

## The Wiccan/Pagan Times

### Rozmowy z Gabrielle Roth

©2000-2005 TWPT

**TWPT: Co chciałabyś powiedzieć naszym czytelnikom o Gabrielle Roth, kim jesteś i co robisz?**

**GR:** Od zawsze tańczę. Taniec jest moim środkiem wyrazu, moją metaforą, moim przesłaniem i medytacją. Byłam tak zafascynowana tańcem, że nieuniknione było pociąganie za sobą innych. Dokładnie tak się stało. Uczę od czasu, kiedy miałam szesnaście lat, od dawna. Rozwinęłam całą ścieżkę uzdrawiania, zakorzenioną w ruchu, która wywodzi się z mojej pasji.

**TWPT: Czy powiedziałaś, że taniec albo muzyka są dla Ciebie bardziej istotne, czy też odgrywają taką samą rolę w Twoim życiu?**

**GR:** Ruch odgrywa większą rolę. Ruch jest dla mnie kluczowy. To zawsze było duchowe poszukiwanie. W młodym wieku, tańcząc, wpadałam w głęboki trans i odkrywałam ekstatyczne stany świadomości, do których mogłam dotrzeć poprzez taniec. To było tak błogie doświadczenie, że w mojej pracy z ruchem, w moich warsztatach, zaczęłam tworzyć mapę drogi tam i z powrotem, abym mogła zabrać w to miejsce innych.

Wszystko zaczęło się od ruchu. Muzyka przyszła potem. Na początku lat 80-tych, potrzebowałam muzyki, przypominającej grane na żywo bębny, których używałam na warsztatach. Nie było takiej wtedy na rynku, z wyjątkiem afrykańskich bębnów, których rytm był zbyt szybki dla takiego ruchu, jaki chciałam wtedy ćwiczyć. Więc zaczęliśmy nagrywać **Totem**, żeby stworzyć kawałek oparty na bębnach. W mojej kulturze wielu osobom jest ciężko wczuć się w rytm. Patrząc na pokój pełen tańczących, widziałam ten podział, to jak duch i ciało zostały całkowicie podzielone. Było to widoczne w tańcu, ponieważ ciało nie umie kłamać. Widziałam, że ludzie nie czuli rytmu, więc czułam, że należy dodać bębny tak, aby ludzie mogli je naprawdę usłyszeć i nie mylić się. Że należy pozbyć się tekstu i części dźwięków. Tak to się zaczęło.

W **Totemie** chodziło tylko o bębny, żebym mogła z nimi pracować. Żeby ludzie pracujący ze mną mogli je wziąć do domu i tańczyć do nich. Zaczęłam używać muzyki jako mapy 5Rytmów, żeby ludzie, którzy je praktykują mieli muzykę do pracy w domu. Stało się to czymś więcej. Wielu ludzi kupiło muzykę, chociaż nie wiedzieli nic o 5Rytmach, tańcu, ani o mnie. Muzyka inspiruje ludzi na swój własny sposób.

**TWPT: Po raz pierwszy usłyszałam Twoją muzykę na składance wytwórni Windham Hill zatytułowanej Path: An Ambient Collection. Nie miałam pojęcia o Twoim tańcu, dopóki nie zobaczyłam Twojej strony internetowej. Muzyka była do mnie pierwszym krokiem.**

**GR:** Tak, muzyka dla wielu ludzi jest początkiem pracy. Dla innych początkiem jest taniec, który pozwala im znaleźć muzykę. Inne osoby zaczynają od książek lub filmu. Teraz jest wiele punktów wejścia i to jest dla mnie ekscytujące. Kiedy wchodzę do sali warsztatowej, nigdy nie jestem już pewna, jak ci ludzie do mnie trafili.

**TWPT: W jednym z wywiadów, które przeczytałam, mówiono o Tobie jako o miejskim szamanie. Co to oznacza?**

**GR:** Szaman to osoba, która przekształca kulturową i osobistą nerwicę w twórczość. Myślę, że szamanizm wywodzi się z danej kultury. Innymi słowy, istnieje pewna lecznicza moc, która pochodzi z transformacji własnego kryzysu w jakieś dzieło. Jest to na tyle uniwersalne, że przemawia do wielu innych ludzi i wydaje mi się zakorzenione w kulturze. Na przykład w tej kulturze, mamy ten niesamowity rozłam duch / ciało, który wynika z naszej historii religijnej. Moja praca, moja droga, moje własne rany i cierpienia odzwierciedlają drogę wielu innych ludzi z mojej kultury.

Dlatego moja własna ścieżka uzdrowienia stała się drogą do samoleczenia dla wielu innych ludzi. Dlatego jestem uważana za szamana. Na początku lat 60-tych, nie miałam pojęcia, co ten wyraz oznacza. Szukałam go w słowniku i pamiętam, że nie spodobał mi się. Był taki zły. Kto niby chciałby nim być? W latach 70 bycie szamanem albo było tak wyjątkowe, że nikt, zwłaszcza zwykły śmiertelnik, nie mógłbym nim być, albo tak dziwne, że nikt by nie chciał. Kultura nie mogła uporać się z tą niesamowitą 75 000-letnią tradycją, która prawdopodobnie jest źródłem religii, oryginalną ścieżką duchową. Moja

praca odzwierciedla tę tradycję, sposób w jaki do niej podchodzę, w jaki się rozprzestrzenia, jej energię, szamański paradygmat. Ludzie nie rozumieją, szamanizmu, więc zazwyczaj nie poruszam tego tematu.

### **TWPT: Czy traktujesz swoją pracę jako jednoczenie? Mówiłaś o przepaści między ciałem i duchem. Czy uważasz za część swojej pracy jednoczenie ciała i ducha?**

**GR:** To jest moja praca, wcielanie ducha. Po drodze stało się to dużo bardziej skomplikowane, niż początkowo sądziłam. Droga jest znacznie trudniejsza. Pierwszą rzeczą, która musi się zdarzyć, to uwolnienie organizmu od wszystkich jego uwarunkowań w sposób bardzo dosłowny. Musimy fizycznie uwolnić ciało, obudzić je i ponownie wprawić w płynny ruch. Kiedy to się stanie, zaczynamy odczuwać, nasz świat emocjonalny ożywia się, zaczynają docierać do nas nasze obawy, złości, nasze smutki i nasze radości. Czujemy, na czym może polegać współczucie. Uczymy się wyrażać serce, poznajemy dzikość serca i uczymy się to kreatywnie wyrażać, tak, że możemy spontanicznie i autentycznie być ze sobą w danej chwili.

Praca nad sercem zaprowadziła mnie bezpośrednio do pracy nad cyklami życia. Serce jest związane z umysłem, ponieważ wszyscy mamy różne poglądy, teorie, uzasadnienia, racjonalizacje i zajęcia ego z ich potwornymi maskami, kontrolującymi umysł. Więc opracowałam system, który jest zakorzeniony w cyklu życia, w zrozumieniu w jaki sposób się warunkujemy, żeby móc się od tego uwolnić. Kiedy to osiągniemy, zaczynamy odczuwać różnicę pomiędzy tym, kim jesteśmy i tym, kim nie jesteśmy. Możemy zobaczyć różnicę między duszą a ego i wtedy dostosować się do duszy, a nie do ego.

Krok za krokiem fragmenty te ewoluują w konkretne warsztaty, które stają się ścieżką tańca. Na tej drodze można obrać się jak karczoch, aż do sedna swojej istoty, niesamowitego, fascynującego, tajemniczego, mistycznego siebie. Mówimy tu o energii. Tym, co musimy zrobić, to pozbyć się wielu naszych przyzwyczajzeń, które mogą być fizyczne, emocjonalne i psychiczne, abyśmy mogli celebrować nasze istnienie tutaj. Dla mnie dusza nie jest abstrakcją, ale stanem kiedy ciało, serce i umysł są jednym, tak że czujesz, myślisz i działasz w jednym kierunku, na jednym oddechu. To jest przejaw duszy, która jest inspirowana i organizowana przez ducha.

### **TWPT: Czy podczas pisania muzyki masz coś konkretnego na myśli?**

**GR:** Zawsze mamy coś na myśli – chcemy odbyć podróż przez pięć rytmów, albo może skupić się na jednym rytmie, jak **Luna**, która jest skoncentrowana na przepływie. W **Waves** skupiłam się na chaosie. **Bones** zawiera wszystkie pięć rytmów. Zawsze jest coś konkretnego, co próbuje zrobić. Na **Zone Unknown** chciałam uzyskać naprawdę gorącą taneczną muzykę. **Refuge** to piękny album z pieśniami tybetańskimi. Zawsze jest cel muzyki.

Zaczynamy od podstaw. Mój mąż Robert najczęściej zaczyna od **Sanga of the Valley** wraz z muzykami, z którymi pracujemy od wielu lat, z niektórymi grając też na żywo. Następnie dołączamy innych muzyków, którzy będą pasować i tworzymy bazę, zwykle poprzez prawdziwe bębny, które przeciwstawiamy maszynowemu rytmowi. Wtedy mówię „potrzeba basów”, albo słuchamy i decydujemy, co jest nam potrzebne w celu realizacji celu, który jest różny dla różnych albumów. Zawsze mamy zbliżony zespół muzyków, którzy grają na większości naszych albumów. Czasami jest to kwestia chwili, innym razem jest dobrze zaplanowane z wyprzedzeniem. To się zmienia. Każdy z muzyków słucha muzyki i spontanicznie odpowiada. Przypomina to bardziej jazz.

### **TWPT: Bardzo improwizacyjny.**

**GR:** Tak. Czasami to nie działa i nie jest potem wykorzystywane. Zwykle jednak działa. Mogę mówić do nich poprzez muzykę. Mogę opowiedzieć historię lub odmalować obraz. Na przykład „stoisz na ulicy o 3 w nocy, twoja dziewczyna właśnie wyszła z baru w pięknej czerwonej sukni i z innym facetem. Zagraj to na trąbce.”

### **TWPT: Zamiast mówić, że chcesz tutaj ósemkę.**

**GR:** Tak. Ktoś, kto gra na instrumencie 20 lub więcej lat, nie potrzebuje, żeby mu mówić, jak ma na nim grać. Po prostu potrzebuje, żeby mu powiedzieć, czego się chce, jakie uczucia chce się wywołać u tańczących. Chodzi tu właśnie o tańczących.

### **TWPT: Czy oceniasz gotowy utwór, poprzez to jak się przy nim czujesz?**

**GR:** Kończenie utworu jest tak różnorodne, jak reszta procesu. Czasami jest to kwestia kończącego się czasu i pieniędzy, czasami po prostu się wie, że jest skończony. Nie można już nic tam dodać.

Zazwyczaj właśnie tak jest. Docieramy do punktu, w którym nie ma nic, co chcielibyśmy dodać. Czasami są rzeczy, które chcesz dodać, ale muzyka mówi do ciebie, że jest gotowa. Więc można by coś dodać, ale skończyłoby się na wycinaniu tego potem. Jest to proces twórczy. Korzystałam ze studia, gdzie miksuje się album i dekonstruuje całkowicie piosenkę, ale później musiałam zaczynać od zera. To był tylko ten jeden raz. Jest to niesamowity, magiczny twórczy proces, w którym tworząc muzykę, trzeba po prostu zachować otwartość i szanować to, co przychodzi do nas wraz z muzyką.

### **TWPT: A składanka Stillpoint? Z czym się kojarzy? Dlaczego użyłaś tego terminu?**

**GR:** To składanka kawałków o ciszy. Myślałam wtedy o niesamowitym cytacie z T. S. Elliota: „Gdyby nie ten punkt, ten nieruchomy punkt, nie byłoby tańca, a istnieje tylko taniec.” Dla mnie istnieje miejsce zwane ruchomym centrum, które jest ciszą. Wokół niego wiruje całe życie i każdy może znaleźć tę ciszę poprzez medytację. Paradoksalne właśnie w tym miejscu można naprawdę poczuć głębię ruchu. Jest to miejsce, gdzie rzeczy są tak nieruchome, że się przemieszczają, albo poruszają się tak szybko, że są nieruchome. To jest dla mnie cisza. Album **Stillpoint** powstał, aby zebrać całą piękną muzykę o ciszy, którą zrobiliśmy.

Pracuję z pięcioma rytmami: przepływem, staccato, chaosem, lirycznym i ciszą. Każdy z nich jest całym światem. Pragnęłam albumu, który skoncentruje się na świecie ciszy, aby każdy utwór wywoływał ducha ciszy, a jednak miał żywy rytm, w przeciwieństwie do rytmu prostego syntezatora.

### **TWPT: Skoro o nich wspomniałaś, powiedz mi coś o pięciu rytmach .**

**GR:** Pięć rytmów to mapa tego, gdzie możesz chcieć się udać na każdym poziomie świadomości. To wewnętrzne światy fizyczne, emocjonalne, intelektualne, zewnętrzne światy, przyszłość, przeszłość. Są to znaczniki na drodze powrotnej do najbardziej prawdziwego „ja”: wrażliwego, dzikiego, namiętnego, instynktownego siebie. Tym właśnie są.

### **TWPT: Czy uważasz, że ludzie współcześni, w przeciwieństwie do tych sprzed kilkuset lat, stracili kontakt z tymi światami, z duchowością i relacją do niej?**

**GR:** Straciliśmy podziw i zdumienie w stosunku do tajemnicy życia. Straciliśmy szacunek dla ruchów naszej planety, do cyklicznych zmian życia. Cała kultura próbuje zmieścić się w okres dojrzwania, jak gdyby ziemia, dzieciństwo, dojrzałość i śmierć nie były częścią tańca życia. Jest tak wiele sposobów w jaki sprawiamy naszej planecie ból. Nawet nie rozumiemy, czy też dopiero zaczynamy rozumieć, ale jeszcze nic nie robimy z tym, że kwiaty i drzewa czują , a niebo i woda zasługują na to by być nieskażone. Jesteśmy bardzo arogancy.

### **TWPT: Jak rytmy mają się do etapów życia?**

**GR:** Niemowlęstwo to przepływ. Jeśli spędzasz czas z dwulatkiem, możesz naprawdę zrozumieć, o co chodzi z przepływem we własnym polu energii. One tylko to robią. Kiedy są głodne, są głodne, kiedy są zmęczone, są zmęczone. Gdy grają, to grają, a kiedy coś ich rozprasza, to są rozproszone. Cokolwiek robią, robią to całkowicie. Są w zgodzie z własnym przepływem energii. Skończy się to gdy będą miały cztery latka. Wtedy zaczną podporządkowywać się grafikom innych ludzi i uczyć się tracić kontakt z przepływem własnej energii. Przepływ jest katalizatorem dla tego etapu.

Dzieciństwo jest regulowane przez staccato, w którym zaczynamy widzieć wszystko poprzez linie i granice. Piszemy na liniach, rysujemy linie, to jest moje, to twoje. Szkoła jest od 8:00 do 15:00. Wszystko wtedy staje się bardzo liniowe i bardzo określone.

Chaos reguluje okres dojrzwania, który jest dzikim umysłem psychiki. Jest wtedy, kiedy mamy do czynienia z naszą kobiecą i męską energią, która tworzy cały ten chaos. Uczymy się myśleć za siebie i być kochankami. Uważam, że ten etap życia trwa od około 10 roku życia do 30.

Następnie wchodzimy w cykl dojrzałości, który jest regulowany przez rytm liryczny, powinniśmy się wtedy rozchmurzyć. Liryczny to prawdziwy rytm transowy. Jest to rytm powtórzeń, i to ich, uczymy się w dojrzałości. Powtarzanie – bycie z tą samą osobą, która jest naszym przyjacielem. Powtarzanie – odpowiedzialność, określane są przez trans i pustkę. To lekcja, która wypływa z tego rytmu.

W ciszy odkrywamy rytm cyklu śmierci. Po 60, wszystko zaczyna zwalniać i wyludniać się. To piękny okres ciszy.

W życiu mamy nasze własne rytmy. Rytmy, z którymi urodziliśmy się i których nauczyliśmy się w domu. Mamy cykl życia, w którym jesteśmy i mamy rytm miejsca. Na przykład Nowy Jork jest bardzo chaotyczny, a Hawaje bardzo liryczne i ciche, Anglia jest staccato. Więc to zależy od tego, gdzie jesteś.

## **TWPT: Więcej miejsce może mieć wpływ na rytm naszego życia?**

**GR:** Oczywiście, wszystko jest rytmem. Wszystko jest w ruchu. Mówimy tu o energii z duchowego punktu widzenia. Bóg jest tańcem, a ja jestem tancerzem, który rozpuszcza się, zanika w tańcu. To jest moja praktyka, aby codziennie dojść do tego miejsca rozpuszczania i zanikania w tańcu. Jak powiedział Osho: pozostaje tylko taniec.

## **TWPT: Jaką moc ma regularnie praktykowany taniec? Co można przez niego osiągnąć?**

**GR:** Całkowicie zmienia nasze życie. Po pierwsze, osobista energia staje się bardziej płynna. Po drugie, można nazwać energie. Na przykład, że czuję się bardzo obojętna, albo czuję się bardzo nerwowa. Jestem w kontakcie z głębokim gniewem. Czuję lekkość. Nabywa się język, z którym można wędrować przez swój wewnętrzny świat i nazywać rzeczy, przechodzić przez nie, aż odpuszczają. Tańcząc, większość ludzi zyskuje dostęp do głębszych emocji i sposobu, żeby je wyrazić. Wiele przekonań i dogmatów ustępuje, w tańcu nie ma miejsca na dogmaty. Taniec jest zbyt dziki na dogmat. Doświadczasz mocy tańca, aby stale wymyślać siebie na nowo.

Kiedy ktoś zaczyna ze mną pracować, lubię mówić mu : „Masz być jak haker, który pragnie łamać kod własnego Internetu. Musisz być mistrzem sztuki przetrwania, który przedziera się przez swoją emocjonalną dżunglę. Musisz być jak gwiazda rocka, która ciągle odkrywa siebie na nowo.” To się właśnie dzieje. To daje ogromną wolność fizyczną i emocjonalną, wolność umysłową, psychiczną, wolność seksualną, które pochodzą tylko z samego tańca 5Rytmów, ponieważ jest on tak głęboką, uniwersalną mapą całego procesu twórczego.

Dostosowujesz się do tego procesu. Wędrujesz przez te rytmy, kiedy rodzi się niemowlę, więc uważam, że są one DNA naszej świadomości. Są to mapy tego, jak wszystko się rodzi i umiera.

## **TWPT: Jak trudne było wyrażenie tych idei w Twoich książkach?**

**GR:** (śmiej) To było trudne w *Maps to Ecstasy*. Właściwie ktoś mi pomagał z tą książką. Sama zdyscyplinowałam się do tego zadania przy *Sweat Your Prayers* i jestem naprawdę szczęśliwa, że to zrobiłam. Kocham ten proces, ale bywały dni, kiedy go nienawidziłam. Myślę, że znalazłam język, który pomógł mi przekazać ruch i dzikość. To pozwolenie sobie na dzikość i jednocześnie bycie uziemionym i zakorzenionym. Pozwolenie sobie na bycie wszystkim tym, kim jesteś, bez szufladkowania się. Myślę, że znalazłam ten język w *Sweat Your Prayers*.

## **TWPT: Wyobrażam sobie, że było bardzo trudno wziąć te emocjonalne, duchowe i wewnętrzne stany i przelać je na papier, zachowując tę samą moc i znaczenie dla kogoś, kto tylko to przeczyta i nie zna tego tańca.**

**GR:** Nie wiem, mam nadzieję, że wyraziłam to w tej książce. Ciężko pracowałam, aby była komunikatywna, ale jednocześnie poetycka i osadzona w historii. To praktyka duchowa, zakorzeniona w kobiecości, więc nie jest to książka abstrakcyjna. Staralam się zebrać wszystkie znane mi nauki duchowe, ale osadzić je w historii, w świecie, w którym rzeczywiście żyjemy. Mogę pisać o paradzie halloweenowej na Manhattanie, gdy piszę o rytmie lirycznym, albo o Michaelu Jordanie grającym w koszykówkę, gdy piszę o przepływie. Więcej znaczy to dla ludzi, kiedy mają fizyczne przykłady tego, o czym mówisz.

## **TWPT: W swoim tańcu nie promujesz żadnego rodzaju duchowości, bardziej wydobywasz to, co jest już w ludziach.**

**GR:** To nie jest konkurencja dla żadnej praktyki duchowej. Możesz być buddystą i tańczyć, możesz być katolikiem i tańczyć, możesz być tym neopoganinem i tańczyć, ponieważ w tej praktyce nie ma dogmatów. To tylko mapy. Możesz zrobić z nimi co chcesz. Przemawiają do ciebie na poziomie, na jakim do ciebie przemawiają. Są to bezpośrednie doświadczenia tradycji ekstatycznej, która została spalona na stosie. Uważam, że powstaje z popiołów jak Feniks, gdyż coraz więcej z nas sięga po to doświadczenie i pragnie tych bezpośrednich osobistych doświadczeń.

## **TWPT: Co teraz planujesz?**

**GR:** Pracuję nad sztuką teatralną, dwoma filmami i nowym albumem.

## **TWPT: Czytałam na twojej stronie o nowy albumie, który ma wyjść w styczniu.**

**GR:** Może wcześniej. Nowy album wyjdzie pod nazwą *Tribe*.

**TWPT: W jakim kierunku idzie ta muzyka?**

**GR:** To będzie na pewno doświadczenie 5Rytmów, bardzo intensywne, szybkie fale tańca. Będzie również film. To nie jest mój pierwszy film. Jest już **Wave**, który jest wstępem do 5Rytmów.

**TWPT:** Dziękuję za rozmowę i życzę wielu sukcesów w muzyce i tańcu.

www.taniec5rytmow.pl