

# 1 ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΚΑΙ ΖΕΣΤΑΜΑ

Οι ηθοποιοί ξεκινούν τις πρόβες τους ζεσταίνοντας το σώμα και τη φωνή τους. Αυτό τους βοηθάει να απομακρύνουν από το κορμί και το μυαλό τους καθημερινούς περισπασμούς και εντάσεις, να επικεντρωθούν στο χώρο που βρίσκονται και να προετοιμαστούν για τη δουλειά που έχουν να κάνουν. Αντίστοιχα οι συγγραφείς χρειάζονται κάποιο τρόπο για να καθαρίσουν την πνευματική τους ακαταστασία και να ανοίξουν το κανάλι των ιδεών που συνδέει το μυαλό με το χέρι και το χαρτί (ή την οθόνη του υπολογιστή τους). Κάτι τέτοιο μπορεί επίσης να περιλαμβάνει μια σωματική δραστηριότητα. Μια φίλη που γράφει στο σπίτι, αλλά έχει ανάγκη να διαχωρίσει τη δουλειά της συγγραφής από το πλούσιμο των ρούχων, τελειώνει τις πρωινές της ασχολίες, στη συνέχεια βγαίνει μια βόλτα έξω και καταλήγει να ‘περπατάει μέχρι τη δουλειά της’. Όταν δουλεύω με μια ομάδα, γενικά ξεκινώ με κάποια σωματική δραστηριότητα ή παιχνίδι. Ακόμα και σε αυτή την περίπτωση, όμως, η κενή σελίδα (ή οθόνη) μπορεί να βρίσκεται ακόμα εκεί περιμένοντας τις λέξεις που αρνούνται να έρθουν – τότε μπορεί να αποδειχτεί χρήσιμο κάποιο είδος συγγραφικής δραστηριότητας που θα με βοηθήσει να ξεκινήσω. Οι ασκήσεις που ακολουθούν είναι σχεδιασμένες για να διεγείρουν ‘το μυ της γραφής’. Οι πρώτες είναι γενικές ασκήσεις για ‘ζέσταμα’. Ακολουθούν ασκήσεις που μας ‘εισάγουν’ σε πλευρές της συγγραφικής διαδικασίας με τις οποίες θα ασχοληθούμε εκτενέστερα στα επόμενα κεφάλαια. Το κεφάλαιο αυτό μπορεί να χρησιμοποιηθεί ποικιλοτρόπως ανάλογα με τις ανάγκες σας, για παράδειγμα:

- Ως μοντέλο για ένα εισαγωγικό μάθημα στη θεατρική γραφή.
- Ως μενού από το οποίο μπορείτε να επιλέξετε ασκήσεις για ένα σεμινάριο γραφής.
- Ως ένα σύνολο προπαρασκευαστικών ασκήσεων, αφού επιστρέψετε από την πρωινή σας βόλτα.

## ΜΝΗΜΗ

Η συγγραφή είναι περισσότερο από οτιδήποτε άλλο μια πράξη μνήμης. Όχι απαραίτητα ως καταγραφή της δικής σας ζωής και προσωπικής ιστορίας, όσο ως μια προσπάθεια να αποτυπώσετε με λέξεις την εντύπωση που σας δημιουργεί ο κόσμος γύρω σας. Ποια αίσθηση σας άφησε εκείνη η βροχή; Με ποιον ασυνήθιστο τρόπο εκφράζεται αυτή η γυναίκα; Τι διαφορετικό είχε σήμερα η διαδρομή σας για τη δουλειά ή το σχολείο;

### Άσκηση 1 Ο Περίπατος

*Ομαδική (για όλες τις ομάδες) και ατομική (10-30 λεπτά)*

1. Πηγαίνετε έναν περίπατο. Γύρω από το τετράγωνο, το πάρκο ή αν είστε σε σχολείο γύρω από την παιδική χαρά ή τον παιδότοπο. Να έχετε συναίσθηση αυτού που βλέπετε και ακούτε. Νιώστε το σώμα σας να κινείται στο χώρο, νιώστε τον τρόπο που αναπνέετε, το έδαφος κάτω από τα πόδια σας και τον αέρα που σας περιβάλλει. Τι βλέπετε, νιώθετε και ακούτε; Αφουγκραστείτε τις λέξεις που γεννιούνται στο μυαλό σας. Αφήστε τις να σχηματίσουν φράσεις. Αφήστε το ρυθμό του περπατήματός σας να επηρεάσει το ρυθμό των λέξεων μέσα στο μυαλό σας. Αν προκύψει, πείτε τις δυνατά.
2. Επιστρέψτε από τον περίπατό σας
3. Γράψτε:
  - Δέκα πράγματα που είδατε
  - Πέντε ήχους που ακούσατε
  - Τρία συναισθήματα που νιώσατε
  - Μία ερώτηση που σας γεννήθηκε από αυτά που είδατε, ακούσατε ή αισθανθήκατε.

### Άσκηση 2 Ξαπλώνω στο πάτωμα

*Ομαδική (για όλες τις ομάδες) και ατομική (5-10 λεπτά)*

1. Ξαπλώστε στο πάτωμα σε μια άνετη θέση και κλείστε τα μάτια σας. Αφουγκραστείτε τους θορύβους γύρω από το κτίριο ή το δωμάτιό σας. Μετά από περίπου ένα λεπτό αφουγκραστείτε τους ήχους μέσα στο δωμάτιο. Τέλος, ακούστε τους ήχους μέσα στο ίδιο σας το σώμα. Αφήστε την ακοή σας να ταξιδέψει προς όλες αυτές τις κατευθύνσεις αναγνωρίζοντας κάθε φορά συγκεκριμένους ήχους.

2. Γράψτε:
  - Το είδος και την ποιότητα των ήχων που ακούσατε
  - Μία ερώτηση για οτιδήποτε ακούσατε ή νιώσατε

### **Άσκηση 3 Αναδρομή ζωής**

#### **Μέρος πρώτο**

*Ομαδική (για όλες τις ομάδες) και ατομική (5-10 λεπτά)*

1. Περιπατήστε μέσα στο δωμάτιο (ή αν βρίσκεστε σε μικρό χώρο, καθίστε κάπου άνετα). Επιτρέψτε στον εαυτό σας να χαλαρώσει και να ανοίξει. *Σκεφτείτε τη ζωή σας* στο σύνολό της σαν ένα ποτάμι που τρέχει δίπλα σας. Αφήστε τις αναμνήσεις να κυλήσουν. Βρείτε μια ανάμνηση που να παρουσιάζει ενδιαφέρον –ένα γεγονός, μια στιγμή, μια εικόνα– και εξερευνήστε την. Στη συνέχεια καταγράψτε την με μία λέξη, μερικές λέξεις ή μια πρόταση.
2. Αρχίστε και πάλι να περπατάτε (ή να κάθεστε). Αφήστε το ποτάμι των αναμνήσεων να κυλήσει ξανά αφήνοντας κατά μέρος την ανάμνηση που έχετε γράψει. *Σκεφτείτε τη ζωή σας* τον προηγούμενο χρόνο σα να ήταν ταινία. Βρείτε κάτι ενδιαφέρον, κάτι σημαντικό ή σπουδαίο και ξαναπαίξτε τη σκηνή αρκετές φορές. Συνοψίστε την σε λίγες λέξεις ή μια φράση και στη συνέχεια γράψτε την.
3. *Σκεφτείτε τη ζωή σας φέτος* και επαναλάβετε τη διαδικασία.
4. *Σκεφτείτε τη ζωή σας την προηγούμενη εβδομάδα* και επαναλάβετε τη διαδικασία.
5. Κοιτάξτε όλα όσα έχετε γράψει, βρείτε τρεις ή τέσσερις ερωτήσεις που να γεννούν οι λέξεις και οι φράσεις σας και στη συνέχεια γράψτε τις.

#### **Μέρος δεύτερο – Αναδρομή ζωής**

*Ομαδική (για όλες τις ομάδες) και ατομική (10-20 λεπτά)*

1. Ξεκινήστε με την Άσκηση 3 (μέρος πρώτο) και ολοκληρώστε την.
2. Περιπατήστε και πάλι μέσα στο δωμάτιο. Λάβετε υπόψη σας τους άλλους ανθρώπους που πιθανόν να υπάρχουν στο χώρο, αλλά δουλέψτε μόνοι.
3. Διαβάστε την πρώτη ανάμνηση που καταγράψατε. Κλείστε τα μάτια

- και πείτε την στον εαυτό σας. Περιπατήστε στο δωμάτιο. Πείτε την ανάμνησή σας σε μια καρέκλα, στο παράθυρο ή σε οποιοδήποτε άλλο αντικείμενο του χώρου.
4. Βρείτε το ζευγάρι σας. Ακούστε τη δική του ανάμνηση. Επαναλάβετε την μέχρι να τη μάθετε. Πείτε στο ζευγάρι σας τη δική σας ανάμνηση και αυτός/ή θα την επαναλάβει μέχρι να τη μάθει.
  5. Ανταλλάξτε αναμνήσεις. Ξεχάστε τώρα τη δική σας ανάμνηση που την έχετε δώσει σε άλλον. Περιπατήστε και πάλι στο χώρο με την ανάμνηση που πήρατε από το ζευγάρι σας. Αυτή είναι τώρα η δική σας ανάμνηση.
  6. Συγκεντρωθείτε στο κέντρο του δωματίου όσο πιο κοντά γίνεται ο ένας στον άλλο χωρίς να αγγίζετε. Όλοι έχουν την ανάμνηση κάποιου άλλου. Κλείστε τα μάτια. Αφηνηθείτε στην ομάδα όσα πιο πολλά μπορείτε από την ανάμνηση που σας δόθηκε. Μη βιάζεστε και μη διακόπτετε ο ένας τον άλλο. Δώστε προσοχή σε ό,τι λέγεται. Τώρα έχετε ακούσει τις αναμνήσεις όλων. Λογικά είναι δύσκολο να τις συγκρατήσετε στο σύνολό τους εκτός από ορισμένα κομμάτια και εικόνες που σας έκαναν εντύπωση.
  7. Δουλέψτε μόνοι σας καταγράφοντας όσα περισσότερα θυμάστε από όλα όσα ακούσατε –λέξεις, εικόνες, φράσεις, πληροφορίες. Χρησιμοποιήστε αυτές τις σημειώσεις για να γράψετε ένα μικρό κομμάτι που ξεκινάει 'Θυμάμαι τότε που...'. Συμπεριλάβετε όλα όσα έχετε σημειώσει ανακατατάσσοντας τα και προσθέτοντας καινούργιες λέξεις όπου κρίνετε απαραίτητο.
  8. Μοιραστείτε τη δουλειά σας με την ομάδα. Ποιες παρόμοιες / διαφορετικές προσεγγίσεις υιοθέτησαν οι άλλοι; Ποιες εικόνες είναι αυτές που ξεχώρισαν περισσότερο;

## Μέρος τρίτο - Αναδρομή ζωής

*Ομαδική (για όλες τις ομάδες) (6-8 λεπτά για κάθε στάδιο)*

1. Επαναλάβετε την Άσκηση 3 (μέρος δεύτερο) χρησιμοποιώντας μια ανάμνηση από τον προηγούμενο χρόνο, μια ανάμνηση από τη φετινή χρονιά και μια ανάμνηση από την προηγούμενη εβδομάδα. Κάθε φορά η διαδικασία της ακρόασης, της αποτύπωσης και της καταγραφής θα πρέπει να κυλάει πιο εύκολα.

2. Διαβάστε τα αποτελέσματα της άσκησης. Με ποιους διαφορετικούς τρόπους έχετε χρησιμοποιήσει όλοι σας το ίδιο υλικό; Ποιες εικόνες είναι αυτές που έκαναν αρκετές φορές την εμφάνισή τους;

#### **Άσκηση 4 Προσωπική και ομαδική μνήμη**

##### **Ομαδική (για όλες τις ομάδες) (5-10 λεπτά)**

Μπορείτε να προσαρμόσετε την Άσκηση 3 (μέρος πρώτο, δεύτερο και τρίτο) σε οποιαδήποτε κατηγορία αναμνήσεων.

Για παράδειγμα, ανατρέξτε σ' αυτές τις τρεις αναμνήσεις:

1. Μια πολύ προσωπική ανάμνηση που κανένας άλλος στον κόσμο δε θα μπορούσε να έχει εκτός από εσάς.
2. Μια τοπική ανάμνηση που μοιράζονται τα άτομα της κοινότητάς σας, της γειτονιάς, του σχολείου κτλ., όχι όμως η παγκόσμια κοινότητα.
3. Μια παγκόσμια ανάμνηση που μοιράζονται άνθρωποι σε ολόκληρο τον κόσμο.

#### **Συμπέρασμα**

Οι πρώτες αυτές ασκήσεις μας δίνουν τη δυνατότητα να εξερευνήσουμε τη 'μνήμη' και τον τρόπο καταγραφής της. Ανοίγεται έτσι μπροστά μας ένα φάσμα ερωτήσεων πολύ σημαντικών για κάθε συγγραφέα: Τι είναι μνήμη; Πώς θυμόμαστε τα πράγματα; Τι είδους γεγονότα αποτυπώνονται στη μνήμη μας και γιατί; Ποια θεωρείται καλή ή κακή ανάμνηση; Ποια είναι αληθινή και ποια ψεύτικη; Τι εννοούμε όταν λέμε 'Είμαστε αυτό που θυμόμαστε και μας χαρακτηρίζει ο τρόπος με τον οποίο ανακαλούμε τα πράγματα στη μνήμη μας';

#### **ΕΝΣΤΙΚΤΩΔΗΣ ΓΡΑΦΗ**

Στα περισσότερα στάδια αυτής της διαδικασίας δε χρειάζεται να προσχεδιάσετε τίποτα. Αντίθετα, συχνά ο 'προγραμματισμός' λειτουργεί ανασταλτικά στην αρχική πρωτογενή μας παρόρμηση. Στο σχολείο, ο φόβος του 'λάθους' συχνά αναστέλλει τη φαντασία και τη δημιουργικότητα. Οι ακόλουθες ασκήσεις (χρήσιμες για όλους τους συγγραφείς) έρχονται να διαλύσουν παρόμοιους φόβους.

### **Άσκηση 5 Μετρώ και γράφω**

*Ομαδική (για όλες τις ομάδες) και ατομική (2 λεπτά)*

1. Μετρήστε μέχρι το 10 και γράψτε μια περιγραφή της εμφάνισής σας.
2. Μετρήστε μέχρι το είκοσι και γράψτε μια περιγραφή του σημερινού καιρού.
3. Μετρήστε μέχρι το 50 και γράψτε μια περιγραφή της χθεσινής σας μέρας.
4. Μετρήστε μέχρι το 100 και γράψτε μια λεπτομερή περιγραφή του δωματίου στο οποίο βρίσκεστε.

### **Άσκηση 6 Ροζ Ελέφαντες**

*Ομαδική (για όλες τις ομάδες) και ατομική (3 λεπτά)*

Χαλαρώστε. Σκεφτείτε κάτι φανταστικό, π.χ. ένα κοπάδι από ροζ ελέφαντες και γράψτε ένα κείμενο περιγράφοντας τη χθεσινή σας μέρα.

### **Άσκηση 7 Γράφω, γράφω...**

*Ομαδική (για όλες τις ομάδες) και ατομική (3-5 λεπτά)*

Στις ασκήσεις 5 και 6 αφήναμε τη σκέψη μας ελεύθερη χωρίς να προσχεδιάζουμε. Τώρα γράφουμε και πάλι 'χωρίς δεύτερη σκέψη', αλλά αυτή τη φορά δεν υπάρχουν αριθμοί, ροζ ελέφαντες ή δεδομένο θέμα.

1. Ετοιμαστείτε να γράψετε αλλά μέχρι να ξεκινήσετε μη σκέφτεστε το θέμα.
2. Ξεκινήστε με τις λέξεις 'Γράφω..' και μη σταματάτε.
3. Αν ανακαλύψετε ακόμα και για ένα δευτερόλεπτο ότι το μυαλό σας σταματάει, απλά γράψτε 'Γράφω, γράφω, γράφω...' μέχρι να προκύψει κάτι άλλο.
4. Μην προσχεδιάζετε, μην αυτολογοκρίνεστε, απλά γράψτε.
5. Λάβετε θέσεις, έτοιμοι... φύγαμε. (Βλέπε Παράδειγμα 7.2)

#### *Παράδειγμα 7.1*

Πριν ξεκινήσω τη δουλειά σήμερα το πρωί – πρώτη ημέρα συγγραφής του βιβλίου που κρατάτε στα χέρια σας – έκανα την άσκηση αυτή στον εαυτό μου. Προέκυψε το ακόλουθο ασυνάρτητο κείμενο που χαρακτηρίζεται μεταξύ άλλων από ασυνταξία και ορθογραφικά λάθη:

Γράφω γιατί γράφω για να γράψω αυτό το βιβλίο τι είναι ένα βιβλίο ένα βιβλίο είναι κάτι ανάμεσα σε σκληρά εξώφυλλα όχι ότι δεν μπορεί να είναι ανάμεσα σε μαλακά εξώφυλλα και ονομάζεται βιβλίο με λεπτό εξώφυλλο η μέση μου πονάει αυτή τη στιγμή και έτσι δεν ανυπομονώ να κάτσω στον υπολογιστή και να γράψω για να πω την αλήθεια η μέση μου με πονάει τόσο που νομίζω πως πρέπει να ξαπλώσω αλλά δεν μπορώ να ξαπλώσω γιατί πρέπει να συνεχίσω αυτή την άσκηση για το βιβλίο το βιβλίο το βιβλίο δεν μπορώ να σκεφτώ ω ναι μπορώ... κτλ.

### Παράδειγμα 7.2

Από την προσπάθεια που έκανα μου άρεσε ο ρυθμός της φράσης 'πρέπει να ξαπλώσω αλλά δεν μπορώ να ξαπλώσω γιατί πρέπει να συνεχίσω'.

### Συμπέρασμα

Ακόμα και σε αυτό το πολύ πρώιμο στάδιο της διαδικασίας μαθαίνουμε να εκτιμούμε την ιδιαιτερότητα και την αυθεντικότητα της γραφής μας και να εμπιστευόμαστε το ένστικτο μας.

### Άσκηση 8 Μουσική και λέξεις

#### Ομαδική (για όλες τις ομάδες) και ατομική

Η μουσική και ο ρυθμός μπορούν να αποτελέσουν εξαιρετικά ερεθίσματα κατά τη διαδικασία της συγγραφής.

1. Κλείστε τα μάτια και ακούστε για λίγα λεπτά ένα μουσικό κομμάτι.
2. Αφήστε τη μουσική να παίζει. Γράψτε ένα λόγο πάνω σε ένα συγκεκριμένο θέμα: πόλεμος, ειρήνη, αγάπη, ποδόσφαιρο, κτλ. Μη προσχεδιάζετε. Αφήστε τη μουσική να περάσει μέσα σ' αυτό που γράφετε, στις λέξεις που χρησιμοποιείτε, κτλ.

### Άσκηση 9 Το φανταστικό βιβλίο

#### Ομαδική (όλες οι ομάδες) και ατομική (2-3 λεπτά)

1. Φανταστείτε ότι έχετε μπροστά σας ένα φανταστικό βιβλίο. Πρόκειται για ένα ολοκαίνουργιο μυθιστόρημα. Κανένας δεν το έχει ποτέ ακούσει ή διαβάσει.
2. Ανοίξτε στην πρώτη σελίδα. Γράψτε τις τρεις πρώτες προτάσεις της ιστορίας.

3. Γυρίστε τώρα στη σελίδα 3 και τρέξτε με το δάχτυλό σας στην τρίτη παράγραφο.
4. Γράψτε τις τρεις πρώτες προτάσεις αυτής της παραγράφου.
5. Γυρίστε τώρα στην επόμενη σελίδα, όπου υπάρχει μια εικόνα. Περιγράψτε την.
6. Γυρίστε τώρα στην τελευταία σελίδα και βρείτε τις τρεις τελευταίες προτάσεις του βιβλίου. Γράψτε τις.
7. Κλείστε το βιβλίο. Κοιτάξτε τον τίτλο στο εξώφυλλο. Γράψτε τον τίτλο του βιβλίου.

### **Άσκηση 10 Ποίημα της στιγμής**

*Ομαδική (όλες οι ομάδες) και ατομική (2-3 λεπτά)*

1. Είμαι μάγος και μέσα σε ένα λεπτό μπορώ να εξαφανίσω όλες τις λέξεις του κόσμου εκτός από τέσσερις.
2. Διαλέξτε ποιες τέσσερις λέξεις θα θέλατε να σώσετε και γράψτε τις.
3. Σα μάγος που είμαι αποφάσισα να γίνω γενναιόδωρος –μπορείτε να κρατήσετε τέσσερις ακόμα λέξεις.
4. Διαλέξτε τις και γράψτε τις.
5. Έχετε τώρα οκτώ λέξεις που σύντομα θα είναι οι μοναδικές οκτώ λέξεις στον κόσμο. Αν φτιάξετε με αυτές ένα ποίημα, τότε μπορούν να σωθούν κι όλες οι υπόλοιπες λέξεις.
6. Μπορείτε μέσα στο ποίημα να επαναλάβετε την ίδια λέξη αν κάτι τέτοιο σας εξυπηρετεί, αλλά πρέπει να χρησιμοποιήσετε μόνο αυτές τις συγκεκριμένες οκτώ λέξεις.

### **Συμπέρασμα**

Μπράβο, μόλις σώσατε όλες τις λέξεις του πλανήτη! Εγώ μπορεί να μην είμαι πια μάγος, εσείς όμως γίνετε ποιητές!

### **Άσκηση 11 Αντίδραση στη λέξη**

*Ομαδική (όλες οι ομάδες) και ατομική (4-6 λεπτά)*

Η ενσπικτώδης γραφή είναι λυτρωτική για κάθε συγγραφέα και αποδεικνύει στους αρχάριους συγγραφείς ότι, για να παράγουν ενδιαφέρουσες φράσεις και να χρησιμοποιήσουν τις λέξεις με πρωτότυπο τρόπο, δεν χρειάζεται να κάθονται και να κοιτάνε επίμονα τη λευκή σελίδα μπροστά



τους περιμένοντας πότε θα τους έρθει η έμπνευση. Πράγματι, το να περιμένετε την 'έμπνευση' είναι το τελευταίο πράγμα που πρέπει να κάνετε: τέτοιου είδους συλλογιστικές διαδικασίες προκύπτουν πολύ αργότερα, όταν θα ξαναγράψετε, θα αναθεωρείτε και θα διορθώνετε το έργο σας. Η πρώτη σας δουλειά είναι να καταγράψετε τις ιδέες σας σε οποιαδήποτε σχήμα ή μορφή έτσι ώστε το μυαλό σας να μπορεί να δουλέψει πάνω σε κάτι χειροπιαστό. Η άσκηση αυτή μας οδηγεί στο επόμενο βήμα.

1. Σχεδιάστε μια στήλη στην αριστερή πλευρά μιας σελίδας τετραδίου.
2. Στο τέλος της άσκησης σας δίνεται μια λίστα λέξεων.
3. Γράψτε την πρώτη λέξη στη στήλη.
4. Αμέσως μετά γράψτε δίπλα μια μικρή φράση ή πρόταση (ποτέ μόνο μία λέξη) – σκέψη, ερώτηση, ανάμνηση, ασυναρτησία – που σας γεννά αυτή η λέξη.
5. Μην χρησιμοποιήσετε τη λέξη αυτούσια μέσα στη φράση ή την πρόταση σας. (Βλέπε Παράδειγμα 11.1)
6. Έχετε 10 δευτερόλεπτα για να γράψετε την πρόταση σας.
7. Μετά από 10 δευτερόλεπτα προχωρήστε στη δεύτερη λέξη. Σταματήστε να γράφετε την πρώτη φράση, γράψτε τη δεύτερη λέξη στην στήλη και αρχίστε να γράφετε δίπλα τη δεύτερη φράση.
8. Συνεχίστε να γράφετε, μη σχεδιάζετε και αν το μυαλό σας κολλήσει απλά γράψτε 'γράφω, γράφω, γράφω...' μέχρι να προκύψει κάτι άλλο.
9. Αυτός είναι ο κατάλογος των λέξεων: Πράσινο, Πάγος, Τηλεόραση, Κόκκινο, Άμμος, Αγάπη, Θρησκεία, Μπανάνα, Τηλέφωνο, Θάνατος, Δελφίνι, Λονδίνο, Παπούτσι, Μπλε, Μητέρα, Θάλασσα, Αεροπλάνο, Καλοκαίρι, Χάμπουργκερ, Ροζ, Πόλεμος. (Σημείωση προς τον εμπυχωτή: Συνήθως έχω ένα κατάλογο 20-25 λέξεων που περιλαμβάνει χρώματα, συναισθήματα, αντικείμενα, αφηρημένες έννοιες και τοπωνύμια. Δεν χρησιμοποιώ ποτέ αντωνυμίες. Προσπαθώ πάντα να φτιάχνω μια ομάδα λέξεων με τις οποίες να είναι εξοικειωμένα όλα τα μέλη της ομάδας.)
10. Διαβάστε δυνατά κάποιες από τις φράσεις. (Βλέπε Παραδείγματα 11.2)

### Παράδειγμα 11.1

Αν η λέξη είναι ‘πράσινο’, μπορώ να γράψω ‘εκείνη η παλιά φόρμα του σχολείου’ (γιατί η φόρμα της γυμναστικής μου ήταν πράσινη και η μητέρα μου τη μπάλωνε συνέχεια).

### Παράδειγμα 11.2

Ορισμένες φράσεις που γράφτηκαν από μια ομάδα με την οποία δούλεψα:

- *Πράσινο*: Η Ζαφειρένια Πολιτεία, γράφω, πόλη.
- *Αγάπη*: Πόνος και πρήξιμο, ζήλεια και άνθος.
- *Μπανάνα*: Εξευτελισμός και τρέλα.
- *Τηλέφωνο*: Αποκαλύψεις και κουτσομπολιό.
- *Θάνατος*: Σκοτάδι, πόνος, φόβος, γράφω, απαλλάσσω.
- *Πόλεμος*: Σκοτεινός, κοφτερές γωνίες, τρύπες στο ύφασμα, δάκρυα.

## Συμπέρασμα

Η άσκηση αυτή πραγματεύεται μια θεμελιώδη αρχή της συγγραφής: ότι ο καθένας μας έχει το δικό του τρόπο να εκφράζεται μέσα από τις λέξεις. Η περιγραφή του ‘πολέμου’ ως ‘τρύπες στο ύφασμα’ είναι μια ολοκαίνουργια φρέσκια εικόνα αυτού του γεγονότος, μοναδική για το άτομο που την έγραψε. Η άσκηση αυτή ενθαρρύνει τους συγγραφείς να εμπιστεύονται την εσωτερική τους φωνή και να συνειδητοποιήσουν ότι το να δημιουργούν τη δική τους πρωτότυπη δουλειά — ακόμα και αν πρόκειται για μία από τις 20 ή 25 φράσεις — παρουσιάζει πολύ μεγαλύτερο ενδιαφέρον από το να μιμούνται και να αναπαράγουν πράγματα που έχουμε ακούσει ή διαβάσει στο παρελθόν. Για μια φορά ακόμη, η ‘ενσικτώδης’ φύση της άσκησης σημαίνει ότι προχώρησαν σε *πράξη* αντί να κάθονται και να *προβληματίζονται* για αυτό.

## Άσκηση 12 Ομαδικά ποιήματα

*Όλες οι ομάδες (10-20 λεπτά)*

1. Πάρτε την πρώτη λέξη από την Άσκηση 11. Ακούστε τις απαντήσεις όλων των συγγραφέων πάνω σ’ αυτήν και διαβάστε τις σε κύκλο.
2. Κατά την πρώτη ανάγνωση υπάρχει πάντοτε γενικότερη ευθυμία, γι’ αυτό επαναλάβετε τη λέξη ζητώντας αυτή τη φορά από τους συγγραφείς να διαβάσουν τις απαντήσεις τους πιο θαρρετά και να ακούσουν με προσοχή τις απαντήσεις των άλλων.

3. Συζητήστε ποιες εικόνες ξεχώρισαν ως πιο ζωντανές. Ποια είναι η γενικότερη διάθεση και αίσθηση; Ποιες φράσεις ταιριάζουν μεταξύ τους;
4. Διαβάστε και πάλι σε κύκλο. Επαναλάβετε τη διαδικασία για κάθε λέξη της λίστας. Αυτό που θα προκύψει είναι μια σειρά από ποιήματα που δημιουργήθηκαν ομαδικά – το ποίημα του Πράσινου, της Αγάπης κτλ. – το καθένα βασισμένο στις διαφορετικές προσεγγίσεις κάθε μέλους της ομάδας.

### **Άσκηση 13 Από το ποίημα στην παράσταση**

*Όλες οι ομάδες (10-20 λεπτά)*

1. Ξαναδιαβάστε ένα από τα ποιήματα της Άσκησης 12. Δουλέψτε το με μεγαλύτερη λεπτομέρεια: τώρα είναι κάτι περισσότερο από μια τυχαία συλλογή φράσεων, είναι ένα ολοκληρωμένο κομμάτι. Ποιος είναι ο ρυθμός και η διάθεσή του; Πώς ταιριάζουν οι στίχοι μεταξύ τους;
2. Γράφουν όλοι κάθε σειρά του ποιήματος.
3. Όταν εμφανίζονται οι λέξεις ‘γράφω, γράφω...’, τις κρατάμε σα να είναι μέρος του ποιήματος.
4. Όλοι έχουν τώρα το ίδιο αντίγραφο του ομαδικού αυτού ποιήματος (Βλέπε Παράδειγμα 13.1)
5. Κάντε το ίδιο με μερικές ακόμα από τις λέξεις της λίστας.
6. Χωριστείτε σε μικρότερες ομάδες των 3-5 ατόμων. Κάθε ομάδα παίρνει ένα από τα ποιήματα.
7. Σκεφτείτε έναν τρόπο παρουσίασης του ποιήματος σε όποιο ύφος εσείς προτιμάτε. Προσθέστε ήχο, κίνηση, επανάληψη, χορική απαγγελία κτλ. λαμβάνοντας υπόψη ότι ο κύριος στόχος σας είναι να ζωντανέψετε το ποίημα.
8. Μοιραστείτε τα αποτελέσματα σας με την υπόλοιπη ομάδα.

#### *Παράδειγμα 13.1*

Η Ζαφειρένια Πολιτεία, γράφω, η πόλη  
 Μήλα και δέντρα και βροχή  
 Δέντρα και γρασίδι, γράφω, είμαι  
 Φθόνος και κάθισμα στη γωνία  
 Γρασίδι και γκρίζα σύννεφα πάνω από το πράσινο  
 ....

## Συμπέρασμα

Μέσα από τις Ασκήσεις 11 και 12, η ομάδα απέκτησε την εμπειρία (α) της προσωπικής γραφής, (β) της ομαδικής δουλειάς, (γ) της συλλογικής εργασίας σε επιμέρους ομάδες και (δ) του ανεβάσματος ενός κειμένου που έγραψαν οι ίδιοι.

## Άσκηση 14 Ενστικτώδης γραφή, ποιήματα της στιγμής

### Ατομική (4-6 λεπτά)

Η δουλειά που περιγράφεται στις Ασκήσεις 12 και 13 είναι εξίσου χρήσιμη για το προσωπικό ζέσταμα κάθε συγγραφέα. Απλά ξεφυλλίστε ένα λεξικό, ένα περιοδικό ή ένα μυθιστόρημα, διαλέξτε τυχαία κάποιες λέξεις και γράψτε τη δική σας αντίδραση σε αυτές. Όπως πάντα, μη προσχεδιάζετε, μη σταματάτε, απλά γράφετε. Στο τέλος θα έχετε μια λίστα με 20-25 φράσεις. Διαλέξτε τις πέντε που σας ικανοποιούν περισσότερο. Αλλάξτε τη σειρά τους δημιουργώντας ένα ποίημα. Προσπαθήστε να το κάνετε αυτό κάθε μέρα επί μια εβδομάδα: πέντε μέρες, πέντε ποιήματα. Τι σας λέει αυτό για την εβδομάδα σας; Τι σας έμαθε για αυτά που σκέφτεστε; Τι διδάχτήκατε για τον τρόπο που γράφετε;

## ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΟΣ ΘΕΑΤΡΙΚΟΥ ΧΑΡΑΚΤΗΡΑ

Όταν παρακολουθούμε ένα έργο, είναι σα να παρατηρούμε ένα πείραμα πάνω στην ανθρώπινη συμπεριφορά μέσα σε ελεγχόμενες συνθήκες. Ο συγγραφέας βάζει τους χαρακτήρες σε μια κατάσταση, όπως ακριβώς ο φυσικός αναμειγνύει στοιχεία και χημικές ουσίες για να δει τι θα προκύψει. Και στις δυο περιπτώσεις δεν μπορεί να αποκλειστεί η περίπτωση της έκρηξης. Δεν είναι σύμπτωση ότι ένας ερωτευμένος μιλάει για την 'χημεία που νιώσαμε όταν γνωριστήκαμε.' Οι κριτικές των παραστάσεων μιλούν για τη 'χημεία πάνω στη σκηνή' ανάμεσα στους ηθοποιούς.

Ορισμένα από τα πειράματα κατά τα οποία βάζεις τους χαρακτήρες μαζί σε μια ιστορία για να δεις τι θα προκύψει είναι απλά και προβλέψιμα. Σε μια ρομαντική ιστορία ξέρουμε ότι οι ερωτευμένοι θα καταλήξουν μαζί. Σε ένα μελόδραμα, ξέρουμε ότι ο καλός θα νικήσει τον κακό. Διαφορετικά είδη ιστοριών σημαίνουν και διαφορετικό βαθμό εμβάθυνσης στους χαρακτήρες: η Κοκκινοσκουφίτσα είναι λιγότερο πολύπλοκη από τον Άμλετ,

ένας χαρακτήρας της Αγκάθα Κρίστι είναι κατά πάσα πιθανότητα πιο μονοδιάστατος από έναν της Μάγια Αγγέλου. Όλοι τους έχουν ένα πράγμα κοινό: έχουν χτιστεί βήμα προς βήμα. Μερικές φορές τα θεμέλια είναι ρηχά και έτσι έχουμε στερεότυπους χαρακτήρες, ενώ όταν το χτίσιμο τους γίνεται πιο προσεκτικά, η παρατήρηση είναι λεπτομερής και απόλυτα αυθεντική – όλοι, ωστόσο, βασίζονται σε κάποιο είδος έρευνας της ανθρώπινης ψυχής.

Πως αρχίζουμε να ‘χτίζουμε’ έναν χαρακτήρα; Το κλειδί είναι να παραδεχτούμε ότι κάθε άτομο έχει πολλές πλευρές. Ο Άμλετ εξακολουθεί να μας συναρπάζει όχι επειδή γνωρίζουμε πώς τελειώνει η ιστορία (πεθαίνουν όλοι), αλλά επειδή κάθε φορά που την ακούμε, ανακαλύπτουμε και μια νέα πλευρά του χαρακτήρα του. Ακόμα και η Κοκκινোসκουφίτσα (όπως θα δούμε στη συνέχεια) μπορεί να αποδειχτεί κάτι περισσότερο από ‘το ανόητο κοριτσάκι που δεν άκουσε τις συμβουλές της μαμάς του’.

Θα ξεκινήσω με τρεις ασκήσεις που χρησιμοποιώ συγκεκριμένα σε ομάδες δημοτικού. Ωστόσο, είναι εξίσου αποκαλυπτικές με άλλες, πιο πολύπλοκες ασκήσεις στο να μας υπενθυμίζουν τις αντιφάσεις της ανθρώπινης συμπεριφοράς και τη ρευστότητα της ανθρώπινης φύσης.

## **Άσκηση 15 Σήμερα το χέρι μου...**

### ***Μαθητές Δημοτικού (1-3 λεπτά)***

1. Σχεδιάστε το περίγραμμα του χεριού σας σε ένα φύλλο χαρτί.
2. Σκεφτείτε όλα τα πράγματα που έκανε το χέρι σας σήμερα: καθημερινά πράγματα, πράγματα για τα οποία είστε περήφανοι, πράγματα για τα οποία νιώθετε άσχημα, κτλ.
3. Γύρω από το χέρι σας γράψτε πέντε προτάσεις κάθε μια από τις οποίες θα ξεκινάει με τις λέξεις ‘σήμερα το χέρι μου...’
4. Συζητείστε όλα τα διαφορετικά πράγματα που κάνει το χέρι ενός ανθρώπου μέσα σε μια μέρα, τα οποία δεν σκεφτόμαστε καν, αλλά είναι ιδιαίτερα αποκαλυπτικά για το ποιοι είμαστε και τι μας αρέσει.

## **Συμπέρασμα**

Αυτή η απλή άσκηση δείχνει πως μέσα σε μια μέρα το ίδιο άτομο μπορεί να κάνει κάτι με αγάπη (‘...χάιδεψα τη γάτα μου’) ή όχι (‘...τράβηξα τα μαλλιά της αδερφής μου). Ξεκινάει έτσι μια συζήτηση σχετικά με το πώς

ένας χαρακτήρας σε μια ιστορία μπορεί να είναι πολλά πράγματα ανάλογα με το τι κάνει, πώς νιώθει, με ποιον είναι κτλ.

## Άσκηση 16 Μέσα – έξω

### Μέρος πρώτο

#### *Μαθητές Δημοτικού (3-6 λεπτά)*

1. Σκεφτείτε κάποιον που ξέρετε και σας αρέσει. Γράψτε μια περιγραφή της εξωτερικής του εμφάνισης, έτσι ώστε αν τον συναντούσαμε να μπορούσαμε εύκολα να τον αναγνωρίσουμε. Προσπαθήστε να χρησιμοποιήσετε και τις πέντε αισθήσεις. Είναι μικρόσωμος ή μεγαλόσωμος; Ποιος είναι ο ήχος της φωνής του; Τι είδους παπούτσια φοράει; Πως περπατάει, κτλ. (Βλέπε παράδειγμα 16.1.)
2. Ζωγραφίστε το περίγραμμα ενός ανθρώπου. Πρόκειται για ένα φανταστικό χαρακτήρα. Γύρω από το περίγραμμα γράψτε όσες περισσότερες εξωτερικές περιγραφές μπορείτε. Προσπαθήστε να είστε ιδιαίτερα λεπτομερής. Αν φοράει μπλε πουκάμισο, είναι ανοιχτό γαλάζιο ή σκούρο μπλε; Αν έχει μαύρα μαλλιά, είναι κοντά και σγουρά ή μακριά και λεπτά; Με πόσους διαφορετικούς τρόπους μπορούμε να περιγράψουμε τη χροιά μιας φωνής; Τώρα έχουμε μια ιδέα του πως είναι το άτομο εξωτερικά. Αυτό όμως δε μας λέει και πολλά σχετικά με το ποιος είναι ή πως θα μπορούσε να είναι.
3. Τώρα γράψτε μέσα από το περίγραμμα του ανθρώπου που σχεδιάσατε. Στο μέρος όπου είναι το κεφάλι γράψτε όλες τις διαφορετικές λέξεις και φράσεις που περιγράφουν 'τη σκέψη' του. (Βλέπε Παράδειγμα 16.2.)
4. Στο χώρο όπου είναι η καρδιά γράψτε όλες τις λέξεις και φράσεις που περιγράφουν 'αισθήματα'. (Βλέπε Παράδειγμα 16.3.)

#### *Παράδειγμα 16.1*

Έχει αδρά χέρια, τσιριχτή φωνή, γυαλισμένα παπούτσια, μακριά πόδια, κτλ.

#### *Παράδειγμα 16.2*

Σχέδια, εγκεφαλική δουλειά, σκέψεις, μαθηματικά, ιδέες, ενδιαφέροντα, κτλ.

### Παράδειγμα 16.3

Αγάπη, θλίψη, μίσος, ευχαρίστηση, χαρά, κτλ.

## Μέρος δύο - μέσα - έξω

### Παιδιά δημοτικού (3-6 λεπτά)

1. Σχεδιάστε το περίγραμμα ενός ανθρώπου. Πρόκειται για το χαρακτήρα που θα χτίσετε.
2. Χρησιμοποιώντας τα στοιχεία του 'εσωτερικού του κόσμου' γράψτε τις σκέψεις του και τι τον κάνει να έχει διαφορετικά συναισθήματα.

### Παράδειγμα 16.4

- Την ενδιαφέρει πόσο μεγάλο είναι το σύμπαν.
- Νιώθει δυστυχισμένη όταν πρέπει να πει αντίο σε έναν φίλο.
- Πιστεύει ότι οι μεγάλες διακοπές είναι μια πολύ καλή ιδέα.
- Δεν της αρέσει να τη στέλνουν για ύπνο.

## Συμπέρασμα

Τα 'εξωτερικά' στοιχεία μας δίνουν μια περιγραφή του ανθρώπου, αλλά τα 'εσωτερικά στοιχεία' είναι αυτά που μας λένε πολύ περισσότερα για το τι είδους άνθρωπος είναι. Όταν δημιουργούμε χαρακτήρες για μια ιστορία ή ένα θεατρικό έργο, πρέπει να φανταζόμαστε την εξωτερική τους εμφάνιση, αλλά πολύ πιο σημαντικό είναι να φανταστούμε τον εσωτερικό τους κόσμο.

## Άσκηση 17 Δράση, αισθήματα και σκέψη

### Παιδιά Δημοτικού (1 λεπτό την ιστορία)

1. Αφού ολοκληρώσετε την άσκηση 16, επιστρέψτε στο χέρι της άσκησης 15.
2. Έχετε τις πέντε αρχικές δράσεις που έκανε το χέρι σας. Το θέμα τώρα είναι να βάλετε ένα συναίσθημα σε κάθε μία από τις πέντε δράσεις. (Βλέπε Παράδειγμα 17.1.)
3. Τώρα έχετε πέντε μικρές ιστορίες κάθε μια από τις οποίες περιλαμβάνει μια δράση, ένα συναίσθημα και μια σκέψη.

### Παράδειγμα 17.1

- Σήμερα το χέρι μου τράβηξε τα μαλλιά της αδερφής μου και *ένιωσα ένοχη*.
- Σήμερα το χέρι μου χάιδεψε τη γάτα μου και *ένιωσα ήρεμη*.

### Παράδειγμα 17.2

- Σήμερα *αποφάσισα* να πληγώσω την αδερφή μου, και έτσι της τράβηξα τα μαλλιά και μετά *ένιωσα ένοχη*.
- Σήμερα το χέρι μου χάιδεψε τη γάτα μου, *ένιωσα ήρεμη* και *αναρωτήθηκα* τι να σκεφτόταν η γάτα.

## Συμπέρασμα

- Οι ασκήσεις 15-17 δείχνουν ότι όταν δημιουργούμε ένα χαρακτήρα για μια ιστορία πρέπει να γνωρίζουμε *τι* γίνεται (τράβηγμα μαλλιών), *γιατί* γίνεται (η απόφαση να πληγώσεις κάποιον) και *το αποτέλεσμα* (το αίσθημα της ενοχής).
- Για να είναι μια ιστορία ενδιαφέρουσα, δε χρειάζεται να περιλαμβάνει χαρακτήρες που είναι πιστά αντίγραφα ανθρώπων που γνωρίζετε. Μπορεί να έχει ως αφετηρία πράγματα που γνωρίζετε και να εξελιχθεί από κει και πέρα.
- Όσο απλές κι αν είναι αυτές οι ασκήσεις καλλιεργούν στα παιδιά την ιδέα ότι οι ιστορίες –που τους γεννιούνται έτσι κι αλλιώς φυσικά– αναπτύσσονται και γίνονται ακόμη πιο ενδιαφέρουσες, όταν τις δουλεύουμε.
- Η εξερεύνηση του ‘εσωτερικού κόσμου’ είναι πολύτιμη για να αποκτήσουν βαθύτερη γνώση των συναισθημάτων και της σκέψης.
- Οι ασκήσεις αυτές δίνουν το έναυσμα για να συζητήσουμε τις συνέπειες των πράξεων μας και την ευθύνη για τα συναισθήματά μας.

## Άσκηση 18 Συνεντεύξεις

*Όλες οι ομάδες (8-12 λεπτά)*

Σε αυτό το αρχικό στάδιο ασκήσεων, το ερώτημα ‘πώς χτίζονται οι χαρακτήρες’ μπορεί να απαντηθεί αν ψάξουμε στο άμεσο περιβάλλον μας, δηλαδή στα κοντινά μας πρόσωπα.



1. Γράψτε ένα σύντομο κατάλογο ερωτήσεων που θα απευθύνετε σε κάποιον αν του παίρνατε συνέντευξη για ένα περιοδικό: τι του αρέσει και τι όχι, τους μεγαλύτερους του φόβους, την πιο ευτυχισμένη του στιγμή, τη γνώμη του για τα παγκόσμια γεγονότα, κτλ. -ερωτήματα που εσείς θεωρείτε ότι θα δώσουν στο κοινό μια συνοπτική σκιαγράφηση αυτού του ανθρώπου.
2. Δουλέψτε σε ζευγάρια. Κάντε συνέντευξη στο ζευγάρι σας (2-3 λεπτά ο καθένας). Προσπαθήστε να μη γενικεύετε τη συζήτηση.
3. Αν νιώσετε ότι ο καλεσμένος σας ξεγλιστράει σε προσωπικές λεπτομέρειες που δεν εξυπηρετούν την άσκηση, προχωρήστε στην επόμενη ερώτηση.
4. Γράψτε στενογραφικά τις απαντήσεις του.
5. Γράψτε μια παράγραφο 100 λέξεων για το ζευγάρι σας με βάση τις σημειώσεις σας. Προσπαθήστε να κυλάει ο λόγος, όπως σ' ένα άρθρο περιοδικού. Μπορείτε να αλλάξετε τη σειρά των απαντήσεων για να ταιριάζει στο ύφος του άρθρου.
6. Ξαναγράψτε το άρθρο βάζοντας κάποια φανταστικά στοιχεία ή πληροφορίες. Φροντίστε ώστε να είναι πιστευτά μέσα στα πλαίσια του ανθρώπου που περιγράφετε, αλλά και να έχουν μια αίσθηση δράματος, μυστηρίου, κτλ.
7. Διαβάστε τα αποτελέσματα. Ποιες ψεύτικες πληροφορίες φαίνονται εντελώς εκτός τόπου και χρόνου σε σχέση με το γενικότερο χαρακτήρα που περιγράφετε; Ποιες φανταστικές πληροφορίες είναι έξυπνα τοποθετημένες, έτσι ώστε να συμβαδίζουν απόλυτα με το πρόσωπο που περιγράφετε;

## **Συμπέρασμα**

Η άσκηση αυτή πραγματοποιείται ένα απαραίτητο στοιχείο για τη δημιουργία ενός χαρακτήρα: όλα τα στοιχεία με τα οποία θέλουμε να τον εφοδιάσουμε πρέπει να είναι πιστευτά. Αυτό δε σημαίνει ότι ο φιλήσυχος γείτονας μας δεν μπορεί να αποδειχθεί ένας κατά συρροή δολοφόνος, αλλά μόνο εφόσον η αποκάλυψη της φρικτής αλήθειας θα μας έκανε να πούμε 'μα φυσικά... αυτό ταιριάζει απόλυτα με όσα γνωρίζουμε γι' αυτόν'.