već u procesu slušanja polaznici formiraju svoje odluke. Uspostavljeni tok i mir važan je jer kroz njega ne dolazi do konflikta ili nepažnje, u tom toku sve se odvija kroz suradništvo i afirmaciju.

Sve navedeno u ovoj metodi mnogo je važnije od filma samog. Svi ti trenutci i mali „rituali“ nose sa sobom značajnije lekcije za djecu dok film ispunjava funkcionalnu zadaću i tu je kao alat i katalizator ovog procesa.

Formirane grupe pristupaju trećoj fazi pisanja i sada zajedno prvočne misli i ideje preoblikuju, razrađuju i dorađuju.

Opet su pušteni u samostalnu komunikaciju kojoj mentorska služi kao podrška, no tijek razgovora, pregovaranja i zagovaranja određuju sami, u svom intimnom prostoru.

Ako ima dovoljno mjesta, svaka grupa bira svoj dio dvorane, pozornice ili učionice. Rezultat prvog dana razvijene su ideje za filmove.

Dan 2

Drugi dan radionice ponovno započinjemo IGRAMA OPUŠTANJA i nastavljamo TJELESNIM IGRAMA.

Polaznici svježim očima još jednom dorađuju ideje. U ovoj fazi moguće su i velike preinake, odustajanja od prvotnih zamisli, ponovne pregrupacije. U nekim slučajevima moguće je da grupa raspisuje sasvim novu ideju. Isto tako ovaj prostor služi za onu grupu ili pojedince koji prvi dan eventualno nisu uspjeli dovršiti svoju filmsku priču.

Ovo je sasvim prirodan tijek i djeci je važno naglasiti da je sve u redu i na vrijeme. Pritisak, ako dolazi od nas izaziva kontraefekt, djecu zatvara i proganja stvarajući strah i frustraciju.

Sve je u redu, sve je dobrodošlo – i nema krivog pitanja, ne postoji krivo. Ovaj proces živi na premisi da ništa nije krivo.

Nema kašnjenja, sve je sasvim u redu.

Kreativni proces je ponekad vrlo napet i bitka s vremenom ako se ističe stvara potpunu paralizu i povlačenje. Od edukatora treba doći potpuna mirnoća i sigurnost kako bi polaznici to dobili kao podršku.

Čak i da nema filma ili film propadne na pola puta ili ne uspije snimiti, to je sasvim u redu. Ima mnogo gorih stvari u životu.

Edukatori ne rade prepreke nikome, no ako neki film ide u tom smjeru da je jednostavno nemoguće ili se previše zakomplificiralo a polaznici su pogubljeni, najgore što se može dogoditi je da edukator uzme sve u svoje ruke i završi umjesto njih.

No, to se nikad ili gotovo nikad ne događa.

Nakon dorade ideja i kad su svi zadovoljni napisanim slijedi produkcijska razrada i priprema snimanja.

Polaznici dogovaraju i artikuliraju produkcijske potrebe za svoje filmove. Po potrebi kreću komunicirati, obavljaju telefonske pozive, obilaze lokacije.

Što god je moguće, rade samostalno – uz nadzor. Iz svake situacije uče i osvještavaju akcije i radnje. Za napraviti film nužno ih je jako mnogo povezati u jednu cjelinu.

Dan 3

Snimajući dan.

Podijeljeni u grupe i svoje termine, polaznici snimaju svoje filmove.

Edukatori snimaju samo ako je to nužno i ako nema pojedinaca koji bi htjeli snimati. Isto vrijedi za sve ostale funkcije. Ideja je da svi probaju sve, da svi prime kameru u ruke, snime barem jedan kadar ili scenu, da rade s protagonistima, postavljaju scenu i slično.

Ovdje nema knjige snimanja, no ima prisutnosti na setu, lokaciji i snimanju. Važno je da osjetite prostor, da nisu pogubljeni u papirima i da razmišljaju o tome kako će izvesti kadar koji su nacrtali i osmislili jer lokacija je, na primjer, nešto drugačija i nije onako kako su zamislili.

Osvješteno promatranje i potpuna prisutnost vraća ih u stanje u kojem su pozvani i mogu kreirati bilo kada. Um je taj koji radi prepreke. Ako srcem vide ljudе, situaciju, prostor, lokaciju neće pogriješiti, znat će što je potrebno napraviti.

S druge strane, ovaj proces ne služi tome da od filma napravi estetsko i poetsko remek djelo. Predivno je ako se dogodi predivan film no ako se to dogodi to je samo rezultat posvećenog procesa osjećanja srcem.

Od estetske funkcije filma mnogo je važnije da znaju da smiju i mogu stvarati, da su pozvani na to i da imaju slobodu da se izraze kako god to žele i osjećaju.

Dan 4

Montaža.

Polaznici montiraju i završavaju filmove i pripremaju ih za javnu projekciju.

Kao i kod snimanja, ideja je da svi polaznici „dodirnu“ montažu i aktivno sudjeluju.



11. Radioničke igre

a) IGRE SRCA

• PLES SRCA

Igra kojoj je svrha djecu usmjeriti u srce kao početak svega i simbolički započeti proces povezivanja i stvaranja.

Rukama i dlanovima oblikuje se mali dalekozor oko očiju. Pogled usmjerimo samo na svoja stopala.

Hodamo. Hodamo polako, brzo, usporeno, ubrzano – točno onako kako nam odgovara. Kad nam u vidno polje našeg „dalekozora“ ušeće drugi par stopala tada stanemo.

Imamo našeg partnera, partnericu.

Zatvorimo oči, napravimo korak naprijed i ruku zajedno s dlanom ispružimo ispred sebe. Položimo dlan direktno na srce partnera ili partnerice u igri.

E, da. Sad to djeci bude malo neugodno, pa se smiju, meškolje, srame. No, odbacujemo te misli i trudimo se ostati koncentrirani na vježbu, prelazeći svoj prag straha.

Nakon prvog vala obeshrabrenosti i nervoze događa se – tišina. Ruka je i dalje na srcu, oči zatvorene. Sada pozivamo na koncentriran osjet kucanja srca partnera ili partnerice koji osjetimo svojim dlanom.

Povezujemo se. Prepoznajemo poznati ritam.

Ruka dolje, korak unatrag. Otvaraju se oči. Gledamo se nekoliko trenutaka u tišini. Poziv na zagrljav. Zagrlji partnera ili partnericu, iskreno. Opet, bez srama i straha.

• SLIKANJE SRCEM (za radionice dulje od četiri dana)

Svatko dobiva jedan veliki bijeli hammer papir i reciklirane magazine, neki stari časopis ili slično, set flomastera, markera ili vodenih boja, škare i lijepilo za papir.

Povezani sa srcem, listamo časopis i izrezujemo dijelove teksta, slike – što god nam zapne za srce.

Povezujemo se sa svojim snovima i željama. Promatramo svoj put srca u sebi. Izrezujem sliku sebe koju osjećam iznutra i tako kreiram ovaj papir.

Svi prizori, kolaži, izresci, crte i linije u skladu su s onim što vidim u svom srcu.

Prikazujem ono što se nalazi u središtu mene.

b) IGRA RITMA

• RITAM JE SVE

Koristimo tijelo kao instrument, odnosno bubanj. Povezujemo se sa svojim ritmom tog, zatečenog trenutka i izražavamo ga kroz određeni uzorak koji dlanovima izvodimo po koljenima, prsima ili bedrima.

Iskrenost, prepuštanje i povjerenje. Izvodimo svoj ritmički uzorak dok god u potpunosti nismo uklonili nemir, tremu ili nelagodu.

Djeci ističemo da je neugoda dobrodošla, u ovom krugu ničeg se ne sramimo i ničeg se ne moraju sramiti. Ovo je siguran krug koji ih podržava.

Potom, osobni uzorak postaje zajednički uzorak. Koncentriramo se jedni na druge, slušamo se i počinjemo se usklađivati u jedan sinkroni organizam.

Sada raspoznajemo individualni ritam i ritam grupe.

Vježba se nastavlja improvizacijom po prostoru – sve može biti udaraljka ili bubanj. Sve proizvodi ritam.

Sve je ritam.

Što je ritam u filmu? Gdje je ritam oko nas?

Vježba se nastavlja primjećivanjem i artikulacijom ritma u prostoru oko nas. (Primjerice, ritam rasporeda krovnih greda, ritam slika i plakata na zidu, ritam izmjene boja u prostoru, određeno arhitektonsko ponavljanje u prostoru kao što su stupovi ili stubovi, i slično).

c) IGRA OPUŠTANJA

• ZAGRIJAVANJE

Na samom početku stat ćemo u prvi zajednički krug. Došli smo ovdje i okupili se s očekivanjima, željama, pitanjima, teretom dana ili tjedna iza nas i mislimo o koječemu.

Zatvaramo oči. Duboko udihemo cijelim svojim tijelom. Lagano, komforno.

Tijelo ide prema Zemlji, ruke prstima pometu tlo, potom se istegnu i ispruže, jedna ruka prema drugoj, dlan prema dlanu.

Ruke idu gore, tijelo za njima, prema Suncu, ruke se šire i prsti za njima poput grana na krošnji.

Iz dah, pogled prema nebu. Ponavljamo to nekoliko puta. Otpuštamo misli, predani i koncentrirani u sada. U ovaj trenutak.

Sve što dolazi pošaljemo van poput jurećeg vlaka. Neka dođe i ode. Ne vežemo se za misli.

Tu smo, prisutni smo.

Ponovno se saginjemo i počinjemo u jednom valu, od dlanova do ruku pa do cijelog tijela – tresti. Kao da ćemo istresti šljunak iz vreće.

Izbacujemo kamenčice iz cipela, sve što nam smeta, brige, teret. Uspravljamo tijelo, tresemo se u mjestu. Nogama, rukama, glavom. Umirujemo se. Uzemljujemo. Duboko dišemo.

Otvaramo oči i pred sobom vidimo grupu nekih novih ljudi.

Tu sam, spreman dati i primiti.

d) IGRA MANIFESTACIJE

• SANJAM FILM, SNIMAM SAN

U ograničenom vremenskom periodu, najčešće je riječ o pet minuta, grupa se odvaja.

Svatko je fokusiran na svoj svijet i perspektivu.

U prvom dijelu vježbe gledamo kao da smo prvi put progledali. Ovaj tren otvorili smo oči i učimo kako ih koristiti. Pokreću se u svim smjerovima, istražujemo kako gledaju i na koji način.

Gledajući promatramo što se sve događa: preoštravanje, vožnje, švenkovi,... Kao da imamo kameru.

Prilikom tok promatrana „okidamo“ jednu fotografiju i pospremamo je u uspomenu. Prizor, trenutak, situaciju koja nas je zatekla ili nam se svidjela pamtimosmo kao jednu sličicu.

Vježba se nastavlja s idućih pet minuta u kojima isto činimo sa zvukom i slušanjem.

Pamtimosmo jedan zvuk, nešto što nas je osobito zainteresiralo.

(Drugi dio vježbe izvodi se u drugoj polovici dana ili čak dan kasnije)

Grupa liježe na pod, u krug, glavama prema središtu kruga, nogama prema vanjskom dijelu kruga.

Zatvaraju oči.

Disanje. Sve ide postupno i polako. Odbacuju se misli.

Tišina.

U svijest prizivamo okinutu „fotografiju“, uspomenu na sličicu koju smo zapamtili. Trudimo se prizvati je bar na trenutak, na djelić sekunde.

Obraćamo pozornost na detalje – eventualne promjene, na cijelu situaciju i kontekst. Kako je pamćenje pospremilo sliku.

Nastavljamo sa zvukom.

U svijest prizivamo zvuk koji smo čuli i zapamtili. Trudimo se prizvati ga bar na trenutak, na djelić sekunde.

Obraćamo pozornost na detalje – eventualne promjene, na cijelu situaciju i kontekst. Kako je pamćenje pospremilo zvuk.

U trećem koraku radimo simulaciju sna i pokušavamo oživiti prizor. Istovremeno prizivamo sliku i zvuk. Dopuštamo da se dogodi pokret. Pratimo i promatramo moguće promjene.

U krugu podjele iskustva na kraju vježbe polaznici opisuju iskustvo, otkrivaju što su vidjeli i čuli.



fotografija: Toma Zidić

Treća međuigra



*Raste cvijet,
raste svijet,
oči da odmorim,
i srce otvorim.*



fotografija: Toma Zidić





fotografija: Toma Zidić